

# Unser laufendes Programm im Hermann-Löns Forum

---

Von *Lena Peukert*

1. Januar 2023, 12:54

## Montag

09:00 - 10:00 Uhr Ganzkörpertraining mit Alexandra Goyke, Anmeldung über VHS BGL

15:00 - 18:00 Uhr Art for Health, Kunsttherapie für geflüchtete Menschen

offenes Angebot des JMD RheinBerg

19:00 - 20:30 Vinyasa Yoga mit Tanja Celetta,

14 Termine/ 117,60 Anmeldung bei [Svenja.hoffmann@kja-lro.de](mailto:Svenja.hoffmann@kja-lro.de)

(/system/modules/org.opencms.apollo/pages/blog-pdf.jsp)

## Dienstag

14:00 -17:00 Uhr Offene Sprechstunde Jugendmigrationsdienst

15:00 - 16:30 Uhr Sprachcafe - kostenloser Deutschkonversationskurs des JMD

16:30 - 18:00 Uhr Fitness für Frauen mit Kindern

18:00 - 19:30 Uhr Fitness für Jungs (Jugend)

## Mittwoch

09:00 -12:00 Uhr Offene Sprechstunde Jugendmigrationsdienst

09:00 - 10:30 Uhr ELTERSTART NRW

Anmeldung über Katholische Familienbildungsstätte BGL

09:30 - 11:45 Uhr Elterncafe MAMMA MIA

ohne Anmeldung

10:30 - 11:30 Uhr Frühe Hilfen. Elternbegleitung und Beratung. Offene Sprechstunde

10:45 - 12:15 Uhr ELTERSTART NRW 14.02. - 13.03.

Anmeldung über Katholische Familienbildungsstätte BGL

15:30 -17:00 Uhr Gruppenstunde für Kinder von 6-12 Jahren

19:00 - 20:30 Uhr Vinyasa Yoga mit Tanja Celetta

13Termine, Kosten: 109,20 €, Anmeldung bei [Svenja.hoffmann@kja-lro.de](mailto:Svenja.hoffmann@kja-lro.de) (mailto:Svenja.hoffmann@kja-lro.de)

19:30 Uhr "Spielen, stricken, klönen"

Offener Nachbarschaftstreff der Siedlungsgemeinschaft HLV e.V. an folgenden Terminen: 17.01., 21.02., 20.03., 17.04.,15.05.

## Donnerstag

ab 14.03.

10:00 - 11:30 Uhr Elternstart ! Weitere Infos unter: <https://www.fibev.de/kurse-und-angebote/familie-und-co/elternstart/beruehrend-begegnen.php> (<https://www.fibev.de/kurse-und-angebote/familie-und-co/elternstart/beruehrend-begegnen.php>)

15:00 - 15:45 Uhr Krabbeltunnen für die Kleinen

16:00 - 16:45 Uhr Bewegungsangebot für Eltern mit Kindern/ 3-5 Jahre

17:00 - 18.00 Uhr Bewegungsangebot für Eltern mit Kindern/ 3-5 Jahre

Anmeldungen bei Angelika Schäfer unter 0173 6326031

15:00 - 18:00 Uhr Youth Club, offenes Angebot des JMD RheinBerg für Geflüchtete

18:00 - 19:30 Uhr Sport für Mädchen (Jugend)

## Freitag

09:00 - 10:30 Uhr Fitnessangebot f. Mütter mit Kleinkindern

09:30 - 11:30 Uhr Bewegungsangebot für Tageselterngruppen

Anmeldungen bei Angelika Schäfer unter 0173 6326031

Gerne können Sie uns persönlich ansprechen, wenn Sie Unterstützungs- und Beratungsangebote suchen. Wir helfen Ihnen gerne !

Wir können Ihnen ebenfalls direkt vor Ort Lernunterstützung für Schüler\*innen und Bewerbungstraining anbieten oder auch Fragen rund um die Kinderbetreuung/Vereinbarkeit Familie und Beruf beantworten.