

Activiteitenverslag Stichting ANW – 2025 (Concept)

■ Uitgebreide beschrijving van de activiteiten 2025

2025 was het eerste volledige werkjaar van Stichting ANW – Aanpakken Niet Wachten. In dit jaar hebben we gewerkt aan het versterken van jongeren door middel van begeleiding, sport en maatschappelijke activiteiten. Hieronder volgt een uitgebreid overzicht van de belangrijkste initiatieven die hebben plaatsgevonden.

■ Power Up Utrecht

Power Up Utrecht is een ontwikkelprogramma voor jongeren tussen 12 en 21 jaar uit Utrecht Zuidwest. Veel jongeren in deze wijk groeien op in situaties met weinig structuur, perspectief of positieve rolmodellen. Power Up helpt hen om letterlijk en figuurlijk 'aan' te gaan — door sport, gesprekken en activiteiten die hen uitdagen om buiten hun comfortzone te treden. Elke zes weken ondernemen jongeren nieuwe ervaringen, zoals theater, natuur, musea of sport. Deze activiteiten bevorderen persoonlijke groei, discipline en sociale vaardigheden. Begeleiders werken met jongeren aan concrete doelen: op tijd komen, samenwerken en respect tonen. Resultaat: jongeren leren grenzen verleggen, omgaan met spanning en bouwen aan zelfvertrouwen.

■ Woman Only Kickboksen

Het Woman Only Kickboksen-project richt zich op meiden en jonge vrouwen die behoefte hebben aan beweging, zelfvertrouwen en sociale verbinding. Veel deelnemers voelen zich geïsoleerd of missen structuur. In een veilige en respectvolle omgeving trainen ze onder begeleiding van vrouwelijke coaches. Tijdens de lessen wordt niet alleen aan fysieke kracht gewerkt, maar ook aan mentale weerbaarheid en gezondheid. Gesprekken over identiteit, toekomst en zelfzorg zijn een vast onderdeel. Resultaat: deelnemers voelen zich sterker, zelfverzekerder en meer verbonden met anderen in hun wijk.

■ Walibi-dag

De Walibi-dag was een speciaal uitje voor jongeren uit onze trajecten. Naast plezier stond deze dag in het teken van verantwoordelijkheid, samenwerking en positief gedrag. Voor veel jongeren was het de eerste keer dat ze buiten Utrecht kwamen. De activiteit zorgde voor enthousiasme, saamhorigheid en waardering. Begeleiders gebruikten deze dag om jongeren te observeren in sociale situaties en positieve feedback te geven. Resultaat: jongeren ervoeren vertrouwen, verbinding en trots, wat hun motivatie versterkte om ook buiten activiteiten goed gedrag te tonen.

■ Ambulante begeleiding

Naast groepsprojecten biedt Stichting ANW persoonlijke ambulante begeleiding aan jongeren en gezinnen. Onze begeleiders komen bij jongeren thuis, bouwen een vertrouwensband op en helpen stap voor stap richting zelfstandigheid. De ondersteuning richt zich op thema's zoals structuur, school, werk, financiën en relaties. Onze aanpak is praktisch en mensgericht: we staan naast jongeren, niet boven hen. Ouders worden actief betrokken zodat de begeleiding ook thuis effect heeft. Resultaat: jongeren hervinden hun ritme, ontwikkelen discipline en krijgen meer grip op hun toekomst. Ouders ervaren rust en stabiliteit in het gezin.

■ Samenvattend

De combinatie van sport, begeleiding en positieve ervaringen zorgt ervoor dat jongeren niet alleen beter functioneren, maar ook zelfvertrouwen, verantwoordelijkheid en toekomstperspectief ontwikkelen. 2025 liet zien dat deze aanpak werkt — jongeren en ouders voelen zich gezien, gehoord en gesteund. Stichting ANW blijft zich inzetten om nog meer jongeren te bereiken en te versterken in hun persoonlijke ontwikkeling.

Het definitieve activiteitenverslag over 2025 wordt gepubliceerd in januari 2026.