



ANKERPUNT VZW

JAARVERSLAG 2022

Wat is er mooier dan een kind

*Vrij en onbekommerd
Vrolijk spelend*

Nieuwsgierig lerend

Vol zelfvertrouwen

Blij en veerkrachtig

Aan zijn toekomst bouwend

Gelukkig

Marleen Jans 2008

Interdisciplinaire
groepspraktijk

- Jeugd - en gezin
- Volwassenen
- Lezingen - cursussen
- Workshops

Ankerpunt VZW
secretariaat@ankerpunt.be
Reknr. BE64 7350 5110 6052
© Marleen Jans

Oud-Heverleestraat 62, 3001 Heverlee
GSM 0497/ 74 68 99
Ond.nr 0694 726 074
www.ankerpunt.be



INHOUDSTAFEL

I. Ankerpunt een vzw gebaseerd op vele pijlers	5
A . Voorwoord van de directie	5
B. Samenvatting	6
C. Ankerpunt een vzw met engagement	6
1. Ons Ankerpunt Adagium	6
2. Jong zijn in onze huidige maatschappij	7
2.1. Leven in een prestatimaatschappij	7
2.2. Nood aan ondersteuning preventief en curatief	8
3. Visie & Missie	8
4. Outreachend werken als extra doel van Ankerpunt	9
5. Wat maakt ons uniek?	10
5.1. Onze bouwstenen	10
5.2. Taboedoorbrekend	10
5.3. Sectoroverschrijdend: in een brede context is er aandacht voor ieders talent	10
5.3. Niet alleen curatief, ook preventief!	11
3. Wat we doen in een notendop	12
D. Ankerpunt Activiteiten in de kijker!	13
4.1. Activiteiten op individueel en/of gezinsniveau	13
4.1.1. Therapie/ psychologische begeleiding	13
4.1.2. Diagnostiek ‘Inzetten op talent en sterktes, eerder dan werken met stempels’.	14
4.1.3. Studiecoaching	15



4.1.4. Logopedie	15
4.2. Psychotherapeutisch groepsaanbod	16
4.2.1. Weetjes	16
4.2.2. Indeling dagkampjes / workshopreeksen per leeftijd	18
1) Talent in de tent (TIDT)	18
2) Hey, ik ben oké (HIBO)	19
3) Springplank, weerbaar naar het middelbaar	19
4) “Hier sta ik”	20
Externe workshop in samenwerking met JAC en de Preventiedienst Leuven	20
5) “Spring in het veld” workshop	20
6) Palaver	20
7) Challenge	21
8) Studie in zicht	21
5.2.3. STUDIO: Interne dagkampjes of workshops in beweging	22
1) Tuin in beweging	22
2) YOMIQI	22
3) Kung Fun	23
4) Bos- en weidebaden	23
4.4. Lezingen & workshops voor begeleiders (i.s.m. MJ Academie)	25
1) Studiedagen, lezingen en informatieavonden	25
2) Webinars	25
3) Workshops voor ouders, leerkrachten, zorgverstrekkers, ...	25
1) Gezinsdag	27
2) Infostands en activiteiten op evenementen	27



II. Ankerpunt een vzw gedragen door veel mensen	28
A. Raad van bestuur	28
B. Lidmaatschappen	28
C. Medewerkers	29
1. In cijfers	29
2. Verschillende diensten, teams, ... meerdere medewerkers	29
III. Ankerpunt in cijfers	32
A. Het Ankerpunt Team staat klaar voor vele mensen	32
1. Individuele cliënten - relatietherapie - gezinstherapie	32
2. Groepsaanbod (workshops en dagkampjes)	32
2.1. Psycho - therapeutisch (kinderen en jongeren)	32
2.1.1. Totaal bereik psychotherapeutisch intern	33
2.1.2. Intern - in Ankerpunt (psycho-therapeutisch) Overzicht	33
2.1.3. Extern (psycho-therapeutisch) Jongeren	34
2.2. Psycho - educatief (extern) kinderen en jongeren	35
2.3. Psycho - educatief (extern) volwassenen	39
- leerkrachten, zoco, CLB, therapeuten, logo, jeugdwerkers, ouders,... en iedereen rond opvoeden	
- volwassenen rond welbevinden	39
B. Ankerpunt vzw in cijfers (boekhoudkundig)	45
IV. Ankerpunt activiteiten 2022	47
Nummering	
Januari 2022	47
Februari 2022	49
Maart 2022	53



April 2022	57
Mei 2022	62
Juni 2022	65
Juli - augustus 2022 - "Een warme zomervakantie"	67
September 2022	70
Oktober 2022	72
November 2022	76
December 2022	80
V. Partners	84
VI. Toekomstvisie	85
VII. Medewerkers bij Ankerpunt	86



I. Ankerpunt een vzw gebaseerd op vele pijlers

A. Voorwoord van de directie

In 2022 vierden we met heel wat collega's, partners, gezinnen en geïnteresseerden 14 jaar Ankerpunt, waarvan de laatste 4 jaar als vzw.

2022 was het jaar van de naweeën van corona (toch nog heel wat annulaties van o.a. groepsactiviteiten) en zaten we volop in de energiecrisis. Ook de problemen met de verbouwingen van het Ankerpunthuis bleven aanslepen. Ankerpunt vzw heeft de voorbije jaren een koers door woelige waters gevaren, maar we zijn er gelukkig met niet al te veel kleerscheuren vanaf gekomen, zij het dat we toch wel wat stevige tikken gevoeld hebben.

Ondanks dit alles heeft Ankerpunt vzw zich - samen met haar partnerorganisatie MJ Academie - nog meer verankerd in het Leuvense landschap, en worden we gevraagd in heel Vlaanderen.

We bereiken veel gezinnen, met speciale aandacht voor (financieel) kwetsbare gezinnen. Naar de toekomst toe hopen we nog meer in te kunnen zetten op deze doelgroep. Naast de fijne samenwerking met 'Iedereen verdient vakantie' en de 'Uitpas', zouden subsidies en sponsoring ons hier wel bij kunnen helpen.

Bovendien willen we ons niet alleen focussen op de geestelijke gezondheidszorg an sich, maar willen we dit implementeren binnen een ruime context. We vinden het belangrijk - en zijn er trots op - om binnen onze werking andere domeinen te integreren zoals het socio - cultureel werk, jeugddienst, onderwijs, welzijn, opvoeding, opleiding, sport... Met deze ruime blik en onze expertise zijn we herkenbaar en maken we ons aanbod laagdrempelig voor iedereen. Zo bereiken we een breed publiek en durven mensen die het nodig hebben een eerste stap zetten in de hulpverlening. Ik neem jullie graag mee op deze avontuurlijke maar boeiende reis door 2022.

Voor we hieronder aan het verhaal van 2022 beginnen, wil ik in de eerste plaats het ganse Ankerpuntteam bedanken. Een stevige ploeg samengesteld uit gemotiveerde en geëngageerde medewerkers ondersteund door enthousiaste vrijwilligers. Tot slot wil ik ook graag de raad van bestuur van onze vzw in de bloemetjes zetten en hen bedanken voor het vele werk achter de schermen!

Marleen Jans



B. Samenvatting

1. Inleiding

Voor alles is er een eerste keer. Voor ons is het niet de eerste keer dat we een jaarverslag maken, maar wel de eerste keer dat we zo'n uitgebreid jaarverslag maken. We hebben ook elk jaar meer en meer te vertellen, heel veel zelfs.

We hebben dit jaar daarom nog geen echte samenvatting, maar we adviseren je de inhoudstafel te raadplegen en zo te navigeren naar de info die je wenst te weten.

Wil je niet alle teksten lezen? Klik dan gauw naar:

- Geïnteresseerd in onze missie, visie, werking, toekomstdromen, wat ons uniek maakt, ...? Lees dan 1C en VI
- Geïnteresseerd hoe we onze activiteiten implementeren in cultuur, onderwijs, jeugdwerk, sport en spel, welzijn en gezondheid, ... lees 1C 5.5
- Geïnteresseerd in sfeerbeelden? Bekijk dan zeker de vele foto's die een mooi sfeerbeeld geven van Ankerpunt en onze activiteiten doorheen het jaar:

hoofdstuk I D en IV

- Geïnteresseerd in cijfers 'tewerkstelling', leden,...? Neem een kijkje in hoofdstuk II
- Geïnteresseerd in cijfers, activiteiten? Neem dan zeker een kijkje in hoofdstuk III A
- Geïnteresseerd in financiële cijfers? Hoofdstuk III B
- ...



2. Een samenvatting van onze activiteiten in cijfers

CORONA bij deze cijfers mag je in het achterhoofd houden dat er nog zeer veel annulaties waren omwille van corona!

TOTAAL BEREIK

Kinderen, jongeren, jongvolwassenen 399 (intern) + 999 (extern) = 1398

(Groot)ouders, leerkrachten, jeugdwerkers, zorgverstrekkers,... = 2173

Waaronder meer dan 700 leerkrachten

Dankzij onze deelname aan evenementen bereikten we hier nog een veelvoud van.

1. Individuele cliënten - relatietherapie - gezinstherapie

In Ankerpunt (uitzonderlijk op verplaatsing)	Aantal afspraken	Aantal trajecten	Totaal deelnemers	Kleuters	Lagere school	Middel baar	Volwassenen
	3.212	69	399	21	118	176	84

2. Groepsaanbod kinderen en jongeren (workshops en dagkampjes)

2.1. Totaal bereik psychotherapeutisch intern en extern (kinderen en jongeren):

	In Ankerpunt	Op verplaatsing	Totaal deelnemers	Gratis korting of (groot) ouders	Leerkracht enz	Gemengd Grootouders, professionals lkn
33 Kampjes Psycho Therap.	30 kampjes	3 kampjes Jeugd vleugel F	206 kinderen en jongeren	30 totaal 8 Iedereen verdient vakantie 22 Jac & preventie Leuven	288 nvt	nvt

2.2. Psycho - educatief (extern) kinderen en jongeren

		Op verplaats.	Totaal Kinderen en jongeren	Gratis korting of (groot) ouders	Leerkracht enz	Gemengd Grootouders, professionals lkn
50 reeksen (10 a 12 sessies per reeks) extern Psycho Educatief		Workshops en reeksen (35) reeksen (12 uur) in scholen) en (13) reeksen kinderkuren (2) ws bibliotheken	999	12 reeksen Door SAB en RNF 13 reeksen kinderkuren	9 97	nvt

2.3. Psycho - educatief (intern en extern)

Volwassenen Ankerpunt VZW samen met MJ Academie

- leerkrachten, zoco, clb, therapeuten, logo, jeugdwerkers, studenten, ouders,... iedereen rond opvoeden
- volwassenen rond welbevinden

Activiteit	Aantal (of activiteiten reeksen)	Deelnemers Kinderen / jongeren	Deelnemers leerkrachten	Gemengd Leerkrachten (groot) ouders, zorgverstrekkers, jeugdwerkers,...	Totaal
Totaal .	99	nvtr	451 +	1350	1801

Boekverkoop 2021 en 2022

Totaal	212 (+ 400 boeken verkocht samen met 2021!)
	In 2023 gaan we over de 700!

C. Ankerpunt een vzw met engagement

1. Ons Ankerpunt Adagium

Hey, ik ben oké

*Elk kind wil graag gezien worden.
Elk kind wil graag beloond worden voor zijn inspanningen.*

Met dit in ons achterhoofd, stellen wij ons de vraag: wat maakt dat sommige kinderen en jongeren minder begrijpbaar gedrag vertonen (zowel intravert als extravert)? Wat dragen ze mee in hun rugzakje? Hoe kunnen we ze helpen dit rugzakje lichter te maken? Hoe kunnen zij vrij en onbekommerd, vrolijk spelend, nieuwsgierig lerend, vol zelfvertrouwen, blij en veerkrachtig aan hun toekomst bouwen?

2. Jong zijn in onze huidige maatschappij

Leven in een prestatie maatschappij.

Onze huidige maatschappij speelt graag in op talenten en competenties en zorgt voor mooie en boeiende uitdagingen. Heel wat jongeren bloeien open en zoeken gemotiveerd en verwachtingsvol hun weg in hun leven.

Toch loopt het helaas niet altijd zoals we zouden verwachten. De prestatiedruk in onze maatschappij lijkt hier een grote rol te spelen, maar ook corona heeft een enorme impact gehad. Daarnaast zijn er nog grote wereldomvattende thema's zoals klimaat, energie, oorlogen, ... die hun stempel drukken op het algemene welbevinden van ook kinderen en jongeren in onze maatschappij. Dit blijkt uit de cijfers

Kinderen (4 - 15j)



Over het algemeen hebben 1 op de 5 kinderen in Vlaanderen specifieke noden. Nog te vaak blijven deze kinderen onopgemerkt.

Jongeren (15 - 25 j)

Uit statistieken blijkt dat bij onze Vlaamse jongeren de psychisch meest kwetsbare periode ligt tussen 15 en 25 jaar; in die jaren begint ongeveer 80 procent van de psychische problemen. Ruim 30 % van de jongeren met problemen heeft het gevoel die niet de baas te kunnen. 50% van de jongeren praat niet met anderen over hun problemen of zorgen. Belangrijk is dus deze taboes hier rond te doorbreken en het praten erover te normaliseren. Gourion, D. (2018, 26 november). Hedendaagse jongeren hebben vaker mentale aandoeningen dan hun ouders op dezelfde leeftijd. Hoe komt dat? EOS. Psyche & Brein. Geraadpleegd op 29/08/2022 via [Eos Wetenschap](#)

Gezinnen:

Enerzijds hebben deze zorgen en noden bij onze kinderen en jongeren een grote impact op de gezinnen, en staan ouders anderzijds zelf vaak onder druk in onze huidige prestatie maatschappij.

Volwassenen:

Voor een mentaal gezonde en warme maatschappij vinden het ook belangrijk voldoende aandacht te besteden aan de volwassenen. Zelfzorg en aandacht voor welbevinden als mooi voorbeeld voor onze jongeren.

3. Visie & Missie

Sinds 2008 wil Ankerpunt kinderen, jongeren, ouders en hun onmiddellijke context maximale ontplooiingskansen bieden op alle levensgebieden met een kwalitatief hoogstaand begeleidingsaanbod. Aangezien iedereen een unieke benadering nodig heeft, gaan we integratief te werk en passen we onze ondersteuning aan, aan de behoeften en eigenheid van de cliënt. We voorzien een grote verscheidenheid aan flexibel inzetbare zorg en combineren daarbij verschillende vormen van psychotherapie en methodieken. De focus ligt steeds op ieders eigen mogelijkheden en krachten, waarmee we dan positief en oplossingsgericht aan de slag gaan om groeikansen te maximaliseren.

We zorgen voor een breed geïntegreerd aanbod, waarbij we een beroep doen op de professionele expertise van ons interdisciplinair team van psychologen, pedagogen, logopedisten, psychotherapeuten, coaches, leerkrachten, sociaal werkers, ...



In Ankerpunt geloven we dat elk individu de kracht en de mogelijkheid in zich heeft om een betekenisvol leven op te bouwen. Niet iedereen krijgt dezelfde kansen in het leven en mensen kunnen situaties tegenkomen die een positieve evolutie in de weg staan. Het Ankerpunt team wil iedereen de kans geven op ondersteuning wanneer ze deze mogelijkheden, krachten en/of talenten niet optimaal kunnen ontwikkelen en/of benutten.

We geloven dat iedereen oké is zoals hij of zij is en dat de beperkingen, drempels of moeilijkheden die iemand tegenkomt, mits de juiste begeleiding, kunnen overwonnen worden en deze persoon alleen maar sterker zullen maken. Om een adequate ondersteuning op maat van de noden en de eigenheid van de cliënt te kunnen bieden, combineren we op integratieve wijze verschillende vormen van psychotherapie en begeleiding.

Het is onze overtuiging dat een brede aanpak van het ganse gezin en de directe context, zinvol en in vele gevallen, noodzakelijk is. Het individuele gezinslid ontplooit zich immers in dynamische interactie met de andere gezinsleden, die op hun beurt ook invloeden ontvangen van de brede context waarbinnen het gezin zich situeert. Al lijkt het soms heel voor de hand liggend, opvoeden is net als opgroeien, niet altijd gemakkelijk. Het roept vaak vragen, twijfels en zorgen op. Vooral in deze tijden van snelle technologische ontwikkelingen, die we amper kunnen bijhouden, in tijden waarin het aantal nieuw samengestelde gezinnen steeds meer toeneemt, wordt extra flexibiliteit van iedereen gevraagd om hier op een positieve manier mee om te gaan. Daar waar het opgroeien en het opvoeden niet optimaal verloopt, heeft eenieder het recht op ondersteuning en gepaste begeleiding.

De druk die onze constant veranderende maatschappij teweegbrengt, wordt weerspiegeld in de leefomgeving van kinderen, jongeren en hun gezinnen en de werkomgeving van volwassenen. Door onze eigen kennis en ervaringen te delen, willen we ook ondersteuning bieden aan scholen, hulpverleners en al wie met persoonlijke groei en opvoeden te maken heeft.

4. Outreachend werken als extra doel van Ankerpunt

Bovenop onze dagdagelijkse werking en onze missie en visie is het onze ambitie de psychotherapeutische en psycho - educatieve groepsactiviteiten nog verder uit te breiden en te verdiepen en nog meer outreachend te werken om zo op laagdrempelige wijze, nog meer kinderen/jongeren en hun gezinnen te bereiken. Zowel preventief als curatief

We hopen dat we dit extra doel kunnen bereiken via samenwerking met andere organisaties en met de hulp van subsidies, sponsoring, ...

Wordt vervolgd!



5. Wat maakt ons uniek?

5.1. Interdisciplinair

In Ankerpunt vzw werken psychologen, orthopedagogen, logopedisten, leerkrachten, sociaal - maatschappelijk werkers, kiné en een kinderpsychiater,... in interactie met elkaar, samen onder één dak. Dit betekent dat we niet alleen samen zitten in intervisie voor onze patiënten, maar nog een stapje verder gaan. We implementeren het advies van onze collega - expert uit andere disciplines in ons eigen begeleidingstraject.

Op deze manier kunnen we onze cliënten in een veilige en vertrouwde context maximaal ondersteuning bieden.

5.2. Onze grote pijlers

Ankerpunt vzw is een grote organisatie die uit verschillende goed samenwerkende afdelingen bestaat:

- Kompas: gerenommeerde interdisciplinaire groepspraktijk voor kinderen, jongeren en gezinnen met meer dan 14 jaar ervaring.
- Atelier: groepsactiviteiten gedragen door en met de expertise van ons professioneel team, met wetenschappelijke onderbouwing.
- Studio: hier werken we aan een gezonde geest in een gezond lichaam
- Educatieve dienst: het kloppende en verbindende hart van Ankerpunt vzw
- Academie (MJ): hier delen we onze expertise aan ouders, leerkrachten, zorgverstrekkers, jeugdwerkers, dokters, CLB en iedereen die met opvoeden te maken heeft, via lezingen en workshops rond welbevinden en opvoeden.
- Groeiness voor studenten
- Secretariaat en administratie: bemand door een enthousiast team dat steeds voor je klaar staat
- Kernteam met vertrouwenspersoon en jaarlijkse evaluaties rond welbevinden



5.3. Taboedoorbrekend

Op dit moment zien we dat nog heel wat mensen en zeker jongeren onwennig en zelfs afwijzend staan tegenover psychische / therapeutische hulpverlening, individueel én in groep.

Terwijl het toch normaal is dat elke mens tegenslagen en moeilijkheden ontmoet op zijn levenspad. We beschikken niet altijd over de juiste tools en hebben nood om hiervoor nieuwe vaardigheden aan te leren om adequaat om te gaan met deze moeilijkheden.

Ankerpunt vzw probeert daarom taboedoorbrekend te werken door te sensibiliseren en hulpverlening meer te normaliseren, door o.a. dichter aan te sluiten bij de leefwereld van de deelnemers. We combineren welbevinden ook met kunst en cultuur, sport en spel, jeugdwerk, ... zodat ieders talent herkenbaar aan bod komt.

We gaan daarvoor ook zelf naar de kinderen / jongeren toe in scholen, jeugdorganisaties, ... en geven daar interactieve en creatieve workshops. We verzorgen lezingen en workshops voor ouders, leerkrachten, jeugdwerkers,...

Op deze verschillende manieren proberen we het aanbod zo laagdrempelig mogelijk te maken en tegelijkertijd heel professioneel te werken.

5.4. Niet alleen curatief, ook preventief!

'Je kan niet vermijden dat vogels van verdriet overvliegen,
maar je kan wel vermijden dat ze nesten bouwen in je haren'.

5.4.1. Curatief

Er is helaas een grote nood aan helende ondersteuning. Het doel is jongeren weer vlot te krijgen, door psychologische en/of coachende bijstand te verlenen, zodat ze vol zelfvertrouwen zin kunnen geven aan hun leven. Hierbij betrekken we waar mogelijk de context.

Een grote uitdaging is het om drempelverlagend te werken, zodat jongeren / gezinnen gemakkelijker de stap durven te zetten naar hulpverlening. Dit zal in de eerste plaats individueel zijn, op termijn kunnen ze ook ervaringen uitwisselen en leren van lotgenoten (eerder werken met homogene groepen) om zo te komen tot herstel.

5.4.2. Preventief

Onder het motto beter voorkomen dan genezen, ijveren we ook voor een preventieve aanpak. Het leven is voor iedereen met ups en downs. Daarom is het belangrijk goed voorbereid te zijn op die momenten in ons leven waarop het moeilijker gaat. Verdriet hebben hoort daar nu eenmaal bij.



We kunnen leren omgaan met moeilijkheden, in plaats van er van weg te lopen of ze te vermijden. We leren helpende vaardigheden en coping strategieën aan om zo weerbaar door het leven te kunnen gaan.

Hierbij spelen (heterogene) groepssessies een belangrijke rol. Want leren doen we van elkaar en nieuwe vaardigheden oefenen we best in met elkaar.

5.5. Sectoroverschrijdend

‘In een brede context is er aandacht voor ieders talent en ieders welbevinden’

Om zo maximaal mogelijk ons doelpubliek te kunnen bereiken, focussen we ons niet alleen op de geestelijke gezondheidszorg an sich, maar willen we dit kaderen binnen een brede context. Dit doen we door binnen onze werking andere domeinen / sectoren te integreren zoals het socio – cultureel werk, jeugddienst, onderwijs, welzijn, opvoeding, opleiding, sport... Zo kunnen we iedereen benaderen vanuit de invalshoek van eigen interesses en talenten.

5.5.1. Implementatie van kunst en cultuur

Door te werken met o.a.:

- podiumkunsten (muziek, dans, zang, theater, film),
- beeldende kunst en vormgeving (beeldhouwen, schilderen, fotografie),
- literatuur (schrijven, lezen, luisteren naar literatuur),
- cultuur (het bezoeken van musea, concerten en theater) en
- online kunstvormen (animatie, digitale kunst etc).

5.5.2. Implementatie in het onderwijs

School is de plek bij uitstek om kinderen en jongeren laagdrempelig in groep te bereiken. Enerzijds doen we dit met sensibiliseringscampagnes waar kinderen en jongeren op een speelse, creatieve en interactieve manier uitleg krijgen over psycho - sociale thema's en waar ze hiervoor terecht kunnen. Ankerpunt vzw gaat een stapje verder. Met onze Psycho -educatieve projecten bieden we jongeren de kans hier zelf over te reflecteren en kunnen ze met leeftijdsgenoten nieuwe vaardigheden inoefenen.

Tijdens onze activiteiten binnen de schoolse context houden we maximaal rekening met de leerdoelen en eindtermen. Door onze nauwe samenwerking vergroten we onze actieradius en bereiken we ook kinderen en jongeren voor wie de drempel anders op een of andere manier te hoog is.



5.5.3. Implementatie van sport en spel

De visie over een gezonde geest in een gezond lichaam mag zeker niet ontbreken. Daarom implementeren we ook beweging in onze activiteiten.

- yomiqi, yoga, mindfulness, kungfun, ...
- bos - park - en weidebaden
- sport en spel
- ...

5.5.4. Implementatie in welzijn en gezondheidszorg

Deze brede context met mogelijkheden en aandacht voor interesses voor de eigenheid van elk individu, dat is wat Ankerpunt zo uniek maakt.

6. Wat we doen in een notendop

1. Individuele psychotherapie voor kinderen, jongeren, (jong)volwassen
Thema's: moeilijkheden rond sociale vaardigheden, zelfvertrouwen, weerbaarheid, angsten, AD(H)D, ASS, ...
2. Relatie-, ouder- en gezinstherapie en voor partners, eenoudergezinnen, nieuw samengestelde gezinnen en bij co- ouderschap. Vaak is het aangewezen om met heel het gezin te werken als er zorgen zijn over het kind.
3. Diagnostisch onderzoek: intelligentie, neuropsychologische functies, ontwikkelingsstoornissen, socio-emotioneel functioneren, persoonlijkheid, studiehouding, schoolkeuze en gezinsfunctioneren...
4. Studiebegeleiding: leerlingen die moeilijkheden ondervinden bij het leren kunnen bij ons studiebegeleiding volgen. Begeleiding bij zelfstandig leren, leren van vakken en voorbereiding van examens, motivatie, stress, faalangst, studiekeuze, ...
5. Kampjes (overdag) voor kinderen en jongeren en workshops voor alle leeftijden: focus ligt op welbevinden, stress, veerkracht, sociale vaardigheden, zelfvertrouwen en een gezonde geest in een gezond lichaam. Samen met



anderen leer je over jezelf, je talenten, samenwerken en stevig in je schoenen staan. De begeleiding gebeurt door een professioneel team. De kampjes hebben zeker hun waarde bewezen en worden ook wetenschappelijk onderbouwd.

6. Aanbod voor scholen: op vraag van scholen kan Ankerpunt workshops komen geven in scholen. Hierbij wordt sterk op maat gewerkt en ligt het accent op welbevinden en sociale vaardigheden en/of op beweging.
7. Lezingen, trainingen en workshops: Ankerpunt vzw organiseert samen met MJ Academie interactieve lezingen over persoonlijke groei, welbevinden, opvoeding en zorg. Deze lezingen zijn bedoeld voor leerkrachten, ouderverenigingen, zorgcoördinatoren, jeugdwerkers,... en iedereen die met jeugd te maken heeft.
8. Boek "Avonturen aan de Wondere Ommesprong": een "Hey, ik ben oké" lees- en doeboek rond welbevinden en sociale vaardigheden bij kinderen, van Marleen Jans in samenwerking met MJ Academie.
9. "Groeinest" voor stagiairs: Ankerpunt vzw stelt zijn deuren graag open voor stagiairs. Ons team heeft een enorm engagement naar de stagiairs toe, bovendien hebben we ook iemand in loondienst die de opleiding (stage) van deze stagiairs mee coördineert. Heel wat masterstudenten psychologie of orthopedagogiek van de KUL, de VUB, of zelfs Nederlandse universiteiten deden hier boeiende ervaringen op tijdens hun masterstage en werden professioneel klaargestoomd voor het echte werkveld. Ook hogeschoolstudenten van UCLL, Odisee,... of werkstagiairs beleven hier hun eerste werkervaringen.

D. Ankerpunt Activiteiten in de kijker!



1. Activiteiten op individueel en/of gezinsniveau

1.1. Therapie/ psychologische begeleiding

Cliënten kunnen bij ons terecht voor individuele psychotherapie, relatie-, ouder- en gezinstherapie. Ankerpunt vzw is er voor kinderen, jongeren, (jong)volwassenen en ouderen. Allerlei thema's kunnen aan bod komen. Enkele voorbeelden:

- Bij moeilijkheden i.v.m. persoonlijke groei, assertiviteit, sociale vaardigheden, zelfvertrouwen, evenwicht in werk & privé, rouw, ...
- Wanneer er zorgen zijn met een kind is het aangewezen aan de slag te gaan met het hele gezin
- Begeleiding van partners, eenoudergezinnen, nieuw samengestelde gezinnen of bij co-ouderschap
- Bij angsten, ADHD, ASS (autismespectrumstoornis), ...
- Kinesithérapie

We stemmen de therapie af op maat van de cliënt en vertrekken daarbij vanuit hun doelen, waarden en talenten.

1.2. Diagnostiek 'Inzetten op talent en sterktes, eerder dan werken met stempels'.

Ankerpunt vzw ijvert voor een brede en oplossingsgerichte aanpak. Daarom geven we voorrang aan diagnostisch onderzoek in functie van een therapie-vraag. Dit omdat we het belangrijk vinden ook je sterktes en talenten in kaart te brengen en zo je concrete tools aan te leren om goed om te kunnen gaan met dat waar je het moeilijk mee hebt. Indien je dus enkel voor diagnostiek komt, plaatsen we je op onze langere wachtlijst.

Diagnostisch onderzoek kan een meerwaarde vormen om iemand de juiste hulp te bieden. Ankerpunt vzw heeft psychologen, orthopedagogen, logopedisten, kinesisten, ... in dienst, met deskundigheid in het afnemen en interpreteren van testen en vragenlijsten. Zij zijn geschoold in onderzoek zowel voor kinderen, jongeren als volwassenen. Klinisch



psychologen mogen alle psycho diagnoses uit de DSM stellen, en klinisch orthopedagogen mogen ook diagnoses stellen aangaande leerproblematieken en pedagogische diagnostiek. (Belgisch Staatsblad, art 68.1)

Indien er multidisciplinair moet gewerkt worden of er moet medicatie voorgeschreven worden, dan meld je je best ook aan bij een kinderpsychiater. Het is interessant dat zij vanaf het begin betrokken zijn. Neem hiervoor een kijkje op de website van de Vlaamse Vereniging Kinderpsychiaters. Ankerpunt vzw werkt nauw samen met dr. Catherine Van de Putte. Ook cliënten van andere (kinder)psychiaters zijn bij ons welkom. In 2023 zullen we ook onze eigen kinderpsychiater in huis hebben.

We zorgen ervoor steeds in het bezit te zijn van het meest recente testmateriaal en voorzien voor onze medewerkers regelmatig bijscholingen om op de hoogte te blijven over de ontwikkelingen binnen dit vakgebied.

Een greep uit ons diagnostisch aanbod:

1. Psychologisch onderzoek

- Intelligentie.
- Neuropsychologische functies waaronder aandacht, geheugen, impulscontrole, executieve vaardigheden, visueel-ruimtelijk inzicht,...
- Ontwikkelingsstoornissen waaronder Autisme Spectrum Stoornis (ASS) en Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD).
- Socio – emotioneel functioneren: angst, welbevinden, zelfvertrouwen, veerkracht, ...
- Persoonlijkheid.
- Studiehouding en schoolkeuze.
- Gezinsfunctioneren: gedrags- en opvoedingsvragen.

2. Logopedisch onderzoek

- Schoolvordering: leerlingenvolgsysteem (LVS) en analyse van het AVI leesniveau.



- Leerstoornissen waaronder dyslexie, dyscalculie, dysorthografie,...

3. Kinesitherapeutisch onderzoek

- Psychomotorische revalidatie
Grove en fijne motoriek, testing, lateralisatie, schrijfmotoriek, coördinatie, dyspraxie, Typ10,...
- Respiratoire revalidatie
- Ontwikkelingsstimulatie
Eerste twee levensjaren, prematuren, voorkeurshouding, plagiocephalie, hypotonie, poepschuiver, hyperlaxiteit, ontwikkelingsachterstand, ouderinstructie.
- Algemene pediatrische revalidatie
ASS, Syndroom van Down, zindelijkheid, groeiklachten, revalidatie na botbreuk, houdingscorrectie
- Relaxatie
Kinderen met ADHD, autisme, faalangsten,... leren door relaxatietechnieken tot rust komen

1.3. Studiecoaching

Uitgangspunt Ankerpunt: 'Een kind dat slecht in zijn vel zit, kan daardoor onderpresteren op school. Een kind dat om welke reden dan ook onderpresteert, zal zich daar ongelukkig door voelen.' Ankerpunt vindt het daarom belangrijk ook deze kinderen en jongeren te ondersteunen en tools te geven zodat ze zelfstandig verder kunnen.

Leerlingen van de basisschool, het middelbaar onderwijs en studenten hoger onderwijs die moeilijkheden ondervinden bij het leren, kunnen bij ons terecht voor studiebegeleiding en leren leren. Het Ankerpunt team heeft expertise met leermoeilijkheden en -stoornissen zoals dyslexie en dyscalculie. Hiernaast bezit het team ook veel ervaring over studiebegeleiding van leerlingen met aandachtsstoornissen, ASS en hoogbegaafdheid.

We bieden begeleiding bij zelfstandig leren / leren leren, inhoudelijke vakbegeleiding, motivatie, aandacht, faalangst en studiekeuze. We doen dit binnen Ankerpunt adhv het geleverde schoolmateriaal en dmv oefeningen en methodieken op maat.



1.4. Logopedie

Kinderen, jongeren en (jong)volwassenen kunnen bij ons terecht voor logopedie. Dit kan bijvoorbeeld wanneer je moeite hebt met het correct uitspreken van woorden, vloeiend spreken of als je moeite hebt met lezen en schrijven. Je kan bij ons terecht voor de volgende problemen: leerstoornissen (dyslexie en dyscalculie), taalontwikkelingsproblemen, articulatiestoornissen en neurogene communicatiestoornissen (communicatiestoornissen naar aanleiding van een hersenletsel).

De logopedist onderzoekt elke klacht individueel, via een gericht onderzoek en bijkomende informatieverzameling. In overleg met de ouder wordt een behandelplan opgesteld. De behandeling heeft als doel stoornissen in de communicatie te voorkomen, te beperken of te verhelpen. Daarnaast geeft de logopedist advies en informatie.

Soms kan een communicatiestoornis verbeteren door een medische, tandheelkundige of psychologische behandeling. Samenwerken met andere deskundigen is dus heel belangrijk.

Op dit moment zijn we zoekende naar extra logopedisten om ons team te versterken.

2. Psychotherapeutisch groepsaanbod

2.1. Weetjes

1. Wat?

Het zijn plezierige en verbindende workshops/ dagkampjes waar we met zeer gevarieerde werkvormen aan de slag gaan. In kleine veilige groepjes gaan we, in interactie met de anderen, op maat van elk kind werken. We hebben dus speciale aandacht voor de noden van elk kind. Kinderen leren van ons en van de andere kinderen om hun talenten in te zetten voor meer zelfvertrouwen, weerbaarheid, veerkracht, sociale vaardigheden, ... We doen dit aan de hand van leuke speelse, avontuurlijke en creatieve activiteiten en in beweging zoals yoga, mindfulness, rots en water, ... Er zijn avonturen in de natuur, sport en spel, muziek en zoveel meer. We kijken hierbij naar de talenten en interesses van de kinderen. We observeren de kinderen/ jongeren, doen babbeltjes met hen en zoeken naar de onderliggende noden van hun zorgen. Deze kampjes worden wetenschappelijk onderbouwd door masterstudenten orthopedagogiek KUL.

2. Waar gaan deze door?

- In het Ankerpunt Huis:

- Gedurende het jaar en tijdens de schoolvakanties worden er voor verschillende leeftijdsgroepen psychotherapeutische dagkampjes / workshops georganiseerd in het Ankerpunt Huis.

- Op verplaatsing:

- Ook dit jaar werkten we weer samen met het JAC en de Preventiedienst van Leuven aan psychotherapeutische workshops 'Hier sta ik' in Jeugdvleugel F in Leuven voor tieners (13 - 16 jaar).
- Onze ambitie is met deze psychotherapeutische workshops nog meer outreachend te werken om zo op laagdrempelige wijze, nog meer kinderen/jongeren en hun gezinnen te bereiken.



3. Onze professionele begeleiders

Deze activiteiten staan onder begeleiding van ervaren psychologen / orthopedagogen / sociaal - maatschappelijk werkers. Om zo doelgericht mogelijk, op maat van elk kind / jongere, te kunnen werken worden ze bijgestaan door vrijwilligers - of masterstudenten psychologie/ orthopedagogie of bachelors - laatste jaar toegepaste psychologie of laatstejaarsstudenten uit de sociaal - maatschappelijke richting.

Zo proberen we steeds minsten **1 begeleider** te hebben **voor 2 à 3 kinderen** of voor een **kampje van 10 deelnemers** proberen we zeker **4 begeleiders** in te zetten.

4. Psychotherapeutische groepsactiviteiten

Deze activiteiten zijn psychotherapeutisch van inslag. Dit wil zeggen dat we in interactie met de groep, op maat van elk kind werken. Geen twee kampjes zijn dus dezelfde, want we hebben steeds een diverse en heterogene samenstelling waaraan we ons draaiboek telkens flexibel moeten aanpassen. Tijdens de activiteiten zullen de begeleiders de deelnemers



observeren in interactie met de anderen en er regelmatig babbeltjes mee slaan. Zo leren we de kinderen nog beter kennen, observeren we waar het goed loopt en waar ze vastlopen, leren we hen nieuwe vaardigheden aan en formuleren we tips voor het kind, de ouders, school, ... De observaties kunnen dienen als basis voor verdere therapeutische opvolging of diagnostiek indien nodig.

5. Wetenschappelijke onderbouwing

Deze activiteiten worden wetenschappelijk onderbouwd door masterstudenten orthopedagogiek van de KUL.

Voor - tijdens - en na de kampjes doen we een bevraging bij ouders en kinderen.

Ook in de praktijk merken we de effectiviteit van deze kampjes.

(1 = helemaal niet leuk, 2 = niet zo leuk, 3 = soms leuk, soms niet zo leuk, 4 = leuk 5 = super leuk)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Wat vond ik het leukst vandaag?

Like een nieuwe vriend maken

Wat vond ik het minst leuk vandaag?

niks

Hoe voelde ik me in de groep vandaag?

(1 = helemaal niet goed, 2 = niet zo goed, 3 = soms goed, soms niet zo goed, 4 = goed, 5 = super goed)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Wat heb ik geleerd vandaag?

hoe ik ~~moet~~ moet doen als iemand me en ruziekind noemt

Complimentje voor mezelf **TOPPIE**

is ben leuk

6. (Kansen)tarieven

Deze kampjes zijn erkend als therapie door alle mutualiteiten. Tot 14j. kunnen de ouders de kosten ook fiscaal inbrengen.

Ankerpunt vzw werkt nauw samen met 'Iedereen verdient vakantie' en de 'Uitpas'. Zo krijgen ook kinderen uit (financieel)kwetsbare gezinnen kans om bijna gratis deel te nemen. Waar nodig past Ankerpunt vzw zelf nog wat bij.

Zo wordt psychotherapie in groep voor iedereen een haalbare kaart.

2.2. Indeling dagkampjes / workshopreeksen per leeftijd

1) Talent in de tent (TIDT)



Voor kleuters en kinderen van de lagere school van 4 tot 7 jaar. Spelenderwijs wordt aan de hand van activiteiten, verhalen en groepsspelen stilgestaan bij eigen talenten. Zowel het 'plezier beleven' als het exploreren van 'wie ben ik' en 'wat zijn mijn talenten' staan centraal.

Ankerpunt 2022: totaal aantal deelnemers = 16

2) Hey, ik ben oké (HIBO)

Deze kampjes zijn bestemd voor kinderen van de lagere school van 7 tot 11 jaar. Aan de hand van een boeiend dierenverhaal uit Marleen Jans' Boek: 'Avonturen aan de Wondere Ommesprong' en heel wat actieve en creatieve opdrachten zoals knutselen, koken, toneel, muziek, beweging zoals yoga, yomiqi, mindfulness, rots en water en leuke groepsspelletjes wordt gewerkt aan het (sociaal) welbevinden. Er is veel vraag naar een vervolg sessie hierop.

Ankerpunt 2022: totaal aantal deelnemers = 91



3) Springplank, weerbaar naar het middelbaar



Springplank is bedoeld voor tieners van 12 - 14 jaar. Samen met leeftijdgenoten wordt op een leuke manier een boost gegeven aan sociale vaardigheden en het zelfvertrouwen. Jongeren leren tijdens de kampjes veerkrachtig in het leven te staan.

Ook thema's als sociale media, genderidentiteit, studiekeuze, studiemethode, ... kunnen aan bod komen.

Ankerpunt 2022: totaal aantal deelnemers = 32

4) "Hier sta ik"

De (externe) workshopreeks 'Hier Sta Ik' wordt georganiseerd samen met de Preventiedienst van de stad Leuven en het JAC. Deze reeks richt zich op jongeren van 14 tot 18 jaar die te maken hebben met pestgedrag. De workshops leren de jongeren hun zelfvertrouwen te versterken en meer weerbaar te worden, zodat ze in de toekomst met moeilijke sociale situaties kunnen omgaan.

Gezien het succes, en het feit dat het zeker zijn nut heeft bewezen, organiseren we sinds 2022 deze reeks tweemaal per schooljaar (i.p.v. één maal vroeger).

Jeugd vleugel F 2022:

totaal aantal deelnemers = 22 jongeren



5) “Spring in het veld” workshop

Een workshop gericht op kinderen van de lagere of de middelbare school die bruisen van energie en/of een AD(H)D diagnose hebben of waarvan een vermoeden is. Er wordt tijdens de workshop nadruk gelegd op de talenten van de jongeren om hen een boost in zelfvertrouwen te geven, daar de vele opmerkingen op een dag over hun drukke/verstrooide gedrag aan hun welbevinden of zelfvertrouwen kunnen gaan knagen. Er wordt afgewisseld met actieve en avontuurlijke activiteiten en leuke en haalbare concentratie- en ontspanningspelletjes uit de Yomiqi. Er is ruimte voor de beleving van de jongeren en er worden tips gegeven voor het omgaan met moeilijkheden.

Deze reeks hebben we in 2022 niet georganiseerd.

6) Palaver

Palaver is een interactief en creatief praat- en doe-café voor jongeren uit de tweede en derde graad van het middelbaar. In kleine groepjes wordt onder begeleiding van een ervaren therapeut in een veilige omgeving stilgestaan bij thema's en vragen die naar voren worden gebracht door de jongeren zelf. De bedoeling is het zelfvertrouwen te vergroten, sociale vaardigheden te versterken, van elkaar te leren en inzichten te verwerven.



Dankzij de steun van de jeugddienst van de stad Leuven was er afgelopen jaar in september uitzonderlijk een gratis Palaver Avond in het kader van de 10- daagse van de veerkracht.

Quote van de deelnemers: 'Time flies when you're having fun'.

In 2022 waren er in totaal 10 jongeren die deelnamen aan Palaver.

7) Challenge

Challenge is een interactief en creatief praat- en doe-café voor jongeren na het middelbaar: studenten, werkzoekenden, ... In kleine groepjes wordt onder begeleiding van een ervaren therapeut in een veilige omgeving stilgestaan bij thema's en vragen die naar voren worden gebracht door de jongeren zelf. De bedoeling is het zelfvertrouwen te vergroten, sociale vaardigheden te versterken, van elkaar te leren en inzichten te verwerven.

In 2022 was dit één van de projecten die door JEZ (Jong en Zot) werd geselecteerd. Zo konden we een inzamelactie op poten zetten. De opbrengst hiervan wordt verdubbeld door JEZ.

Niet georganiseerd in 2022, staat dus wel op de planning voor 2023.

8) Studie in zicht

Op verschillende momenten tijdens het jaar biedt Ankerpunt workshops aan rond studeren met 'Studie in zicht'. Er wordt op een interactieve manier met middelbare scholieren in kleine groepjes naar efficiënte studiestrategieën gezocht. Iedere sessie behandelt een ander thema zoals faalangst, stress, leren leren, ...

In 2022 hebben 6 jongeren deze workshops gevolgd.

2.3. STUDIO: Interne dagkampjes of workshops in beweging

1) Tuin in beweging (TIB)



In de zomervakantie wordt het aanbod kampjes in de namiddag uitgebreid met Tuin in beweging. Dit is voor kinderen wiens ouders heel de dag werken, of er gewoon zin in hebben. Zoals de naam zegt, wordt er gedurende een namiddag aan sport en spel gedaan met aandacht voor het welbevinden van het kind. Leuke bewegingsspelletjes worden afgewisseld met verbindende communicatie, Yomiqi, Yoga en Mindfulness, Kung Fun, Rots en Water, avonturen in de natuur, ... Spelenderwijs wordt geleerd om dicht bij jezelf te komen en vol zelfvertrouwen in het leven te staan.

TIB 2022 3 kampjes, 15 deelnemers

2) YOMIQI

YOMIQI = 'leven', 'in het hier en nu zijn' (Japans)

QI = 'energie, levenskracht'.

=> De energie om gezond, ontspannen en bewust te leven in onze moderne prestatie maatschappij.



Yomiqi is een leuke, inspirerende en gevarieerde mix van yoga, mindfulness, qigong, ontladende bewegingen uit verschillende culturen, gecombineerd met een gezonde dosis humor, spel, reflecties en praktische tips rond positieve communicatie, zelfzorg, weerbaarheid en welbevinden, op maat van eenieder! In onze huidige drukke prestatie maatschappij is het belangrijk om regelmatig contact te maken met je lichaam en tot jezelf te komen. Met Yomiqi willen we iedereen handvaten bieden in zijn/haar zoektocht naar helpende strategieën. Dynamische, energiegelovende oefeningen

wisselen af met rustgevend inspiraties. Deze workshop wordt aangeboden doorheen het schooljaar voor alle leeftijden.

In 2022 is Yomiqi 1 keer doorgedaan in het Ankerpunt met 4 kinderen. Na corona was het werken om gelijkaardige contactsporten en activiteiten nieuw leven in te blazen. Op verplaatsing was het wel een veelgevraagde activiteit (zie cijfers)!

3) Kung Fun



Op een speelse manier kan je bij Ankerpunt kennismaken met de oude Chinese gevechtskunst Kung Fu. In Ankerpunt is het 'fun' en het verhoogt de weerbaarheid. De basis begint met respect en vriendschap voor jezelf, alle levende wezens en de natuur waarin we leven. Het leert kinderen een krachtige houding te ontwikkelen. Via eenvoudige meditatie wordt gewerkt rond identiteit. Er wordt stilgestaan rond de vragen 'Wie ben ik?', 'Wat zijn mijn noden?', 'Waar liggen mijn talenten?',... Het kind

leert in groep zichzelf te zijn en dichterbij de weg te komen die hij of zij wil volgen.

Het aanbod is voor kleuters en kinderen van de lagere school en wordt doorheen het gehele schooljaar en tijdens schoolvakanties gegeven.

Kungfun in Ankerpunt zelf : 9 keer doorgegaan, 4 deelnemers.

Op verplaatsing zeer frequent.

4) Bos- en weidebaden



Al wandelend wordt de omgeving verkend en kan er genoten worden van de geluiden en geuren van het bos. Onderweg gaan we aan de slag met Yomiqi, Yoga- en ademhalingsoefeningen. Ook worden er tips gegeven om stress, burn-out, depressie, prestatiedruk, ... te voorkomen of onder controle te krijgen. Er is ruimte voor een gezellige of diepgaande babbel. De wandelingen gaan door op de laatste zondag van de maand of op aanvraag en zijn voor iedereen toegankelijk.

In 2022 zijn er 3 bosbaden doorgegaan. Totaal 38 deelnemers

3. Psycho - educatief groepsaanbod (extern aanbod)



Met onze workshops gaan we ook op verplaatsing. Naar scholen, naschoolse opvang, jeugdorganisaties, ... Gezien de aard van deze activiteiten en de grotere hoeveelheid deelnemers is het niet mogelijk en ook niet de vraag om op maat van elk kind te werken. We luisteren wel goed naar de noden van de school, zodat we wel op maat van elke klas kunnen werken.

Op een speelse en creatieve manier maken de deelnemers kennis met thema's rond welbevinden en sociale vaardigheden. We geven hen inzichten, zodat ze bepaalde interacties en reacties beter kunnen begrijpen en er beter op kunnen reageren. We ontdekken en oefenen nieuwe vaardigheden in.

Thema's die aan bod komen zijn: weerbaarheid, zelfvertrouwen, vriendschappen sluiten, faalangst, omgaan met stress, talenten leren kennen en inzetten, welbevinden, tot rust komen, grenzen stellen, identiteit, teambuilding, liefde, ...

Overzicht in cijfers van deze workshops vind je lager

4. Lezingen & workshops voor begeleiders (i.s.m. MJ Academie)

1) Studiedagen, lezingen en informatieavonden

Doorheen het jaar geven we studiedagen, lezingen, informatieavonden,... voor ouders, leerkrachten, therapeuten, logopedisten, buddy's, jeugdwerkers,... en iedereen die met zorg te maken heeft.

De thema's kunnen gaan over uiteenlopende onderwerpen rond groei, welbevinden en opvoeden. Dat kan intern georganiseerd worden, maar we gaan ook vaak op verplaatsing op uitnodiging van oudercomités, (hoge-) scholen, Huizen van het kind, organisaties uit socio - culturele sector, ... en iedereen die met deze thema's te maken heeft. Dit kan zowel voor kleine besloten groepen op maat georganiseerd worden als voor grotere groepen met een meer divers publiek.

2) Webinars

- Vanuit het Ankerpunt organiseren we op vraag van de organisaties ook heel wat webinars rond welbevinden, opvoeden, ...

- Marleen Jans gaf ook verschillende gratis webinars om haar zelfgeschreven 'Hey ik ben OK'- lees en doeboek 'Avonturen aan de wondere Ommesprong' te introduceren.

3) Workshops voor ouders, leerkrachten, zorgverstrekkers, ...

In de workshops gaan we actief aan de slag met het thema. Hier worden de deelnemers zelf in actie gezet en gaan ze al doende in interactie ervarend leren, zowel van de docent als van elkaar. De thema's kunnen uiteenlopend zijn, meestal is er wel een link met het 'Hey ik ben ok'- lees en doeboek 'De Wondere Ommesprong' van Marleen Jans





Ankerpunt vzw organiseert regelmatig enkele toffe workshops voor leerkrachten, ouders, jongerenbegeleiders, zorgverstrekkers rond creatief en actief omgaan met welbevinden (in de klas en op school, jeugdbeweging, kinderopvang, therapie, thuis, ...). Diverse thema's als faalangst, perfectionisme, vrienden maken, piekeren,... komen aan bod. Deze thema's komen immers steeds meer op de voorgrond te staan in onze huidige maatschappij. Bovendien wordt het steeds belangrijker om al van jongs af aan veerkrachtig en weerbaar in het leven te staan. We gaan op een actieve, creatieve en interactieve manier aan de slag. Dit vormt een grote meerwaarde voor iedere leergierige deelnemer!

Deze workshops zijn in drie delen opgedeeld. In het eerste deel wordt er kennisgemaakt en staan thema's als leiderschap, pesten en zelfvertrouwen centraal. In het tweede deel staan eenzaamheid, rouw, verdriet, vertrouwen, talenten, mogen jezelf zijn, concentreren en beweeglijkheid op de voorgrond. Tot slot staan in het derde deel thema's als faalangst, leerproblemen, stress, moeilijk met veranderingen kunnen omgaan, graag leren,... centraal.

4) Groeiness voor studenten

Deze veelheid aan psychotherapeutische en psycho-educatieve activiteiten in een interdisciplinair team, maakt van Ankerpunt een interessante stageplek waar studenten van de KUL, UCLL, VUB, Thomas More, Odissee, ... en ook van Nederlandse universiteiten graag hun master- of professionele bachelor stage komen doen, proevend van een rijk gevarieerd aanbod. Het kan gaan om masterstudenten psychologie of orthopedagogiek, bachelorstudenten toegepaste psychologie, gezinswetenschappen, sociaal cultureel werk, sociale readaptatie, maatschappelijk werk, orthopedagogie, ...

Deze stagiairs worden goed omringd en krijgen zeer veel groeikansen in een gevarieerd werklandschap. Dat lukt dankzij ons team dat een enorm engagement heeft naar deze stagiairs toe. Bovendien hebben we ook een medewerker in loondienst die de opleiding van de stagiairs mee coördineert en ondersteunt.



5) Evenementen

1. Gezinsdag

Hét evenement van het jaar is natuurlijk onze Gezinsdag in oktober. De gezinsdag valt in die periode omdat we dit graag organiseren ook in het kader van de 10-daagse van de geestelijke gezondheid in oktober. De gezinsdag gaat in het Ankerpunt Huis door en is gratis. Er worden tal van activiteiten aangeboden in het thema van 'veerkracht' en 'in je kracht staan': workshops, crea-ateliers, yomiqi, kung fun, bosbaden en voorstellingen van het lees- en doe boek 'Avonturen van de Wondere Ommesprong' met als thema's als stress, zelfvertrouwen en veerkracht. Er kan uitleg gevraagd worden over de werking en activiteiten van Ankerpunt bij de verschillende infostandjes.



ZONDAG 2 OKTOBER 2022

GEZINSDAG VAN DE VEERKRACHT

OPENDEURDAG

ANKERPUNT VZW
OUD-HEVERLEESTRAAT 62
3001 HEVERLEE

✉ Contacteer ons: 0497 74 68 99 secretariaat@ankerpunt.be www.ankerpunt.be

2. Infostands en activiteiten op evenementen

Geregeld wordt het Ankerpunt gevraagd om actief vertegenwoordigd te zijn op allerlei evenementen voor kinderen of voor iedereen die met kinderen en jongeren te maken heeft. We zorgen dan niet alleen voor heel wat informatie, maar meestal ook voor leuke activiteiten voor kinderen, jongeren en hun gezinnen of voor professionals zoals leerkrachten, therapeuten, zorgverstrekkers, jeugdwerkers, ...

3 Acties

Doorheen het jaar zijn er heel wat thema's die in de kijker worden gezet. Denk maar aan de week tegen pesten, de week van de vrijwilliger, de dag van de alleenstaande ouder, ...

Ankerpunt vzw zet hier graag haar schouders onder en dat doen we op vele manieren.

II. Ankerpunt een vzw gedragen door veel mensen

We zijn een vzw in volle expansie. Daar horen heel wat helpende handen bij zoals ondersteunend personeel, coördinator psycho - educatieve dienst, coördinator stagiairs, coördinatie dienst studie, hulp op de educatieve dienst, secretariaat, boekhouding, tuin, klusjes, onderhoud, infrastructuur, materiaal, ... Maak kennis met ons team!

A. Raad van bestuur

- o Voorzitter: Marleen Jans
- o Secretaris: Kris Jans
- o Ondervoorzitter: Tesfina Broeckmeyer
- o Effectief lid: Luc Stroobants

De algemene vergadering vergadert minimaal 1 keer per jaar voor o.m. de goedkeuring van de begroting, jaarverslag en het financieel verslag.

De raad van bestuur komt gemiddeld minstens 1 keer per kwartaal samen (minstens 4 x per jaar).

B. Lidmaatschappen 2022

Kinderen en jongeren	
Kleuters	16
Lagere school	92
Secundair	22
Totaal	130



C. Medewerkers

1. In cijfers

Onze medewerkers	Aantal	Functie
Zelfstandige medewerkers	14	Klinisch psychologen, orthopedagogen, psychotherapeuten, coaches, leerkrachten, ... Directie
Loondienst	VTE 1,17	Coördinatoren (studie, educatieve dienst) Eva van 17/01 tot 11/06 Charlotte van 02/05 tot 30/11 Lisa van 02/11 tot 31/12...
Stagiairs	12	Master (studenten) klinisch psychologen, orthopedagogen, ... van o.a. de KUL, VUB, ... Graduaat en bachelor (studenten), sociale readaptatiewetenschappen (srw), sociaal-cultureel werk (scw), toegepaste psychologie, ... van o.a. UCLL, Odisee, Thomas More, ...
Vrijwilligers	22	Secretariaat, administratie, educatieve dienst, opruimcoach, raad van bestuur, psychologen, orthopedagogen, ...
Nauwe samenwerkingen	4	Kiné: Ine Van Nuland Kinderpsychiater: Dr. Catherine Van de Putte ICT: Tim van der Schriek Boekhouding: Geertrui Van Laer

2. Verschillende diensten, teams, ... meerdere medewerkers

Ankerpunt groeit en daardoor breidt het Ankerpuntteam alsmaar uit. We vinden het belangrijk dat iedereen zich welkom voelt en gedragen wordt door het team. Daarom zorgen we steeds voor een warm welkom en een fijn onthaal. In de educatieve dienst is een hartelijke plek waar



we elkaar kunnen ontmoeten met een kop koffie of een andere verfrissing. We organiseren regelmatig teambuildings, afterwork drinks... maar er is meer. In Ankerpunt werken we ook met een vertrouwenspersoon en een kernteam, zij organiseren jaarlijks een (anonieme) tevredenheidsenquête, bespreken die met het team en volgen die op. Ook uit de enquête van 2022 blijkt weer een grote tevredenheid, de groeipunten werden aangepakt. (zie bijlage)

De directie neemt de dagdagelijkse coördinatie op zich. Hier ligt het accent op de cliënt en de ondersteuning hiervoor van alle medewerkers van Ankerpunt en dit in de ruime zin van het woord.

Vrijwilligers nemen voor een groot stuk de administratie, onthaal en secretariaat op zich. Zij worden hierin bijgestaan door Geertrui Vanlaer, onze vaste boekhoudster.

We probeerden ook jonge, pas afgestudeerde psychologen een kans te geven om als vrijwilliger met onkostenvergoeding ervaring op te doen. Alhoewel dit een mooi project was, ervoeren we dat Ankerpunt hier niet de financiën voor heeft en hebben we dit project (voorlopig?) opgeborgen.

De educatieve dienst wordt bemand door vrijwilligers, stagiairs en geëngageerde zelfstandige medewerkers en medewerkers in loondienst. Hier worden heel wat projecten gerealiseerd, nieuwsbrieven geschreven. De psycho-educatieve dienst wordt gecoördineerd, eerst door onze werkstagiair die we later in loondienst namen (VTE 0,7). ... In november gaf Charlotte Dawance de fakkel door aan Lisa Van Espen.

In 2022 hadden we tot juni ook Eva Dierckx als studietoecoördinator. De loonkosten waren echter te zwaar, zodat we dit project (tijdelijk?) moesten opbergen.

We bedanken Eva Dierckx en Charlotte Dawance voor hun enthousiaste inzet voor Ankerpunt vzw en wensen hen veel succes.

Zelfstandige medewerkers zetten zich elke dag weer in voor het welbevinden van onze cliënten. Daarnaast zetten ze hun schouders onder de werking van Ankerpunt.

Deze zelfstandige medewerkers zijn allemaal zeer geëngageerd en zetten zich vaak belangeloos en voor niets in.

Vertrouwenspersoon: Steffie Claes

Bij Steffie, kan iedereen terecht met vragen en zorgen over eigen welbevinden binnen het team. We hebben liever dat iemand te snel bij Steffie aanklopt, dan dat misverstanden of andere situaties een eigen leven gaan leiden.

Kernteam: Steffie Claes, Ellie Kloeck, Marleen Jans



Dit team zorgt voor een geöliede werking van Ankerpunt in alle facetten, in overleg met de andere medewerkers. Dat kan gaan over materiaal dat aangekocht moet worden, herinrichting van ruimtes, ... maar de aandacht gaat ook speciaal naar het welbevinden van onze medewerkers, vandaar dat we jaarlijks een tevredenheidsenquête houden bij alle teamleden (zelfstandigen, loondienst, vrijwilligers, stagiairs)

Team Diagnostiek: *Steffie Claes, Ellie Kloeck*

Up to date houden van onze diagnostiek. Infosessies over inhoud voor medewerkers .

Team Workshops: *Myrthe Slaets, Marleen Jans*

Coördineren, uitwerking en aanpassingen van de draaiboeken, observatieschema's, materialen, ... workshops. Er worden interne opleidingen georganiseerd.

Team intervisie: *Steffie Claes, Ellie Kloeck, Myrthe Slaets, Marleen Jans*

Twee wekelijkse bijeenkomsten waar meer complexe casussen interdisciplinair besproken worden, om op deze manier onze cliënten nog beter te kunnen begeleiden.

Team stagiairs: *Iedereen*

Naar jaarlijkse traditie hebben we een aantal studenten van verschillende universiteiten en hogescholen die hun opgedane kennis in de praktijk kunnen brengen en werkervaring in hun vakgebied opdoen. De stagiairs kunnen bij iedereen van het team terecht om ervaring op te doen of uitleg te krijgen.

Team kleine klusjes: *Iedereen*

We kunnen ook rekenen op het engagement van de zelfstandige medewerkers voor andere losse, kleinere of grotere taken

Team in beweging: *o.a. Nancy, Myrddin, ...*

Zij zetten iedereen in beweging zoals Tuin in beweging, Kungfun, Yomiqi...

Wij willen alle medewerkers van het Ankerpuntteam bedanken voor hun fantastische inzet en werk.

III. Ankerpunt in cijfers

A. Het Ankerpunt Team staat klaar voor vele mensen

TOTAAL BEREIK

Kinderen, jongeren, jongvolwassenen 399 (intern) + 999 (extern) = 1398

(Groot)ouders, leerkrachten, jeugdwerkers, zorgverstrekkers,... = 2173

Waaronder meer dan 700 leerkrachten

Dankzij onze deelname aan evenementen bereikten we hier nog een veelvoud van.

Voor een kort overzicht zie bij samenvatting hoger

1. Individuele cliënten - relatietherapie - gezinstherapie

INTERN BEREIK INDIVIDUEEL:

In 2022 hebben 14 therapeuten samen 399 individuele cliënten (of gezinnen) mogen ontvangen. In totaal gaat het om zo'n 3.212 afspraken.

Zowat 69 trajecten werden gecombineerd met diagnostiek.

Leeftijden van deze individuele cliënten (of gezinnen, waarvan één persoon als centrale cliënt staat in onze cijfers).

Kleuters	Lagere school	Middelbaar	Volwassenen
21	118	176	84

2. Groepsaanbod (workshops en dagkampjes)

2.1. Psycho - therapeutisch (kinderen en jongeren)

Hier werken we in kleine veilige groepjes in interactie met elkaar, therapeutisch op maat van elk kind, rond zelfvertrouwen, weerbaarheid, veerkracht, sociale vaardigheden,... Deze activiteiten gaan meestal door in Ankerpunt vzw zelf. We zijn vragende partij om ook outreachend te werken. Zo hebben we al een mooie samenwerking met het JAC en de Preventiedienst Leuven (zie lager bij 2.1.2.)



2.1.1. Totaal bereik psychotherapeutisch intern:

INTERN BEREIK IN GROEP:

- 206 deelnemers (kinderen en jongeren) waarvan
 - 8 via Iedereen verdient vakantie in Ankerpunt vzw
 - 22 gratis dankzij JAC en Preventiedienst Leuven
- 288 (groot) ouders
- 30 kampjes en workshopreeksen in Ankerpunt en 3 Jeugdvleugel F
- ...

2.1.2. Intern - in Ankerpunt (psycho-therapeutisch) Overzicht

1. Kampjes - workshopreeksen (intern)							
Naam activiteit	Leeftijd	Aantal kampjes/reeksen	Aantal workshops op zaterdagen	Aantal deelnemers	Aantal (groot-) ouders die we bereiken tijdens de oudervoorstelling de laatste dag (van het kamp)	Kansentariaf Iedereen verdient vakantie	Opmerking
Talent in de tent	4 - 7 j.	4	0	16	30	2	
Tuin in beweging	4 - 11	3	0	15	-	2	
Hey, ik ben oké	6 - 11 j	9	3	91	147 (+ radio)	4	
Springplank	12 - 14 j	2	2	32	54	0	
Palaver	14 - 18 j	1 avond	0	37	0	0	Zomervakantie Gratis palaveravond 30/9
Challenge	18 - 27 j	0	0	0	0	0	Niet gepland in 2022
Studie in zicht	12 - 16 j	1		6			

(groot) ouder - kind	4 - 10 j	0	0	0	0	0	Niet gepland in 2022
Groei uit jezelf	volwassenen	0	0	0	0	0	Niet gepland in 2022
In je kracht als leerkracht	volwassenen	0	0	0	0	0	Niet gepland in 2022
Totaal		20	4	170	231	8	

2. Studio: "welbevinden promoten in beweging" Intern

Een gezonde geest in een gezond lichaam, met accent op welbevinden, weerbaarheid, sociale vaardigheden.

Na corona was het niet evident deze activiteiten weer op te starten. We geloven erin en blijven er voor gaan. Op verplaatsing kennen deze WS wel succes, dus zullen we het nog beter kenbaar maken in Ankerpunt zelf

Kansentarief met een beurtenkaart via de uitpas was mogelijk.

Voor jongeren was er de SNS kaart (Sport Na School)

<u>Naam activiteit</u>	<u>organisatie</u>	<u>Leeftijd</u>	<u>Aantal WS</u>	<u>Aantal deelnemers</u>	<u>Opmerkingen</u>
Yomiqi	Ankerpunt vzw	4 - 11 j.	1	4	
Kungfun	Ankerpunt vzw	6 - 12 j	1	4	
Rots en water	Ankerpunt vzw	6 - 12 j	0	0	Niet in 2022

Bos- en weidebaden	Ankerpunt vzw	Ouders en kinderen	3	25 (groot) ouders +13 kdn	2 bosbaden in het kader van de gezinsdag van 02/10
Totaal			5	21 kdn 25 vol	

2.1.3. Extern (psycho-therapeutisch) Jongeren

'Hier sta ik' weerbaarheidstraining, in samenwerking met het JAC Leuven en de Preventiedienst Leuven.

1. Kampjes - workshopreeksen							
Naam	Organisatie	Leeftijd	Aantal reeksen	Aantal deelnemers	Aantal ouders	Terugbetaling	Opmerking
Hier sta ik	JAC & Preventiedienst Leuven	12 - 16 j	1 in 2021				
			waarvan 1 in sessie 2022	8	12	Gratis	Nihil
			2 in 2022 Sessies: 2 x 8	14	20	Gratis	Nihil
Totaal			3	22	32		



2.2. Psycho - educatief (extern) kinderen en jongeren

Deze workshops of workshopreeksen gaan meestal extern door:

- in scholen, in de klas tijdens de schooluren, na de schooluren in het kader van o.a. naschoolse opvang - kinderkuren),
- bibliotheken, buurtwerkingen, ...
- soms in het Ankerpunt zelf.

We werken hier doorgaans met grotere groepen, vaak hele klassen.

We werken op maat en op vraag van de klas/ groep of de school of de organisatie.

Totaal bereik psycho - educatief intern en extern

- **999** deelnemers (kinderen en jongeren) waarvan
 - **138** via kinderkuren (bijna?) gratis voor deelnemers
 - **9** Via bibliotheken e.d. (gratis voor deelnemers)
 - **852** in de klas (zowel basis - als secundair onderwijs)
- **9** (groot) ouders
 - **9** Via bibliotheken ed (gratis voor deelnemers)
- **97** Leerkrachten
 - Ondersteuning in de klas bij workshops voor de lln: **88**
 - Workshops specifiek voor leerkrachten: => zie hfst 3
- **50** Workshops en workshopreeksen voor kinderen en jongeren
 - **13** reeksen (10 sessies van 1 uur) via kinderkuren Leuven



- 35 reeksen in scholen (3 tot 12 uur per klas)
 - 4 gesubsidieerd door RNF (Rode Neuzen Fonds, dus gratis)
 - 8 reeksen gesubsidieerd door de gemeente Sint Agatha Berchem SAB (gratis voor de kinderen) 96 uur!
- 2 sessies in bibliotheken

1. WORKSHOPS IN HET KADER VAN KINDERKUREN (Naschoolse kinderopvang Leuven)				
<u>Naam</u>	<u>Leeftijd</u>	<u>Aantal WS *</u>	<u>Aantal deelnemers</u>	<u>Organisaties</u>
Talent in de tent	4 - 7 j	7 reeksen (35 ws) + 1 reeks geann. Corona	74	Basisscholen
Yomiqi	4 - 11 j	3 reeksen (20 ws) + 1 reeks geann. Corona	32	Basisscholen
Hey, ik ben oké	6 - 11 j	1 (8 ws) + 1 reeks geann. Corona	12	Basisscholen
Kungfun	6 - 12 j	2 (16 ws waarvan 2 in 2023) + 1 reeks geann. Corona	20	Basisscholen
Totaal		13 reeksen doorgegaan	138 deelnemers	

* Begin 2022 werden er Kinderkuren reeksen geannuleerd omwille van corona (-maatregelen).

2. WORKSHOPS IN BIBLIOTHEKEN, EA

<u>Naam</u>	<u>Leeftijd</u>	<u>Aantal WS Sessies</u>	<u>Aantal deelnemers kind</u>	<u>Aantal deelnemers volw</u>	<u>Organisaties</u>	<u>Tarief</u>	<u>Opmerking</u>
(Groot)ouder - kind	Grootouders - ouders Kinderen BS	1 WS	3	3	Bibliotheek Permeke in Antwerpen		Voor de deelnemers gratis
Hey, ik ben oké	Kinderen BS	1 WS	6 kinderen	6	Bibliotheek Heusden-Zolder		Voor de deelnemers gratis
Tot			9	9			

3. WORKSHOPS IN SCHOLEN

<u>School</u>	<u>subsidies</u>	<u>Thema WS</u>	<u>Datum</u>	<u>Aantal uren</u>	<u>Doelgroep</u>	<u>Deelnemers leerlingen</u>	<u>Deelnemers Leerkrachten</u> <u>Directies zorg</u>
<u>De Zwierzwaai - Vilvoorde</u>	RNF	Welbevinden in de klas	10/01/2022	4*3 uren	Leerkrachten & leerlingen BS	128 leerlingen BS	14 leerkrachten
<u>Den Hulst - Testelt</u>	RNF	Welbevinden in de klas	24/01/2022 05/02/2022 07/02/2022	4 * 3 uren	Leerkrachten Lagere school	68	6 leerkrachten
<u>GBS-Leefdaal</u>		Hey, ik ben oké	07/02/2022 21/02/2022	4 * 3 uren	3e en 4e lj (A en B klas) Lagere school	91 leerlingen	9 leerkrachten

De Luchtballon-Tienen	RNF	Welbevinden in de klas	19/04/2022 29/04/2022	2 * 3 uren	Leerkrachten BS	48 leerlingen	6
Paridaens Instituut - Leuven	gratis	Kabaal interview DWO/	14/03/2022	1	Leerlingen en leerkrachten Lagere school	6 leerlingen	2 leerkrachten
SAB (4 Nederlandstalige scholen) in Sint-Agatha-Berchem	SAB	Anders ja, en dan?	10/03/2022 24/03/2022 31/03/2022 21/04/2022	96 uren	Leerkrachten en leerlingen 5de en 6de leerjaar (Lagere School) Totaal 8 klassen	175 leerlingen	18 leerkrachten
SALCO - Haasrode		Anderstalige nieuwkomers	21/02/2022	2 * 3 uren	Leerlingen Secundair Onderwijs	20 leerlingen	2
Windekind-Leuven (Bijzonder onderwijs) DWO		Teambuilding	05/05/2022 06/05/2022	2 * 5 uren	Pedagogogische -didactische ondersteuning voor Klas Oranje BA	12 leerlingen -	2 leerkrachten
Atheneum Wispelberg - Gent		Geweldloze communicatie	26/09/2022 29/09/2022	7*3 uren	Leerlingen 2de SO	88 leerlingen 66 leerlingen	8 6
De Ring GO Leuven		Mogen jezelf zijn Welbevinden Zelfvertrouwen	16/11/2022	8*3	Leerlingen 5de (8 en middelbaar klassen) leerkrachten	150 leerlingen	24 leerkrachten
Totaal 35						852	97



4. Overzicht aantal leerlingen en leerkrachten basisonderwijs en secundair

	<u>Aantal scholen</u>	<u>Andere organisaties</u>	<u>Aantal klassen</u>	<u>Aantal leerlingen</u>	<u>Aantal leerkrachten</u>
BO	12	nihil	22	449	55
SO	3	nihil	16	374	42
<u>Totaal</u>				852	97

2.3. Psycho - educatief (extern) Volwassenen

- leerkrachten, zoco, clb, therapeuten, logo, jeugdwerkers, studenten, ouders,... en iedereen rond opvoeden
- volwassenen rond welbevinden

2.3.1. Lezingen en workshops voor volwassenen (in samenwerking met de MJ Academie)

Ook in 2022 hebben we heel wat lezingen gegeven over verschillende onderwerpen rond welbevinden en opvoeden zoals ADHD, Stress en Burn-out, Het geheim van het tienerbrein, Boost de veerkracht van je kind, stress omzetten in positieve energie, Luisteren en omgaan met emoties en stress bij kinderen en jongeren, ...

Zo heeft de MJ academie een 37 lezingen en workshops (incl. huiskamergesprekken) gegeven zowel op verplaatsing als in het Ankerpunthuis.

Totaal bereik: 1254 (leerkrachten, ouders, jeugdwerkers, therapeuten, iedereen die met opvoeden te maken heeft, sociale sector, ..

1. VORMINGEN/NASCHOLINGEN voor VOLWASSENEN						
STRESS OMZETTEN IN POSITIEVE ENERGIE						
<u>Naam</u>	<u>Leeftijd</u>	<u>Aantal</u>	<u>Aantal deelnemers</u>	<u>Organisaties</u>	<u>Tarief</u>	<u>Opmerking</u>
Stress omzetten in pos. energie	Volwassenen	1 Voormiddag	84	Stad Brussel en Scholengemeenschap Brussel - Vl. Brabant	gratis	Leerkrachten
Stress omzetten in pos. energie	Volwassenen	1 Ganse dag	16	Pegode in Niel Febi-Vivo		Zorgmedewerkers

Stress omzetten in pos. energie	Volwassenen	1 Ganse dag	17	Huize De Veuster Tremelo FeBi-Vivo		Zorgmedewerkers
Stress omzetten in pos. energie	Volwassenen	1 Voormiddag	27	Elmer in Woluwe FeBi-Vivo		Crèche medewerkers
Stress omzetten in pos. energie	Volwassenen Webinar Online sessies	Deel 1 en 2 2 * 3 uren	2 * 12 2 * 14	Vormingsaanbod Vivo		Werknemers social profit
Stress omzetten in pos. energie + Weerbaarheid	Volwassenen	1 WS	15	LIGO (centrum basiseducatie)		
Totaal stress		7	185			

2. Lezingen, infosessies over opvoeden

School of organisatie	Thema WS	Datum	uren	Doelgroep	Deelnemers	Opmerking
Overmere OCMW	Luisteren en omgaan met emoties en stress bij basis-schoolkinderen.	27/01/2022	2	(groot) ouders, leerkrachten, opvoeders, ...BS		Geannuleerd corona
Ankerpunthuis	Tienerebrein	31/01/2022	2	(groot) ouders, leerkrachten, opvoeders, ...SO	11	
Opvoedingswinkel, Stad Mechelen	'Boost de veerkracht van je kind'	22/02/2022	2	Iedereen die met opvoeden te maken heeft BS	150	
DBOC Halle	ADHD; Burn Out	30/03/2022	2*2	Leerkrachten, directie, ...BS/SO	120	2 lesgevers

Opvoedingswinkel, Grimbergen	lezing 'In de bres bij Examenstress'	05/05/2022	2	(groot) ouders, leerkrachten, zorg, opvoeders, ...SO	74	
SALCO ouderaad	lezing 'Weerbaarheid bij jongeren'	10/05/2022	2	(groot) ouders, leerkrachten, zorg, opvoeders, ...SO	57	
Stadsbestuur Gent (onderwijs)	lezing 'Geheim tienerbrein'	13/05/2022	2	Leerkrachten directies zorg,...SO	27	2 docenten voor Ankerpunt
Onderwijs Gezin, Hasselt	lezing 'Als ADHD een talent was' - Zonhoven	17/05/2022	2	(groot) ouders, leerkrachten, zorg, opvoeders, ...BS	97	
Stad Brussel	Stress omzetten...Hoe breng ik al mijn leerlingen tot max. leren	25/05/2022	2	Leerkrachten directies zorg,...SO	84	2 docenten voor Ankerpunt
Autonoom Gemeentebedrijf Merchtem	lezing 'Boost de veerkracht van je kind'	6/10/2022	2	(groot) ouders, leerkrachten, zorg, opvoeders, ...BS	57	
Herk - de - Stad OC	Luisteren en omgaan met emoties en stress bij	22/11/2022	2	(groot) ouders, leerkrachten, zorg, opvoeders, ...BS	51	
OCMW Zottegem	Boost de veerkracht van je kind	25/11/2022	2	(groot) ouders, leerkrachten, zorg, opvoeders, ...BS	63	
VCOV PAAL	Luisteren en omgaan met emoties en stress bij	21/12/2022	2	(groot) ouders, leerkrachten, zorg, opvoeders, ...BS	41	
Totaal		13			832	

2.3.2. 'De Wondere Ommesprong' Creatief en actief omgaan met welbevinden

Lezingen en workshops voor volwassenen (in samenwerking met de MJ Academie)

1. DWO WORKSHOPS VOOR LEERKRACHTEN IN HET ANKERPUNTHUIS

<u>Naam activiteit</u>	<u>subsidies</u>	<u>Waar?</u>	<u>Wanneer</u>	<u>Aantal uren</u>	<u>Leeftijd - klas</u>	<u>Aantal deelnemers - leerkrachten</u>
Welbevinden in de klas - deel 2	RNF -	Ankerpunt	25/01/2022	3	BS	12
Welbevinden in de klas - deel 3	RNF -	Ankerpunt	8/02/2022	3	BS	10
Welbevinden in de klas / creatief - reeks 2 deel 1	RNF -	Ankerpunt	22/04/2022	3	BS	7
Welbevinden in de klas / creatief - reeks 2 deel 2	RNF -	Ankerpunt	06/05/2022	3	BS	7
Welbevinden in de klas / creatie - reeks 2 deel 3	RNF -	Ankerpunt	20/05/2022	3	BS	8
Totaal	RNF	5				54

2. WORKSHOPS IN SCHOLEN OF ANDERE ORGANISATIES

<u>Organisatie</u>	<u>subsidie?(gratis voor deelnemers)</u>	<u>Thema WS?</u>	<u>Datum</u>	<u>Aantal uren</u>	<u>Doelgroep</u>	<u>Deelnemers</u> <u>Leerkrachten</u> <u>Directies zorg</u> <u>clb</u> <u>logopedie,...</u>	<u>opmerking</u>

Hertog Karel-Wilsele (2 scholen) -	RNF	Welbevinden in de klas	19/01/2022 08/03/2022 23/03/2022 06/09/2022	4 * 3 uren	Leerkrachten Basisschool	27	
De Luchtballon-Tie nen	RNF	Welbevinden in de klas	19/04/2022 29/04/2022	2 * 3uren	Leerkrachten BS	29	
Thomas More Hogeschool - Mechelen		Welbevinden in de klas DWO	26/04/2022	Ganse dag (6 u)	Leerkrachten Hoger Onderwijs	24	
't Scholeke Molenbeek - Wersbeek	RNF	Welbevinden In de klas	29/08/2022	3	23 leerkrachten en directieleden basisschool	23	
1ste Vlaams Congres Geestelijke Gezondheid bij Kinderen en Jongeren ZNA Antwerpen	gratis		14/09/2022			30	
Sig - Gijzegem		Creatief en actief aan de slag rond welbevinden	3/11/2022	Ganse dag (6u)	Logopedisten	17	Logopedisten & zorg- verstrekkers
Totaal			6			150	

Webinars Hey, ik ben oké boek: Avonturen aan de Wondere Ommsprong Marleen Jans

Activiteit	Aantal keren georganiseerd	Aantal deelnemers	Doelgroep
Ankerpunt - Gratis dwo (90 min)	6	87	Iedereen die met opvoeding te maken heeft: Ouders, leerkrachten, onderwijs, zorgverstrekkers, jeugdwerkers,...
Totaal	6	87	

Overzicht deelnemers psycho – educatieve activiteiten

Activiteit	Aantal (of activiteiten reeksen)	Deelnemers Kinderen / jongeren	Deelnemers leerkrachten	Gemengd Leerkrachten (groot) ouders, zorgverstrekkers, jeugdwerkers	Totaal
Ws (reeks) naschools	13	138			
School (reeks)	35	852	97		
Vrije tijd 1 malig	2	9		9	
Lezingen en ws	37		204	1254	
Ws lk	6		150		
webinars	6			87	
Kinderen		999			999



Totaal Leerkrachten, ouders, zorg, ..	99		451 +	1350	1801

Boekverkoop	
Avonturen aan de Wondere Ommesprong	stuks
Via Ankerpunt	169
Via Acco en andere	43
Totaal	212 (+ 400 boeken verkocht samen met 2021!)

2.3.3. Evenementen

Activiteit	Waar?	Datum	Aantal uren	Doelgroep	Deelnemers	
sjaaltijdwarmer	<u>Ankerpunt</u>	<u>02/02/2022</u>		Breed publiek		<u>Gratis</u>
week tegen pesten	<u>Ankerpunt</u>	<u>18/02/2022</u>		Breed publiek		<u>Gratis</u>
week van de vrijwilliger	<u>Ankerpunt</u>	<u>26/02/2022</u>		Breed publiek		<u>Gratis</u>

Wélidoener Lachaert vrijwilliger	Hibo Egbert Hibo	Ankerpunt	04/03/2022			<u>Gratis</u>
kabaal interview kinderen boek dwo tegen pesten		Paridaens	14/03/2022		Kinderen & breed publiek	<u>Gratis</u>
AIHP Symposium Dirk Dewachter	AIHP Gent boekverkoop		1/04/2022		Therapeuten	<u>Gratis</u>
Kindercarrousel Ankerpunt voorstellen	HvK Rotselaar		18/05/2022		Kinderen & breed publiek	<u>Gratis</u>
Move It Bewegend Ankerpunt voorstel.	Leuven		08/06/2022		Kinderen & breed publiek	<u>Gratis</u>
Woudlucht Ankerpunt voorstel.	Vrijetijdsbeurs		27/06/2022		Kinderen & breed publiek	<u>Gratis</u>
ZNA	Boekvoorstelling		14/9/2022		zorgverstrekkers	
AIHP opening academiejaar Eric De Soir trauma	AIHP Gent boekverkoop		1/10/2022		Therapeuten	<u>Gratis</u>
Gezinsdag Ankerpunt	Ankerpunt		2/10/2022		Kinderen & breed publiek	<u>Gratis</u>
Yuneco markt Ankerpunt voorstellen	UPC Kortenberg		14/11/2022		Breed publiek GGZ	<u>Gratis</u>
Totaal	13				Breed publiek	



2.3.4. Groeiness		
Stagiairs	12	Master (studenten) klinisch psychologen, orthopedagogen,... van o.a. de KUL,VUB, ... Graduaat en bachelor (studenten), sociale readaptatiewetenschappen (srw), sociaal-cultureel werk (scw), toegepaste psychologie, ... van o.a. UCLL, Odisee, Thomas More, ...



B. Ankerpunt vzw in cijfers (boekhoudkundig)

1. Jaarrekening en balans in aparte bijlage.

Ben je geïnteresseerd? Vraag het aan via secretariaat@ankerpunt.be

2. Cijfers samengevat

Ankerpunt vzw had in 2022 een omzet van: 268.184,09

Wat een mooie vooruitgang is tov 2021 waar we een omzet hadden van 229.404,52

Uitgaven 2022 - 270.874,83

Tekort

- Omwille van annulaties door corona, de beperkte ontvangen subsidies en de loonlasten was er wel een tekort
- Impact van de energiecrisis :

In 2022 gaven we 1833,78 euro meer uit aan energie dan in 2021

Dankzij de ondersteuning door Marleen Jans is dit tekort beperkt gebleven tot 2690,74



3. SUBSIDIES

Subsidies (rechtstreeks)			
Subsidieverlener	Activiteit	Doelgroep	Bedrag
Rode Neuzenfonds (start 2021)	DWO	Vlaams - Brabantse Basisscholen	5.620,43 €
Jeugddienst Leuven	Palaver	Jongeren in het Ankerpunthuis	1.000 €
Totaal			6.620,43€

Kansentarium			
Subsidieverlener	Activiteit	Doelgroep	
Iedereen verdient vakantie	Kampjes intern	Kinderen en jongeren uit financieel kwetsbare gezinnen	1.286,36 €

Onrechtstreekse subsidies			
= subsidies aan andere organisaties die zo onze activiteit gratis (of zo goed als gratis) voor een 200 tal kinderen Lagere school mogelijk maakten.			
Subsidieverlener	Activiteit	Doelgroep	Bedrag (2022)
Sint Agatha Berchem (start 2021)	Anders ja en dan	Basisscholen SAB	5.492,4 €



Door deze samenwerkingen bereikten we zo goed als gratis heel wat kinderen			
1. Via kinderkuren bereikten we een 150 - tal kinderen dit dankzij de inbreng van			
Stad Leuven			9600 €
Ankerpunt vzw			4600 €
2. Hier sta ik! Samenwerking tussen			
JAC Preventiedienst Leuven	en		3.540 €
Ankerpunt vzw			950 €
Move it			
Stedelijk jeugdwerk			295 €
Speciale sponsoring			
MJ academie (Marleen Jans) Algemene werking			10.500 €

Conclusie

Voor de werking zijn extra subsidies dringend nodig

In 2023 zullen we moeten overwegen of het zonder subsidies haalbaar blijft om iemand in loondienst te houden. Praktisch zou het wenselijk zijn minstens 2 VTE, beter zelfs 3 VTE, maar niet haalbaar indien geen extra ondersteuning.

(educatieve dienst, secretariaat, admin, vaste psycholoog voor ELP)

IV. Ankerpunt in beeld: Activiteiten 2022

Een greep uit ons aanbod: een selectie van sfeerbeelden en leuke weetjes per maand

Januari 2022

* Nieuwjaarsreceptie met het hele team. Ondanks de coronamaskers toch heel veel plezier



* Omwille van corona werden een aantal activiteiten geannuleerd: oa 4 reeksen Kinderkuren

* Marleen Jans geeft een huiskamerlezing over "Het geheim van het tienerbrein!" Via recente ontwikkelingen uit wetenschappelijk onderzoek proberen we het gedrag van onze pubers en adolescenten beter te begrijpen. Van hieruit geven we handvaten om op een positieve manier je communicatie op hen af te stemmen. Een paar voorbeeldjes van thema's die aan bod komen tijdens deze leerrijke webinar zijn de werking van het tienerbrein met de verschillende ontwikkelingsfasen en wat we dus van onze jongeren op dat moment van de ontwikkeling mogen verwachten, de verklaring van hun 'mondigheid', risicovol gedrag en wisselende stemmingen van jongeren, maar ook over uitdagingen die tieners kunnen stimuleren.



* Workshop 'Creatief en actief omgaan met sociale vaardigheden bij kinderen' a.d.h.v.h. 'Hey, ik ben oké' lees en doeboek: 'De Wondere Ommesprong' (DWO) in het Ankerpunthuis voor 12 leerkrachten - creatief leerkrachten deel 2 (3 uren). Gestart in 2021. Met corona naweeën: mondmaskerplicht, afstand houden, ...



Februari 2022

* 'Samen altijd warmer': de tweede editie vond plaats van 02 tot 20/02: SAW is een initiatief voor solidariteit (financiële steun) voor meer dan 100 sociale organisaties uit Leuven en omstreken. Zondag 16 januari vond de startactie 'Sjaaltijdwarmer' ("wind er geen doekjes om, maar een sjaal") plaats, en ook Ankerpunt vzw droeg haar steentje bij.



* "HEY, IK BEN OKÉ"



Met de steun van het Rode Neuzen Fonds kon er afgelopen maandag weer een toffe workshop plaatsvinden, deze keer in de Basisschool Leefdaal! ✨

Beelden spreken voor zich! Het was alweer een geslaagde voormiddag! 🎨

De leerlingen en leerkrachten van het 3e en 4e leerjaar staken de handen uit de mouwen rond de thema's pesten/plagen, zelfvertrouwen en

sociale vaardigheden aan de hand van het Hey, ik ben oké lees- en doeboek 'Avonturen aan de Wondere Ommesprong' 🐾 Binnen twee weken komen wij nog eens op bezoek en hebben we weer wat leuks en leerrijk in petto! 🌈 07 en 21/02/2022:





* Week tegen pesten: "Iedereen is anders, iedereen hoort erbij!" van vrijdag 18/02 t.e.m. vrijdag 25/02.

Ook Ankerpunt vzw staat achter deze jaarlijkse campagne! Want pesten is niet oké. Iedereen is anders met zijn eigen talenten en krachten. Mogen jezelf zijn staat centraal tijdens deze week. Ketnet, MNM en Radio 2 zijn dit jaar begonnen met de campagne "STIP IT 2022" en wij doen lekker mee.

Deze vier stippen staan voor vier uitspraken nl.:

Ik vind pesten niet oké en zal er nooit aan meedoen
Ik praat erover als pesten mij verdrietig of bang maakt
Ik sluit niemand uit, voor mij hoort iedereen erbij
Ik zal altijd proberen op te komen voor iemand die gepest wordt



Hebben jullie ook al jullie vier stippen gezet?

* Ankerpunt werft aan:
Ankerpunt is een organisatie in volle bloei. We zijn regelmatig op zoek naar extra talenten.

Fijn dat we zulke leuke reacties krijgen op onze vacature



Ankerpunt

Gepubliceerd door Marleen Ankerpunt · 21 februari 2022 ·

Ankerpunt VZW werft aan!

Ankerpunt is een bloeiende organisatie die momenteel volop bezig is met uitbreiden. Daarom zoeken wij nieuwe medewerkers om ons team te versterken. Ben jij enthousiast, gedreven en vol energie? Dan kan jij bij ons terecht om je talenten te ontplooiën.

Momenteel zijn wij op zoek naar een zelfstandige psycholoog, logopedist, kinderpsychiater en yoga-docent. De gedetailleerde omschrijving van deze functies kan je vinden op onze website via onderstaande ... [Meer weergeven](#)

[Statistieken en advertenties bekijken](#)

[Bericht boosten](#)

7

2 reacties · 8 keer gedeeld

Vind ik leuk

Reageren

Delen



Schrijf een opmerking...



Isabelle Canuel

Heb een

Mooi en leerrijk ervaring gehad bij jullie en

Ondertussen me veel geholpen op mijn werk en gegroeid ook . Ankerpunt een aanrader 🙌

Vind ik leuk Beantwoorden Verbergen 1j Bewerkt



Auteur

Ankerpunt

Bedankt Isabelle! 🌸

Vind ik leuk Beantwoorden 1j

* Workshops Anderstalige nieuwkomers
OKAN - Sint-Albertuscollege te Haasrode

Project: welbevinden, respect en weerbaarheid bij anderstalige nieuwkomers

Doel: elkaars genegenheid respecteren en weten dat je gewoon kan zijn wie je bent

Doelgroep: 12 tot 18 jaar. Febr 2022



* GRATIS webinar over "Boost de veerkracht van je kind" door Marleen Jans in samenwerking met de Gezinsbond Mechelen, de Opvoedingswinkel en Avansa regio Mechelen. Veerkracht betekent dat je verdrietig mag zijn op moeilijke momenten. Het betekent dat je na tegenslagen ook kan terugveren en moeilijkheden kan overwinnen door eigen sterktes en talenten in te zetten. Er uiteindelijk sterker uit te komen door ervan te leren en op die manier weerbaar en veerkrachtig te groeien in het leven.

Hoe kunnen we kinderen veerkrachtig en vol zelfvertrouwen aan een toekomst laten bouwen in een wereld vol uitdagingen en onverwachte wendingen? Hoe kunnen we onze kinderen in zichzelf laten geloven, zodat ze veerkrachtig kunnen omgaan met teleurstellingen, tegenslagen, frustraties, sociale drempels, nieuwe uitdagingen, afscheid nemen, nieuwe relaties, anders zijn,...? Aantal deelnemers: 150.



* Ankerpunt vzw is één van de partners van het Huis van het Kind te Leuven. Plechtige overhandiging van het naambordje "Huis van het kind" op dinsdag 28/02:.. We voorzien een mooie zichtbare plek op ons palet in de tuin.



* De week van de vrijwilliger" van 27/02 tot 06/03:

- Deze week hebben we onze vrijwilligers in de bloemetjes gezet voor hun inzet en engagement.

- Interview met Marleen over vrijwilligerswerk in Ankerpunt vzw Radio 2. [Beluister hier het interview.](#)

- Voorstellingsfilmpje Marleen door Egbert Lachaert

- Hulp van Egbert Lachaert tijdens koekjes bakken en Radio 2 aanwezig. Hibo

- [Interview met onze vrijwilliger Tesfina Broeckmeyer](#) kan je via deze [link](#) beluisteren, je vindt er ook meer info over vrijwilligerswerk bij Ankerpunt vzw



Maart 2022



- 04/03: (week van de vrijwilliger): "wél-doener" Egbert Lachaert is langsgekomen in het Ankerpunthuis tijdens het Hibo kampje. We kregen meteen ook Radio 2 over de vloer. Ankerpunt op de radio! Cool!

- 08/03: Internationale vrouwendag

Vandaag op 8 maart 2022 vieren we internationale vrouwendag. Binnen Ankerpunt werken er ook heel wat krachtige vrouwen die hier graag wat extra aandacht aan besteden. Vandaar onze prachtige foto. 📸

Deze dag staat voor gendergelijkheid en solidariteit. Toch wel belangrijke thema's die we vandaag graag in de spotlights willen zetten.

Vind je ook niet dat vrouwen over de hele wereld vandaag naar de voorgrond geplaatst mogen worden? 🙌



Samen staan we sterk! 💪

- 14/03: Kabaal interview met 8 kinderen en 2 leerkrachten van het Paridaensinstituut te Leuven aan de hand van het boek "Avonturen aan de wondere ommesprong".

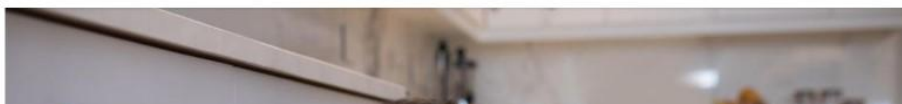
Kabaal wil het verhaal van kinderen in Leuven vertellen; in kaart brengen wat er voor en door kinderen gebeurt door middel van verhalen en beelden. Kinderen prikkelen en inspireren zodat ze op hun manier ontdekken wat ze graag doen. Dit door er steeds te zijn voor hen, maar ook door hen actief aan te spreken. Daarbij is het belangrijk dat kinderen kind kunnen zijn en blijven. Met hun eigen keuzes, wensen en dromen. Die ze waar maken of helemaal niet, want dat is ook oké.



Marleen Jans

21 maart 2022 · 🌐

Dag van de alleenstaande moeder. Met veel liefde staan ze 24/7 elke week van het jaar voor hun kinderen klaar. Maar dat is geen evidentie zoals je ook kan lezen in dit artikel!





21/03: Dag van de alleenstaande moeder. Ook Ankerpunt vzw zet zich in en staat stil bij de zorgen van de alleenstaande ouder en delen graag dit artikel.
www.vrt.be/vrtnws/nl/2022/03/15/

- 23/03: "Welbevinden in de klas" RNF DWO Basisschool Hertog karel Wilsele / Putkapel

En dat de leerkrachten er veel plezier aan beleefden! Bekijk het filmpje en meer info vind je via deze [link](#).



26/3 'Hey ik ben oké' op zaterdag





26/03 'Springplank, weerbaar in het middelbaar' op zaterdagen

Lezing over "ADHD en Burn-out", gegeven door Marleen Jans en Steffie Claes, in het College van Halle aan een 120 tal leerkrachten en directie.



April 2022

Paaskampjes:

- Talent in de tent - in het Ankerpunthuis





- Hey ik ben oké - in het Ankerpunthuis
- Springplank
- "Hey ik ben oké" - in het Ankerpunt Huis



De diertjes van de Wondere Ommesprong in klei!

Wat een talenten! Kinderen kiezen het diertje waar ze zichzelf het meest in herkennen.

RNF De Wondere Ommesprong van Marleen Jans deel 2 ("Creatief en actief omgaan met sociale vaardigheden en welbevinden in de klas") in de kleuter- en lagere school in Tienen



- 20/4: Joepie! Buitenspeeldag! 🏃 FB

Buiten spelen, super leuk en ook nog eens heerlijk gezond! De ideale dag om samen met je vrienden tijdens deze zonnige dag naar buiten te trekken en er eens goed op los te gaan! 😎

Wij hebben alvast wat leuke tips voor jullie:

- Bouw een kamp in het bos of in je tuin 🏕️ 🌳
- Maak een ontspannende wandeling 🚶
- Ga lekker mediteren in de buitenlucht 🧘





- Hinkelen, krijten op de stoep, touwtje springen, klauteren, voetballen, fietsen 🚲
- ... Wees lekker creatief en trek eropuit! Dit zorgt niet enkel voor voldoende dagelijkse beweging, maar ook voor extra zuurstof die door de longen kan stromen 🌬️

Veel plezier vandaag! 🥳

- Workshop "Hey, ik ben oké" in Zonhoven-Hasselt georganiseerd door de opvoedingswinkel te Hasselt en het departement onderwijs en gezin van de stad Hasselt.

Project "Anders, ja en dan?", in 4 Nederlandstalige scholen te Sint- Agatha-Berchem.

Het project werd opgestart in 2021 en loopt verder in 2022, en dit dankzij subsidies van de gemeente Sint-Agatha-Berchem.

Ankerpunt ging in totaal 96 uren langs in 4 scholen in het 5de en 6de leerjaar en gaf 4 x 3 uren workshops per klas.

Doel: het thema kadert in de projectoproep Gelijke Kansen van het Brussels Gewest, meer bepaald de "bestrijding van racisme en discriminatie en de bevordering van diversiteit".

Nog al te vaak merken we dat kinderen gepest en/of gediscrimineerd worden omdat ze arm zijn, een andere huidskleur hebben, de mama al dan niet een hoofddoek draagt, of het gezin 2 mama's of 2 papa's telt... Mensen kunnen verschillende redenen hebben, bewust of onbewust, om te discrimineren. Angst voor het onbekende en onzekerheid heeft hier waarschijnlijk veel mee te maken.

Sommige mensen ervaren andere groepen, die bijvoorbeeld een andere huidskleur, religie of cultuur hebben dan zichzelf, als een bedreiging.

Deze discriminatie kan enkel verdwijnen indien we de mogelijkheid hebben om sociale vaardigheden te ontwikkelen, zoals weerbaarheid opbouwen, meer tolerantie en inlevingsvermogen ontwikkelen, meer zelfvertrouwen hebben, ...

Workshop DW0 RNF: kennismaken, afspraken, leiderschap, leider van je eigen leven (CGT), pesten, zelfvertrouwen, in jezelf geloven...

Doel: Wil jij als leerkracht graag de klassfeer optimaal houden? Wil je graag op een



empathische manier reageren op situaties in de klas? Wil je graag preventief en curatief werken rond sociale vaardigheden en welbevinden? Thema's: emoties, leiderschap, faalangst, perfectionisme, piekeren, vrienden maken,... Het wordt steeds belangrijker om al van jongs af aan veerkrachtig en weerbaar in het leven te staan in onze huidige samenleving.. Ankerpunt organiseert workshops om hier actief, creatief en interactief mee aan de slag te gaan. Een grote meerwaarde voor iedere leergierige leerkracht!

23 april: AIHP symposium Gent waar Dirk De Wachter, psychiater en psychotherapeut in het UPC KULeuven, in de bloemetjes werd gezet, na zijn lezing over Ook Ankerpunt vzw was samen met MJ Academie hierbij aanwezig. Marleen bemande de boekenstand met haar 'Hey, ik ben oké' lees - en doeboek 'de Wondere Ommesprong'. De psychotherapeuten (in opleiding) waren super geïnteresseerd en er zijn heel wat boeken over de toonbank gegaan.



- **Zondag 24/04:** Workshop "Hey, ik ben oké" voor (groot)ouders en (klein)kinderen. DWO in de hoofdbibliotheek Permeke te Antwerpen aan de hand van het boek "Avonturen aan de Wondere Ommesprong" van Marleen Jans. Doel: welbevinden van kinderen een boost geven en de band tussen (groot)ouder en (klein)kind verstevigen (aan de slag gaan met

welbevinden op een speelse en creatieve manier, thema's rond emoties en jezelf mogen zijn bespreekbaar maken, hoe je met je kind kan leren omgaan met stress, hun zelfvertrouwen stimuleren, ...)



Workshop "Hoe creatief en actief aan de slag met welbevinden en sociale vaardigheden in je klas" met als boek DWO in samenwerking met de MJ academie in de Thomas More Hogeschool in Mechelen.

Enthousiaste leerkrachten in volle actie!

- 28/4: Vandaag is het “de internationale dag voor veiligheid en gezondheid op het werk”. De Coronapandemie heeft de laatste jaren een grote impact gehad op onze werkwereld. Gaande van maatregelen zoals het dragen van mondklappers en het respecteren van een correcte handhygiëne tot het werken van thuis uit om de veiligheid te bewaren.

Deze periode was zeker en vast niet gemakkelijk. Binnen Ankerpunt willen wij deze belangrijke dag graag in de verf zetten. Met iedereen samen zijn we er geraakt door belang te hechten aan veiligheid en gezondheid op het werk. Dus hierbij toch ook een schouderklopje voor iedereen die hier bij geholpen heeft en hier blijft bij staan. Echt een top team! 🤝

- Vanaf 30/04: “Studie in zicht”. Zoek jij nog de juiste tips and tricks om je leerstof te verwerken? Ben je soms wat afgeleid tijdens het studeren of blijft die vinger maar verder scrollen? Binnenkort organiseert Ankerpunt vzw naast de individuele begeleidingen ook een workshopreeks voor jongeren van het middelbaar onderwijs.

Tijdens deze workshop zoeken we samen op een toffe en interactieve manier in kleine groepjes naar efficiënte strategieën zodat elke tiener met een gerust hart en voldoende zelfvertrouwen de laatste loodjes van het jaar kan trotseren! Elke sessie staat in teken van een bepaald thema: concentratie, plannen, faalangst, leren leren,...



Ankerpunt

STUDIE IN ZICHT

Deze workshop rond leren leren, sociale vaardigheden en sociale media helpt om je voor te bereiden op je examens en je zelfvertrouwen te vergroten.

Je leert:

- Plannen en samenvattingen maken
- Grote hoeveelheden leerstof verwerken
- Talenten inzetten bij effectief en efficiënt leren
- Faalangst voorkomen en overkomen
- Jezelf motiveren
- Stevig in je schoenen staan, vrienden maken
- Veilig omgaan met sociale media.

ANKERPUNT.BE

Mei 2022

- 09/05 WAUW! 10 laptops en tablets gekregen van IT-bedrijf Inetum-Realdolmen 🥳🥳🥳

Duizendmaal bedankt aan hen!

Ook een warme dankjewel aan [Radio 2](#) want dankzij hun programma [#weldoeners](#) konden wij met de vrijgevege werknemers van Inetum Realdolmen in contact komen.



- 10/05: Lezing voor ouders met als thema "Weerbaarheid bij jongeren". Ankerpunt organiseerde deze lezing in samenwerking met Huis van het Kind te Leuven en het St. Albertuscollege (SALCO) in Heverlee (Haasrode) voor ouders en leerkrachten.

We gingen dieper in op de volgende vragen: "Waar botsen jongeren tegen en hoe kunnen we hen helpen om de nodige veerkracht binnen zichzelf aan te boren om hiermee om te gaan?" "Op welke manier kunnen we verbinding maken met hun leefwereld en samen genieten van de mooie dingen die de wereld te bieden heeft?"

We bespraken hoe we tieners weerbaar en sterk kunnen maken om zelfstandig op te groeien. Jongeren gaan hun eigen weg en botsen daarbij wel eens op hindernissen. De groepsdruk is groot en de sociale media zijn constant aanwezig. Ze zoeken naar hun eigen identiteit en dat maakt hen wel eens onzeker.



Of ze hebben het gevoel er niet bij te horen.



Talent in de tent

Gezinsdag nationaal

- 15/05:

- 16/05: Groeilamp week van de opvoeding

Tijdens de week van de opvoeding gaven we zelf heel wat infosessies over opvoeden, zowel in het Ankerpunt Huis als op verplaatsing.

- 17/05: Infoavond "Wat als ADHD een talent is". Georganiseerd door het departement Onderwijs en Gezin van de stad Hasselt.

Wist je dat kinderen met AD(H)D niet alleen energiek zijn, maar ook vaak creatief, vindingrijk en out of the box denken? Deze talenten kunnen we als ouder, opvoeder of leerkracht stimuleren. Daarom is het goed kinderen met AD(H)D te begrijpen. In deze infoavond onderzoeken we wat AD(H)D nu juist is, hoe we het beter kunnen herkennen en hoe we onze kinderen kunnen ondersteunen in datgene waar ze het moeilijk mee hebben. Hoe waken we over hun welbevinden en hoe kunnen we ze optimale groeikansen geven? Gebaseerd





op het boek 'Avonturen aan de Wondere Ommesprong' geschreven door Marleen Jans.

18/05: "Kindercarroussel" georganiseerd door het Huis van het Kind te Rotselaar in de gemeentelijke basisschool te Rotselaar-Heikant. Het Ankerpunt had een standje met info en wat leuke activiteiten. Tientallen mensen passeerden ons standje en vroegen om uitleg over de activiteiten van het Ankerpunt.

Doelgroep: gezinnen, ouders en grootouders (van baby's - kinderen van 0 tot 10 jaar). Randanimatie voor kinderen tot en met 10 jaar.

Doel: ontdekken van het aanbod voor gezinnen in en rond Rotselaar en meer bepaald met het aanbod rond opvoeding en ontwikkeling in de gemeente



Juni 2022

- 1/06: Workshop "Hey, ik ben oké" DWO in de bibliotheek te Heusden-Zolder



- 8/06: MOVE IT



Doe mee met MOVE-IT! Een namiddag vol leuke bewegingsspelletjes en aandacht voor een gezonde geest in een gezond lichaam. Georganiseerd door de Stad Leuven in samenwerking met Hal 5. Ook Ankerpunt zal die namiddag een infostandje bemannen en zorgen voor een aantal leuke activiteiten! Maak kennis met Sushi de Struisvogel, doe leuke creativiteitsactiviteiten, ontdek Kung Fun, Yomiqi of Rots en water, of kom in contact met je zintuigen. Kom zeker eens snuisteren aan onze stand, wij staan alvast te popelen!



In juni mochten we ook de award voor inclusief ondernemen in ontvangst nemen.

"Je werkte onlangs samen met één van de Werkplekarchitecten of Sectorfondsen en bood zo iemand werkervaringskansen. Dat waarderen wij bijzonder!"

- 24/06: we sluiten het schooljaar af met een eindschooljaarsreceptie voor de medewerkers van het Ankerpunt in het Ankerpunthuis.



- 27/06: deelname aan de vrijetijdsbeurs op Woudlucht GO Campus te Heverlee. Woudlucht is een school voor bijzonder onderwijs (kleuter-, lagere- en middelbare school).

Juli - augustus 2022 - "Een warme zomervakantie"

1 juli Schatten van Vlieg

Jippie! In de zomervakantie organiseert Ankerpunt een schattenzoektocht! 💖

Dit doen we a.d.h.v. een samenwerking met 'Schatten Van Vlieg'. Kan jij, als heuse speurder, het wachtwoord achterhalen? Ben je benieuwd naar wat er in de schatkist zit? 🕵️ Wij weten het alvast 👁️ maar we gaan het zeker nog niet verklappen! Deelnemen kan tijdens de openingsuren van de educatieve dienst, zie onderstaande link voor meer info.

P.S. Speurneuzen kunnen ook punten sparen voor de Uitpas!



Vanaf 04/07: zomerkampen voor kinderen in het Ankerpunthuis



- Tuin in beweging



Bolletje wol recuperen, niet alleen goed voor de natuur maar ook mindful goed voor de geest



"Hey, ik ben oké" kampje -
oudercontact (oc)



Laatste dag van het kampje. Het gebruikelijke oudermoment: overhandiging diploma, ... en we zagen weer dat het goed was.



Met deze zomerse temperaturen is het wel leuk om even af te koelen.

Springplank: tijdens het bosspel deden we een aantal leuke opdrachtes waarbij we leerden overleggen en samenwerken. Vaardigheden die de dag van vandaag belangrijk zijn.



Tuin in Beweging: sport en spel met aandacht voor welbevinden, veerkracht en zelfvertrouwen

September 2022

- 13 & 14/09: op deze dagen ging het eerste Vlaamse congres geestelijke gezondheid bij kinderen en jongeren door, georganiseerd door het ZNA (Ziekenhuis Netwerk Antwerpen en universiteit Antwerpen Campus Drie Eiken). Dit congres maakte mogelijk dat professionals en geïnteresseerden binnen de geestelijke gezondheidszorg elkaar konden ontmoeten om kennis en ervaringen uit te wisselen. Als directrice van Ankerpunt vzw en ervaren psychotherapeute mocht Marleen Jans er ook bij zijn! Zij gaf een interactieve workshop rond haar boek 'Avonturen aan de Wondere Ommesprong'. Marleen zette de bezoekers in actie en gaf extra uitleg over hoe je dit lees- en doeboek kan gebruiken om de veerkracht en welbevinden van kinderen te bevorderen. Het werd ontvangen als een daverend succes!



- 26/09: Project "Teambuilding en geweldloze communicatie" deel 1 in het Atheneum Wispelberg te Gent 4 klasgroepen. 2de middelbaar - leeftijd 13-14 jaar, Aantal deelnemers 88

- Leerlingen leren respectvol en constructief met elkaar omgaan
- Leerlingen leren manieren vinden om tot een constructieve oplossing te komen bij conflictsituaties



- 30/09: Palaveravond: Ankerpunt Vzw organiseert op 30 september een gratis Palaveravond in kader van de 10-daagse van de veerkracht, voor jongeren uit de tweede en derde graad van het middelbaar. Onder begeleiding van ervaren psychologen krijgen jongeren samen met leeftijdsgenoten de kans om te praten over thema's die je zelf mag kiezen. Iedereen verdient het om gehoord te worden. Dit is de ideale kans om met



leeftijdsgenoten gedachten uit te wisselen en nieuwe vriendschappen te sluiten terwijl je kan deelnemen aan leuke activiteiten. We gaan samen marshmallows roosteren aan het kampvuur en we drinken samen van onze homemade mocktail.

- Deze avond werd gesponsord door de Jeugddienst van de stad leuven
- 12 jongeren



Oktober 2022

01/10: AIHP (Academie voor Integratieve Psychologie en Psychotherapie) Symposium met als gastspreker Erik de Soir (doctor in de psychologie, met specialisatie in de crisisspsychologie en de psychotraumatologie). De lezing ging over rouw. Uitgenodigd voor boekverkoop.



2/10: Gezinsdag. In kader van de 10-daagse van de geestelijke gezondheid organiseert Ankerpunt vzw ook dit jaar zijn fantastische Gezinsdag op zondag 2 oktober 2022. Ankerpunt Vzw garandeert een hele dag vol gratis activiteiten die staan in thema van de 'veerkracht' en 'in je kracht staan'. Zo zijn er tal van workshops, crea-ateliers, yomiqi, kungfun, bosbaden, en voorstellingen van het lees- en doeboek 'Avonturen aan de Wondere Ommesprong' met thema's als stress, zelfvertrouwen en veerkracht.

Er zullen ook verschillende infostandjes staan, waar je uitleg kan vragen over onze werking en activiteiten.





Bosbaden

Vanaf 4/10: KK (naschoolse opvang) met als thema "YOMIQI" in de basisschool Don Bosco Sint Lambertus in Heverlee

Yomiqi is een leuke, inspirerende en gevarieerde mix van yoga, mindfulness, qigong, ontladende bewegingen uit verschillende culturen, gecombineerd met een gezonde dosis humor, spel, reflecties en praktische tips rond positieve communicatie, zelfzorg, weerbaarheid en welbevinden op maat van eenieder! In onze huidige drukke prestatie maatschappij is het belangrijk om regelmatig contact te maken met je lichaam en tot jezelf te komen. Met Yomiqi willen we iedereen handvaten bieden in zijn/haar zoektocht naar helpende strategieën. Dynamische, energieke oefeningen



wisselen af met rustgevende inspiraties.
 "De olifantendans" (Springplank) - focus op stabiliteit, samenwerken en concentratie

- 07/10: "Stress omzetten in positieve energie". Nascholing / Vormingsvoormiddag in Woluwe voor het crèche personeel van Elmer (via FeBi - Vivo). Elmer is een vzw die Nederlandstalige kinderopvang aanbiedt in Brussel. Er waren 27 medewerkers aanwezig.

MJ academie vzw.



- Vanaf 12/10: "Hier sta ik!" in samenwerking met het JAC. Groepscurcus/trainingsatelier rond weerbaarheid in het kader van preventie tegen pesten op school.

Doelgroep: jongeren 13 tot 15 jaar

De workshopreeks "Hier Sta Ik" gaat weer van start! Soms krijg je als jongere (van 14 tot 18 jaar) te maken met pestgedrag, beland je in moeilijke situaties met anderen, kan je moeilijk weerstaan aan de groepsdruk of heb je juist het gevoel dat je er niet bij hoort. Door "Hier Sta Ik" leer je je zelfvertrouwen te versterken en meer weerbaar te worden, zodat je in de toekomst op een andere manier met moeilijke sociale situaties kan omgaan. Dit initiatief is een samenwerking met de preventiedienst van de Stad Leuven en het JAC.



DWO in de klas van juf Kathleen



November 2022

Donderdag 3/11: is Marleen met volle goesting vertrokken naar Sig, voor een leuke workshop. Sig staat in voor het verhogen van de expertise en competentie van hulpverleners die werken aan inclusie, integratie en revalidatie van mensen met een beperking. Ankerpunt VZW had de kans om een hele dag les te mogen geven aan therapeuten, logopedisten, leerkrachten... over socio-emotionele thema's bij kinderen met leer- en ontwikkelingsnoden. Dit geïnspireerd op Marleens lees- en doeboek 'Hey, ik ben oké' 'Avonturen aan de Wondere Ommesprong'. In deze workshop gingen ze aan de slag met heel wat activiteiten en ideeën rond welbevinden en sociale vaardigheden bij kinderen. Wij hebben die dag alvast niet stil gezeten en er super hard van genoten. De workshop smaakte dan ook voor verschillende organisaties naar meer! Er waren 17 logopedisten aanwezig.



14/11: Yuneco markt te Kortenberg

Al spelend bijleren is altijd leuk. Daarom trok Ankerpunt met een standje naar de hulpverleningsmarkt van Yuneco. Het doel is het hulpverleningsaanbod voor kinderen en jongeren zichtbaar maken voor hulpverleners. Aan de hand van een spel kregen de deelnemers een betere blik op het hulpverleningslandschap, want voor velen lijkt dit als snel een doolhof. Ankerpunt voerde boeiende gesprekken met verschillende organisaties (35 tal contacten) en kon met een lekker hapje en drankje wat netwerken met partners en toekomstige samenwerkingsverbanden smeden.



Praktische info m.b.t. de Yuneco markt

We trokken met 16 super enthousiaste medewerkers van ons Ankerpuntteam naar 8 klassen van het 5de middelbaar van De Ring GO Leuven. En dat ze ons hebben zien komen! Op een creatieve en vooral actieve manier zijn we aan de slag gegaan rond actuele en boeiende



thema's zoals "Mogen jezelf zijn", "Welbevinden", "Zelfvertrouwen". Wij vonden het natuurlijk ook belangrijk om de leerlingen wat dichter bij elkaar te brengen door verschillende teambuilding activiteiten in onze workshop te stoppen.

In maart gaf Marleen de info-avond 'luisteren en omgaan met emoties, stress en depressie' geven aan ouders van jongeren van de middelbare scholen Sint Martinus Herk - de - Stad. Geïnspireerd door hun enthousiasme, kwam gisteren hun basisschool aan de beurt. Hier vertelde ik mijn verhaal aan de hand van mijn "Hey, ik ben oké", lees - en doeboek: avonturen aan de Wondere Ommesprong. Een fijne sessie met een geboeid en heel tof super interactief publiek van ouders en leerkrachten. Ze gingen naar huis met heel wat concrete tips, leuke opdrachten om samen met de kinderen te werken rond welbevinden. En ook een hele mooie: uit elkaars verhalen ontdekten ze dat het niet alleen bij hen zo was. 'Oh, doen die van u dat ook!' 😊



Donderdag trekt Marleen naar het Huis van het Kind in Zottegem met de infosessie: 'Boost de veerkracht van je kind'. Zo kom ik ook nog eens buiten

- 23/11: een feestelijk team. Zomaar. Moet kunnen.



December 2022

Kerstactie: "Hey, ik ben oké-kaartjes" ontworpen door de illustrator Lien Geeroms, die eveneens de illustraties van het boek "Avonturen aan de Wondere Ommesprong" heeft verzorgd.



06/12: team meeting met meer info over ADOS (testmateriaal voor ASS diagnose).



Team meeting "ADOS"

"Stress omzetten in positieve energie".

Een vormings-/nascholingsdag voor medewerkers van de vzw Huize De Veuster in Tremelo. Huize De Veuster biedt woon- en dagondersteuning aan volwassenen met een mentale beperking en bijkomende gedragsproblemen.

- Doel: inzichten krijgen in stressmechanismes e.d. Hoe voorkomen en oplossingsgericht ermee leren omgaan



Beste Marleen,

De bijscholing voldeed aan mijn verwachtingen. Vragen werden beantwoord, ook al is er geen tovenstokje.

Het vielde eigenlijk niet aan als bijscholing maar als een hele dag "therapie". Waar ik zelf sterker uitgekomen ben. Hopelijk kan ik deze "vibe" nog lang behouden.

Hartelijk bedankt
daarvoor. ♥

alles kan gezegd worden.
mijn probleem met mede
collega is opgelost.

Bedankt voor alles!

- Volgende opstelling:
 - Actief
 - Emotioneel
 - Denkend
- Duidelijke uitleg; Concreet en niet dat
leuk zeggen.
- Eigen verantwoordelijkheid (me), goede
moderator!

Stress omzetten in positieve energie Ankerpunt

- RELAXTE SFEER
 - POSITIEVE ERVARING
 - LEUKE OPDRACHTEN/SPELLETJES
 - POSITIEF DAT IEDEREEN ZO OPEN KON/DURFDE
SPELLEN
 - COLLEGA'S VAN EEN ANDERE KANT LEREN KENNEN
- Bedankt voor de leuke dag!

- Aard: interactieve en coachende workshop

“Luisteren en omgaan met emoties en stress bij lagere schoolkinderen” in Paal. Voor leerkrachten en ouders



26/12 - 30/12: Talent in de tent - kerstkampje voor kleuters in het Ankerpunthuis

- Doelgroep: 4 tot 7 jarigen
- Doel: je ontdekt je eigen talenten en die van anderen en leert ze in te zetten om nieuwe uitdagingen aan te gaan





V. Partners

Hieronder vind je de logo's van heel wat partners die met ons samenwerken. Deze oplijsting is zeker niet exhaustief. Geef zeker een seintje als jouw organisatie ontbreekt in dit lijstje

Met dank aan heel veel zorgverstrekkers, jeugdwerkers die naar ons doorverwijzen, de vele scholen waar we mee mochten samenwerken, de partners die in ons geloven.



Preventiedienst Leuven - Jeugddienst Leuven - JAC Leuven - MJ Academie

Skillbuilders - Sonar - Synkroon

...



VI. Toekomstvisie

Wij met Ankerpunt vzw zijn erg blij met onze inzet in 2022 en de vele mooie doelen die we bereikt hebben. Dit geeft ons kracht en energie en vooral veel goesting om verder te zetten waar we mee bezig zijn. We willen echter niet ter plaatse blijven trappelen. Waar mogelijk zullen we proberen kansen te grijpen of zelf te creëren. Zeker in dit speciale jubileum jaar! Inderdaad Ankerpunt viert in 2023 zijn 15e verjaardag.

1. Welkom op onze gezinsdag 1 oktober 2023

Naar jaarlijkse traditie organiseren we in het kader van de 10 - daagse van de geestelijke gezondheid onze Ankerpuntgezinsdag.

Overdag zijn er de leuke workshops, lezingen, bosbaden, ... voor de gezinnen

In 2023 plannen we voor deze speciale editie ook een feestelijke receptie, waar we die mensen uitnodigen die in de loop van de 15 jaar heel wat betekend hebben voor Ankerpunt.

2. Kinderpsychiater

Ankerpunt vzw werkt al heel wat jaren intensief samen met dr. Catherine Van de Putte. Het is een fijne samenwerking die we graag nog vele jaren willen verder zetten. Ook andere psychiaters verwijzen naar ons door. Toch willen we in 2023 een stapje verder zetten. We verklappen jullie nu al met trots dat we in 2023 onze eigen kinderpsychiater in huis zullen hebben. Dr Liesbet Van Hirtum komt onze ploeg versterken. Ze leerde ons kennen tijdens haar stage in UZ Gasthuisberg. Onze fijne samenwerking zet zich de komende jaren prettig én professioneel verder in het Ankerpunthuis zelf. We zullen hierdoor voor onze cliënten/patiënten nog efficiënter kunnen werken en kort op de bal kunnen spelen. We kijken blij en vol verwachting naar deze interdisciplinaire samenwerking uit.



3. Eerstelijnspsycholoog (ELP)

Via ELP kunnen mensen die het nodig hebben gedurende een aantal sessies therapie krijgen terwijl ze enkel het remgeld hoeven te betalen. Dit geldt ook voor groepssessies. Ook Ankerpunt vzw plant mee te stappen in dit verhaal. De eerste stappen zijn hiervoor gezet in 2022. We hopen dit verder uit te bouwen de komende jaren. Meer info over ELP vind je via deze [link](#)

4. Nieuwe projecten en samenwerkingen

Ook in 2023 zullen we ons met ons team blijven inzetten voor nieuwe projecten en samenwerkingen.

Er zitten al heel wat psycho -therapeutische en psycho - educatieve projecten in de pijplijn. Dit zowel binnen Ankerpunt als op verplaatsing.

Ook willen we weer volop inzetten op onze STUDIO activiteiten (beweging)

Lees hierover meer in ons jaarverslag van 2023.

5. Outreachend werken

Zoals in deel I van dit jaarverslag beschreven zullen we ook in 2023 ons inzetten om niet alleen met onze psycho -educatieve projecten naar de kinderen, jongeren en hun gezinnen te gaan. We hebben de ambitie om nog meer kinderen en jongeren ook psychotherapeutisch te bereiken door outreachend te werken. (p. 9)

6. Subsidies & sponsoring

Om dit alles te kunnen realiseren is er natuurlijk een budget nodig. We hopen op subsidies en sponsoring om dit alles laagdrempelig te maken.

Dank alvast aan iedereen die zijn steentje hiervoor wil bijdragen



VII. Medewerkers bij Ankerpunt

Voor meer informatie over onze medewerkers verwijzen we graag naar onze [website](#)

