

**MUT-Mümmelmannsberg –
ein sozialraumorientiertes
Netzwerk**

MITEINANDER-UNTERSTÜTZUNG –TEILHABE

MUT ist ein Kooperationsprojekt, in dem verschiedene Einrichtungen in Mümmelmannsberg, Kirchsteinbek und Billstedt institutionsübergreifend Angebote für Kinder und Jugendliche von 0-18 Jahren und deren Familien entwickeln und durchführen.

SO KOMMEN SIE ZU MUT:

ob Familie, Eltern, Jugendliche, Schulen, ASD, ReBBZ, Kita, etc.: rufen Sie uns an oder senden Sie eine E-Mail.



MUT – FAMILIENUNTERSTÜTZUNG

Wer kennt es nicht, die Probleme in der Familie scheinen einem über den Kopf zu wachsen.

Eltern und Jugendliche können sich im MUT-Büro unverbindlich beraten lassen.

MUT bietet:

- ▶ Tipps in Erziehungsfragen
- ▶ Tipps im Umgang mit Konflikten in der Familie, in der Schule, mit Freund*innen
- ▶ Tipps zur Freizeitgestaltung
- ▶ Hilfe bei der Regelung behördlicher Angelegenheiten
- ▶ einen Überblick über Einrichtungen/Institutionen, zur Lösung spezieller Probleme
- ▶ Bei Bedarf können Eltern und Jugendliche eine längerfristige Unterstützung in Anspruch nehmen.

Zur Terminabsprache gerne im Büro anrufen!

Kontakt:

MUT-Familienunterstützung
Havighorster Redder 46 b

22115 Hamburg

Tel.: 040-89708509

E-Mail: mut@basisundwoege.de



MUT – ELTERNGRUPPE AUTISMUS

Offene Austauschgruppe für Eltern
von Kindern im Autismus-Spektrum
in Mümmelmannsberg, Kirchsteinbek
und Billstedt.

Raum für Entlastung, gegenseitige
Unterstützung und Erfahrungsaustausch.

► **ab März 2026 jeden 2. Donnerstag**
im Gemeindezentrum Mümmelmannsberg,
Havighorster Redder 50, 22115 Hamburg

**Kostenlos
und
vertraulich.**

Kontakt und Anmeldung

Abedallah Abuhawa

Sozialpädagoge, Kinderschutzfachkraft

Tel.: 0176-80589334

E-Mail: abedallah.abuhawa@basisundwoege.de

MUT IN DER ELTERNSCHULE – SYSTEMISCHE FAMILIENBERATUNG

Die Beratung ist dafür da,
Eltern, Kindern und Jugendlichen
einen sicheren Raum zu bieten,
in dem alles ausgesprochen
werden darf.

Die systemische Familienberaterin
und -therapeutin bietet nach einem
Kennenlernen verbindliche
Termine an.

Offene Sprechstunden

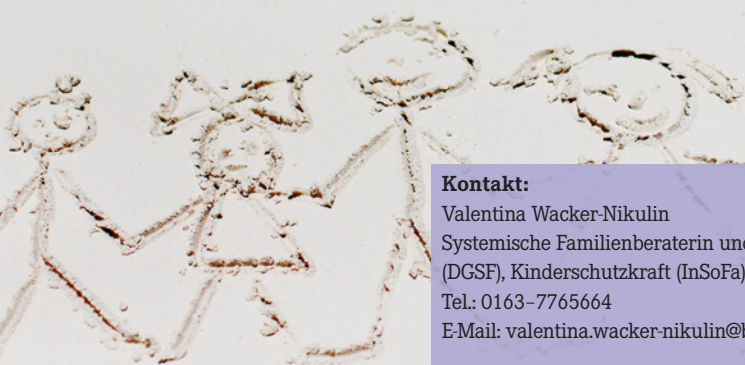
in der Elternschule Mümmelmannsberg
Kirchnerweg 6, 22115 Hamburg

Montags: 10:00–12:00 Uhr

Donnerstags: 16:30–18:00 Uhr

- Für Eltern und Jugendliche
- **Sprechstunden in Deutsch,
Farsi/Dari und Russisch**

**Kostenlos
und
vertraulich.**



Kontakt:

Valentina Wacker-Nikulin

Systemische Familienberaterin und -therapeutin
(DGSF), Kinderschutzkraft (InSoFa)

Tel.: 0163-7765664

E-Mail: valentina.wacker-nikulin@basisundwoege.de

MUT IN DER JUGENDETAGE: SOZIALE GRUPPE

Mittwochs:

- ▶ 13.30 bis 16 Uhr
- ▶ 10 Jugendliche ab 11 Jahren
- ▶ Anmeldung erforderlich

Und so sieht unser Mittwoch aus:

Gemeinsam Essen

Meistens gesund, meistens lecker und Hauptsache alle zusammen. Das Essen bietet den Rahmen, um gemeinsam zu besprechen, wie es in der Schule läuft und wie sich das Leben gerade anfühlt.

Lernzeit

Wir haben drei Honorarkräfte, die unterstützen. So wird es möglich, nicht nur die Hausaufgaben zu erledigen, sondern durch enge Betreuung an der Lernmotivation zu arbeiten.

Offener Treff

Anschließend steht den Jugendlichen das ganze Angebot der Jugendetage zur Verfügung: Dart, Billard, Tischtennis und vieles mehr. Oft spielen wir auch gemeinsam Spiele.



Kontakt:

Jugendetage

Havighorster Redder 50

22115 Hamburg

Tel.: 040-71601272

E-Mail: mail@jugendetage.de



[jugend.etage.muemmel](https://www.instagram.com/jugend.etage.muemmel)

MUT IM MÄDCHENTREFF: SOZIALE GRUPPE

Die MUT-soziale Gruppe im Mädchentreff ist eine Gruppe für sechs Mädchen ab acht Jahren, in der wir uns wöchentlich treffen, gemeinsam essen, über verschiedene Themen (Schule, Prüfungen, Familie...) sprechen und gerne Ausflüge unternehmen. Die Mädchen bringen eigene Wünsche und Interessen ein. Es gibt eine Einbindung in den Offenen Treff des Mädchentreffes, in dem die Mädchen entscheiden, wie sie ihre Freizeit gestalten wollen. Oft sitzen wir drinnen oder draußen auf der Terrasse in unserem Garten zusammen, spielen, sind kreativ und quatschen.



Kontakt:

Mädchentreff Mümmelmannsberg
Heideblöck 20A
22115 Hamburg
Tel.: 040-7161005
maedchentreff@trockendock-hamburg.de



[maedchentreff.muemmel](https://www.instagram.com/maedchentreff.muemmel)

MUT IN DER SCHULE – DIE LERN-OASE

Den ganzen Tag Schule zu haben, kann ganz schön anstrengend sein. Nicht jedem fällt das leicht.

Die Lern-Oase gibt sechs Kindern in der Integrativen Ganztagsgrundschule Mümmelmannsberg die Möglichkeit, parallel zum Unterricht in einer kleineren Lerngruppe individuell zu lernen.

Einer Aufnahme müssen Schule, ASD und ReBBZ zustimmen.

Das Angebot der Lern-Oase beinhaltet:

- ▶ Verbindliches Gruppenangebot
- ▶ Unterstützung im täglichen Schulalltag
- ▶ Familienunterstützung mit verbindlicher Elternberatung
- ▶ Hilfe bei der Kommunikation zwischen Schule und Eltern

Kontakt:

Mut-Lern-Oase

Grundschule Mümmelmannsberg

Mümmelmannsberg 54

22115 Hamburg

Tel.: 0176-61866556 oder

Tel.: 0176-61870343

E-Mail: mut.lernoase@basisundwoege.de

MUT – KIDS: GRUPPE FÜR KINDER

BELASTETER ODER PSYCHISCH ERKRANKTER ELTERN

Wenn Eltern stark belastet oder psychisch erkrankt sind, brauchen auch ihre Kinder Unterstützung.

Das Gruppenangebot bietet für Kinder zwischen 6 bis 10 Jahren einen sicheren und verlässlichen Ort.

- wir spielen, erleben, basteln und kochen
- wir tauschen uns über Alltägliches, aber auch Belastendes aus
- im Rahmen des Gruppenangebots bewältigen wir zusammen auch krisenhafte Zeiten, die im Alltag entstehen können

► **jeden Freitag**
von 13:30–15:00 Uhr

in der Elternschule
Mümmelmannsberg
Kirchnerweg 6
22115 Hamburg

Psychoedukation zu vielen
verschiedenen Themen,
Ausflüge, Kreativstunden,
gemeinsames Kochen und
Backen



Kontakt:

Vereinigung Pestalozzi

Sophia Rezay

Tel.: 0151-61740365

sophia.rezay@vereinigung-pestalozzi.de

Eda Celik

Tel.: 0151-74590014

eda.celik@vereinigung-pestalozzi.de



WEITERE INFORMATIONEN:



MUT SPENDEN:

Mit Spenden machen wir weitere Angebote im Stadtteil möglich. Sprechen Sie uns gern an:

kati.nowothnig@basisundwoge.de

lisa.scheel@basisundwoge.de

DIE KOOPERATIONSPARTNER*INNEN

Der geschäftsführende Träger: basis & woge e.V.



Jugendamt Hamburg-Mitte – Region 2
Allgemeiner Sozialer Dienst



Vereinigung Pestalozzi



ReBBZ-Billstedt



Jugendtag der ev.-luth. Kirchengemeinde,
Kirche in Steinbek



1000 Steine



Elternschule
Mümmelmannsberg

