

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**

Frauen-Stärkungsgruppe

jeden Fr, 17-19 Uhr

nicht in den Sommerferien

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

Allgemeine Sozialberatung des SkF e.V. Ratingen,

jeden Do, 16-18 Uhr

alle Fragen zu Unterstützungsleistungen. **Ohne Anmeldung.**

Migrationsberatung der Diakonie

jeden Mi, 13-15 Uhr

Die Migrationsberatung der Diakonie in Ratingen bietet Unterstützung für Zugewanderte und Menschen mit Fluchterfahrung an, z.B. zu Themen wie Aufenthalt, Sprachkurse, Schule und Ausbildung, Arbeit, Anerkennung ausländischer Berufs- und Schulabschlüsse, Kinderbetreuung, Kontakt mit Behörden, Gesundheit. **Ohne Anmeldung.**

Kostenfreies Coaching

nach Terminvereinbarung, Mo, 19-20 Uhr

für Übergangs- oder Entscheidungssituationen, max. drei Treffen kostenfrei mit Coach/Mediatorin Gitta Arning, **mit Anmeldung**

Beratung für Augenpatienten, Sehbehinderte, Hörsehbehinderte und Blinde

nächster Termin im September

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

August Programm

Workshop: Trommel und Percussion

Sa, 09.08. und/oder 23.08.2025, 10-13 Uhr

musikalisch geht es einmal um die Welt, keine Vorkenntnisse erforderlich, Instrumente vorhanden, **mit Anmeldung**

Workshop: Glanz und Gloria

So, 17.08.2025, 15-20 Uhr

Make up und Kostümworkshop mit Fiona Fabulous, bis November einmal im Monat. **Mit Anmeldung.**

Theaterworkshop und Bewerbungsgespräch

Fünf Termine: Mi, 20.08., 27.08., 03.09., 10.09., 17.09.

18:30-20:45 Uhr

Für alle, die locker und sicher ins Bewerbungsgespräch gehen wollen. Übungen zur Körpersprache, Stimme und nonverbaler Kommunikation. Mit Theaterpädagogin und Coach Nazli Reichardt. **Mit Anmeldung.**

Hof-Lesung (ohne Hof): Musik liegt in der Luft

Di, 26.08.2025, 18:30 - 19:30 Uhr

Bringen Sie kurze Texte und Lesetipps zum Thema „Musik“ mit. Tragen Sie selber was vor oder lauschen Sie nur. Wir freuen uns außerdem, wenn jede*r was kleines zum Genießen mitbringen würde. Hoffentlich dieses Mal in unserem schönen Innenhof. **Mit Anmeldung.**

Alle Informationen auch auf unserer Homepage:

www.forum-lotsenpunkt.de



FORUM.Lotsenpunkt

Düsseldorfer Str. 38

40878 Ratingen

02102 / 7398414

forum.lotsenpunkt@skf-ratingen.de



Lotsenpunkt

Di + Do 10-12 Uhr

Do 16 - 18 Uhr

FORUM.

LOTSEN
PUNKT

PROGRAMM

Offene Tür

Mo, Di, Do 10 - 12 Uhr

Mi, Do 16 - 18 Uhr

Offen
für alle



Tun und
Treffen



Meditation ohne Schnick Schnack
jeden Mo, 17:30-18:30 Uhr
mit erfahretem Yoga-Lehrer,
mit Anmeldung



Hauptsache Tanzen
jeden Mi, 11-12 Uhr
Ab 10.09.2025

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

Magic Community

Di 12.08., 19.08.2025 ab 18:00 Uhr

Bist du Magic-begeistert und willst regelmäßig
spielen? Erfahrene*r Spieler*in oder Neuling?
Bei uns sind alle willkommen.

Mit Anmeldung: magic-in-ratingen@posteo.de

Offene Handarbeitsgruppe

jeden Mi, 16-18 Uhr

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

Nachbarschaftliche Sitzgymnastik

jeden Mo, 10:15-11:00 Uhr

Gemeinsames Bewegen, jede*r kann eine Übung
einbringen, einfach vorbeikommen, ohne Anmeldung

Kreativ-Treff

jeden zweiten Sonntag im Monat,
14-19 Uhr

Jede*r bringt sein kleines Projekt mit. Es wird gestrickt,
gehäkelt, geklöpelt, gestickt, auf Papier genäht, gestem-
pelt, usw.. Voraussetzungen: Leidenschaft für Handarbeiten,
Freude, sich darüber auszutauschen. Ohne Anmeldung.

Kalligrafie ausprobieren
jeden Do, 10-11 Uhr

Kalligrafie unter Anleitung
ausprobieren. Keine Vorkenntnisse
erforderlich. Mit Anmeldung.

Warte-
liste

Offener Sprachtreff
jeden Mi, 13-15 Uhr

gemeinsam deutsch sprechen üben,
ohne Lehrer*in, ohne Anmeldung

NEU

Spieletreff

jeden Mi, 16-18 Uhr

Klassiker und neue Spiele, gerne
Lieblingsspiel mitbringen,
ohne Anmeldung

Reparatur-Café

jeden dritten Sa im Monat, 16.08.2025, 10-13 Uhr

Hilfe zur Selbsthilfe, Ehrenamtliche reparieren mit Ihnen alles, was man
problemlos alleine tragen kann, natürlich nur Reparaturen, die sich unsere
Ehrenamtlichen zutrauen. Ohne Anmeldung.

NEU

Info-Abend: Was ist das FORUM?

letzter Mittwoch im Monat,

27.08.2025, 17:30-18:30 Uhr

Wie funktioniert das FORUM? Wie
kann ich mich einbringen?

Ohne Anmeldung.

Vereine und
Gruppen



ADFC Aktiventreff

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

NABU Ortsgruppe Ratingen

zweiter Do im Monat, 18-20 Uhr
offen für Interessierte zum Schnuppern,
ohne Anmeldung

Ratinger Verein für Seh- und Hörbehinderung e.V.

zweiter Di im Monat, 16-18 Uhr
für Mitglieder und Interessierte zum Schnuppern,
ohne Anmeldung

Omas gegen Rechts

dritter Do im Monat, 18:30-19:30 Uhr
offen für Interessierte, 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

Bürgerinitiative Waldfreunde

Düsseldorf/Ratingen

vierter Do im Monat, 19-21 Uhr

offen für Interessierte, ohne Anmeldung

Ratingen.nachhaltig

erster Di im Monat, 19:30-21 Uhr

für nachhaltige Entwicklung in Ratingen,
offen für Interessierte, ohne Anmeldung

Kulturliste,

ab 15.09.2025

Mo., 10-12 Uhr

ohne Anmeldung

FORUM.

LOTSEN
PUNKT

FORUM.Lotsenpunkt

Düsseldorfer Str. 38

40878 Ratingen

02102 / 7398414

forum.lotsenpunkt@skf-ratingen.de



Lotsenpunkt

Di + Do 10-12 Uhr

Do 16 - 18 Uhr