

Liebe Besucher*innen,
herzlich willkommen im Haus 23!

INFORMATION UND TERMINVERGABE

09.00 bis 13.00 und 14.00 bis 16.00 Uhr
Freitag 09.00 bis 13.00 Uhr

040-41493210
info@haus23.org

Mahnaz Karimi und Mariam Oriachel
DARI / FARSI, DEUTSCH

Zahra Benslimane und Zakia Touabi
ARABISCH, DEUTSCH, FRANZÖSISCH, ITALIENISCH

PROJEKTKOORDINATION

Anne Thalheim
0176 23134530
anne.thalheim@sprungbrett-bergedorf.de

**AZUBI-WOHNEN AM MITTLEREN LANDWEG
PEPKO Perspektiv-Kontor Hamburg**

Hanno Lange | 015904864776
hanno.lange@cjd.de

Tobias Türck | 01794283440
tobias.tuerck@cjd.de

pepko-hamburg.de

Bis bald im Haus 23!

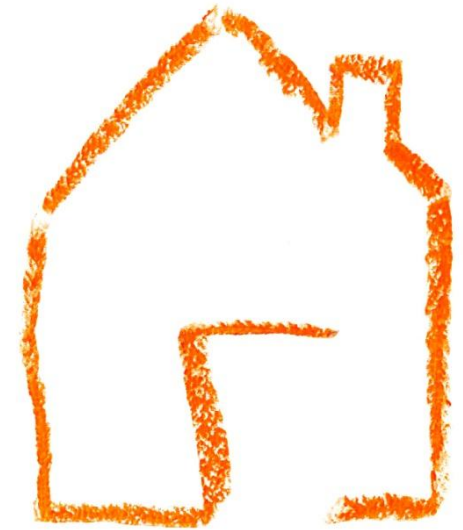
Haus 23 Treffpunkt & Beratung

040 – 414 93 210
Am Gleisdreieck 23 | 21033 Hamburg
info@haus23.org
www.sprungbrett-bergedorf.de

Montag bis Donnerstag
09.00 bis 13.00 und 14.00 bis 16.00 Uhr
Freitag 09.00 bis 13.00 Uhr



Haus  **23**
Treffpunkt & Beratung



محل ملاقات و مشاوره
መረከብን ምክርን
مكان الاجتماع والمشورة
Niştecih û şêwirdarî
meeting place and advice
lieu de rencontre et conseil
Место встречи и консультаций

Haus 23 ist ein Angebot des
Commit-Verbundes, vertreten durch
die Träger Sprungbrett e.V.,
Internationaler Bund und
Hamburger Kinder- und Jugendhilfe



JANUAR 2026

Montag

HEBAMMEN-SPRECHSTUNDE MIT ELTERNCAFÉ

Familienteam Sprungbrett e.V.

Jana Redmann

Precious Leppin

040 735 927 409

familien.team@sprungbrett-bergedorf.de

10.00 – 12.00

BILDUNGSLOTSINNEN / IB

Fereshta Neda | 015153157029

fereshta.rahimi.neda@ib.de

10.00 – 13.00 und 14.00 – 16.00

PSYCHOSOZIALE PEERBERATUNG

Sprungbrett e.V. mit Termin

Raif Khalifa | 0163 4424 355

raif.khalifa@sprungbrett-bergedorf.de

14.00 – 18.00

STADTTEILE OHNE PARTNERGEWALT

Sprungbrett e.V. in Haus 8b

Natia Chotalishvili | 017663005056

Natia.Chotalishvili@sprungbrett-bergedorf.de

Mo 11.30 bis 13.00 SPRECHSTUNDE

Do 10.00 bis 12.00 GRUPPE 14tägig

TANZEN FÜR FRAUEN

Urouba Jaber in Haus 12a

Mo bis Do 17.00 – 19.00

SPRACHCAFÉ für Anfänger*innen

Sprungbrett e.V.

Raif Khalifa | 0163 4424 355

17.30 – 19.30

Dienstag

SOZIALBERATUNG

Sprungbrett e.V.

Farzaneh Farahmand

0176 2313 4526

farzaneh.farahmand@sprungbrett-bergedorf.de

9.00 – 13.00 und 14.00 – 18.00

MÜTTERKURS – DEUTSCH LERNEN

Tanja Langfeld / VHS

9.00 – 12.00

BILDUNGSLOTSIN / IB

Beratung auf Russisch

Elnura Karipova | 015780659367

elnura.karipova@ib.de

9.30 – 13.00

PSYCHOSOZIALE PEERBERATUNG

Sprungbrett e.V. mit Termin

Omar Abdullah | 0173 4721 233

omar.abdullah@sprungbrett-bergedorf.de

10.00 – 15.00

BERUFLICHE ORIENTIERUNG

SBB für Frauen mit Termin

Holger Timmermann | 01601533 821

holger.timmermann@sbb-hamburg.de

14.00 – 16.00

SOZIALBERATUNG

Integrationszentrum Bergedorf /Caritas

Luisa Fengler | 0170 1036 701

Luisa.Fengler@caritas-im-norden.de

14.00 – 16.00

DARI/FARSI/DEUTSCH GRAMMATIK

Sprungbrett e.V.

Gulghutai Mahmoud

15.00 – 17.00

Mittwoch

FAMILIENBERATUNG

Mobile Familienhilfe für Geflüchtete / IB

Khadija Brandts | 015785004765

Khadija.Brandt@ib.de

9.00 – 13.00 und 14.00 – 17.00

MÜTTERKURS – DEUTSCH LERNEN

Tanja Langfeld / VHS

9.00 – 12.00

BERATUNG FÜR JUNGERWACHSENE

FLEX – Flexibles Unterstützungsangebot für junge Erwachsene / IB

Anni Sander | 0175 5668 571

ann-christin.sander@ib.de

9.00 – 13.00 und 14.00 – 18.00

SPRACHCAFÉ für Ukrainer*innen

Ukrainehilfe Sprungbrett e.V. in Haus 12a

Denys Strohov und

Katharina Zimmermann

017662928563

katharina.zimmermann@sprungbrett-bergedorf.de

11.00 – 13.00

NÄHWERKSTATT FÜR FRAUEN

Sprungbrett e.V.

Tahereh Hassanzadeh

14.00 – 17.00

Donnerstag

FAMILIENBERATUNG

Mobile Familienhilfe für Geflüchtete / IB

Khadija Brandts | 015785004765

Khadija.Brandt@ib.de

9.00 – 13.00 und 14.00 – 17.00

SOZIALBERATUNG

Sprungbrett e.V.

Farzaneh Farahmand

0176 2313 4526 WhatsApp

farzaneh.farahmand@sprungbrett-bergedorf.de

9.00 – 13.00 und 14.00 – 18.00

BERATUNG FÜR JUNGERWACHSENE

FLEX – Flexibles Unterstützungsangebot für junge Erwachsene / IB

Anni Sander | 0175 5668 571

ann-christin.sander@ib.de

9.00 – 13.00 und 14.00 – 18.00

FRAUENGRUPPE

Selbstfürsorge und Empowerment

Yassar Dihni in Haus 12a

10.30 – 12.30 alle 14 Tage

WOHNUNGSSUCHE DIGITAL

Sprungbrett e.V.

Anmeldung über Raif Khalifa

0163 4424 355 WhatsApp

11.00 – 13.00 alle 14 Tage

BERUFLICHE ORIENTIERUNG

SBB für Frauen mit Termin

Sonja Brezina | 040-21112524

sonja.brezina@sbb-hamburg.de

11.30 – 13.00

PONYSTÄRKE FÜR KINDER

Sprungbrett e.V. mit Anmeldung

Frauke Walkusch

15.00 – 18.00

KOCHGRUPPE FÜR FRAUEN

Sprungbrett e.V. mit Anmeldung

Zahra Benslimane | 0176 6300 4548

Gulghutai Mahmoud

16.00 – 19.00

Freitag

FAMILIENBERATUNG

Mobile Familienhilfe für Geflüchtete / IB

Khadija Brandts | 015785004765

Khadija.Brandt@ib.de

9.00 – 13.00 und 14.00 – 16.00

BILDUNGSLOTSIN / IB

Beratung auf Russisch

Elnura Karipova | 015780659367

elnura.karipova@ib.de

12.30 – 14.30

LERNCAFÉ FÜR FRAUEN

Sprungbrett e.V.

Mahnaz Karimi | 0176 62295208

Maryam Aria-Pour

09.30 – 12.30

PSYCHOSOZIALE PEERBERATUNG

Sprungbrett e.V. mit Termin

Raif Khalifa | 0163 4424 355

raif.khalifa@sprungbrett-bergedorf.de

Omar Abdullah | 0173 4721 233

omar.abdullah@sprungbrett-bergedorf.de

13.00 – 17.00

MÄNNERCAFÉ

Sprungbrett e.V.

Raif Khalifa | 0163 4424 355

Omar Abdullah | 0173 4721 233

18.00 – 21.00

TANZEN FÜR FRAUEN

Schila Habibi in Haus 12a

Fr 17.00 – 19.00