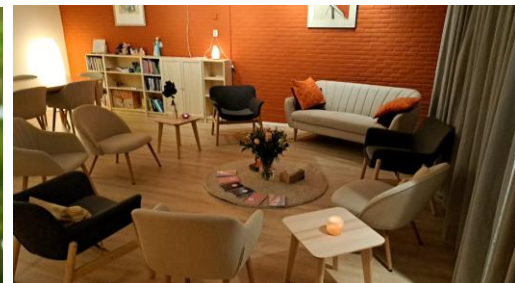


## In Contact

Vrijblijvende probeer avond voor de groep



Maandag 15 december '25

**Belangstellenden, twijfelkonten, nieuwsgierigen, weerstanders en angsthazen.  
Van harte welkom!**

*“Misschien heb je al eens iets gehoord of gelezen over de groep? Heeft Anke je uitgenodigd, las je erover op de website, of vertelde een bekende van je over zijn of haar ervaringen? En dacht je toen: ‘Ik weet niet of dat wat voor mij is, wat voor mensen komen daar dan en zou me dat echt verder helpen?’. Eigenlijk ben je best nieuwsgierig. Dan is deze avond er speciaal voor jou!”*

De ‘probeer’ avond biedt een unieke kans om op een laagdrempelige en vrijblijvende manier kennis te maken met groepswork gericht op therapie en zelfontwikkeling. Je ontmoet zowel oud-deelnemers als andere belangstellenden. Je hoort inspirerende verhalen, doet zelf ervaring op in wat groepswork zou kunnen betekenen onder begeleiding van Anke, én er is ruimte om vragen te stellen. Juist als je twijfelt, of de gedachte aan groepswork weerstand oproept, of je gewoon nieuwsgierig bent naar de ervaring – wees welkom! Ook geschikt als je eerder groepswork hebt gedaan en wilt onderzoeken of de Jaargroep iets voor je is, of een groep bij Anke. Na deze avond kun je een weloverwogen keuze maken of je mee wilt doen. Nieuwe periodes starten begin 2026.

**Wanneer:** Maandag 15 december 2025, van 19.30 tot 21.30 uur.

**Waar:** Praktijk Anke van Helden, Onderduikersstraat 1 te Groningen.  
Groepsruimte, 1e verdieping, kamer 6

**Wat:** Op laagdrempelige wijze ervaren wat de groep kan betekenen.  
Er wordt praktische en inhoudelijke informatie gegeven door Anke en (oud) deelnemers, over zowel de weekgroep als de jaargroep én er is ruimte voor vragen.

**Voor wie:** Voor belangstellenden. Er wordt van je gevraagd je open te stellen voor de ervaring en respectvol om te gaan met elkaars privacy. **Graag aanmelden!**

Deelname is gratis en verplicht je tot niets.

Aanmelden op [aanmeldingen@ankevanhelden.nl](mailto:aanmeldingen@ankevanhelden.nl).

