

# Unser Programm im März 2026

---

**Mo. 02.03.2026 10:00 – 11:00 Uhr**  
**Senior\*innensport mit Peggy**  
Im Gebäude des VFBQ, Wasserstraße 18  
Anmeldung erwünscht

**Mo. 02.03.2026 14:00 – 16:00 Uhr**  
**Spielenachmittag**

**Di. 03.03.2026 10:00 – 12:00 Uhr**  
**Sprach-Café**  
Englisch für Senior\*innen  
Anmeldung bitte bis zum 02.03.2026

**Di. 03.03.2026 14:00 – 16:00 Uhr**  
**„Sicherheit beim Gehen im Alter“**  
Workshop „Gut gehen“ mit Elke Schmid  
Anmeldung bitte bis zum 02.03.2026

**Mi. 04.03.2026 13:00 – 18:00 Uhr**  
**Skat im Treffpunkt**

**Do. 05.03.2026 10:00 – 12:00 Uhr**  
**Mediencafé**  
Hilfe zu Fragen zum Smartphone, Tablet bzw. Laptop

**Do. 05.03.2026 14:00 – 16:00 Uhr**  
**Clever fit!**  
Lustige Herausforderungen und spaßige Wettkämpfe  
Anmeldung bitte bis zum 03.03.2026

**Fr. 06.03.2026 09:00 – 11:00 Uhr**  
**Frauentagsfrühstück**  
Anmeldung bitte bis zum 03.03.2026

**Mo. 09.03.2026 10:00 – 12:00 Uhr**  
**Filzen mit Gabi**  
Bei Stephanus Mobil, Ringstraße 1  
Anmeldung erwünscht

**Mo. 09.03.2026 14:00 – 14:45 Uhr**  
**Trauer-Café**  
Trauerbegleitung durch den Hospizdienst im Stephanus-Treffpunkt

**Mo. 09.03.2026 14:00 – 16:00 Uhr**  
**Spielenachmittag**

**Di. 10.03.2026 10:00 – 11:30 Uhr**  
**Begegnungs-Café**

**Di. 10.03.2026 14:00 – 16:00 Uhr**  
**Lese-Café** Anmeldung bitte bis zum 09.03.2026

**Mi. 11.03.2026 11:00 – 11:30 Uhr**  
**Sitzgymnastik „Muntere Gelenke“**  
Online-Live-Veranstaltung von „Active at Home“  
Anmeldung bitte bis zum 10.03.2026

**Mi. 11.03.2026 13:00 – 18:00 Uhr**  
**Skat im Treffpunkt**

**Do. 12.03.2026 10:00 – 11:00 Uhr**  
**Treffpunkt – Kochbuch**  
Wir gestalten gemeinsam mit Fabio Fiorese ein Koch- und Backbuch  
Anmeldung bitte bis zum 11.03.2026

**Do. 12.03.2026 14:00 – 16:00 Uhr**  
**Reiseberichte der Familie Lottermoser**  
Sansibar: Insel der Sklaven und Gewürze  
Anmeldung bitte bis zum 10.03.2026

**Mo. 16.03.2026 10:00 – 11:00 Uhr**  
**Senior\*innensport mit Peggy**  
Im Gebäude des VFBQ, Wasserstraße 18  
Anmeldung erwünscht

**Mo. 16.03.2026 14:00 – 16:00 Uhr**  
**Spielenachmittag**

**Di. 17.03.2026 10:00 – 12:00 Uhr**  
**Nähkurs für Senior\*innen**  
Anmeldung bitte bis zum 16.03.2026

**Di. 17.03.2026 14:00 – 16:00 Uhr**  
**Mediencafé**  
Hilfe zu Fragen zum Smartphone, Tablet bzw. Laptop

**Mi. 18.03.2026 10:00 – 13:00 Uhr**  
**Kulinarische Reise durch Italien**  
Kochen und backen mit Fabio Fiorese  
Anmeldung bitte bis zum 16.03.2026

**Mi. 18.03.2026 13:00 – 18:00 Uhr**  
**Skat im Treffpunkt**

**Do. 19.03.2026 10:00 – 12:00 Uhr**  
**Gedächtnistraining**  
Anmeldung bitte bis zum 18.03.2026

**Do. 19.03.2026 14:00 – 16:00 Uhr**  
**Musikalischer Nachmittag mit Herrn Schluchter** Anmeldung bitte bis zum 17.03.2026

**Mo. 23.03.2026 10:00 – 11:00 Uhr**  
**Reha-Sport mit Peggy**  
Im Gebäude des VFBQ, Wasserstraße 18  
Anmeldung erwünscht

**Mo. 23.03.2026 10:00 – 12:00 Uhr**  
**Filzen mit Gabi**  
Bei Stephanus Mobil, Ringstraße 1  
Anmeldung erwünscht

**Mo. 23.03.2026 14:00 – 16:00 Uhr**  
**Spielenachmittag**

**Di. 24.03.2026 10:00 – 12:00 Uhr**  
**Offene Gesprächsrunde**  
zum Thema „Einsamkeit“  
Anmeldung bitte bis zum 23.03.2026

**Di. 24.03.2026 13:30 – 16:00 Uhr**  
**Kreativnachmittag**  
Wir gestalten sorbische Ostereier  
Anmeldung bitte bis zum 23.03.2026

**Mi. 25.03.2026 11:00 – 11:30 Uhr**  
**Sitzgymnastik „Muntere Gelenke“**  
Online-Live-Veranstaltung von „Active at Home“  
Anmeldung bitte bis zum 24.03.2026

**Mi. 25.03.2026 13:00 – 18:00 Uhr**  
**Skat im Treffpunkt**

**Do. 26.03.2026 10:00 – 12:00 Uhr**  
**Schreibwerkstatt**  
Workshop mit Christine Sinner  
Anmeldung bitte bis zum 25.03.2026

**Do. 26.03.2026 13:30 – 16:00 Uhr**  
**Malzirkel** Anmeldung bitte bis zum 25.03.2026

**Mo. 30.03.2026 14:00 – 16:00 Uhr**  
**Spielenachmittag**

**Di. 31.03.2026 10:00 – 12:00 Uhr**  
**Nähkurs für Senior\*innen**  
Anmeldung bitte bis zum 29.03.2026

**Di. 31.03.2026 14:00 – 16:00 Uhr**  
**Tanz-Café** Anmeldung bitte bis zum 29.03.2026

# Unsere Angebote

Wir sind für Sie da:

---

- Anlaufstelle für Bürgerinnen und Bürger
- Allgemeine, kostenfreie Beratungen in unterschiedlichen Lebenslagen im Stephanus-Treffpunkt oder bei Ihnen zu Hause
- Vermittlung von Hilfen, niedrigschwelligen Betreuungsangeboten, ambulanter Pflege, Fahrdienstleistungen
- Vermittlung von Ehrenamt, ehrenamtliche Nachbarschaftshilfen, Besuchsdienste etc.
- Wir unterstützen geflüchtete Menschen aus anderen Ländern, sich in unserer Umgebung zurechtzufinden
- Wir bieten monatlich wechselnde Informations- und Freizeitangebote
- Wir bringen Menschen in Bad Freienwalde und Umgebung zusammen



<https://www.stephanus.org/treffpunkt-bad-freienwalde>

Foto: fotolia/Klaus Hartwig

# Ihre Ansprechpersonen im Stephanus-Treffpunkt

---

**Anja Kühn**  
Koordinatorin

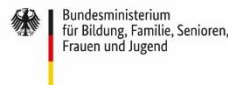
**Jan Schurmann**  
Projektmitarbeiter

**Kontakt**  
Stephanus gGmbH  
**Stephanus-Treffpunkt**  
Karl-Marx-Str. 8  
16259 Bad Freienwalde (Oder)

Tel. 03344 150 90 84  
treffpunkt-  
bad.freienwalde@stephanus.org

Das Projekt „Bleib aktiv“ wird im Rahmen des Programms „Stärkung der Teilhabe älterer Menschen – gegen Einsamkeit und soziale Isolation“ durch das Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend und durch die Europäische Union über den Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) gefördert.

Gefördert durch:



## Stephanus-Treffpunkt in Bad Freienwalde (Oder)

---

## Veranstaltungen im März 2026

