

## Herzlich willkommen

Der **Anleger7** versteht sich als ein Raum der Begegnung mit Beratungs- und Gruppenangeboten für unsere Klient\*innen, wie auch als eine Kontakt- und Anlaufstelle mit Freizeitangeboten für alle Fuhlsbüttler\*innen.

Wir bieten Ihnen zudem ein offenes Beratungsangebot für alle Fragen, die sich um die Themen Alltagsbewältigung, Einsamkeit und Hilfe bei Behördenangelegenheiten drehen.

In Kooperation mit unserer Familienhilfe werden im Anleger7 auch Angebote für Familien und Kinder bereitgestellt sowie eine Sozialberatung für Familien über BLINKFÜER - Sozialräumliche Hilfen und Angebote/SHA.

Der Anleger7 bringt Farbe in den Stadtteil - Unsere vielfältigen Angebote bringen Menschen zusammen und fördern den Austausch untereinander. Beachten Sie dazu auch die aktuellen Aushänge zu unseren Veranstaltungen. Kommen Sie vorbei! Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Team vom Anleger7



## Öffnungszeiten & Kontakt



### Öffnungszeiten

Die aktuellen Zeiten entnehmen Sie bitte den Einzel- und Gruppenangeboten in diesem Flyer.

### Telefonisch erreichen Sie uns:

Montag - Donnerstag: 9:00 - 16:00 Uhr  
Freitag: 9:00 - 15:00 Uhr

### Anleger7 / SPZ Fuhlsbüttel

Hummelsbütteler Landstr. 7  
22335 Hamburg  
Tel.: 040 / 533 228 1465  
E-Mail: [anleger7@sf.hamburg](mailto:anleger7@sf.hamburg)  
<https://sf.hamburg>

## Anleger7

SPZ Fuhlsbüttel

Angebote und  
Veranstaltungen für  
Fuhlsbüttel



## Montag

### Sozialberatung

**BLINKFÜER**  
09:00-11:00



### OFFENER ANLEGER

12:00-14:00  
+ Mittagssnack ab 13:00  
Kostenbeitrag: 1,50€

### Genesungsgruppe

14:30-15:30

## Dienstag

### Akupunktur

NADA-Protokoll  
11:30-12:30

### OFFENER ANLEGER

12:30-14:30

### Mentale Balance

12:30-14:00  
Im FuDa 99  
nur für Klient\*innen

### Hilfe bei PC/Smartphone

13:00-14:30

### Beratung & Information

15:00-17:00  
mit Terminvereinbarung

### Kreativgruppe

15:00 - 16:30

## Mittwoch

### OFFENER ANLEGER

mit kleinem Frühstück  
Kostenbeitrag: 1,50€  
10:30-12:30

### Seemannsgarn Handarbeitstreff

12:45-14:30

## Donnerstag

### OFFENER ANLEGER

10:30-12:30

### Gruppentraining Soziale Kompetenzen

14:00-16:00  
mit Anmeldung

### Beratung & Information

16:00-18:00  
mit Terminvereinbarung

### Abendbrotgruppe

16:30-18:00  
Kostenbeitrag: 2€  
mit Anmeldung

## Freitag

### OFFENER ANLEGER

10:00-12:00

mit Dartangebot

## Angebote - Einmal bis mehrmals im Monat ...

### Freiwilligen-Café

1. Montag im Monat  
14:30-16:30



### Schwimmen

1. & 3. Dienstag/Monat  
13:30 / Treffpunkt:  
Bäderland Ohlsdorf

### Angehörigengruppe

jeder 4. Dienstag/Monat  
18:00-20:00

### Meta-Kognitives- Training

dienstags, je 7 Termine  
10:00-11:00  
Termine bitte tel. erfragen

### Autismus- Selbsthilfegruppe für Erwachsene

1x/Monat  
17:00-19:00  
Termininformation über:  
autismus-  
selbsthilfe@sf.hamburg

Weitere  
Veranstaltungen  
und Angebote  
finden Sie hier auf  
unserer Website:

<https://sf.hamburg/unsere-angebote/spz-fuhlsbuettel>



Stand: Oktober 2026