

DIE GEMEINNÜTZIGE DREI STERNE

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

Alttornow 30c, 16259 Bad Freienwalde

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

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!

HAFTVERMEIDUNG DURCH SOZIALE INTEGRATION

Ansprechpartner Herr Volkmann
Telefon 03332 450937

Bitte Termine vereinbaren!

VERSICHERTENBERATER



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

Jeden Dienstag 14:00 - 18:00 Uhr

Ansprechpartner Herr Richter
Telefon 03344 300722

Bitte Termine vereinbaren!

MIETERBERATUNG

Dienstag 21.06.2022 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

FRÜHSTÜCKSRUNDE IM HAUS DER BEGEGNUNG

Datum: Montag, 01.08.2022
Zeit: 09:00 Uhr - 11:00 Uhr
Ort: Selbsthilfekontaktstelle
Haus der Begegnung

Wir bitten vorher um verbindliche Anmeldung.
Der Unkostenbeitrag pro Person beträgt 3,00 €

SPIELENACHMITTAG IM HAUS DER BEGEGNUNG

Datum: Montag, 08.08.2022 und 22.08.2022
Zeit: 14:00 Uhr - 17:00 Uhr
Ort: Selbsthilfekontaktstelle
Haus der Begegnung

Wir bitten vorher um verbindliche Anmeldung.

WILD - UND HONIGBIENEN TAG

Datum: Donnerstag, 04.08.2022
Zeit: 09:00 Uhr - 11:30 Uhr
Ort: Haus der Naturpflege
Dr.-Max-Kienitz-Weg 2
16259 Bad Freienwalde
Thema: Einführung in das Leben der Bienen
und Imkerhandwerk mit
Honigverkostung und Kerze basteln
Dozentin: Kerstin Götter

Wir bitten vorher um verbindliche Anmeldung.
Der Unkostenbeitrag pro Person beträgt 3,00 €

BOGENSCHIEßEN IM PARCOUS

Datum: Donnerstag, 11.08.2022
Zeit: 09:00 Uhr - 11:30 Uhr
Ort: Torgelow (Mark), am Ende der Sackgasse

Wir bitten vorher um verbindliche Anmeldung.
Der Unkostenbeitrag 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

MAIL info@selbsthilfekontaktstelle-bad-freienwalde.de



August 2022

TRÄGER

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

01.08.2022 Montag
10:00 Uhr Haftvermeidung durch soz. Integration
19:00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Schneiderstr. 8, Altranft

02.08.2022 Dienstag
14:00 Uhr SH Multiple Sklerose, Sommerpause
17:00 Uhr SH Lungensport Gr. 1, Schneiderstr. 8, Altranft
17:30 Uhr SH Fibromyalgie
18:15 Uhr SH Lungensport Gr. 2, Schneiderstr. 8, Altranft

03.08.2022 Mittwoch
16:30 Uhr SH Orthopädiensport, Sporthalle Gymnasium
17:00 Uhr SH Depressionen Gr.2
17:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Sporthalle Gymnasium
18:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Sporthalle Gymnasium
18:30 Uhr SH Sport und Begegnung, Offi Bad Freienwalde

04.08.2022 Donnerstag
13:30 Uhr SH Kreative Lebensfreude

08.08.2022 Montag
19:00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Schneiderstr. 8, Altranft

09.08.2022 Dienstag
09:30 Uhr SH Gesprächskreis für Körper und Seele 1
16:00 Uhr SH Lebensmut
17:00 Uhr SH Lungensport Gr. 1, Schneiderstr. 8, Altranft
18:15 Uhr SH Lungensport Gr. 2, Schneiderstr. 8, Altranft

10.08.2022 Mittwoch
16:30 Uhr SH Orthopädiensport, Sporthalle Gymnasium
17:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Sporthalle Gymnasium
18:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Sporthalle Gymnasium
18:30 Uhr SH Sport und Begegnung, Offi Bad Freienwalde

11.08.2022 Donnerstag
13:30 Uhr SH Kreative Lebensfreude

15.08.2022 Montag
10:00 Uhr Haftvermeidung durch soz. Integration
17:00 Uhr SH für Angehörige Suchtkranker,
(Diakonie Wriezen, Markt 23)
19:00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Schneiderstr. 8, Altranft

16.08.2022 Dienstag
09:30 Uhr SH Gesprächskreis für Körper und Seele 2
14:00 Uhr SH Krebs
17:00 Uhr SH Lungensport Gr. 1, Schneiderstr. 8, Altranft
17:30 Uhr SH Fibromyalgie
18:15 Uhr SH Lungensport Gr. 2, Schneiderstr. 8, Altranft

EPISODEN AUS MEINEM LEBEN BEI NOMADEN IN DER MONGOLEI

Datum: Donnerstag, 18.08.2022
Zeit: 09:30 Uhr - 11:30 Uhr
Ort: Selbsthilfekontaktstelle
Haus der Begegnung
Dozentin: Waltraut Fischer

Wir bitten vorher um verbindliche Anmeldung.
Der Unkostenbeitrag pro Person beträgt 3,00 €

ANTIENZÜNDLICHE ERNÄHRUNG - NICHT NUR EIN THEMA BEI RHEUMA

Datum: Dienstag, 23.08.2022
Zeit: 09:30 Uhr - 11:30 Uhr
Ort: Selbsthilfekontaktstelle
Haus der Begegnung
Dozentin: Claudia Büchel
Diätassistentin und Ernährungsberaterin

Wir bitten vorher um verbindliche Anmeldung.
Der Unkostenbeitrag pro Person beträgt 3,00 €

KÖRPER- UND SCHÖNHEITSPFLEGE FÜR JEDERMANN ZUR STEIGERUNG DES LEBENS- UND SELBSTWERTGEFÜHLS

Datum: Donnerstag, 01.09.2022
Zeit: 09:30 Uhr - 11:30 Uhr
Ort: Selbsthilfekontaktstelle
Haus der Begegnung

Wir bitten vorher um verbindliche Anmeldung.
Der Unkostenbeitrag pro Person beträgt 3,00 €

17.08.2022 Mittwoch
16:30 Uhr SH Orthopädiensport, Sporthalle Gymnasium
17:00 Uhr SH Depressionen Gr.2
17:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Sporthalle Gymnasium
18:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Sporthalle Gymnasium
18:30 Uhr SH Sport und Begegnung, Offi Bad Freienwalde

18.08.2022 Donnerstag
13:30 Uhr SH Kreative Lebensfreude

22.08.2022 Montag
17:00 Uhr SH ohne Alkohol und Pillen
19:00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Schneiderstr. 8, Altranft

23.08.2022 Dienstag
16:00 Uhr SH Lebensmut
17:00 Uhr SH Lungensport Gr. 1, Schneiderstr. 8, Altranft
18:15 Uhr SH Lungensport Gr. 2, Schneiderstr. 8, Altranft

24.08.2022 Mittwoch
16:30 Uhr SH Orthopädiensport, Sporthalle Gymnasium
17:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Sporthalle Gymnasium
18:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Sporthalle Gymnasium
18:30 Uhr SH Sport und Begegnung, Offi Bad Freienwalde

25.08.2022 Donnerstag
13:30 Uhr SH Kreative Lebensfreude
19:00 Uhr SH Diabetiker

27.08.2022 Samstag
14:00 Uhr Eltern mit behinderten Kindern

29.08.2022 Montag
19:00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Schneiderstr. 8, Altranft

30.08.2022 Dienstag
17:00 Uhr SH Lungensport Gr. 1, Schneiderstr. 8, Altranft
18:15 Uhr SH Lungensport Gr. 2, Schneiderstr. 8, Altranft

31.08.2022 Mittwoch
16:30 Uhr SH Orthopädiensport, Sporthalle Gymnasium
17:00 Uhr SH Depressionen Gr.2
17:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Sporthalle Gymnasium
18:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Sporthalle Gymnasium
18:30 Uhr SH Sport und Begegnung, Offi Bad Freienwalde