

# 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**

### Kostenfreies Coaching

nach Terminvereinbarung, Mo, 19-20 Uhr

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

### Allgemeine Sozialberatung des SkF e.V. Ratingen,

jeden Do, 16-18 Uhr

alle Fragen zu Unterstützungsleistungen.

**Ohne Anmeldung.**

### Beratung für Augenpatienten, Sehbehinderte,

Hörsehbehinderte und Blinde

Di, 08.07. 2025, 10-13 Uhr

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

## JULI Programm

### Neu in Ratingen

Sa, 19.07.2025, 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**

### Workshop: Leben mit Seh-/ Hörhandicap - Umgang mit Hilfsmitteln, die im Alltag nützlich sind

Do, 03.07.2025, 18:30-20 Uhr

Der Rater Verein für Seh- und Hörbehinderung stellt praxisnahe Lösungen, technische Hilfen und alltagsrelevante Tipps vor, die Menschen mit Seh- oder Hörbeeinträchtigungen im täglichen Leben unterstützen können. **Ohne Anmeldung.**

### Erstes Rater Magic Community Turnier

Sa., 26.07.2025, Beginn 10 Uhr

Bist du Magic-begeistert und willst am ersten Rater Magic Turnier teilnehmen?

Anmeldung unter [magic-in-ratingen@posteo.de](mailto:magic-in-ratingen@posteo.de)

### Dreiteiliger Workshop: Wasserfarbe (neu) entdecken

Mi, 02.07., 09.07., 16.07. 2025

18:30-19:30 Uhr

Mitbringen: Wasserfarben, Pinsel für den Anfang, **mit Anmeldung**

### Gesprächsreihe: „Auf dem gelben Sofa“

Mo 14.07.2025, 19:00-20:00 Uhr

Diesmal: **Zweites Leben nach Herztransplantation.**

Regelmäßig nehmen Menschen auf dem gelben Sofa Platz und berichten aus ihrem Leben. Gemeinsam kommt man im Laufe des Abends ins Gespräch.

**Ohne Anmeldung.**

### Workshop: Glanz und Gloria

So, 06.07.2025, 15-20 Uhr

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

### Vortrag zur Ausstellung: Leben in Georgien - Sa, 19.07.2025, 15-17 Uhr

Von und mit Michael Koopmann. **Ohne Anmeldung.**

FORUM.  
M.

LOTSEN  
PUNKT



Alle Informationen auch auf unserer Homepage:

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

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



Tun und  
Treffen



Meditation ohne Schnick Schnack  
jeden Mo, 17:30-18:30 Uhr  
am 21.07. keine Meditation  
mit erfahrenem Yoga-Lehrer,  
mit Anmeldung

### Magic Community

Di 08.07., 15.07.2025 ab 18:00 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



Hauptsache Tanzen  
jeden Mi, 11-12 Uhr

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

### Offene Handarbeitsgruppe

jeden Mi, 16-18 Uhr

stricken, häkeln, nähen, inspirieren lassen, eigenes  
Projekt mitbringen, Nähmaschinen vorhanden,  
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.

### Nachbarschaftliche Sitzgymnastik

jeden Mo, 10:15-11:00 Uhr

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

NEU

### 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

NEU

### Reparatur-Café

jeden dritten Sa im Monat, 19.07.2025, 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.

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

letzter Mittwoch im Monat,

30.07.2025, 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,

Mo 07.07., 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