

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
Montag 12.08.2024 und 26.08.2024

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 20.08.2024 8:30 - 11:00 Uhr

Ansprechpartner Herr Rossius

Telefon 033568 50260

Bitte Termine vereinbaren!

Druck: Druckerei Print & Copy Service
Inh. Bernd Klinkhardt

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 Selbsthilfeinteressierte

Datum: Montag, 05.08.2024

Zeit: 09:00 Uhr - 11:00 Uhr

Ort: Selbsthilfekontaktstelle
Haus der Begegnung

BOGENSCHIEßEN IM PARCOURS

Bewegungs- und Konzentrationsangebot für
Selbsthilfeinteressierte und Mitglieder der SHG

Datum: Donnerstag, 08.08.2024 und 22.08.2024

Zeit: 09:00 Uhr - 11:00 Uhr

Ort: Torgelow (Mark), am Ende der Sackgasse

KUNST MIT ELKE

Datum: Montag, 26.08.2024

Zeit: 09:30 Uhr - 11:30 Uhr

Ort: Selbsthilfekontaktstelle
Haus der Begegnung
Elke Hädicke



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

August 2024

TRÄGER

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

Wasserstraße 18 | 16259 Bad Freienwalde

01.08.2024 **Donnerstag**
13:30 Uhr SH Kreative Lebensfreude

02.08.2024 **Freitag**
10:00 Uhr SH Fibromyalgie in Bewegung

05.08.2024 **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

06.08.2024 **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

07.08.2024 **Mittwoch**
15:00 Uhr SH PS Erkrankte
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

08.08.2024 **Donnerstag**
13:30 Uhr SH Kreative Lebensfreude

09.08.2024 **Freitag**
10:00 Uhr SH Fibromyalgie in Bewegung

12.08.2024 **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

13.08.2024 **Dienstag**
17:00 Uhr SH Lungensport Gr. 1, Schneiderstr. 8, Altranft
18:15 Uhr SH Lungensport Gr. 2, Schneiderstr. 8, Altranft

14.08.2024 **Mittwoch**
15:00 Uhr SH PS Erkrankte
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

15.08.2024 **Donnerstag**
13:30 Uhr SH Kreative Lebensfreude

16.08.2024 **Freitag**
10:00 Uhr SH Fibromyalgie in Bewegung

19.08.2024 **Montag**
09:30 Uhr SH Gesprächskreis für Körper und Seele Gr.1
17:00 Uhr SH für Angehörige Suchtkranker,
(Diakonie Wriezen, Markt 23)
19:00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Schneiderstr. 8, Altranft

DRUMS ALIVE

- Musik als Quelle der Inspiration

Datum: **Mittwoch, 04.09.2024**
Zeit: 14:00 - 16:00 Uhr
Ort: Selbsthilfekontaktstelle
Haus der Begegnung
Referentin: Heike Buß
Heilpraktikerin für Psychotherapie

TRIALOG MIT BETROFFENEN; ANGEHÖRIGEN UND EXPERTEN

Gut zu(m) Fuß - Tipps zur Fußpflege

Datum: **Dienstag, 10.09.2024**
Zeit: 16:00 Uhr - 17:30 Uhr
Ort: Selbsthilfekontaktstelle
Haus der Begegnung
Referentin: Nicole Herrmann
- Diabetes- und Ernährungsberaterin

20.08.2024 **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

21.08.2024 **Mittwoch**
15:00 Uhr SH PS Erkrankte
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

22.08.2024 **Donnerstag**
13:30 Uhr SH Kreative Lebensfreude

23.08.2024 **Freitag**
10:00 Uhr SH Fibromyalgie in Bewegung

26.08.2024 **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

27.08.2024 **Dienstag**
17:00 Uhr SH Lungensport Gr. 1, Schneiderstr. 8, Altranft
18:15 Uhr SH Lungensport Gr. 2, Schneiderstr. 8, Altranft

28.08.2024 **Mittwoch**
16:30 Uhr SH Orthopädiensport, Moorbad Bad Freienwalde
17:00 Uhr SH Fibromyalgie
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

29.08.2024 **Donnerstag**
13:30 Uhr SH Kreative Lebensfreude

30.08.2024 **Freitag**
10:00 Uhr SH Fibromyalgie in Bewegung

31.08.2024 **Samstag**
14:00 Uhr Eltern mit behinderten Kindern