

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

Austausch, Unterstützung, Stärken erkennen, besser einbringen mit Özgün Kutan-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, 02.09., 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.**

Demenz verstehen – Unterstützung finden

jeden dritten Mi im Monat, 15:30-17 Uhr

Offene Sprechstunde: Über Sorgen und Probleme sprechen, Informationen zum Krankheitsbild und zum Hilfesystem in Ratingen erhalten. Ein Angebot der Stadt Ratingen. **Ohne Anmeldung.**

NEU

September Programm

Theaterworkshop und Bewerbungsgespräch
Noch drei Termine 03.09., 10.09., 17.09.

18:30-20:45 Uhr

Locker und sicher ins Bewerbungsgespräch gehen, Übungen zur Körpersprache, Stimme und nonverbaler Kommunikation. Mit Theaterpädagogin und Coach Nazli Reichardt. **Mit Anmeldung.**

Kleidertausch mit Ratingen.nachhaltig

jeden ersten Mi, 03.09.2025, 16-18 Uhr

Bitte max. 3 Teile pro Person mitbringen.
Ohne Anmeldung.

Workshop: Glanz und Gloria

So, 07.09.2025, 15-20 Uhr

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

Seminar: Argumentieren gegen rechte Parolen

Fr, 12.09., 19 Uhr

Veranstaltung von OMAS GEGEN RECHTS mit Referent Falk Mikosch. Haltung gegen rechte Positionen zeigen, Sprachlosigkeit überwinden, entschieden entgegentreten. **Mit Anmeldung.**

VHS: Offener Englisch-Lerntreff
für Anfänger*innen

jeden Fr, 12:30-13:30 Uhr, ab 12.09.

Einstieg jeder Zeit möglich,
ohne Anmeldung

Mitsing-Abend durch die Musikgeschichte und Genres
Mi, 24.09.2025, 18:30-20 Uhr mit

Norbert Enning und Gitarre, **ohne Anmeldung**

3. Rater Kunsttage

Fr, 26.09.-So, 28.09.

veranstaltet vom Rater Kunstverein e.V.
Ausstellung auch im FORUM.Lotsenpunkt

FORUM.
M.

LOTSEN
PUNKT



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

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 erfahrenem Yoga-Lehrer,
mit Anmeldung



Hauptsache Tanzen
jeden Mi, 11-12 Uhr
Im September 10.09. und 24.09.
eine Stunde schwingen, schütteln und zappeln
zur Lieblingsmusik, 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, 20.09.2025, 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,
24.09.2025, 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

Ratinger Verein für Seh- und Hörbehinderung e.V.
zweiter Di im Monat, 16-18 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

Omas gegen Rechts
dritter Do im Monat, 18:30-19:30 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

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

Kulturliste,
ab 15.09.2025, jeden 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