

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

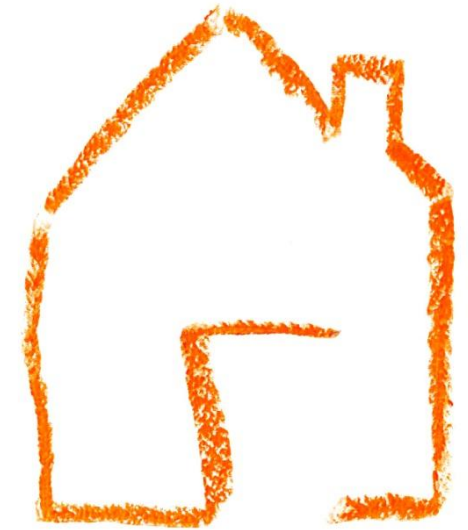
Montag bis Donnerstag  
09.00 bis 13.00 und 14.00 bis 16.00 Uhr  
Freitag 09.00 bis 13.00 Uhr



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



**Haus**  **23**  
Treffpunkt & Beratung



محل ملاقات و مشاوره  
መረከብን ምክሮን  
مكان الاجتماع والمشورة  
Niştecîh û şêwirdarî  
meeting place and advice  
lieu de rencontre et conseil  
Место встреч и консультаций

**MÄRZ 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

### STADTTEILE OHNE PARTNERGEWALT

Sprungbrett e.V. in Haus 8b

Natia Chotalishvili | 017663005056  
Natia.Chotalishvili@sprungbrett-bergedorf.de  
Mo 10.00 bis 12.00 GRUPPE **14tägig**  
Di 11.30 bis 13.00 SPRECHSTUNDE

### PSYCHOSOZIALE PEERBERATUNG

Sprungbrett e.V. mit Termin

Raif Khalifa | 0163 4424 355  
raif.khalifa@sprungbrett-bergedorf.de  
14.00 – 18.00

### SOZIALBERATUNG

Integrationszentrum Bergedorf /Caritas

Luisa Fengler | 0170 1036 701  
Luisa.Fengler@caritas-im-norden.de  
14.00 – 16.00

### TANZEN FÜR FRAUEN

Urouba Jaber in Haus 12a  
17.00 – 19.00 Mo bis Do

### SPRACHCAFÉ / IFTAR

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 **nicht in den Ferien**

### 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 – 13.00 und 14.00 – 18.00

### BERUFLICHE ORIENTIERUNG

SBB für Frauen mit Termin  
Holger Timmermann | 01601533 821  
holger.timmermann@sbb-hamburg.de  
14.00 – 16.00

### PONYSTÄRKE FÜR KINDER

Sprungbrett e.V. mit Anmeldung  
Frauke Walkusch  
15.00 – 18.00

### DARI/FARSI/DEUTSCH GRAMMATIK

Sprungbrett e.V.  
Gulghutai Mahmoud  
14.30 – 16.30

## 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 **nicht in den Ferien**

### 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

### 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

### WOHNUNGSSUCHE DIGITAL

Sprungbrett e.V.  
Anmeldung über Raif Khalifa  
0163 4424 355 WhatsApp  
11.00 – 13.00 alle 14 Tage

### KOCHGRUPPE FÜR FRAUEN

Sprungbrett e.V. **wieder ab 19.03**  
Zahra Benslimane | 0176 6300 4548  
16.00 – 19.00 alle 14 Tage

## 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 / IFTAR

Sprungbrett e.V.  
Raif Khalifa | 0163 4424 355  
Omar Abdullah | 0173 4721 233  
18.00 – 21.00