

# ParkOase

im Grünen Zentrum  
Plettenbergstraße 12 c



## Angebote:

### Treffpunkt für (werdende) Eltern von Mehrlingen

**donnerstags 10 Uhr - 12 Uhr** mit Carla und Rebecca  
Anmeldung über das Familienteam-040-735 927 400 oder  
familien.team@sprungbrett-bergedorf.de

Die ParkOase steht kleinen und großen Menschen in Lohbrügge für gemeinsame Aktivitäten zur Verfügung und kann z.B. für kleine Familienfeiern, Kindergeburtstage, Mutter-Kind-Spielgruppen, Interessengruppen usw. genutzt werden.

**Bei Mietinteresse melden Sie sich bitte per Email:**

**ParkOase**  
**Plettenbergstraße 12 c**  
parkoase@sprungbrett-bergedorf.de

## Intensive Familien – und Sozialberatung

### Sozialräumliche Angebote für Jugendliche und Familien (SAJF)

nur mit Termin | auch in polnischer und russischer Sprache

## MIT TERMIN

### Beratung für Familien, in denen Menschen mit Behinderung leben | mittendrin!

### Suchtberatung | KODROBS

### Beratung zu sexueller Gewalt & Gewalterfahrungen | zornrot e.V.

### Beratung für Eltern, Angehörige und Betroffene in der Auseinandersetzung mit Islamismus | Legato, Vereinigung Pestalozzi

**Wir bieten auch Organisation und Vermittlung von Übersetzungshilfen an!**



# kifaz

kinder- & **familien**hilfezentrum  
lohbrügge

# Beratung & Angebote ab 02/2026

### Ansprechpersonen:

Margarethe Dawid  
(polnische + russische Sprachkompetenz)  
Hartmut Buttgerit  
(englische Sprachkompetenz)  
Sabina von Zmuda  
(polnische Sprachkompetenz)  
Emma Bissing | Empfang  
(russische Sprachkompetenz)  
Rima Frikha | Empfang  
(arabische + frz. Sprachkompetenz)

Fritz-Lindemann-Weg 2 | 21031 Hamburg  
**Tel. 040-735 927 600**  
[kifaz.lo@sprungbrett-bergedorf.de](mailto:kifaz.lo@sprungbrett-bergedorf.de)  
[www.sprungbrett-bergedorf.de](http://www.sprungbrett-bergedorf.de)

## MONTAG

### **Persönliche Beratung, auch per Telefon**

Bitte vereinbaren Sie einen Termin  
Margarethe Dawid + Hartmut Buttgerit

### **Integrationskurs**

9.30 – 12.45 Uhr | Raum 1 und 2  
Caritas | nur mit Anmeldung

### **Offene Sprechstunde für geflüchtete Familien**

10 - 12 Uhr | Fahima Nazari, Durchblick

### **Info-Café für Frauen, die Dari/Farsi sprechen**

16 - 18 Uhr | Shakila Nickel

## DIENSTAG

### **Persönliche Beratung, auch per Telefon**

Bitte vereinbaren Sie einen Termin  
Margarethe Dawid + Hartmut Buttgerit

### **Integrationskurs**

9.30 – 12.45 Uhr | Raum 1 und 2  
Caritas | nur mit Anmeldung

### **Kaffee-Treff für russischsprachige Seniorinnen & Senioren**

10 - 12 Uhr | Waschhaus |  
Mendelstraße 32c | Olga Burghardt  
Seniorenbüro Hamburg e. V.

### **Infosprechstunde bei MenteeVation**

10 – 14 Uhr | Somayah Aksir

### **Info-Cafe für albanischsprachige Frauen**

16:00 – 18 Uhr | Lauvesha Zymeraj

## MITTWOCH

### **Persönliche Beratung, auch per Telefon**

Bitte vereinbaren Sie einen Termin |  
Margarethe Dawid & Hartmut Buttgerit

### **Integrationskurs**

9.30 – 12.45 Uhr | Raum 1 und 2  
Caritas | nur mit Anmeldung

### **Offene Beratung im EKIZ Regenbogen**

Röpredder 70 | Margarethe Dawid |  
auch in polnischer & russischer Sprache  
9 - 11 Uhr | Jeden 3. Mittwoch im Monat

### **Arabischsprachiger Frauen- und Kindertreff**

16 - 18 Uhr | Rima Frikha |  
mit Kinderbetreuung Muna Mohamad

## DONNERSTAG

### **Persönliche Beratung, auch per Telefon**

Bitte vereinbaren Sie einen Termin |  
Margarethe Dawid + Hartmut Buttgerit

### **Offene Beratung in der Kita Wackelzahn**

Bornbrook 15 | Margarethe Dawid |  
auch in polnischer & russischer Sprache |  
9 – 11 Uhr | Jeden 1. Donnerstag im Monat

### **Integrationskurs**

9.30 – 12.45 Uhr | Raum 1 und 2  
Caritas | nur mit Anmeldung

### **Offene Beratung im EKIZ Neuer Mohnhof**

Hinterm Graben 37 | Margarethe Dawid |  
auch in polnischer & russischer Sprache |  
10.30 – 12.30 Uhr | Jeden 4. Donnerstag im Monat

### **Info-Café für türkischsprachige Frauen**

16 - 18 Uhr | Hatice Kar

### **Polnischsprachige AA-Gruppe und AH-Gruppe**

18.30 – 20.30 Uhr

## FREITAG

### **Persönliche Beratung, auch per Telefon**

Bitte vereinbaren Sie einen Termin |  
Margarethe Dawid, Sabina von Zmuda &  
Hartmut Buttgerit

### **Frühstückstreff**

9.30 – 11.30 Uhr | Katarzyna Golinska |  
für polnisch sprechende Familien

### **Infos zu Selbsthilfegruppen zum Thema Sucht**

11 – 12 Uhr | Radek Kaczmarek &  
Krzysztof Bartkowski

### **Polnischsprachige Familienberatung**

12 - 15 Uhr | Agata Raböse nur mit Termin |  
jeden letzten Freitag im Monat

### **Ludki - Polnisch für Kinder**

15 – 18 Uhr | Katarzyna Golinska &  
Weronika Kubicka | nur mit Anmeldung

### **Krabbelzwerge**

Krabbelgruppe für Kinder von 4 bis 24 Monate |  
10-11:30 Uhr. | Lea Seeberger | Waschhaus

## SONNTAG

### **Kreative Malgruppe für Erwachsene**

11 - 13 Uhr | Tetiana Moskaliuk, Tamara Berger &  
Soja Wiegel