

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 Freitag, 17-19 Uhr

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

Beratung für Augenpatienten, Sehbehinderte, Hörsehbehinderte und Blinde

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

**Stadt Ratingen: Sprechzeit rund um das Thema Demenz
Ab Februar einmal im Monat, Do,- 16-17:30 Uhr**
für Betroffene und Angehörige sowie Interessierte,
Antworten rund um das Thema Demenz,
ohne 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**

NEU

Migrationsberatung der Diakonie Mi, 13-15 Uhr

Die Migrationsberatung der Diakonie in Ratingen bietet Unterstützung für zugewanderte Menschen und Menschen mit Fluchterfahrung bei verschiedenen Themen an, wie Aufenthalt, Sprachkurse, Schule und Ausbildung, Arbeit, Anerkennung ausländischer Berufs- und Schulabschlüsse, Kinderbetreuung, Kontakt mit Behörden, Gesundheit und bei vielen anderen Themen, **ohne Anmeldung**



Tun und
Treffen



Meditation ohne Schnick Schnack

jeden Mo, 17:30-18:30 Uhr

mit erfahrem 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**



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



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 Bedeu-
tung von Kunst in der Behindertenrechtsbewegung, 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.**



Ein kleiner Hinweis: Bei diesem Workshop wird ein kleines Kamerateam vom ZDF
anwesend sein, welches Amie Savage für das Format „Einfach Mensch“ als Künstlerin
portraitiert. Es wird zwar gedreht, niemand der Teilnehmer*innen muss jedoch etwas vor
der Kamera sagen. Der Workshop findet für euch normal statt. Wir freuen uns über viele
Zusagen - vielen Dank für euren Support!

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
M.

LOTSEN
PUNKT



Nichts mehr verpassen auf unserem WhatsApp Kanal!
Alle Informationen auch auf unserer Homepage:

FORUM.Lotsenpunkt

Düsseldorfer Str. 38

40878 Ratingen

02102 / 7398414

forum.lotsenpunkt@skf-ratingen.de



LOTSEN
PUNKT

Lotsenpunkt

Di + Do 10-12 Uhr

Do 16 - 18 Uhr