

Programm 1. Halbjahr 2022

Mehrgenerationenhaus Limburg

Familienzentrum Müze e. V.

Hospitalstrasse 10

65549 Limburg

Offener Treff 0 64 31 975 444 5

Offenes Wohnzimmer 0 64 31 975 444 6

Büro 0 64 31 975 444 0

Email info@muetterzentrum-limburg.de

www.muetterzentrum-limburg.de

Ferien im Müze: Winter 22. Dez. 2021 bis 10. Januar 2022

Sommer 25. Juli bis 14. August 2022

Für Anregungen und Wünsche haben wir immer
ein offenes Ohr.

Gefördert von:



Hand in Hand in jedem Alter

Willkommen in unserem Offenen Wohnzimmer

Gutes will bewahrt werden - sollte nicht in der Hektik des aufreibenden Alltags untergehen. Zeiten ändern sich - aber die Bedürfnisse nach Begegnung und Zwischenmenschlichkeit bleiben.

- Nachdem wir uns in den letzten Monaten trotz Corona
- doch sehr frei zu den Angeboten treffen konnten, wird
- der Winter wieder etwas schwieriger werden.

Wir haben uns für Angebote entschieden, die wir guten Gewissens durchführen können und bei denen wir die geforderten Hygieneregeln umsetzen können.

Bitte erfragen sie bei der Anmeldung die aktuell geltenden Hygienevorschriften für Ihre Teilnahme.

Café Kreativ - NEU im Müze

Wir laden Sie ein, regelmäßig im Müze kreativ zu sein. Malen, Papier falten, Karten basteln, Upcycling, Nützliches und Schönes.

Natürlich kann man auch nur bei Kaffee und Kuchen einen geselligen Nachmittag verbringen. Die Themen werden kurzfristig bekannt gegeben.

Termine: Mittwoch, 23.02. und 27.04.2022
ab 15.30 Uhr

Anmeldung: im Offenen Treff
(Eingang rote Rutsche)
0 64 31 975 444 5

Kosten: evtl. ein kleiner Beitrag für Material



Mädelsabend

Was gibt es Schöneres, als einen tollen Mädelsabend unter netten Frauen zu erleben? Es muss ja nicht immer das typische daheim sitzen und Filme schauen sein.

Lasst euch im „Müze“ einen Abend lang verwöhnen.

Termin: Freitag, 13.05.2022 ab 18.00 Uhr
Im Offenen Treff

Cocktailabend mit Musik

- Was haben Cocktails und Tulpen gemeinsam?... Sie werden am selben Tag gefeiert!

- Nach dem Begrüßungscocktail starten wir in ein leckeres 3-Gänge-Menü. Und damit der Abend noch ein wenig „nachhaltig“ wirken kann, kreierte jede ein individuell gestaltetes Gefäß mit einem Tulpengruß. Upcycling ist ja in aller Munde. Bei Musik, Cocktail (mit und ohne Alkohol) und Zeit für Gespräche lassen wir den Abend gemütlich ausklingen.

Kostenbeitrag: 15 € incl. Willkommensdrink,
 Essen und Wasser

Anmeldung erforderlich im Büro 0 64 31 975 444 0

Unsere Öffnungszeiten im Offenen Wohnzimmer:

Dienstag, 9.00 bis 17.30 Uhr und
Donnerstag, 09.00 bis 13.00 Uhr

Information: Offenes Wohnzimmer
0 64 31 975 444 6

Die Räume sind barrierefrei!

In Zeiten von Corona ist Ihre Anmeldung zu allen Veranstaltungen zwingend erforderlich!

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Offenes Frauenfrühstück

Jeden Dienstagvormittag treffen sich Frauen jeden Alters im Offenen Wohnzimmer zum Frühstück. Wir verwöhnen Sie mit einem reichhaltigen Angebot.

Termin: jeden Dienstag, **10.00 bis 12.00 Uhr**

Info: im Offenen Wohnzimmer
0 64 31 975 444 6

Bewegtes Gedächtnistraining

Durch Bewegung halten wir unseren Körper fit. Aber auch eine "gedachte" Bewegung trainiert uns. Die Nervenzellen werden aktiviert. Das wollen wir gemeinsam üben.

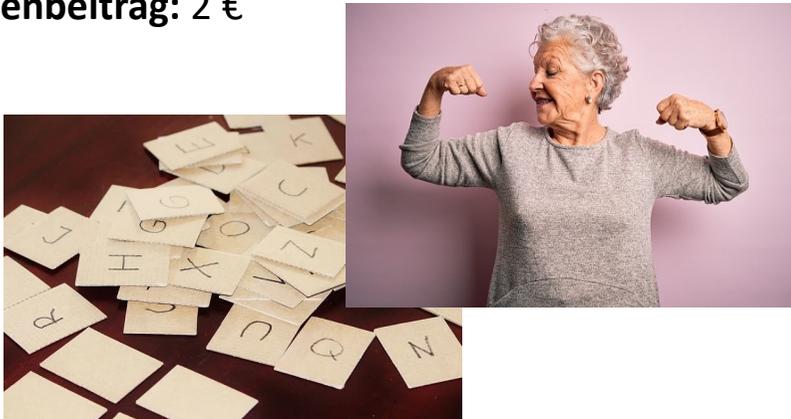
Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und Schuhe!

Wir treffen uns jeden 1. Dienstag im Monat,
jeweils 15.30 bis 16.30 Uhr

Termine: Dienstag, 01.02./ 01.03./ 05.04./ 03.05./
07.06. und 05.07.2022

- Am 01.03. haben wir Spaß an Bewegung.
- Anschließend servieren wir Kreppel zum Faschingsdienstag.

Kostenbeitrag: 2 €



Müze on tour

Kneipp-Kräutergartenführung in Bad Camberg

Die beschauliche, kleine Kurstadt Bad Camberg ist unser Ausflugsziel. Nach einer ca. 1 1/2 stündigen Kräutergartenführung lädt uns der historische Altstadt kern in der Nähe des Kurparks zum Bummeln ein



Termin: Donnerstag, 23.06.2022

12.30 Uhr bis ca. 18.00 Uhr

Kosten: 8,00 € Zugfahrt und Führung bei mind. 10 Teilnehmer*innen (unter Vorbehalt wegen evtl. Fahrpreiserhöhung)

Treffpunkt: um 12.30 Uhr am Bahnhofvorplatz

Fragen? Im Büro 0 64 31 975 444 0

Voranmeldung erforderlich bis 15.06.2022

Repair - Café



Was macht man mit einem Stuhl, an dem ein Bein kaputt ist? Mit einem Toaster, der nicht mehr funktioniert? Mit einem Wollpullover mit Mottenlöchern?

Wegwerfen? Denkste!!

Kommen Sie ins Repair-Café und reparieren es einfach wieder!

- Auf Grund der besonderen Zeit und der Herausforderung, die die Corona-Pandemie mit sich bringt, **müssen Sie sich zwingend anmelden, wenn Sie das Repair Café besuchen wollen.**

Für die Reparatur erhalten Sie von uns einen Termin.

Wir treffen uns jeden **letzten Donnerstag im Monat,**

jeweils 16.00 bis 18.30 Uhr

Termine: Donnerstag, 27.01./ 24.02./ 31.03./ 28.04. und 30.06.2022

Kostenbeitrag: kostenfrei

Über eine Spende freuen wir uns!

Informationen: 0 64 31 975 444 0



Spielcafé - Alte Spiele neu entdeckt

Haben Sie Lust, endlich mal wieder ein geliebtes Spiel zu spielen? Hier finden Sie Mitspieler.

Auch in Zeiten von Corona können wir Gesellschaftsspiele spielen. Mit ein bisschen Abstand und Hygienemaßnahmen spielen wir auch wieder Rummikub und Mensch-ärgere-dich-nicht.

Wir treffen uns jeden **2. Dienstag im Monat.**

jeweils 15.30 bis 17.30 Uhr

Termine: Dienstag, 11.01./ 08.02./ 08.03./ 12.04./ 10.05./ 14.06. und 12.07.2022

Info: im Offenen Wohnzimmer

0 64 31 975 44

6



Nachbarschafts- und Strick Café

Ältere Menschen aus der Umgebung, die neue Kontakte suchen und Lust auf nette Gespräche haben, sind herzlich eingeladen!

Genießen Sie in gemütlicher Runde eine Tasse Kaffee und ein frisch gebackenes Stück Kuchen.

In unserem Offenen Wohnzimmer lässt es sich wunderbar plauschen, während die Nadeln klappern ...

Sie können die Zeit auch zu einem „Spielchen“ nutzen oder in unserer Bücherecke stöbern.

Wir treffen uns jeden 3. Dienstag im Monat.

jeweils 15.30 bis 17.30 Uhr

Termine: Dienstag, 18.01./ 15.02./ 15.03./
19.04./ 17.05./ 21.06. und 19.07.2022

Info: im Offenen Wohnzimmer

0 64 31 975 444 6



Offenes Frühstück 50+/-

Jeden letzten Donnerstag im Monat können Sie im Offenen Wohnzimmer ein leckeres Frühstück genießen.

Termine: 27.01./ 24.02./31.03./ 28.04.
und 30.06.2022

9.30 bis 12.00 Uhr

Anmeldung: im Offenen Wohnzimmer

0 64 31 975 444 6

Wir bringen Abwechslung ins Frühstücksbuffet:

24.02. Verschiedene Quarkvariationen

28.04. Auf Wunsch gibt es leckeres Rührei

30.06. Die Erdbeere lässt grüßen



Lese-Café

Das Buch ist ausgelesen und nun? Die Lektüreauswahl ist riesig und die Kurzbeschreibung verspricht eine Menge. Aber was steckt dahinter?



Eine Mitarbeiterin der Dombibliothek kommt mit einem Korb voller Leseschätze zu uns ins Offene Wohnzimmer und versorgt uns mit

- Informationen und der ein oder anderen
- Leseprobe. Gerne kann bei der Anmeldung auch
- nach bestimmten Titeln/Themen gefragt werden. So kann der Bücherkorb entsprechend gefüllt werden.

Termine:

Donnerstag, 17.02.2022 15.30 bis 16.30 Uhr

Was gibt es Neues auf dem Büchermarkt

Donnerstag, 19.05.2022 15.30 bis 16.30 Uhr

Aufbruch in die warme Jahreszeit

Donnerstag, 21.07.2022 15.30 bis 16.30 Uhr

Was kommt mit in die Reisetasche?

Kleines Stöbercafé

Wer kennt das nicht: Geschenke, die man nicht brauchen kann! Klamotten, die nicht mehr passen! Schmuck und Accessoires, die nicht zu den Klamotten passen! Bücher, die man schon gelesen hat! Schnickschnack, den man nicht mehr möchte! Geschirr, das nicht mehr vollständig ist!

Bei Kaffee und Kuchen kann im „Offenen Wohnzimmer“ gesucht und gefunden werden.

Termin: Dienstag, 22.03.2022 ab 15.30 Uhr



Limburger Entdeckungstour

Ein Spaziergang durch Limburg. Vielleicht mal eine ganz neue Seite der Stadt kennen lernen. Wer weiß?

Den Spaziergang lassen wir bei einer Einkehr ausklingen.

Termin: Dienstag, 24.05.2022 ab 15.00 Uhr

Treffpunkt im Müze-Hof, Rote Rutsche

Spazierzeit ca. 1 bis max. 1,5 Stunden



Treffen 50 +/-

Warum alleine zu Hause sitzen ...

... wenn man mit netten Leuten in unserem

Offenen Wohnzimmer zusammen kommen kann?!

Jeden letzten Dienstag im Monat treffen wir uns in gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen.

Freuen Sie sich auf unsere wechselnden Themen und Aktivitäten.

● Termine und Themen:

● **Dienstag, 25.01.2022 ab 15.30 Uhr**

● **„Träume sind zum Jagen da“**

Erreichbar oder nicht! Ein Antriebsmotor für uns sind sie allemal.

Dienstag, 22.02.2022 ab 15.30 Uhr

“Mein erster Schultag“

Bilder und Erinnerungen an das erste Jahr im Klassenzimmer. Es wäre schön, wenn jede/r Bilder oder andere Erinnerungen mitbringt.

Mmmh, wie das duftet:

„Zwar nicht zusammen kochen – aber wenigstens gemeinsam genießen“

Ein geselliges Mittagessen für alle, die nicht immer alleine essen wollen.

Jeden 2. Donnerstag im Monat treffen wir uns im Offenen Wohnzimmer, um ein leckeres Mittagessen in gemütlicher Runde zu genießen. Interessierte jeden Alters sind herzlich willkommen.

Wir treffen uns jeden 2. Donnerstag im Monat **jeweils ab 12.00 Uhr**

Termine: Donnerstag, 13.01./ 10.02./ 10.03./ 04.04./ 12.05./ 09.06. und 14.07.2022

Kosten: 5,50 € Mittagessen incl. ein Getränk und Dessert

Anmeldung: 0 64 31 975 444 6

Eine Anmeldung ist zwingend erforderlich!



Plausch-Café digital - NEU im Müze

Die digitale Welt ist voll von Möglichkeiten und kann uns das Leben erleichtern. Wir möchten Ihnen Tipps zum einfachen Umgang mit Handy, Tablet und Internet geben.

Verschiedene Übungen und interessante Broschüren helfen uns dabei. Wenn Sie noch kein Gerät besitzen, können Sie vor Ort unsere „Senioren-Tablets“ ausprobieren. Diese lassen sich ganz leicht bedienen und wir unterstützen sie gerne dabei.

- Dazu genießen wir bei einem „Plausch“ Kaffee und
- Kuchen. Wir sind auf Ihre Fragen und Anregungen
- gespannt. Wir treffen uns jeden 1. Donnerstag im Monat. **jeweils 15.30 - 17.30 Uhr**

Termine: Donnerstag, 03.02./ 03.03./ 07.04./
05.05./ 02.06. und 07.07.2022

Anmeldung: 0 64 31 975 444 6

Die Teilnehmerzahl ist auf max. 6 Personen begrenzt!



Dienstag, 29.03.2022 ab 15.30 Uhr

Ideen für einen schön gedeckten Frühlingstisch

Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.



Dienstag, 26.04.2022 ab 15.30 Uhr

„Rätseln und die Sinne schärfen“

Das ist spannend und macht Spaß

Dienstag, 31.05.2022 ab 15.30 Uhr

Sprichwörter und Bauernregeln

Altmodisch? - Oder ist da doch was dran.....

Dienstag, 28.06.2022 ab 15.30 Uhr

Sommer und Hitze

Heute gibt es Tipps, wie ich gut durch die heißen Sommermonate komme

Information und Anmeldung: 0 64 31 675 444 6

Kostenbeitrag: 2 €, evtl. zzgl. Material

Alle Termine auf einen Blick

Januar	Di, 11.01.	Spielcafé	15.30 - 17.30 Uhr
	Do, 13.01.	Gemeinsam Essen	ab 12.00 Uhr
	Di, 18.01.	Nachbarschaftscafé	15.30 - 17.30 Uhr
	Di, 25.01.	Treffen 50 +/-	ab 15.30 Uhr
	Do, 27.01.	Offenes Frühstück	09.30 - 12.00 Uhr
	Do, 27.01.	Repair-Café	16.00 - 18.30 Uhr
Februar	Di, 01.02.	Gedächtnistraining	15.30 - 16.30 Uhr
	Do, 03.02.	Plausch-Café digital	15.30 - 17.30 Uhr
	Di, 08.02.	Spielcafé	15.30 - 17.30 Uhr
	Do, 10.02.	Gemeinsam Essen	ab 12.00 Uhr
	Di, 15.02.	Nachbarschaftscafé	15.30 - 17.30 Uhr
	Do, 17.02.	Lese-Café	15.30 - 16.30 Uhr
	Di, 22.02.	Treffen 50 +/-	ab 15.30 Uhr
	Mi, 23.02.	Café Kreativ	ab 15.30 Uhr
	Do, 24.02.	Offenes Frühstück	09.30 - 12.00 Uhr
	Do, 24.02.	Repair-Café	16.00 - 18.30 Uhr
März	Di, 01.03.	Gedächtnistraining	15.30 - 16.30 Uhr
	Do, 03.03.	Plausch-Café digital	15.30 - 17.30 Uhr
	Di, 08.03.	Spielcafé	15.30 - 17.30 Uhr
	Do, 10.03.	Gemeinsam Essen	ab 12.00 Uhr
	Di, 15.03.	Nachbarschaftscafé	15.30 - 17.30 Uhr
	Di, 22.03.	Kleines Stöbercafé	ab 15.30 Uhr
	Di, 29.03.	Treffen 50 +/-	ab 15.30 Uhr
	Do, 31.03.	Offenes Frühstück	09.30 - 12.00 Uhr
	Do, 31.03.	Repair-Café	16.00 - 18.30 Uhr

April	Di, 05.04.	Gedächtnistraining	15.30 - 16.30 Uhr
	Do, 07.04.	Plausch-Café digital	15.30 - 17.30 Uhr
	Di, 12.04.	Spielcafé	15.30 - 17.30 Uhr
	Do, 14.04.	Gemeinsam Essen	ab 12.00 Uhr
	Di, 19.04.	Nachbarschaftscafé	15.30 - 17.30 Uhr
	Di, 26.04.	Treffen 50 +/-	ab 15.30 Uhr
Mai	Mi, 27.04.	Café Kreativ	ab 15.30 Uhr
	Do, 28.04.	Offenes Frühstück	09.30 - 12.00 Uhr
	Do, 28.04.	Repair-Café	16.00 - 18.30 Uhr
	Di, 03.05.	Gedächtnistraining	15.30 - 16.30 Uhr
	Do, 05.05.	Plausch-Café digital	15.30 - 17.30 Uhr
	Di, 10.05.	Spielcafé	15.30 - 17.30 Uhr
	Do, 12.05.	Gemeinsam Essen	ab 12.00 Uhr
	Fr, 13.05.	Mädelsabend	ab 18 Uhr
	Di, 17.05.	Nachbarschaftscafé	15.30 - 17.30 Uhr
	Do, 19.05.	Lese-Café	15.30 - 16.30 Uhr
Juni	Di, 24.05.	Entdeckungstour	ab 15.00 Uhr
	Di, 31.05.	Treffen 50 +/-	ab 15.30 Uhr
	Do, 02.06.	Plausch-Café digital	15.30 - 17.30 Uhr
	Di, 07.06.	Gedächtnistraining	15.30 - 16.30 Uhr
	Do, 09.06.	Gemeinsam Essen	ab 12.00 Uhr
	Di, 14.06.	Spielcafé	15.30 - 17.30 Uhr
	Di, 21.06.	Nachbarschaftscafé	15.30 - 17.30 Uhr
	Do, 23.06.	Müze on Tour	12.30 - 18.00 Uhr
	Di, 28.06.	Treffen 50 +/-	ab 15.30 Uhr
Do, 30.06.	Offenes Frühstück	09.30 - 12.00 Uhr	
Do, 30.06.	Repair-Café	16.00 - 18.30 Uhr	