

Die **Gemeinnützige Drei Sterne Betreuungs-GmbH** bietet Beratung für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen, deren Angehörigen und anderen Bezugspersonen

Sprechzeiten: Altornow 30c, 16259 Bad Freienwalde

Donnerstag: 09.00 - 12.00 Uhr

Ansprechpartner: Frau Medejczyk

Telefon: 0172 4783013

Allgemeine Sozialberatung von SGB I bis SGB XII

Sprechzeiten: Altornow 30c, 16259 Bad Freienwalde

Montag: 09.00 - 12.00 Uhr

Dienstag: 09.00 - 12.00 Uhr

13.00 - 18.00 Uhr

Freitag: 09.00 - 12.00 Uhr

Ansprechpartner: Frau Soyke, Frau Münder

Telefon: 03344 150150

Telefax: 03344 150151

Sprechzeiten: Freienwalder Str. 50, 16269 Wriezen

Jeden **1. und 3. Dienstag** im Monat:

13.00 - 17.00 Uhr

Mittwoch: 09.00 - 12.00 Uhr

Donnerstag: 09.00 - 12.00 Uhr

Ansprechpartner: Frau Soyke, Frau Münder

Telefon: 033456 49194

Telefax: 03344 150151

E-Mail: allg.soz.beratung.soyke@web.de

Bitte Termine vereinbaren!

Im Haus der Begegnung findet die Beratung für bleibeberechtigte Zuwanderer statt.

Ansprechpartner: Frau Waschinski

Sozialpark MOL e.V. Strausberg

Telefon: 03341 471381

Der **Integrationsfachdienst (IFD)** bietet eine Beratung für Menschen mit Behinderungen in der Selbsthilfekontaktstelle Haus der Begegnung an.

Telefon: 03341 312547

Bitte Termine vereinbaren!

Selbsthilfekontaktstelle Haus der Begegnung

Sprechzeiten: Mo/Die: 08.00 - 13.00 Uhr

Do: 08.00 - 13.00 Uhr

oder nach Vereinbarung

Ansprechpartner: Frau Brunnert, Frau Reyer

Möbelkammer im GIBBZ

16259 Bad Freienwalde, Wasserstr.18

Öffnungszeiten: Mo-Fr: 09.30 - 16.00 Uhr

Ansprechpartner: Frau Poggemöller

Telefon: 03344 32440

Kreativ- und Bastelkaffee

Zeit für Gespräche und Tauschbörse
(Bücher, Spiele und CD's)

Dienstag: 20.08.2019

Zeit: 09.30 Uhr - 12.00 Uhr

Ort: Selbsthilfekontaktstelle

16259 Bad Freienwalde, Ringstr.1

Volkssolidarität

wöchentlich Mittwoch ab 14.00 Uhr

verschiedene Veranstaltungen

wöchentlich Donnerstag ab 13.30 Uhr

kreatives Gestalten, Mensch ärgere dich nicht, Skipbo
Ringstr. 1 - in den Räumen der Selbsthilfekontaktstelle

Telefon: 03344 331965

Selbsthilfegruppen im „Treff am Torn“ (Diakonie)

in der Ringstraße 11 **Telefon:** 03344 1509028

Ansprechpartner: Frau Seeger

Mieterberatung

Dienstag: 20.08.2019 08.30 - 11.00 Uhr

Termine sind unter **Telefon 0335 6850260** zu vereinbaren

druck: print & copy service gmbh Bad Freienwalde

SELBSTHILFEKONTAKTSTELLE HAUS DER BEGEGNUNG



16259 Bad Freienwalde
Ringstraße 1

Telefon: 03344 5208

<http://selbsthilfekontaktstelle.vfbq.de/>

E-Mail:

info@selbsthilfekontaktstelle-bad-freienwalde.de

Träger:
VFBQ Bad Freienwalde e.V.



16259 Bad Freienwalde

Am Weidendamm 7

Telefon: 03344 331941

**Monatsplan
August 2019**

01.08.2019	Donnerstag
13.00 Uhr SH psychisch Kranke, Alttornow 30 19.00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Moorbad	
02.08.2019	Freitag
15.00 Uhr SH Sonnenschein Wrz. ev. Gemeinderaum (Depressionen) 15.00 Uhr SH Depressionen Gr.4	
05.08.2019	Montag
10.00 Uhr Seniorensport	
06.08.2019	Dienstag
17.15 Uhr SH Lungensport, Gemeindezentrum Altranft 18.00 Uhr SH Behindertensport, Sporthalle Gymn.	
07.08.2019	Mittwoch
15.00 Uhr SH Multiple Sklerose, Stephanus Treff, Bad Frw. 17.30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Moorbad 18.30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Moorbad 18.30 Uhr SH Sport und Begegnung, GIBBZ, Wasserstr. 18	
08.08.2019	Donnerstag
13.00 Uhr SH psychisch Kranke, Alttornow 30 17.00 Uhr SH Depressionen Gr.2 19.00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Moorbad	
09.08.2019	Freitag
15.00 Uhr SH Depressionen Gr.4	
12.08.2019	Montag
10.00 Uhr Seniorensport 10.00 Uhr Haftvermeidung durch soz. Integration 17.00 Uhr SH ohne Alkohol und Pillen	
13.08.2019	Dienstag
14.00 Uhr SH Frauen nach Krebs 16.00 Uhr SH Lebensmut 17.15 Uhr SH Lungensport, Gemeindezentrum Altranft 18.00 Uhr SH Behindertensport, Sporthalle Gymn.	
14.08.2019	Mittwoch
17.30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Moorbad 18.30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Moorbad 18.30 Uhr SH Sport und Begegnung, GIBBZ, Wasserstr. 18	

15.08.2019	Donnerstag
13.00 Uhr SH psychisch Kranke, Alttornow 30 19.00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Moorbad	
16.08.2019	Freitag
16.00 Uhr SH Sonnenschein Wrz. ev. Gemeinderaum (Depressionen) 15.00 Uhr SH Depressionen Gr.4	
19.08.2019	Montag
10.00 Uhr Seniorensport 17.00 Uhr SH für Angehörige Suchtkranker, Diakonie Wriezen, Markt 23	
20.08.2019	Dienstag
09.30 Uhr SH Gesprächskreis für Körper und Seele 17.15 Uhr SH Lungensport, Gemeindezentrum Altranft 18.00 Uhr SH Behindertensport, Sporthalle Gymn. 18.00 Uhr SH Die Pfundigen, Diakonie Ringstr. 11	
21.08.2019	Mittwoch
17.30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Moorbad 18.30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Moorbad 18.30 Uhr SH Sport und Begegnung, GIBBZ, Wasserstr. 18	
22.08.2019	Donnerstag
13.00 Uhr SH psychisch Kranke, Alttornow 30 17.00 Uhr SH Depressionen Gr.2 19.00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Moorbad	
23.08.2019	Freitag
15.00 Uhr SH Depressionen Gr.4	
26.08.2019	Montag
10.00 Uhr Haftvermeidung durch soz. Integration 10.00 Uhr Seniorensport 17.00 Uhr SH ohne Alkohol und Pillen	
27.08.2019	Dienstag
14.00 Uhr SH Frauen nach Krebs 16.00 Uhr SH Lebensmut 17.15 Uhr SH Lungensport, Gemeindezentrum Altranft	

28.08.2019	Mittwoch
09.30 Uhr SH Parkinsonerkrankte, Diakonie Ringstr.11 18.30 Uhr SH Sport und Begegnung, GIBBZ, Wasserstr. 18 20.00 Uhr SH Herzsportgruppe 1A+1B Schwimmhalle	
29.08.2019	Donnerstag
13.00 Uhr SH psychisch Kranke, Alttornow 30 19.00 Uhr SH Diabetiker	
30.08.2019	Freitag
15.00 Uhr SH Depressionen Gr.4 16.00 Uhr SH Sonnenschein Wrz. ev. Gemeinderaum (Depressionen) 20.00 Uhr SH Herzsportgruppe 2+BSG, Schwimmhalle	
31.08.2019	Samstag
14.00 Uhr SH Eltern mit behinderten Kindern	
Fortbildungsreihe „aktiv und gesund“ im Haus der Begegnung 2019	
Datum: Freitag, 16.08.2019	
Zeit: 16.00 Uhr - 18.00 Uhr	
Ort: Selbsthilfekontaktstelle Haus der Begegnung	
Vortrag: Aktive und passive Entspannungstechniken – PMR, AT, Qi Gong, Yoga – was passt zu wem? Alle Hilfe zur Selbsthilfe-Methoden können ausprobiert werden.	
Dozent: Heike Buß Heilpraktikerin für Psychotherapie	
Wir bitten vorher um verbindliche Anmeldung. Die Eigenbeteiligung pro Person beträgt 2,00€	