

## DIE GEMEINNÜTZIGE DREI STERNE

BETREUUNGS-GMBH bietet Beratung für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen, deren Angehörigen und anderen Bezugspersonen

Alttornow 30c, 16259 Bad Freienwalde

Donnerstag 9:00 - 12:00 Uhr  
Ansprechpartnerin Frau Medejczyk  
Telefon 0172 4783013

## ALLGEMEINE SOZIALBERATUNG VON SGB I BIS SGB XII

Alttornow 30c, 16259 Bad Freienwalde

Ansprechpartner Frau Soyke, Frau Münder  
Telefon 03344 150150  
Telefax 03344 150151  
E-Mail [allg.soz.beratung.soyke@web.de](mailto:allg.soz.beratung.soyke@web.de)

Bitte Termine vereinbaren!

## DER INTEGRATIONSFACHDIENST (IFD) bietet eine

Beratung für Menschen mit Behinderungen in der Selbsthilfekontaktstelle Haus der Begegnung an.

Telefon 03341 306210

Bitte Termine vereinbaren!

Versichertenberater der

## DEUTSCHEN RENTENVERSICHERUNG BUND

- Auskunft zu Fragen der gesetzlichen Rentenversicherung
- Kontenklärung
- Rentenanträge/ Formulare

Jeden Dienstag 14:00 - 18:00 Uhr  
Ansprechpartner Herr Richter  
Telefon 03344 300722

Bitte Termine vereinbaren!

## MIETERBERATUNG

Dienstag 21.09.2021 8:30 - 11:00 Uhr  
Ansprechpartner Herr Rossius  
Telefon 033568 50260

Bitte Termine vereinbaren!

Druck: Druckerei Print & Copy Service  
Inh. Bernd Klinkhardt Bad Freienwalde

## SELBSTHILFEKONTAKTSTELLE

### HAUS DER BEGEGNUNG

Sprechzeiten: Mo/Di 8:00 - 13:00 Uhr  
Do/Fr 8:00 - 13:00 Uhr  
oder nach Vereinbarung  
Ansprechpartner: Frau Brunnert, Frau Reyer

### KREATIV- UND BASTELKAFFEE

Zeit für Gespräche und Tauschbörse

Termine: Dienstag, 14.09. und 28.09.2021  
Zeit: 9:30 - 11:30 Uhr  
Ort: Selbsthilfekontaktstelle  
Haus der Begegnung

### FARBEN FÜR DIE SEELE -

Gestaltung von Gruppenbildern mit Ölkreide,  
Pastellkreide, Acrylfarbe oder Aquarellfarbe

Datum: Freitag, 03.09.2021  
Zeit: 09:30 Uhr - 14:00 Uhr  
Ort: Selbsthilfekontaktstelle  
Haus der Begegnung  
Dozentin: Petra Seemann  
Mentaltrainerin, Kunst & Coaching

Wir bitten vorher um verbindliche Anmeldung.  
Die Eigenbeteiligung pro Person beträgt 3,00€

Selbsthilfe ist B<sup>4</sup> – Betroffene bewegen, begegnen und  
beraten - 30 Jahre Selbsthilfe im Landkreis MOL

### JEDER KANN TANZEN - TANZEN STÄRKT DIE SEELE

Datum: Donnerstag, 16.09.2021  
Zeit: 14:00 Uhr - 15:30 Uhr  
Ort: Selbsthilfekontaktstelle  
Haus der Begegnung  
Thema: Bewegung zu Musik - Tanzen für  
Menschen mit und ohne  
Bewegungsstörungen  
Dozentin: Claudia Neumayer - Physiotherapeutin  
und Tanzpädagogin

Wir bitten vorher um verbindliche Anmeldung.  
Die Eigenbeteiligung pro Person beträgt 3,00€

## SELBSTHILFE- KONTAKTSTELLE



in Trägerschaft des VFBQ Bad Freienwalde e.V.

16259 Bad Freienwalde Am Bahnhof 1a  
TEL 03344-5208  
WEB [www.selbsthilfekontaktstelle.vfbq.de](http://www.selbsthilfekontaktstelle.vfbq.de)  
MAIL [info@selbsthilfekontaktstelle-bad-freienwalde.de](mailto:info@selbsthilfekontaktstelle-bad-freienwalde.de)



## September 2021

TRÄGER

VFBQ Bad Freienwalde e.V. TEL 03344-331941  
Am Weidendamm 7 16259 Bad Freienwalde

**01.09.2021** **Mittwoch**  
17:00 Uhr SH Depressionen Gr.2  
18:30 Uhr SH Sport und Begegnung, OFFi Bad Freienwalde

**06.09.2021** **Montag**  
19:00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Schneiderstr. 8, Altranft

**07.09.2021** **Dienstag**  
14:00 Uhr SH Multiple Sklerose  
16:30 Uhr SH Orthopädiesport, Schülerclub, Waldstr. 20A  
17:00 Uhr SH Lungensport Gr. 1  
17:30 Uhr SH Fibromyalgie  
17:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Schülerclub, Waldstr. 20A  
18:15 Uhr SH Lungensport Gr. 2  
18:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Schülerclub, Waldstr. 20A

**08.09.2021** **Mittwoch**  
18:30 Uhr SH Sport und Begegnung, OFFi Bad Freienwalde

**13.09.2021** **Montag**  
10:00 Uhr Haftvermeidung durch soz. Integration  
19:00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Schneiderstr. 8, Altranft

**14.09.2021** **Dienstag**  
09:30 Uhr SH Gesprächskreis für Körper und Seele  
16:00 Uhr SH Lebensmut  
16:30 Uhr SH Orthopädiesport, Schülerclub, Waldstr. 20A  
17:00 Uhr SH Lungensport Gr. 1  
17:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Schülerclub, Waldstr. 20A  
18:00 Uhr SH Glückspilze (Depressionen)  
18:15 Uhr SH Lungensport Gr. 2  
18:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Schülerclub, Waldstr. 20A

**15.09.2021** **Mittwoch**  
17:00 Uhr SH Depressionen Gr.2  
18:30 Uhr SH Sport und Begegnung, OFFi Bad Freienwalde

**20.09.2021** **Montag**  
17:00 Uhr SH für Angehörige Suchtkranker,  
(Diakonie Wriezen, Markt 23)  
19:00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Schneiderstr. 8, Altranft

**Selbsthilfe ist B<sup>4</sup> – Betroffene bewegen, begegnen und beraten – 30 Jahre Selbsthilfe im Landkreis MOL**

**BOGENSCHIESSEN IM PARCOURS  
mit Einweisung**

Datum: **Dienstag, 21.09.2021**  
Zeit: **09:30 Uhr - 13:30 Uhr**  
Ort: **Bogenparcours in Torgelow (Mark)**  
Dozent: **Mattias Steinki**

**Wir bitten vorher um verbindliche Anmeldung.  
Die Eigenbeteiligung pro Person beträgt 3,00€**

**FORTBILDUNGSREIHE »AKTIV UND GESUND«  
IM HAUS DER BEGEGNUNG 2021**

Datum: **Freitag, 24.09.2021**  
Zeit: **09:30 Uhr - 13:30 Uhr**  
Treffpunkt: **Fachklinik und Moorbad Bad Freienwalde  
Gesundbrunnenstr. 33  
16259 Bad Freienwalde**  
Thema: **Wir machen uns auf  
den "Atem schöpfen" Weg.**  
Dozentin: **Heike Buß  
Heilpraktikerin für Psychotherapie**

**Wir bitten vorher um verbindliche Anmeldung.  
Die Eigenbeteiligung pro Person beträgt 3,00€**

**21.09.2021** **Dienstag**  
16:30 Uhr SH Orthopädiesport, Schülerclub, Waldstr. 20A  
17:00 Uhr SH Lungensport Gr. 1  
17:30 Uhr SH Fibromyalgie  
17:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Schülerclub, Waldstr. 20A  
18:15 Uhr SH Lungensport Gr. 2  
18:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Schülerclub, Waldstr. 20A

**22.09.2021** **Mittwoch**  
18:30 Uhr SH Sport und Begegnung, OFFi Bad Freienwalde

**23.09.2021** **Donnerstag**  
15:30 Uhr SH Krebs (Neugründung einer SHG)

**25.09.2021** **Samstag**  
14:00 Uhr SH Eltern mit behinderten Kindern

**27.09.2021** **Montag**  
10:00 Uhr Haftvermeidung durch soz. Integration  
17:00 Uhr SH ohne Alkohol und Pillen  
19:00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Schneiderstr. 8, Altranft

**28.09.2021** **Dienstag**  
09:30 Uhr SH Gesprächskreis für Körper und Seele  
16:00 Uhr SH Lebensmut  
16:30 Uhr SH Orthopädiesport, Schülerclub, Waldstr. 20A  
17:00 Uhr SH Lungensport Gr. 1  
17:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Schülerclub, Waldstr. 20A  
18:00 Uhr SH Glückspilze (Depressionen)  
18:15 Uhr SH Lungensport Gr. 2  
18:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Schülerclub, Waldstr. 20A

**29.09.2021** **Mittwoch**  
18:30 Uhr SH Sport und Begegnung, OFFi Bad Freienwalde

**30.09.2021** **Donnerstag**  
19:00 Uhr SH Diabetiker