

DIE GEMEINNÜTZIGE DREI STERNE

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

Altornow 30c, 16259 Bad Freienwalde

Ansprechpartnerin Frau Medejczyk
Telefon 0172 4783013

ALLGEMEINE SOZIALBERATUNG VON SGB I BIS SGB XII

Altornow 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
Montag 03.06.2024 und 17.06.2024
10:00 - 12:00 Uhr
Telefon 03332 450937
Bitte Termine vereinbaren!

VERSICHERTENBERATER



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

Jeden Dienstag 10:00 - 18:00 Uhr
Ansprechpartner Herr Richter
Telefon 03344 300722
Bitte Termine vereinbaren!

MIETERBERATUNG

Dienstag 18.06.2024 8:30 - 11:00 Uhr
Ansprechpartner Herr Rossius
Telefon 033568 50260
Bitte Termine vereinbaren!

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

Gesprächsrunde für Selbsthilfeeinsteiger

Datum: Montag, 03.06.2024
Zeit: 09:00 Uhr - 11:00 Uhr
Ort: Selbsthilfekontaktstelle
Haus der Begegnung

BOGENSCHIEßEN IM PARCOURS

Bewegungs- und Konzentrationsangebot für
Selbsthilfeeinsteiger und Mitglieder der SHG

Datum: Donnerstag, 13.06.2024 und 27.06.2024
Zeit: 09:00 Uhr - 11:00 Uhr
Ort: Torgelow (Mark), am Ende der Sackgasse



Wir bitten zu allen Veranstaltungen vorher um verbindliche Anmeldung.
Der Unkostenbeitrag pro Person beträgt 3,00€ /4,00€

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

MONATSPLAN

Juni 2024

TRÄGER

VFBQ Bad Freienwalde e.V. | TEL 03344-331941

Wasserstraße 18 | 16259 Bad Freienwalde

03.06.2024 Montag
09:30 Uhr SH Gesprächskreis für Körper und Seele Gr.1
16:30 Uhr SH Orchester DAH (Depression Gr.3)
19:00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Schneiderstr. 8, Altranft

04.06.2024 Dienstag
14:00 Uhr SH Multiple Sklerose
17:00 Uhr SH Lungensport Gr. 1, Schneiderstr. 8, Altranft
18:15 Uhr SH Lungensport Gr. 2, Schneiderstr. 8, Altranft

05.06.2024 Mittwoch
16:30 Uhr SH Orthopädiensport, Moorbad Bad Freienwalde
17:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Moorbad Bad Freienwalde
18:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Moorbad Bad Freienwalde
18:30 Uhr SH Sport und Begegnung, Offi Bad Freienwalde

06.06.2024 Donnerstag
13:30 Uhr SH Kreative Lebensfreude

07.06.2024 Freitag
10:00 Uhr SH Fibromyalgie in Bewegung

10.06.2024 Montag
09:30 Uhr SH Gesprächskreis für Körper und Seele Gr.2
17:00 Uhr SH ohne Alkohol und Pillen
17:00 Uhr SH Endlich frei
19:00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Schneiderstr. 8, Altranft

11.06.2024 Dienstag
17:00 Uhr SH Lungensport Gr. 1, Schneiderstr. 8, Altranft
18:15 Uhr SH Lungensport Gr. 2, Schneiderstr. 8, Altranft

12.06.2024 Mittwoch
16:30 Uhr SH Orthopädiensport, Moorbad Bad Freienwalde
17:00 Uhr SH Depressionen Gr. 2
17:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Moorbad Bad Freienwalde
18:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Moorbad Bad Freienwalde
18:30 Uhr SH Sport und Begegnung, Offi Bad Freienwalde

13.06.2024 Donnerstag
13:30 Uhr SH Kreative Lebensfreude

14.06.2024 Freitag
10:00 Uhr SH Fibromyalgie in Bewegung

17.06.2024 Montag
09:30 Uhr SH Gesprächskreis für Körper und Seele Gr.1
15:00 Uhr Trauerbegleitung
17:00 Uhr SH für Angehörige Suchtkranker,
(Diakonie Wriezen, Markt 23)
19:00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Schneiderstr. 8, Altranft

SÜß TRIFFT SAUER
Leckeres aus Erdbeeren und Rhabarber

Datum: Dienstag, 18.06.2024
Zeit: 09:30 Uhr - 11:30 Uhr
Ort: Selbsthilfekontaktstelle
Haus der Begegnung
Referentin: Claudia Büchel - Diätassistentin und
Ernährungsberaterin

SELBST GESUNGEN
WIR SINGEN GEMEINSAM BEKANNTE LIEDER

Datum: Freitag, 21.06.2024
Zeit: 09:30 Uhr - 11:30 Uhr
Ort: Selbsthilfekontaktstelle
Haus der Begegnung
Johanna Lukas

TRIALOG MIT BETROFFENEN; ANGEHÖRIGEN
UND EXPERTEN

Essen mit Genuss - werden Sie all Ihre Fragen los!

Datum: Dienstag, 25.06.2024
Zeit: 16:00 Uhr - 17:30 Uhr
Ort: Selbsthilfekontaktstelle
Haus der Begegnung
Referentin: Nicole Herrmann
- Diabetes- und Ernährungsberaterin

18.06.2024 Dienstag
14:00 Uhr SH Krebs
17:00 Uhr SH Lungensport Gr. 1, Schneiderstr. 8, Altranft
18:15 Uhr SH Lungensport Gr. 2, Schneiderstr. 8, Altranft

19.06.2024 Mittwoch
16:30 Uhr SH Orthopädiensport, Moorbad Bad Freienwalde
17:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Moorbad Bad Freienwalde
18:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Moorbad Bad Freienwalde
18:30 Uhr SH Sport und Begegnung, Offi Bad Freienwalde

20.06.2024 Donnerstag
13:30 Uhr SH Kreative Lebensfreude

21.06.2024 Freitag
10:00 Uhr SH Fibromyalgie in Bewegung

24.06.2024 Montag
09:30 Uhr SH Gesprächskreis für Körper und Seele Gr.2
17:00 Uhr SH ohne Alkohol und Pillen
17:00 Uhr SH Endlich frei
19:00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Schneiderstr. 8, Altranft

25.06.2024 Dienstag
17:00 Uhr SH Lungensport Gr. 1, Schneiderstr. 8, Altranft
18:15 Uhr SH Lungensport Gr. 2, Schneiderstr. 8, Altranft

26.06.2024 Mittwoch
16:30 Uhr SH Orthopädiensport, Moorbad Bad Freienwalde
17:00 Uhr SH Depressionen Gr. 2
17:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Moorbad Bad Freienwalde
18:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Moorbad Bad Freienwalde
18:30 Uhr SH Sport und Begegnung, Offi Bad Freienwalde
17:00 Uhr SH Fibromyalgie

27.06.2024 Donnerstag
13:30 Uhr SH Kreative Lebensfreude

28.06.2024 Freitag
10:00 Uhr SH Fibromyalgie in Bewegung

29.06.2024 Samstag
14:00 Uhr Eltern mit behinderten Kindern