

# Onze Nieuwe Toekomst organiseert: ONTmoetingscafés

Onze Nieuwe Toekomst (ONT) vzw is een zelfadvocaten beweging van, voor en door mensen met een (verstandelijke) beperking.

## Wat is een ONTmoetingscafé?

Een ONTmoetingscafé is een bijeenkomst van, voor en door mensen met een (verstandelijke) beperking.

Het is warme en toegankelijke plek waar we elkaar ontmoeten, verhalen delen en samen sterker staan.

We bespreken thema's die er toe doen en wat de mensen zelf belangrijk vinden.



“Mensen kunnen hun verhaal kwijt in onze ONTmoetingscafés, dat maakt ons uniek. Wij luisteren en nemen onze tijd.”

— Kimberley, ondervoorzitster

## ONTmoetingscafé in jouw organisatie of voorziening?

Jij voorziet:

- Een locatie
- Een groep geïnteresseerde deelnemers

Wij voorzien:

- Stem en ervaring van zelfadvocaten
- Inspirerende werkvormen
- Coaching door onze medewerkers
- **Kosteloos!**

## Neem contact



✉ [info@ont.be](mailto:info@ont.be)

🌐 **Onze Nieuwe Toekomst vzw**

🌐 [www.ont.be](http://www.ont.be)

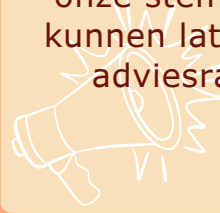


**Vlaanderen**  
verbeelding werkt



## Mensenrechten

Met het mensenrechtenspel wisselen we uit over onze rechten. Door het spel te spelen komen we te weten hoe rechten een rol spelen in ons leven.



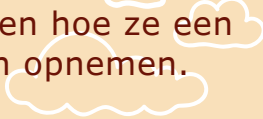
## Beleidsparticipatie

Waarom telt jouw stem? Hoe werkt onze democratie? We leren waarom onze stem telt én hoe we die duidelijk kunnen laten horen, in bewonersraden, adviesraden, verkiezingen en nog meer.



## Opleiding zelfadvocaat en coach

We verkennen hoe we zelf keuzes kunnen maken en ons leven mee in handen nemen. We leren hoe goede ondersteuning eruitziet. Ook ondersteuners ontdekken hoe ze een coachende rol kunnen opnemen.



## Plan P

Heb je een uitdaging, een droom of een wens? Samen met ons netwerk werken we via Plan P aan een concreet participatieprobleem. Met kleine haalbare acties ervaren we dat verandering mogelijk is.



## Relaties

Het relatiespel doorbreekt taboes rond vriendschap, liefde en seksualiteit. We vinden woorden voor wat belangrijk is in relaties en we delen onze ervaringen.

## Vrouwenspel

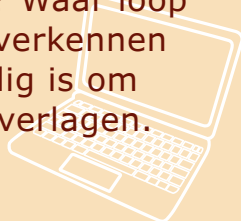
Wat betekent het om een vrouw te zijn met een beperking? Wat verwacht de samenleving? Hoe ga je daarmee om?

Via het vrouwenspel bespreken we verwachtingen, ervaringen en onze unieke kracht als vrouw.



## Digitale inclusie

Wat heb je nodig in deze digitale wereld? Wat lukt goed? Waar loop je tegenaan? Samen verkennen deelnemers wat nodig is om digitale drempels te verlagen.



## Wonen

Wat betekent 'thuis' voor jou? Wat heb je nodig om écht goed te wonen? Aan de hand van een toegankelijke woonbrochure gaan deelnemers in gesprek over wonen in al zijn vormen.



## Emotionele Ontwikkeling

Via een interactief spel praten we over gevoelens, gedrag en relaties. Het spel stimuleert reflectie en bewustwording, steeds vanuit ons eigen perspectief.

## Welzijn op het werk

Wat maakt werk waardevol? Wat heb je nodig om je goed te voelen?

We praten over werkervaringen, ondersteuning en over wat werk waardevol maakt.

