

# PROGRAMM

## Offene Tür

Mo, Di, Do 10 - 12 Uhr

Mi, Do 16 - 18 Uhr

Offen  
für alle



Rat und  
Tat

### Lotsenpunkt

Di, Do 10-12 Uhr, 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

#### Neue Termine im Januar

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

### Über Gott und die Welt nach Vereinbarung

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

### Frauen-Stärkungsgruppe

jeden Freitag, 17-19 Uhr

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



Tun und  
Treffen



### Meditation ohne Schnick Schnack

jeden Mo, 17:30-18:30 Uhr

mit erfahrener Yoga-Lehrer, mit Anmeldung



### Magic Community

Di, 03.12., 18:30 Uhr und Di, 17.12., 19 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. **Anmeldung bei Jakob Pfefferkorn: 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

wieder 29.01.2025, jeden letzten Mi, 17:30-18:30 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

# 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,  
jeden letzten Di, 17-19 Uhr  
für Mitglieder und Interessierte zum Schnuppern, ohne Anmeldung

NABU Ortsgruppe Ratingen

jeden zweiten Do im Monat, 18-20 Uhr

Sie haben Lust, sich in einem netten, naturbegeisterten Team einzusetzen? Kommen Sie gerne vorbei. Ohne Anmeldung.

Ratingen.nachhaltig

jeden ersten Di, 19:30-21 Uhr

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

ADFC Aktiventreff

jeden 1. Dienstag in den ungeraden Monaten, 19 Uhr

für Mitglieder und Interessierte zum Schnuppern, ohne Anmeldung

Bürgerinitiative Waldfreunde Düsseldorf/Ratingen

Montag, 30.12.2024, 19-21 Uhr

offen für Interessierte, ohne Anmeldung

## Dezember

**Öffnungszeiten im Dezember:** Wir haben auch zwischen den Jahren geöffnet.  
Ausgenommen 24.12. und 31.12. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

**Zwangloses Mitsingen durch die Musikgeschichte und Genres**

Di, 17.12. 2024 18:30 - 20 Uhr mit Norbert Enning und Gitarre,  
ohne Anmeldung

## Ausblick Januar

**Glück ist keine Glückssache**

dreiteiliger Workshop, Mi 08.01., 15.01., 05.02., 18:30 - 20 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

**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**

**FORUM.**

**LOTSEN  
PUNKT**



Nichts mehr verpassen auf unserem WhatsApp Kanal!

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)



Formularhilfe

Di + Do 10-12 Uhr

Do 16 - 18 Uhr