

# PROGRAMM

## Offene Tür

Mo, Di, Do 10 - 12 Uhr

Mi, Do 16 - 18 Uhr

Offen  
für alle



Rat und  
Tat

### Lotsenpunkt

Di und Do 10-12 Uhr und Do 16-18 Uhr

Formularhilfe, jede Frage ist willkommen, Ehrenamtliche lotsen zu Fachberatungsstellen und den passenden Ansprechpersonen, **ohne Anmeldung**

### Beratung für Augenpatienten, Sehbehinderte, Hörsehbehinderte und Blinde

Hilfe bei Antragstellung Schwerbehindertenausweis, Nachteilsausgleich, Hilfe zur Selbsthilfe usw., **mit Anmeldung**

### Frauen-Stärkungsgruppe jeden Freitag, 17-19 Uhr

Austausch, Unterstützung, Stärken erkennen, besser einbringen mit Özgün Kutun-Baran, **mit Anmeldung**

### Über Gott und die Welt nach Vereinbarung

Angebot zu einem vertraulichen Seelsorge-Gespräch über Ängste, Sorgen und Hoffnungen mit Gemeindeferent Ralf Gassen, 0151 - 57900876, **mit Anmeldung**

### Stadt Ratingen: Sprechzeit rund um das Thema Demenz Do, 23.01.2025 - 16-17:30 Uhr

für Betroffene und Angehörige sowie Interessierte, Antworten rund um das Thema Demenz, **ohne Anmeldung**



Tun und  
Treffen



### Meditation ohne Schnick Schnack

jeden Mo, 17:30-18:30 Uhr

mit erfahretem Yoga-Lehrer, **mit Anmeldung**



### Magic Community

Di, 21.01.2025, 18:30 Uhr

Bist du Magic-begeistert und willst regelmäßig spielen? Treffen finden **alle 2-3 Wochen** statt. Erfahrene\*r Spieler\*in oder Neuling? Bei uns sind alle willkommen. **Mit Anmeldung: [magic-in-ratingen@posteo.de](mailto:magic-in-ratingen@posteo.de)**



### Hauptsache Tanzen jeden Mi, 11-12 Uhr

eine Stunde schwingen, schütteln und zappeln zur Lieblingsmusik, **ohne Anmeldung**

### Spieletreff

jeden Mi, 16-18 Uhr

Klassiker und neue Spiele, gerne Lieblingsspiel mitbringen, **ohne Anmeldung**

### Offene Handarbeitsgruppe jeden Mi, 16-18 Uhr

stricken, häkeln, nähen, inspirieren lassen, eigenes Projekt mitbringen, Nähmaschinen vorhanden, **ohne Anmeldung**

### Info-Abend: Was ist das FORUM?

jeden letzten Mittwoch, 29.01.2025, 17:30-18:30 Uhr  
**ohne Anmeldung**

**FORUM.**

**LOTSEN  
PUNKT**

**FORUM.Lotsenpunkt**

Düsseldorfer Str. 38

40878 Ratingen

02102 / 7398414

[forum.lotsenpunkt@skf-ratingen.de](mailto:forum.lotsenpunkt@skf-ratingen.de)



Lotsenpunkt

Di + Do 10-12 Uhr

Do 16 - 18 Uhr

# PROGRAMM

## Offene Tür

Mo, Di, Do 10 - 12 Uhr

Mi, Do 16 - 18 Uhr

Offen  
für alle



Vereine und  
Gruppen

Kulturliste,  
jeden Mo, 10-12 Uhr  
ohne Anmeldung

Erfahrungsaustausch Blinden- und Sehbehindertenverein  
für den Kreis Mettmann,  
letzter Di im Monat, 17-19 Uhr  
für Mitglieder und Interessierte zum Schnuppern, ohne Anmeldung

NABU Ortsgruppe Ratingen  
zweiter Do im Monat, 18-20 Uhr

In einem netten Team für die Natur einzusetzen! Offen für  
Interessierte zum Schnuppern, ohne Anmeldung.

ADFC Aktiventreff

erster Di in den ungeraden Monaten, 19 Uhr  
für Mitglieder und Interessierte zum Schnuppern,  
ohne Anmeldung

Ratingen.nachhaltig  
erster Di im Monat, 19:30-21 Uhr  
für nachhaltige Entwicklung in Ratingen,  
offen für Interessierte, ohne Anmeldung

Bürgerinitiative Waldfreunde Düsseldorf/Ratingen  
jeden dritten Do im Monat, 19-21 Uhr  
offen für Interessierte, ohne Anmeldung

Omas gegen Rechts  
Do, 23.01.2025, 18:30-19:30 Uhr  
offen für Interessierte, ohne Anmeldung

## Januar Programm

Glück ist keine Glückssache  
dreiteiliger Workshop, Mi 08.01., 15.01., 29.01., 18:30-20:30 Uhr  
Mit einer Reihe von praktischen Übungen begeben wir uns auf den Weg, dass aus unseren  
Vorsätzen tatsächlich Handlungen entstehen. Viel Raum wird gegeben für Ihre Ideen  
um für Ihre Zufriedenheit zu sorgen und glücksorientiert zu handeln.  
Mit Anmeldung.

Disability Arts - Kunst als Stimme des Widerstands  
Workshop, Mo, 13.01.2025, 19-21 Uhr

Die Teilnehmenden erhalten einen Einblick in die Bedeutung von Kunst in der Behinderten-  
rechtsbewegung, setzen sich mit ihrer eigenen Identität und den Themen Behinderung und  
Kreativität auseinander und schaffen ein gemeinsames Vision Board, das ihre Gedanken und  
Gefühle widerspiegelt. Mit Anmeldung.

Hof-Lesung (ohne Hof): Genuss und Essen  
Di, 14.01.2025, 17:30-19 Uhr

Bringen Sie kurze Texte und Lesetipps zum Thema mit, tragen Sie selber was vor oder lauschen  
Sie nur. Diesmal freuen wir uns außerdem, wenn jede\*r was kleines zum Genießen mitbringen  
würde. Bis zum Sommer statt Hof in unseren schönen FORUM-Räumen. Mit Anmeldung.

Neu in Ratingen

Sa, 18.01.2025, 11-12:30 Uhr

Leute kennenlernen und Ratingen kennenlernen, wichtige Orte, Institutionen, Ausflugsziele uvm.,  
für alle die neu in Ratingen sind oder sich noch neu fühlen. Ohne Anmeldung.

Nichts mehr verpassen auf unserem WhatsApp Kanal!

Alle Informationen auch auf unserer Homepage:

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



FORUM  
M.

LOTSEN  
PUNKT

FORUM.Lotsenpunkt

Düsseldorfer Str. 38

40878 Ratingen

02102 / 7398414

[forum.lotsenpunkt@skf-ratingen.de](mailto:forum.lotsenpunkt@skf-ratingen.de)



Lotsenpunkt

Di + Do 10-12 Uhr

Do 16 - 18 Uhr