

Wat zijn Discovery Colleges of Discovery Day's?

Open en gratis groepsaanbod.

Inspiratiesessies of workshops *vóór, met en dóór* jongeren.

Thema's gelinkt aan **persoonlijke ontwikkeling en welbevinden**.

Vorbereid in **co-creatie** door een jongere/ervaringsdeskundige en een professional.

De CHIME(D) uitgangspunten zijn kenmerkend

- C** **Connectedness**: in connectie gaan met anderen, het delen van ervaringen, leren van elkaar.
- H** **Hope**: samen kijken naar mogelijkheden, wat inspiratie en moed kan geven om stappen te nemen in persoonlijke ontwikkeling.
- I** **Identity**: voor elk individu kijken naar persoonlijke krachten, talenten en inzichten waarop voortgebouwd kan worden om een positieve identiteit te ontplooien.
- M** **Meaning**: stilstaan bij de betekenis van leuke en minder leuke gebeurtenissen in het leven.
- E** **Empowerment**: jongeren in hun kracht zetten en stimuleren tot persoonlijke uitdagingen en doelen.
- D** **Difficulties**: omgaan met moeilijkheden is voor iedereen een zoektocht, door hier ervaringen over te delen in groep kunnen deelnemers elkaar erkenning, inzichten en inspiratie bieden.

Ingrediënten:



Thema's m.b.t. persoonlijke ontwikkeling en (mentaal) welbevinden waar jongeren in groep op willen inzoomen. → **Zijn er thema's die jij in de Discovery Colleges wil terugzien? Laat het weten!**



Jongeren en/of ervaringsdeskundigen die uitdagingen of problemen op het vlak van mentale gezondheid ervaren hebben en die in duo met een professional andere jongeren willen inspireren in hun persoonlijke ontwikkeling en welbevinden. → **Ben jij zo iemand? Laat het weten!**



Laagdrempelig toegankelijke **locaties** waar jongeren voor Discovery Colleges kunnen samenkomen. → **Op welke locatie zouden zulke workshops volgens jou kunnen plaatsvinden om goed toegankelijk te zijn voor jongeren? Laat het weten!**

Je kunt ons bereiken via: ligant.participatie@ligant.be of **0472/23 13 19**