

## **Veranstaltungen Hermann-Löns Forum 2024 erstes Halbjahr**

### **FEBRUAR:**

#### **17. & 18.2. "Alltagshelden"**

Selbstbehauptungskurs für Mädchen  
von 8 - 10 Jahren

Anmeldung erforderlich, Kosten auf  
Anfrage

**11:00 - 14:00 Uhr**

#### **17.2. Bastelnachmittag für Familien**

Angebot des Jugendzentrum CROSS

**15:00 - 17:00 Uhr,**

#### **20.2. "Feuerwehrstrategien gegen Stress"**

Anmeldung über die VHS Bergisch  
Gladbach (KK310047E)

**19:30 - 21:00 Uhr**

#### **23.2. "Perspektivwechsel"**

Gesprächsreihe zu verschiedenen  
Lebensthemen mit Thomas Droege

**18:00 - 19:30 Uhr**

#### **24. & 25.2. "Alltagshelden"**

Selbstbehauptungskurs für Kinder  
von 5 - 8 Jahren

Anmeldung erforderlich, Kosten auf  
Anfrage

**11:00 - 14:00 Uhr**

#### **27.2. "Hoch die Hände, Klimawende"**

Lesung & Autorengespräch mit  
Gabriel Baunach

Anmeldung über die kath.  
Familienbildungsstätte, Eintritt 5,00€

**19:00 - 21:30 Uhr**

### **MÄRZ:**

#### **22.3. "Perspektivwechsel"**

Gesprächsreihe zu verschiedenen  
Lebensthemen mit Thomas Droege

**18:00 - 19:30 Uhr**

#### **26.3. "Pimp my Bike"**

Angebot für Jugendliche zum Fahrradcheck/  
Reparatur, unterstützt durch die "Mobilen  
Nachbarn e.V." und das Jugendzentrum Cross

**16:00 - 18:00 Uhr**

#### **30.3. Osterralley**

Buntes Familienprogramm am Ostersonntag

**14:00 - 17:00 Uhr**

## **APRIL:**

### **12.4. "Talk im HLF"**

Podiumsdiskussion zum Thema  
Familie - Auslaufmodell oder Ort des  
Zusammenhalts?

**19:00 - 21:30 Uhr**

### **13. & 20.4. "Fit fürs Babysitten"**

Kurs für Jugendliche. Anmeldung über FiB e.V.

**10:00 - 17:00 Uhr**

### **15.4. 1.Hilfe am Kind als Teil des Babysitterkurses**

**18:00 - 20:30 Uhr**

### **19.4. "Perspektivwechsel"**

Gesprächsreihe zu verschiedenen  
Lebensthemen mit Thomas Droege

**18:00 - 19:30 Uhr**

## **MAI:**

### **3.5. Bunter Abend mit Kino, Snacks & Drinks**

Wir zeigen einen Film für Kinder & einen für  
Erwachsene und laden euch ein bei Snacks &  
Drinks miteinander ins Gespräch zu kommen.

**17:30 - 21:00 Uhr**

### **15.5. Filmvortrag zum Thema Essstörungen**

weitere Infos direkt bei der Beratungsstelle  
Frauen stärken Frauen e.V.  
in Bergisch Gladbach

**17:30 - 20:00 Uhr**

### **18.5. Wellness für die Seele**

Strategien und Techniken für Entspannung  
& Gelassenheit im Alltag  
Anmeldung über die VHS Bergisch Gladbach  
(KK310045E)

**10:00 - 12:00 Uhr**

### **24.5. "Perspektivwechsel"**

Gesprächsreihe zu verschiedenen  
Lebensthemen mit Thomas Droege

**18:00 - 19:30 Uhr**

### **25.5. Aktionssamstag für Familien und**

**Nachbarn.** Der JMD lädt zu einem bunten,  
interkulturellen Nachmittag ein

**15:00 - 17:00 Uhr**

## **JUNI:**

### **14.6. Public Viewing & Grillen**

Wir laden euch herzlich ein, das Fußball-EM-  
Spiel Deutschland-Schottland gemeinsam zu  
schauen und vorher zu grillen.

**ab 18:30 Uhr. Spielbeginn 21:00 Uhr!**

### **19.6. Public Viewing Fußball-EM**

Deutschland - Ungarn

**17:00 - 21:00 Uhr**

### **21.6. "Perspektivwechsel"**

Gesprächsreihe zu verschiedenen  
Lebensthemen mit Thomas Droege

**18:00 - 19:30 Uhr**

Weitere Infos zu unseren regelmäßigen Kurs- und Beratungsangeboten finden Sie auch auf der Homepage

[www.hermann-loens-forum.de](http://www.hermann-loens-forum.de)

Infos und Kontakt:

Lena Peukert & Svenja Hoffmann

Tel.: 02202 705 999 19

0157 80541046

[kontakt@hermann-loens-forum.de](mailto:kontakt@hermann-loens-forum.de)