

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 Frau Handke
Montag 06.10.2025 und 20.10.2025
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 21.10.2025 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, 06.10.2025

Zeit: 09:00 Uhr - 11:00 Uhr

VORTRAG „HILFE MEIN KIND IST ANDERS“ Buchvorstellung zum Thema Hochbegabung

Datum: Mittwoch, 08.10.2025

Zeit: 18:00 Uhr - 20:00 Uhr

Referenten: Sebastian Stranz - Sozialarbeiter
Thorsten Klinkenberg - Familienberater

SELBST GESUNGEN

WIR SINGEN GEMEINSAM BEKANNTE LIEDER

Datum: Freitag, 10.10.2025

Zeit: 09:30 Uhr - 11:30 Uhr

Referentin: Johanna Lukas

STAUDENSELLERIE, SPITZKOHL, ROTE BEETE LECKERE HERBSTREZEPTE

Datum: Dienstag, 14.10.2025

Zeit: 09:30 Uhr - 11:30 Uhr

Referentin: Claudia Büchel - Diätassistentin und Ernährungsberaterin

SPIELEVORMITTAG IM HAUS DER BEGEGNUNG

Datum: Mittwoch, 08.10.2025 und 22.10.2025

Zeit: 10:00 Uhr - 12:00 Uhr

Wir bitten zu allen Veranstaltungen vorher um verbindliche Anmeldung.

Der Unkostenbeitrag pro Person beträgt 3,00€ / 5,00€

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

Oktober 2025

TRÄGER

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

Wasserstraße 18 | 16259 Bad Freienwalde

01.10.2025	Mittwoch
15:00 Uhr PS Erkrankte	
16:30 Uhr SH Orthopädiessport (OSG 3a), Moorbad Bad Frw.	
17:00 Uhr SH Depressionen Gr. 2	
17:30 Uhr SH Sport und Begegnung, Offi Bad Freienwalde	
17:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Moorbad Bad Freienwalde	
18:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Moorbad Bad Freienwalde	
02.10.2025	Donnerstag
13:30 Uhr SH Kreative Lebensfreude	
16:30 Uhr SH Orchester DAH (Depression Gr. 3)	
06.10.2025	Montag
09:30 Uhr SH Gesprächskreis für Körper und Seele Gr.1	
19:00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Schneiderstr. 8, Altranft	
07.10.2025	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	
19:00 Uhr Orthopädiessport (OSG 3b), Gymnasium Bad Frw.	
08.10.2025	Mittwoch
16:30 Uhr SH Orthopädiessport (OSG 3a), Moorbad Bad Frw.	
17:30 Uhr SH Sport und Begegnung, Offi Bad Freienwalde	
17:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Moorbad Bad Freienwalde	
18:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Moorbad Bad Freienwalde	
09.10.2025	Donnerstag
13:30 Uhr SH Kreative Lebensfreude	
10.10.2025	Freitag
10:00 Uhr SH Fibromyalgie in Bewegung, GIBBZ,Wasserstr.18	
10:00 Uhr SH Fibromyalgie in Balance	
13.10.2025	Montag
09:30 Uhr SH Gesprächskreis für Körper und Seele Gr.2	
15:00 Uhr Trauerbegleitung	
17:00 Uhr SH ohne Alkohol und Pillen	
17:00 Uhr SH Endlich frei	
19:00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Schneiderstr. 8, Altranft	

14.10.2025	Dienstag
17:00 Uhr SH Lungensport Gr. 1, Schneiderstr. 8, Altranft	
18:15 Uhr SH Lungensport Gr. 2, Schneiderstr. 8, Altranft	
19:00 Uhr Orthopädiessport (OSG 3b), Gymnasium Bad Frw.	

15.10.2025	Mittwoch
15:00 Uhr PS Erkrankte	
16:30 Uhr SH Orthopädiessport (OSG 3a), Moorbad Bad Frw.	
17:00 Uhr SH Depressionen Gr. 2	
17:30 Uhr SH Sport und Begegnung, Offi Bad Freienwalde	
17:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Moorbad Bad Freienwalde	
18:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Moorbad Bad Freienwalde	

16.10.2025	Donnerstag
13:30 Uhr SH Kreative Lebensfreude	

17.10.2025	Freitag
10:00 Uhr SH Fibromyalgie in Bewegung, GIBBZ,Wasserstr.18	
10:00 Uhr SH Fibromyalgie in Balance	

20.10.2025	Montag
09:30 Uhr SH Gesprächskreis für Körper und Seele Gr.1	
19:00 Uhr SH Herzsportgruppe 2, Schneiderstr. 8, Altranft	

21.10.2025	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	
19:00 Uhr Orthopädiessport (OSG 3b), Gymnasium Bad Frw.	

GESUNDHEITSTAG IM BAHNHOF

Seelische Gesundheit

Datum:	Freitag, 17.10.2025
Zeit:	14:00 Uhr - 17:00 Uhr
Ort:	Selbsthilfekontaktstelle Haus der Begegnung

JEDER KANN TANZEN

BEWEGUNG ZU MUSIK FÜR JEDERMANN

Datum:	Donnerstag, 23.10.2025
Zeit:	13:30 Uhr - 15:00 Uhr
Referentin:	Claudia Neumayer - Physiotherapeutin und Tanzpädagogin

22.10.2025	Mittwoch
16:30 Uhr SH Orthopädiessport (OSG 3a), Moorbad Bad Frw.	
17:00 Uhr SH Fibromyalgie	
17:30 Uhr SH Sport und Begegnung, Offi Bad Freienwalde	
17:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Moorbad Bad Freienwalde	
18:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Moorbad Bad Freienwalde	

23.10.2025	Donnerstag
13:30 Uhr SH Kreative Lebensfreude	

24.10.2025	Freitag
10:00 Uhr SH Fibromyalgie in Bewegung, GIBBZ,Wasserstr.18	
10:00 Uhr SH Fibromyalgie in Balance	

25.10.2025	Samstag
14:00 Uhr Eltern mit behinderten Kindern	

27.10.2025	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	

28.10.2025	Dienstag
17:00 Uhr SH Lungensport Gr. 1, Schneiderstr. 8, Altranft	
18:15 Uhr SH Lungensport Gr. 2, Schneiderstr. 8, Altranft	
19:00 Uhr Orthopädiessport (OSG 3b), Gymnasium Bad Frw.	

29.10.2025	Mittwoch
16:30 Uhr SH Orthopädiessport (OSG 3a), Moorbad Bad Frw.	
17:00 Uhr SH Depressionen Gr. 2	
17:30 Uhr SH Sport und Begegnung, Offi Bad Freienwalde	
17:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1A, Moorbad Bad Freienwalde	
18:30 Uhr SH Herzsportgruppe 1B, Moorbad Bad Freienwalde	

30.10.2025	Donnerstag
13:30 Uhr SH Kreative Lebensfreude	

31.10.2025	Freitag
10:00 Uhr SH Fibromyalgie in Bewegung, GIBBZ,Wasserstr.18	
10:00 Uhr SH Fibromyalgie in Balance	