

Wil jij activiteiten voor mensen met een beperking onder de aandacht brengen? Dan is dit jouw kans!

Uniek Actief gaat het derde jaar in!

Vorig jaar hebben we dankzij Uniek Actief al veel mensen met een beperking uit Vught, Helvoirt en Cromvoirt kunnen inspireren. Zij ontdekten nieuwe, passende sportieve, creatieve en educatieve activiteiten. Dit succes willen we graag voortzetten, en daarvoor hebben we jou als vereniging of aanbieder weer hard nodig!

Jouw activiteit hoort in deze gids

In mei 2026 verschijnt opnieuw de Uniek Actief-gids, boordevol activiteiten voor mensen met een beperking. Meld jouw aanbod gratis aan via Vught Beweegt en zorg dat jouw activiteit deel uitmaakt van deze waardevolle gids. Met jullie betrokkenheid maken we Uniek Actief ook dit jaar weer tot een succes.

Digitaal aanmelden voor 10 april 2026

Hoe meld je een activiteit aan? Dat lees je verderop. Na aanmelding is jouw activiteit zichtbaar op www.vughtbeweegt.nl. Als je vóór 10 april aanmeldt, verschijnt jouw activiteit bovendien in de nieuwe Uniek Actief-gids.

Meld jij ook (weer) jouw activiteiten aan?!

Met hartelijke groeten,

Namens **MOVE Vught** en **Plaza Cultura**

Mike Wiersema • **MOVE Vught**

mike.wiersema@movevught.nl

Harm van der Pol • **MOVE Vught**

harm.vanderpol@movevught.nl

Heleen Korthals • **Plaza Cultura**

heleen@plazacultura.nl



STAP 01 Ga naar www.vughtbeweegt.nl

Neem de tijd om de beschrijving van de activiteit zo duidelijk en aantrekkelijk mogelijk te schrijven.

STAP 02 Inloggen of registreren

Met een account kun je direct inloggen. Heb je nog geen account, dan kun je die eenvoudig registreren op www.vughtbeweegt.nl

STAP 03 Voeg jouw activiteiten toe

Je kunt reguliere trainingen, lessen of bijeenkomsten toevoegen. Of een speciale kennismakingsactiviteit. Activiteiten die jij hebt toegevoegd, komen in de gids.

STAP 04 De inschrijvingen

Na een activiteit in de gids te hebben gezien kan een deelnemer zich digitaal aanmelden, of direct contact opnemen met de aanbieder.

Activiteit gratis aanmelden voor 10 april

Uniek Actief is een stimuleringsproject, speciaal voor mensen van 0 tot 100 jaar met een beperking. Het project laat alle inwoners uit Vught, Helvoirt en Cromvoirt op een laagdrempelige manier kennismaken met het sportieve, creatieve en educatieve aanbod bij hen in de buurt. Op deze manier vergroten we de inclusiviteit van onze gemeente. Iedereen moet kunnen meedoen!

Fijn dat jij jouw activiteiten gaat aanmelden. Om dit tot een succes te maken hebben we onderstaand nog een aantal tips. Heb je hulp nodig, neem dan contact met ons op.

Informatie over jouw activiteit

1 Beschrijving van de activiteit

Neem de tijd om de beschrijving van de activiteit zo duidelijk en aantrekkelijk mogelijk te schrijven.

Let op de volgende aandachtspunten:

- [**Uitleg van de activiteit, bijvoorbeeld:**
*Padel is een racket- en balsport. Het wordt voornamelijk met vier spelers gespeeld, waarbij een bal, gelijkend op een tennisbal, met een racket over een net gespeeld dient te worden.
Het lijkt een mix van tennis en squash.*
- [**Schrijf een persoonlijke uitnodiging, bijvoorbeeld:**
*Na het sporten drinken wij gezamenlijk een kop koffie.
Wij vinden dat erg gezellig en minstens net zo belangrijk.*

2 Wanneer kunnen geïnteresseerden meedoen?

Voeg de dag en het tijdstip van de activiteit toe. Bijvoorbeeld:

- [iedere maandag van 14.00 tot 15.00 uur
- [iedere dinsdag van 10.00 tot 11.00 uur

3 Kosten van de activiteit

Benoem duidelijk in de tekst of bij de bijzonderheden wat de eventuele kosten per keer, contributie per maand of per jaar zijn. Tip! Bied de eerste activiteiten of lessen altijd gratis aan.

Kies voor welke beperkingen jouw activiteit geschikt is.

Zo kunnen de geïnteresseerden heel gericht op hun beperking zoeken.

- een visuele beperking (blind/lechtsziend)
- een auditieve beperking (doof/lechthorend)
- een Autisme Spectrum Stoornis
- een chronische aandoening
- gedragsproblematiek
- een lichamelijke beperking
- een meervoudige beperking
- niet aangeboren hersenletsel
- een psychische beperking
- een verstandelijke beperking
- dementie / Parkinson