



## Infoflyer (1. Halbjahr 2026)

# Offen für alle Generationen



## Eltern-Kinder



## Erwachsene-Senioren



## Beratungen-Kurse-Vorträge

# Terminübersicht der Treffen

Diese Treffen finden alle im Hauptsitz in der WERKStadt statt

WERK  
Stadt

 Generationsübergreifend

 Eltern & Kinder

 Mitglieder

 Erwachsene & Senioren

		<b>Wöchentlich</b>	
Mo + Fr		SpielkreisCafé (außer am 03+06.04. / 01+08.+15.+25.05. / 05.06)	09.30 Uhr
Mo + Fr		Elterntreff (außer am 03+06.04. / 01+08.+15.+25.05. / 05.06)	14.30 Uhr
Di		Frauenfrühstück	09.30 Uhr
		<b>Januar</b>	
13.01.		Spieldtreff	15.00 Uhr
14.01.		FamilienCafé	09.30 Uhr
15.01.		Kita-Eltern-Frühstück	09.30 Uhr
15.01.		Schreibtreff	15.00 Uhr
20.01.		Nachbarschaftstreff	15.00 Uhr
21.01.		SchlummerCafé	09.30 Uhr
21.01.		Ideenreff: Weltknuddeltag	15.00 Uhr
27.01.		Treff 50+-: Vorstellung des Gedächtnistrainings	15.00 Uhr
28.01.		MilchCafé	09.30 Uhr
29.01.		Frühstück 50+-	09.30 Uhr
29.01.		Repairettreff	16.00 Uhr
		<b>Februar</b>	
03.02.		Treff: Älter werden mit Verstand: Anonymes Sorgentelefon	15.00 Uhr
03.02.		Treff: Kinder sind aus dem Haus	19.00 Uhr
04.02.		TrageCafé	09.30 Uhr
04.02.		Gute-Zeit-Treff	15.00 Uhr
05.02.		Motto: Konfetti-Frühstück	09.30 Uhr
05.02.		Digitaltreff	14 + 15 Uhr
10.02.		Spieldtreff	15.00 Uhr
11.02.		FamilienCafé + wellcome	09.30 Uhr
11.02.		Treff: Gedächtnistraining	15.00 Uhr
12.02.		Zusammen kochen und genießen	10 + 12 Uhr
13.02.		Nähtrreff	18.30 Uhr
17.02.		Nachbarschaftstreff	15.00 Uhr
18.02.		SchlummerCafé	09.30 Uhr
18.02.		Ideenreff: Karten kreieren & schreiben	15.00 Uhr
19.02.		Kita-Eltern-Frühstück	09.30 Uhr
19.02.		Schreibtreff	15.00 Uhr
24.02.		Frauenfrühstück	09.30 Uhr
24.02.		Treff 50+-: Achtsamkeit im Alltag intergieren	15.00 Uhr
25.02.		MilchCafé	09.30 Uhr
25.02.		Kreativtreff: Schmuckverwertung	15.00 Uhr
26.02.		Frühstück 50+-	09.30 Uhr
26.02.		Repairettreff	16.00 Uhr

Das ausführliche Programm (A4 + A5) gibt's im Hauptsitz in der WERKStadt

<b>März</b>		
03.03.	Treff: Älter werden mit Verstand: Clever einkaufen	15.00 Uhr
03.03.	Treff: Kinder sind aus dem Haus	19.00 Uhr
04.03.	TrageCafé	09.30 Uhr
04.03.	Gute-Zeit-Treff	15.00 Uhr
05.03.	Motto: Weltfrauentags-Frühstück	09.30 Uhr
05.03.	Digitaltreff	14 + 15 Uhr
06.03.	Der besondere Abendtreff: Tausch-Abend	18.30 Uhr
10.03.	Spieltreff	15.00 Uhr
11.03.	FamilienCafé + Diakonie	09.30 Uhr
11.03.	Treff: Gedächtnistraining	15.00 Uhr
12.03.	Zusammen kochen und genießen	10 +12 Uhr
13.03.	Nähtreff	18.30 Uhr
14.03.	Familienfrühstück	09.30 Uhr
17.03.	Nachbarschaftstreff	15.00 Uhr
18.03.	SchlummerCafé	09.30 Uhr
18.03.	Ideentreff: Ostergeschenke basteln	15.00 Uhr
19.03.	Kita-Eltern-Frühstück	09.30 Uhr
19.03.	Schreibtreff	15.00 Uhr
24.03.	Lesetreff: Buchvorstellung	15.00 Uhr
25.03.	MilchCafé	09.30 Uhr
26.03.	Frühstück 50+-	09.30 Uhr
26.03.	Repairtreff	16.00 Uhr
31.03.	Treff 50+-: Osterbräuche und Familientraditionen	15.00 Uhr
<b>April</b>		
01.04.	Gute-Zeit-Treff	15.00 Uhr
02.04.	Motto: Osterfrühstück	09.30 Uhr
07.04.	Treff: Älter werden mit Verstand: Interessantes zum Müze	15.00 Uhr
07.04.	Treff: Kinder sind aus dem Haus	19.00 Uhr
08.04.	FamilienCafé	09.30 Uhr
08.04.	Treff: Gedächtnistraining	15.00 Uhr
09.04.	Zusammen kochen und genießen	10 + 12 Uhr
10.04.	Nähtreff	18.30 Uhr
14.04.	Spieltreff	15.00 Uhr
15.04.	SchlummerCafé	09.30 Uhr
15.04.	Ideentreff: UP Deckeln – Bilder aus Deckeln herstellen	15.00 Uhr
16.04.	Kita-Eltern-Frühstück	09.30 Uhr
16.04.	Schreibtreff	15.00 Uhr
21.04.	Nachbarschaftstreff	15.00 Uhr
22.04.	MilchCafé	09.30 Uhr
28.04.	Treff 50+-: Mode im Leben einer Frau	15.00 Uhr
30.04.	Frühstück 50+-	09.30 Uhr
30.04.	Repairtreff	16.00 Uhr

<b>Mai</b>		
05.05.	Treff: Älter werden mit Verstand: Sturzprophylaxe	15.00 Uhr
05.05.	Treff: Kinder sind aus dem Haus	19.00 Uhr
06.05.	TrageCafé	09.30 Uhr
06.05.	Gute-Zeit-Treff	15.00 Uhr
07.05.	Motto: Erdbeerliebe trifft Mutterliebe	09.30 Uhr
07.05.	Digitaltreff	14 + 15 Uhr
12.05.	Spieltreff	15.00 Uhr
13.05.	FamilienCafé	09.30 Uhr
13.05.	Treff: Gedächtnistraining	15.00 Uhr
19.05.	Nachbarschaftstreff	15.00 Uhr
20.05.	SchlummerCafé	09.30 Uhr
20.05.	Ideentreff: Erdbeer- und Spargelrezepte	15.00 Uhr
21.05.	Kita-Eltern-Frühstück	09.30 Uhr
21.05.	Schreibtreff	15.00 Uhr
22.05.	Der besondere Abendtreff: Cocktail-Abend	18.30 Uhr
26.05.	Treff 50+:-Fotoalben und Familiengeschichten	15.00 Uhr
27.05.	MilchCafé	09.30 Uhr
27.05.	Kreativtreff: Knöpfe verwerten	15.00 Uhr
28.05.	Frühstück 50+-	09.30 Uhr
28.05.	Repairtreff	16.00 Uhr
<b>Juni</b>		
02.06.	Treff: Älter werden mit Verstand: Dorea Familie	15.00 Uhr
02.06.	Treff: Kinder sind aus dem Haus	19.00 Uhr
03.06.	TrageCafé	09.30 Uhr
03.06.	Gute-Zeit-Treff	15.00 Uhr
09.06.	Spieltreff	15.00 Uhr
10.06.	Treff: Gedächtnistraining	15.00 Uhr
11.06.	Zusammen kochen und genießen	10 +12.00 Uhr
12.06.	Nähtreff	18.30 Uhr
13.06.	Familienfrühstück	09.30 Uhr
16.06.	Nachbarschaftstreff	15.00 Uhr
17.06.	SchlummerCafé	09.30 Uhr
17.06.	Ideentreff: Schnelle und leckere Brotzeitrezepte	15.00 Uhr
18.06.	Kita-Eltern-Frühstück	09.30 Uhr
18.06.	Schreibtreff	15.00 Uhr
23.06.	Lesetreff: Überraschungsgeschichten	15.00 Uhr
24.06.	MilchCafé	09.30 Uhr
25.06.	Frühstück 50+-	09.30 Uhr
25.06.	Repairtreff	16.00 Uhr
30.06.	Treff 50+:- Hitzeschutz- warum, weshalb, wieso	15.00 Uhr

**Winterferien:** 19.12.-02.01.2026

19.12.-09.01.2026

Krabbelstube

Müze, Offener Treff, Waldkita,  
WERKStadt-Kita Sonnenschein



**Sommerferien:** 20.07.-07.08.2026

27.07.-07.08.2026

Krabbelstube

Müze, Offener Treff, Waldkita,  
WERKStadt -Kita Sonnenschein



## Termine der Kurse und der Beratungen

Diese Termine finden statt im Hauptsitz in der WERKStadt  
oder sie finden statt in der Zweigstelle, Hospitalstraße 10



	<b>Kurse</b> (kurzfristige Änderungen bei allen Kursen vorbehalten)	Wo
05.01.	Rückbildung am Nachmittag (8x)	17.30 Uhr
05.01.	Beckenbodentraining (8x)	19.00 Uhr
19.01.	Erste Hilfe Kurs am Baby und Kleinkind	10.00 Uhr
26.01.	Vortrag: Allergien	19.30 Uhr
27.01.	Rückbildung am Vormittag (7x)	09.30 Uhr
04.02.	Erste Hilfe für Kinder (5-9J)	16.00 Uhr
05.02.	Geburtsvorbereitung (6x)	18.00 Uhr
09.02.	Erste Hilfe Kurs am Baby und Kleinkind	10.00 Uhr
19.02.	Online: Zeit für Neues - Ihr Weg zurück ins Berufsleben	09.00 Uhr
23.02.	Vortrag: Schmerzspirale	19.30 Uhr
27.02.	Vortrag: Gesunder Beckenboden	18.00 Uhr
07.03.	Erste Hilfe Kurs am Baby und Kleinkind	10.00 Uhr
12.03.	Berufsorientierung für Migrantinnen	09.30 Uhr
13.04.	Rückbildung am Nachmittag (8x)	17.30 Uhr
13.04.	Beckenbodentraining (8x)	19.00 Uhr
13.04.	Nähkurs für Anfänger (2x)	18.00 Uhr
20.04.	Erste Hilfe Kurs am Baby und Kleinkind	10.00 Uhr
22.04.	Erste Hilfe für Kinder (5-9J)	16.00 Uhr
28.04.	Rückbildung am Vormittag (7x)	09.30 Uhr
04.05.	Nähkurs für Fortgeschrittene (2x)	18.00 Uhr
13.05.	Finanzfit für Familie und Beruf	17.30 Uhr
08.06.	Erste Hilfe Kurs am Baby und Kleinkind	10.00 Uhr
12.06.	Für Dich - Finanzwissen	17.30 Uhr
13.06.	Finanzpower für Unternehmerinnen	09.00 Uhr
<b>Wöchentlich</b>		
Mi	Zumba	19.15 Uhr
Di bis Fr	Deutsch 4U Sprachcafés	(nicht in den hessischen Schulferien)  09.00 Uhr
Di und Do	Deutsch 4U Sprachcafés	(nicht in den hessischen Schulferien)  14.00 Uhr
<b>Nach Absprache (8x)</b>		
Mo	Fit dank baby Maxi ®	15.30 Uhr
Fr	Fit dank baby Mini ®	09.00 Uhr
<b>Beratungen nach Termin</b>		
	Elternbegleitung	
	Elternservice	
	Allgemeine Lebensberatung	
	Beikostberatung	

## Kontakte des Müze

 Müze e.V. Familienzentrum Limburg	Mail	Telefon	Wo
<b>Büro Müze</b>	<a href="mailto:info@muetterzentrum-limburg.de">info@muetterzentrum-limburg.de</a>	06431 975 444 0	
<b>Büro Krabbelstube</b>	<a href="mailto:krabbelstube@muetterzentrum-limburg.de">krabbelstube@muetterzentrum-limburg.de</a>	06431 975 444 3	
<b>Büro Waldkindergarten</b>	<a href="mailto:waldkindergarten@muetterzentrum-limburg.de">waldkindergarten@muetterzentrum-limburg.de</a>	06431 975 444 9	
<b>Büro WERKStadt - Kita Sonnenschein</b>	<a href="mailto:werkstadtkita@muetterzentrum-limburg.de">werkstadtkita@muetterzentrum-limburg.de</a>	06431 975 444 9	
<b>Betreuung: Regenbogengruppe</b> Nicole Jost	<a href="mailto:n.jost@muetterzentrum-limburg.de">n.jost@muetterzentrum-limburg.de</a>	06431 975 444 6	
<b>Elternservice</b> Nicole Jost	<a href="mailto:elternservice@muetterzentrum-limburg.de">elternservice@muetterzentrum-limburg.de</a>	06431 975 444 6	
<b>Geschäftsleitung</b> Bettina Demleitner Christiane Liebendörfer Nathalie Meurer	<a href="mailto:info@muetterzentrum-limburg.de">info@muetterzentrum-limburg.de</a>	06431 975 444 0	
<b>Lebensberatung</b> Nicole Jost	<a href="mailto:n.jost@muetterzentrum-limburg.de">n.jost@muetterzentrum-limburg.de</a>	06431 975 444 6	
<b>Sprachkurse</b> Angelika Hedrich	<a href="mailto:a.hedrich@muetterzentrum-limburg.de">a.hedrich@muetterzentrum-limburg.de</a>	06431 975 444 6	
<b>Offener Treff</b> Katja Harder	<a href="mailto:offener treff@muetterzentrum-limburg.de">offener treff@muetterzentrum-limburg.de</a>	06431 975 444 5	
<b>Repairtreff</b> Regine Reuter-Krenzer	Anmeldung im Büro Müze	06431 975 444 0	
<b>Nähtrreff</b> Nicole Schoger	Anmeldung ➔	0172 74 29 107	
<b>Programm</b> Elena Bruschi-Broicher	<a href="mailto:programm@muetterzentrum-limburg.de">programm@muetterzentrum-limburg.de</a>	06431 975 444 7	

## Kontakte der Kursleiter

Kursleiter	Mail	Telefon	Wo
<b>Arbeitsagentur &amp; Jobcenter</b> Zurück in den Beruf	<a href="mailto:Jobcenter-Limburg-Weilburg.BCA@jobcenter-ge.de">Jobcenter-Limburg-Weilburg.BCA@jobcenter-ge.de</a>		online
<b>Arbeitsagentur</b> Berufsweg planen (Migrantinnen)	<a href="mailto:a.hedrich@muetterzentrum-limburg.de">a.hedrich@muetterzentrum-limburg.de</a>	Anmeldung über die Sprachkurse 06431 975 444 6	
<b>Renate Avramis</b> Homöopathische Vorträge	<a href="mailto:renate.waechter@gmx.de">renate.waechter@gmx.de</a>	06432 341 801 4	
<b>Isabel Demleitner-Bormann</b> fitdankbaby®	<a href="mailto:isabel.demleitner-bormann@fitdankbaby.de">isabel.demleitner-bormann@fitdankbaby.de</a>	0157 375 596 63	
<b>Victoria Demleitner</b> Zumba	<a href="mailto:info@muetterzentrum-limburg.de">info@muetterzentrum-limburg.de</a>	06431 975 444 0	WERK Stadt
<b>Antje Graeff</b> Rückbildung, Beckenboden, Geburtsvorbereitung	<a href="mailto:info@antjegraeff.de">info@antjegraeff.de</a>	0171 314 158 6	
<b>Dagmar Ingenito</b> Nähkurse	<a href="mailto:dagmar@ingenito.de">dagmar@ingenito.de</a>		WERK Stadt
<b>Ilona Kinsvater</b> SchlummerCafé	<a href="mailto:ilona@schlummer-glueck.de">ilona@schlummer-glueck.de</a>	0170 737 98 68	WERK Stadt
<b>Christine Martin</b> Erste-Hilfe-Kurse	<a href="mailto:info@little-help.net">info@little-help.net</a>		
<b>Christine Rentz-Alarcon</b> Rückbildung	<a href="mailto:chrisirentz@yahoo.de">chrisirentz@yahoo.de</a>	0176 700 178 58	
<b>Alina Schöffler + Paul von Büren</b> Finanzkurse	<a href="mailto:info@buchhaltungsservice-schoeffler.de">info@buchhaltungsservice-schoeffler.de</a>	0175 6301576	
<b>Sabrina Schöffler</b> TrageCafé	<a href="mailto:info@elternkurse-limburg.de">info@elternkurse-limburg.de</a>	0157 351 902 62	WERK Stadt
<b>Annika Vieweg</b> Kinder aus dem Haus	<a href="mailto:vieweg.herrmann@t-online.de">vieweg.herrmann@t-online.de</a>	06431 779 879 1	WERK Stadt

## Hand in Hand in jedem Alter



### Mehrgenerationenhaus Limburg

### Familienzentrum Müze e. V.

**Hauptstelle:** Joseph-Schneider-Str. 1, 65549 Limburg



**Zweigstelle:** Hospitalstraße 10, 65549 Limburg



**Büro:** 06431 975 444 0

**Mail:** [info@muetterzentrum-limburg.de](mailto:info@muetterzentrum-limburg.de)

**Homepage:** [www.muetterzentrum-limburg.de](http://www.muetterzentrum-limburg.de)

Das Mehrgenerationenhaus & Familienzentrum „Müze“ e. V.

#### wird gefördert

von der Stadt Limburg,  
dem Kreis Limburg-Weilburg,  
dem Land Hessen und  
dem Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

Wir sind ein gefördertes Mehrgenerationenhaus, sowie ein gefördertes Familienzentrum in Hessen und anerkannter Träger der freien Jugendhilfe.



#### Wir sind Mitglied beim:

Bundesverband der Mütterzentren e. V.

Der Paritätische Hessen

Limburger Bündnis für Familie



Homepage



Facebook



Instagram



WhatsApp Kanal