



**Mehr
Generationen
Haus Limburg**
Miteinander – Füreinander



Müze e.V.
Familienzentrum Limburg

Elternprogramm

2. Halbjahr 2025 (ab 18.08.)



Offen für alle Generationen



Elternbegleitung und Betreuung
Angebote für Eltern, Babys, Kinder
Offene Treffen, Frühstücke, Kaffee & Kuchen

INHALTSVERZEICHNIS

Wo finde ich welchen Raum?



S.4

Offener Treff - für alle Generationen

Willkommen im Offenen Treff

S.5

Motto-Frühstücke

S.6

Offenes Frauenfrühstück

S.7

Müze Werkstatt

S.8

Café Kreativ

S.9

Repair Café

S.10

Offenes Nähcafé

S.11



Weitere **offene Treffen** für Alle ➡ im Seniorenprogramm

Weitere **Kurse** für Alle ➡ im Kursprogramm

Elternbegleitung

Für Eltern

Elternbegleitung

S.12

Elternservice Limburg

S.13

Betreuung

Betreuung

Regenbogengruppe

S.14

Kindertageseinrichtungen

Krabbeltube Müze

Krabbeltube

WerkStadt-Kita Sonnenschein

Waldkindergarten Müze



S.15

S.16

S.17

Termine August - Dezember

S.22

Eltern- und Kinderthemen

Mama-Mia Talk

Tragetreff mit Sabrina	S.18
Neu: Café Wegbegleiter	S.19
Kita-Eltern-Frühstück	S.20
Milchkaffee mit Nadine	S.21



Eltern-Kind-Gruppen

Elterncafé	S.24
Spielkreis für Kleinkinder	S.25

Angebote für Eltern und Kinder

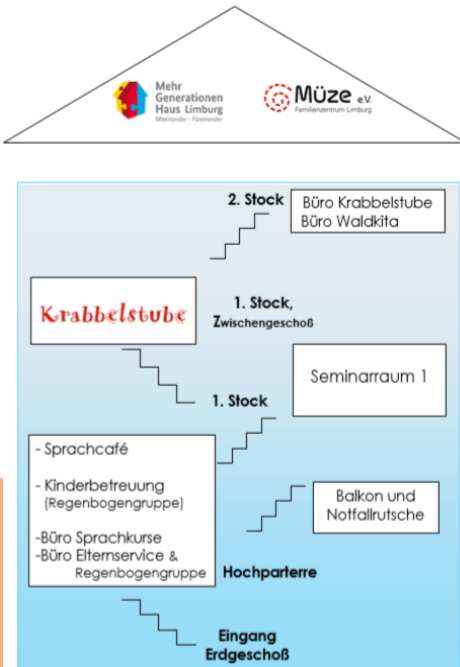
Geburtsvorbereitungskurs	S. 26
Neu: Stillvorbereitungskurs	S. 27
Rückbildungsgymnastik am Vormittag	S. 28
Rückbildungsgymnastik am Nachmittag	S. 29
Fitdankbaby MINI®	S. 30
Fitdankbaby MAXI®	S. 31
Einführung in die Beikost	S. 32
Baby Shiatsu	S. 33
Erste-Hilfe-Kurs am Baby und Kleinkind	S. 34
Erste Hilfe für Kinder (5-9 Jahre)	S. 35
Neu: Hausaufgabensituation	S. 36
Neu: Hilfe, mein Kind verhält sich „anders“!	S. 37
Neu: Weihnachtliche Foto-Aktion	S. 38

MGH Familienzentrum Müze e.V.



Infos

Müze Infos	S. 39
MGH & Familienzentrum Müze - was ist das?	S. 40
Müze: Telefon + Kontaktliste	S. 42



Mehrgenerationenhaus Limburg Familienzentrum Müze e. V.

Hauptstelle: (ab 18.08.25)
Joseph-Schneider-Str. 1
65549 Limburg



Hier finden die
„**offenen Treffen**“ statt:
vom Eltern-, Kurs-, Seniorenprogramm



Mehrgenerationenhaus Limburg Familienzentrum Müze e. V.

Zweigstelle:
Hospitalstraße 10
65549 Limburg



Hier finden die
„**Kurse**“ statt:
vom Eltern- und Kursprogramm



Willkommen im **Offenen Treff**

Das Café - der Offene Treff - ist das **Herz** des Hauses.
Es ist nicht nur ein Angebot, sondern eine wundervolle
Methode für Kontakt und Begegnung.
Somit ist es unsere **erste und zentrale Anlaufstelle**.

Alle sind jederzeit herzlich willkommen:
ob groß/klein, jung/älter, allein/mit Partner/als Gruppe.
Gemeinsam unter einem Dach!

Genießt bei uns ein **Frühstück** oder trefft euch
zu **Kaffee und leckerem selbstgebackenem Kuchen**.

➔ Bitte meldet Euch vorher an!

Offener Treff

Joseph-Schneider-Str. 1



Öffnungszeiten:

Montag - Freitag von **09.00 -17.00 Uhr**

Anmeldung:

Katja Harder

Telefon:

0 64 31 975 444 5



Katja
Harder



Regine
Reuter-Krenzer



Christiane
Phillippi-Stahl



Elena
Bruschi-Broicher



Katrin
Wagner

Motto-Frühstücke

Neben den **regulären Frühstücken** bieten wir auch **besondere Frühstücke** an:



Termine: **2. Freitag**, von **09.30 - 12.00 Uhr**

12.09. **Fairtrade**-Frühstück

10.10. **Erntedank**-Frühstück

14.11. **Hygge**-Frühstück (Wohlfühlfrühstück)

12.12. **Weihnachtsfrühstück**

Kosten: Umlage für Speisen/Getränke

Ort: **Offener Treff**

Joseph-Schneider-Straße 1



Anmeldung: Im Offenen Treff

Katja Harder

Tel: **0 64 31 975 444 5**

Offenes Frauenfrühstück

Jeden Dienstagvormittag treffen sich Frauen jeden Alters im Offenen Treff.

In gemütlicher Atmosphäre wird gemeinsam gefrühstückt und sich ausgetauscht.

Wir verwöhnen Euch mit einem reichhaltigen Angebot!



Termin: **Dienstags**, von **09.30 - 12.00 Uhr**
(außer am 23./30.12.2025)

Kosten: Umlage für Speisen/Getränke

Ort: **Offener Treff**
Joseph-Schneider-Straße 1



Anmeldung: Im Offenen Treff
Katja Harder

Tel: **0 64 31 975 444 5**

Müze Werkstatt

Wechselnde Angebote für jedes Alter

Kochen, basteln, handarbeiten und sich austauschen und begegnen.

Daneben genießen wir verschiedene Leckereien und haben gemeinsam Spaß.

Hier sollen **alle Generationen** zusammenkommen können, die unser Haus so bunt und vielfältig machen !!!
Jeder ist willkommen!



Termine: 3. Mittwoch, von 15.00 - 17.00 Uhr

20.08. 2025 **Kreative Ideen** – für Alt und Jung

17.09.2025 **Butterbrot Ideen** - leckere Rezepte & Verkostung

15.10.2025 **Schokofondue** - mit Obst und Salzstangen

19.11.2025 **Weihnachtsgeschenke**

- Aroma-Zucker, Gewürz -Öl, Schmuck

17.12. 2025 **Zimtschneckenachmittag**

- gemütliches Beisammensein

Kosten: Umlage für Speisen/Getränke
(+ggf. für Zutaten + Material)

Ort: Offener Treff

Joseph-Schneider-Straße 1



Anmeldung: Im Offenen Treff

Katja Harder

Tel: 0 64 31 975 444 5

Café Kreativ

Im 2. Halbjahr dreht sich wieder alles rund ums Wiederverwerten (Upcycling)

Gemeinsam gestalten wir aus Resten
schöne Deko oder kleine Geschenke.



Und ihr erhaltet Anregungen für zu Hause,
um die eigenen Reste zu verwerten!

Kaffee, Tee und Gebäck versüßen
uns den Nachmittag.



Termine: **4. Mittwoch**, von **15.00 - 17.00 Uhr**

24.09.2025 **Zeitschriften** wiederverwerten
(Collagen/Kalender/Notizbücher erstellen)

29.10.2025 **Stoffe** wiederverwerten
(Duftsäckchen/Kirschkernkissen/
Bienenwachstücher erstellen)

Kosten: Spende willkommen
+ Umlage für Speisen/Getränke

Ort: **Offener Treff**
Joseph-Schneider-Straße 1



Anmeldung: Im Offenen Treff
Elena Bruschi-Broicher

Tel: **0 64 31 975 444 5**

Repair Café

Repair Cafés sind ehrenamtliche Treffen, bei denen die Teilnehmer alleine oder gemeinsam mit den Reparateuren ihre kaputten Dinge reparieren.



REPAIR CAFE

Das Müze bietet dies seit vielen Jahren an! Wieder vertreten sind neben den verschiedenen Elektrik-Bereichen auch andere Reparaturen.

- Die Reparaturen erfolgen im Rahmen der Nachbarschaftshilfe.
Es entsteht kein Haftungs- oder Garantieanspruch -

Neue Reparateure sind immer herzlich willkommen!

➔ Anmeldung erforderlich:

- Uhrzeit ausmachen + Kontaktdaten angeben
- Welches Gerät bringen Sie mit?
- Nur ein Gerät pro Termin
- Keine Großgeräte
- Es kann zu Wartezeiten kommen



Neben dem Werkeln soll das gesellige Miteinander nicht zu kurz kommen, daher bieten wir Snacks & Getränke an.

Termine: **letzter Donnerstag**, von **16.00 - 18.30 Uhr**
28.08./25.09./30.10./27.11.2025

Kosten: Spende willkommen,
Umlage für Speisen/Getränke

Ort: **Offener Treff**

Joseph-Schneider-Straße 1



Anmeldung: Im Büro
Regine Reuter-Krenzer

Tel: **0 64 31 975 444 0**

Offenes Nähcafé

Es richtet sich an alle „Näh-Begeisterten“,

denen es Freude macht, aus einem schönen Stoff etwas an der Nähmaschine oder Stickmaschine zu zaubern.

Manchmal fehlt eine Idee,
ein Schnittmuster
oder der passende Nähfuß?
Wir finden die Lösung!



Bei einem Kaffee oder einem kühlen Getränk plaudert man in lustiger Runde aus dem Nähkästchen, näht, stickt und tauscht Reststoffe oder Garne.

Wichtig: Das Angebot ist kein Nähkurs!

Bügelbrett und -eisen sind vorhanden, die eigene Nähmaschine kann mitgebracht werden, es sind auch 3 Maschinen vorhanden.

Termine: **2. Freitag**, von **18.30 - 21.30 Uhr**
12.09./10.10./14.11./12.12.2025

Kosten: Spende willkommen,
+ Umlage für Getränke

Ort: **Offener Treff**
Joseph-Schneider-Straße 1



Anmeldung: **Nicole Schoger**

Tel: **0172 74 29 107**

Elternbegleitung

Das Kind ist da — und die Welt steht Kopf!

Für Eltern ist gerade die erste Zeit mit Kind
eine große Herausforderung!

Wir unterstützen Sie als frisch gebackene
Mütter und Väter mit unserer Elternbegleitung.

**Mama-Mia-Talk
Eltern-Kind-Gruppe
Elternaustausch
Beratung und Betreuung
Seminare und Kurse**



Nathalie
Meurer



Ramin
Malikzada



Regine
Reuter-Krenzer



Fabienne
Krombach

Elternbegleitung

Infos: Nathalie, Ramin, Regine

Tel: 0 64 31 975 444 9

Ort: Büro: Joseph-Schneider-Straße 1

Mail: info@muetterzentrum-limburg.de



Infos: Fabienne

Tel: 0 64 31 975 444 3

Ort: Büro: Hospitalstraße 10 (2. Stock)

Mail: info@muetterzentrum-limburg.de



Elternservice Limburg

Eltern können sich bei uns über die Angebote der Kindertagespflege informieren.

Ebenso stehen wir Kindertagespflegepersonen, vorrangig aus den Kommunen Limburg, Beselich, Runkel, Hadamar und Elz, beratend zur Seite.

Neben der Vermittlung und Begleitung von Kindertagespflege finden Sie bei uns ein vielfältiges Angebot an Kursen und Vorträgen.

Für anerkannte Kindertagespflegepersonen bieten wir Fortbildungen an.

Unsere aktuellen Fortbildungsangebote entnehmen Sie bitte unserer Homepage: www.muetterzentrum-limburg.de



Elternservice

Infos: **Nicole Jost**
Sozialarbeiterin



Nicole Jost

Beratungstermine nach Absprache!

Tel: **0 64 31 975 444 6** oder **0 170 783 231 5**

Ort: **Büro: Elternservice**
Hospitalstraße 10 (Hochparterre)



Mail: elternservice@muetterzentrum-limburg.de

Betreuung

Regenbogengruppe

(Sprachkurs-/Maßnahmen-/ Notlagenkinderbetreuung)



Um Erziehungsberechtigten die Teilnahme an einem bestehenden Sprachkurs/Maßnahme zu ermöglichen, bietet unsere Regenbogengruppe für Kinder im Alter von 1-3 Jahren eine individuelle und liebevolle Betreuung an.

Auch bei familiären Notlagen stehen wir Ihnen sehr gerne zur Seite und unterstützen mit Kinderbetreuungsplätzen (max. 3 Tage pro Woche).

Es handelt sich bei der Regenbogengruppe um KEINEN Regelkindergarten und ersetzt daher nicht die Registrierung über den direkten Link: <https://portal.little-bird.de/Limburg>

Die Betreuung in der Regenbogengruppe wird montags-freitags von 8.00 -13.00 Uhr angeboten.

Über die Möglichkeiten und Kosten beraten wir sehr gerne in einem persönlichen Gespräch.

Termine nach Absprache!

Kontakt : Nicole Jost

Tel: 0 64 31 975 444 6 oder
0 170 783 231 5

Mail: n.jost@muetterzentrum-limburg.de

Ort: Büro: Regenbogengruppe
Hospitalstraße 10, (Hochparterre)



Das Familienzentrum ist Träger von **3 Kindertageseinrichtungen**.
Verschiedene Betreuungskonzepte helfen Eltern, das passende
Modell zu finden!! Weitere Infos auf den folgenden Seiten:

Krabbelstube Müze

Die Einrichtung

- **Betreuung für Kinder von 6 Monaten (vorrangig ab 1 Jahr) bis 3 Jahren**
- Drei Gruppen mit bis zu 10 Kindern
- Teilzeit- und Vollzeitbetreuung möglich
- Täglich frische vollwertige Verpflegung (Frühstück, Mittagessen, Nachmittagssnack)
- Ruheräume für Mittagsschlaf und das Schläfchen zwischendurch



Unser Konzept

- Liebevolle und individuelle Betreuung
- Förderung nach den Bedürfnissen des Kindes
- Individuelle Betreuungszeiten
- Familienentlastende Angebote
- Betreuungsangebot abgestimmt auf die Bedürfnisse von Familien
- Nachhaltigkeit und Fairness:
unser Müze ist als Faire Kita zertifiziert.



Die Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag von 07.30 - 17.00 Uhr

Früh-/Spätdienste

07.00 - 07.30 Uhr / 12.00 - 12.30 Uhr



Leitung: Fabienne Krombach

Tel: 0 64 31 975 44 43

Mail: krabbelstube@muetterzentrum-limburg.de

Ort: Büro: Krabbelstube
Hospitalstraße 10, (2. Stock)



WERKStadt-Kita Sonnenschein

Die Einrichtung

- **Betreuung für Kinder von 2 Jahren bis Eintritt in die Schule**
- Zwei Gruppen mit je 25 Kindern
- Teilzeit- und Vollzeitbetreuung möglich
- Täglich frische vollwertige Verpflegung (Frühstück, Mittagessen, Nachmittagsnack)
- Es gibt einen Bewegungsraum, Schlafräum, Differenzierungsraum und einen Speisesaal



Unser Konzept

Liebevolle und individuelle Betreuung

- Förderung nach den Bedürfnissen des Kindes
- Individuelle Betreuungszeiten
- Familienentlastende Angebote
- Betreuungsangebot abgestimmt auf die Bedürfnisse von Familien.
- Nachhaltigkeit und Fairness: unser Müze ist als Faire Kita zertifiziert.



Die Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag von 07.30 - 17.00 Uhr
Frühdienst 07.00 - 07.30 Uhr



Leitung: Ramin Malikzada

Tel: 0 64 31 975 444 9

Mail: werkstadtkita@muetterzentrum-limburg.de

Ort: Büro: WERKStadt-Kita
Joseph-Schneider-Straße 1



Waldkindergarten Müze

Die Einrichtung

- **Betreuung für Kinder von 3 Jahren bis Eintritt in die Schule**
- Zwei Gruppen mit je 20 Kindern
- Teilzeit- und Vollzeitbetreuung möglich
- Täglich frische vollwertige Verpflegung (Mittagessen, Nachmittagssnack)
- Waldkindergartenbauwagen



Unser Konzept

- Liebevolle und individuelle Betreuung
- Förderung nach den Bedürfnissen des Kindes
- Individuelle Betreuungszeiten
- Familienentlastende Angebote
- Betreuungsangebot abgestimmt auf die Bedürfnisse von Familien.
- Nachhaltigkeit und Fairness: unser Müze ist als Faire Kita zertifiziert.



Die Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag von 08.00 - 16.00 Uhr

Frühdienst 07.30 - 08.00 Uhr



Leitung: Fabienne Krombach

Tel: 0 64 31 975 44 43

Mail: waldkindergarten@muetterzentrum-limburg.de

Ort: Büro: Waldkindergarten
Hospitalstraße 10, (2. Stock)

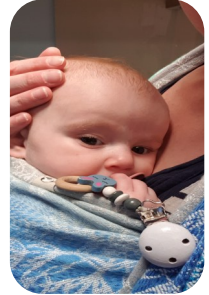


Eltern – und Kinderthemen

Tragetreff mit Sabrina

Am 1. Mittwoch im Monat von 9.30 - 12 Uhr

- * Du möchtest dich in lockerer Atmosphäre mit anderen Trageeltern austauschen?
- * Du bist schwanger und möchtest dein Baby nach der Geburt gerne tragen?
- * Du möchtest dich allgemein gerne zum Thema "Tragen" informieren?
- * Dann bist du beim Tragetreff herzlich willkommen.



Sabrina erklärt dir alles rund ums **Tragen von Babys und Kleinkindern**. Außerdem hat man die Möglichkeit, verschiedene Tücher und Tragehilfen zu testen.

➡ Nebenbei kann man ein Frühstückbüffet genießen.

Termine: **1. Mittwoch**, von **09.30 - 12.00 Uhr**
03.09./01.10./05.11./03.12.2025

Kosten: kostenfrei, Umlage fürs Frühstück

Ort: **Offener Treff**
Joseph-Schneider-Straße 1



Anmeldung: **Sabrina Schöffler**
Gesundheits- und
Krankenpflegerin

Tel: **0157 351 90 262**

Mail: info@elternkurse-limburg.de

Café "Wegbegleiter"

Am 2. Mittwoch im Monat von 9.30 - 12 Uhr

Ihr seid Mama und Papa und wollt euch über den ganz normalen Familienalltag austauschen?

Bei **Regine** und **Katja** findet ihr immer ein offenes Ohr.



Beim ➡ gemeinsamen Frühstück kommen wir ins Gespräch über eure Fragen, Herausforderungen und Anliegen:

- Fehlt euch eine klare Struktur im Alltag?
- Wie können sich verändernde Lebensabschnitte gut begleitet werden? (Krabbelstube, Kita, Schule, Trennung...)
- Seid ihr alleinerziehend und manchmal überfordert?
- Möchtet ihr Inputs zu Haushalt, Einkauf, Finanzen?
- Oder wollt ihr mal über euer Familienleben sprechen?

Kommt vorbei, tauscht euch aus und freut euch auf wertvolle Impulse.

Termine: **2. Mittwoch**, von **09.30 - 12.00 Uhr**
10.09./08.10./12.11./10.12.2025

Kosten: kostenfrei, Umlage fürs Frühstück

Ort: **Offener Treff**
Joseph-Schneider-Straße 1



Anmeldung: Im Offenen Treff
Regine Reuter-Krenzer

Telefon: **06431 9754445**

Kita-Eltern-Frühstück



Am 3. Mittwoch im Monat von 9.30 - 12 Uhr

Das Angebot richtet sich an Eltern, deren Kindern bald in eine Krippe oder in einen Kindergarten gehen.

Vorher gibt es viele Fragen, die Eltern beschäftigen:

- * Wird es mit der Fremdbetreuung funktionieren?
- * Wird unser Kind dort schlafen?
- * Wie ist es mit dem Essen?
- * Wie verhalten wir uns in der Eingewöhnung?
- * Wie vereinbaren wir Familie, Haushalt und Beruf?
- * Ist es okay, dass unser Kind schon in die Kita geht?



Zu diesen Fragen und weiteren Infos tauscht man sich aus und wir unterstützen bei einem guten Start.

Auch wenn ihr euch für eine Kinderbetreuung im Müze interessiert, seid ihr hier genau richtig.

⇒ Nebenbei kann man ein Frühstückbüffet genießen.

Termine: **3. Mittwoch**, von **09.30 - 12.00 Uhr**
20.08./17.09./15.10./19.11./17.12.2025

Kosten: kostenfrei, Umlage fürs Frühstück

Ort: **Offener Treff**
Joseph-Schneider-Straße 1



Anmeldung: **Fabienne Krombach**
Tel: **0151 599 22 370**

Milchkaffee mit Nadine

- Das etwas andere Frühstück!

Am 4. Mittwoch im Monat von 9.30 - 12 Uhr

Wir laden ein zum „Milchcafé - mit der

Hebamme Nadine Lässig



- * Für Mütter mit Neugeborenen - oder solche, die kurz vor der Entbindung stehen.
- * Die Zeit kurz vor der Geburt und die erste Zeit mit dem Neugeborenen ist ganz besonders. Sehr aufregend - vieles ist neu - es tauchen Fragen auf ...
- * „Frisch entbundene“ Mütter und Schwangere sind herzlich willkommen.
- * Unter anderem werden auch Fragen rund ums Stillen besprochen.
- * Erfahrungsaustausch, Kontakte knüpfen und einfach
➡ beim Frühstück verwöhnen lassen - das ist eure Zeit!



Termine: **4. Mittwoch**, von **09.30 - 12.00 Uhr**

27.08./24.09./22.10./26.11.25)

Kosten: kostenfrei, Umlage für fürs Frühstück

Ort: **Offener Treff**

Joseph-Schneider-Straße 1



Anmeldung: Im Offenen Treff

Regine Reuter-Krenzer

Tel: **06431 975 444 5**

	August	
18.08.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
18.08.	Elterncafé	14.30 Uhr
19.08.	Offenes Frauenfrühstück	09.30 Uhr
19.08.	Rückbildung - vormittags (7x)	09.30 Uhr
20.08.	Kita-Eltern-Frühstück	09.30 Uhr
20.08.	Müze Werkstatt: Kreative Ideen	15.00 Uhr
22.08.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
22.08.	Elterncafé	14.30 Uhr
23.08.	Erste-Hilfe-Kurs am Baby + Kleinkind	10.00 Uhr
25.08.	Baby-Shiatsu (4x)	09.00 Uhr
25.08.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
25.08.	Elterncafé	14.30 Uhr
26.08.	Offenes Frauenfrühstück	09.30 Uhr
27.08.	Milchkaffee	09.30 Uhr
28.08.	Repaircafé	16.00 Uhr
29.08.	Elterncafé	14.30 Uhr
29.08.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
30.08.	Eröffnung in der WERKStadt	11.00 Uhr

	September	
01.09.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
01.09.	Elterncafé	14.30 Uhr
02.09.	Offenes Frauenfrühstück	09.30 Uhr
03.09.	Tragetreff	09.30 Uhr
03.09.	Erste Hilfe für Kinder (5-9 J.)	16.00 Uhr
03.09.	Hausaufgabensituation	19.00 Uhr
05.09.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
05.09.	Elterncafé	14.30 Uhr
08.09.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
08.09.	Elterncafé	14.30 Uhr
09.09.	Offenes Frauenfrühstück	09.30 Uhr
10.09.	Café Wegbegleiter	09.30 Uhr
12.09.	Motto: Fairtrade-Frühstück	09.30 Uhr
12.09.	Offenes Nähcafé	18.30 Uhr
12.09.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
12.09.	Elterncafé	14.30 Uhr
15.09.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
15.09.	Elterncafé	14.30 Uhr
16.09.	Offenes Frauenfrühstück	09.30 Uhr
17.09.	Kita-Eltern-Frühstück	09.30 Uhr
17.09.	Müze Werkstatt: Butterbrot Ideen	15.00 Uhr
19.09.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
19.09.	Elterncafé	14.30 Uhr
22.09.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
22.09.	Elterncafé	14.30 Uhr

	September	
23.09.	Offenes Frauenfrühstück	09.30 Uhr
24.09.	Milchkaffee	09.30 Uhr
24.09.	Café Kreativ: Zeitschriften	15.00 Uhr
25.09.	Repaircafé	16.00 Uhr
27.09.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
27.09.	Elterncafé	14.30 Uhr
29.09.	Erste-Hilfe-Kurs am Baby + Kleinkind	10.00 Uhr
29.09.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
29.09.	Elterncafé	14.30 Uhr
30.09.	Offenes Frauenfrühstück	09.30 Uhr

	Oktober	
01.10.	Tragetreff	09.30 Uhr
06.10.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
06.10.	Elterncafé	14.30 Uhr
06.10.	Rückbildung - nachmittags (7x)	17.30 Uhr
07.10.	Offenes Frauenfrühstück	09.30 Uhr
08.10.	Café Wegbegleiter	09.30 Uhr
10.10.	Motto: Entedank-Frühstück	09.30 Uhr
10.10.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
10.10.	Elterncafé	14.30 Uhr
10.10.	Stillvorbereitungskurs	15.00 Uhr
10.10.	Offenes Nähcafé	18.30 Uhr
11.10.	Erste-Hilfe-Kurs am Baby + Kleinkind	10.00 Uhr
13.10.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
13.10.	Elterncafé	14.30 Uhr
14.10.	Offenes Frauenfrühstück	09.30 Uhr
15.10.	Kita-Eltern-Frühstück	09.30 Uhr
15.10.	Müze Werkstatt: Schokofondue	15.00 Uhr
17.10.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
17.10.	Elterncafé	14.30 Uhr
20.10.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
20.10.	Elterncafé	14.30 Uhr
21.10.	Rückbildung - vormittags (7x)	09.30 Uhr
21.10.	Offenes Frauenfrühstück	09.30 Uhr
22.10.	Milchkaffee	09.30 Uhr
24.10.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
24.10.	Elterncafé	14.30 Uhr
27.10.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
27.10.	Elterncafé	14.30 Uhr
28.10.	Offenes Frauenfrühstück	09.30 Uhr
29.10.	Café Kreativ: Stoffe	15.00 Uhr
30.10.	Repaircafé	16.00 Uhr
31.10.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
31.10.	Elterncafé	14.30 Uhr

	November	
03.11.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
03.11.	Elterncafé	14.30 Uhr
04.11.	Offenes Frauenfrühstück	09.30 Uhr
05.11.	Tragetreff	09.30 Uhr
05.11.	Erste Hilfe für Kinder (5-9 J.)	16.00 Uhr
06.11.	Geburtsvorbereitung (6x)	18.00 Uhr
07.11.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
07.11.	Elterncafé	14.30 Uhr
07.11.	Fotoaktion Weihnachten	10.00 Uhr
08.11.	Fotoaktion Weihnachten	10.00 Uhr
10.11.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
10.11.	Elterncafé	14.30 Uhr
11.11.	Offenes Frauenfrühstück	09.30 Uhr
12.11.	Café Wegbegleiter	09.30 Uhr
12.11.	Hilfe, mein Kind verhält sich anders	19.00 Uhr
14.11.	Motto: Hygge-Frühstück	09.30 Uhr
14.11.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
14.11.	Elterncafé	14.30 Uhr
14.11.	Offenes Nähcafé	18.30 Uhr
17.11.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
17.11.	Elterncafé	14.30 Uhr
18.11.	Offenes Frauenfrühstück	09.30 Uhr
19.11.	Kita-Eltern-Frühstück	09.30 Uhr
19.11.	Müze Werkstatt: Weihnachtsgeschenke	15.00 Uhr
21.11.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
21.11.	Stillvorbereitungskurs	15.00 Uhr
21.11.	Elterncafé	14.30 Uhr
24.11.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
24.11.	Elterncafé	14.30 Uhr
25.11.	Offenes Frauenfrühstück	09.30 Uhr
26.11.	Milchkaffee	09.30 Uhr
27.11.	Repaircafé	16.00 Uhr
28.11.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
28.11.	Elterncafé	14.30 Uhr
29.11.	Erste-Hilfe-Kurs am Baby + Kleinkind	10.00 Uhr

	Nach Absprache	
Mo	Fit dank baby Maxi® (8x)	15.30 Uhr
Fr	Fit dank baby Mini® (8x)	09.00 Uhr
	Nach Termin	
	Elternbegleitung	
	Elternservice	
	Beikostberatung	

	Dezember	
01.12.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
01.12.	Elterncafé	14.30 Uhr
02.12.	Offenes Frauenfrühstück	09.30 Uhr
03.12.	Tragetreff	09.30 Uhr
05.12.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
05.12.	Elterncafé	14.30 Uhr
08.12.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
08.12.	Elterncafé	14.30 Uhr
09.12.	Offenes Frauenfrühstück	09.30 Uhr
10.12.	Café Wegbegleiter	09.30 Uhr
12.12.	Motto: Weihnachtsfrühstück	09.30 Uhr
12.12.	Spielkreis	09.30 Uhr
12.12.	Elterncafé	14.30 Uhr
12.12.	Offenes Nähcafé	18.30 Uhr
15.12.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
15.12.	Elterncafé	14.30 Uhr
16.12.	Offenes Frauenfrühstück	09.30 Uhr
17.12.	Kita-Eltern-Frühstück	09.30 Uhr
17.12.	Müze Werkstatt: Zimtschnecken	15.00 Uhr
19.12.	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
19.12.	Elterncafé	14.30 Uhr

Termine von August bis Dezember



Mehr Generationen
Haus Limburg
Erfahrung - Vertrauen



Müze e.V.
Familienzentrum Limburg

Ferien + Umzug: 01.07.25 - 15.08.25
Winterferien: 22.12.25 - 09.01.26

	Wöchentlich	
Mo + Fr	Elterncafé	14.30 Uhr
Mo + Fr	Spielkreis für Kinder	09.30 Uhr
Di	Offenes Frauenfrühstück	09.30 Uhr

Elterncafé

Jeden Montag + Freitag von 14.30 - 16.30 Uhr

Unser Elterncafé ist ein Angebot für alle Eltern.

Es erwartet euch der



* Austausch mit **Regine** und untereinander

* Gemütliches Beisammensein

* Nette Begegnungen

* Kinderangebote

* Kaffee und Kuchen

* ➡ Kommt einfach ohne Anmeldung vorbei!



Elterncafé

Termine: **Montag + Freitag**, von **14.30 - 16.30 Uhr**
(außer am 03.10. und 22./26./29.12.2025)

Kosten: kostenfrei, Umlage für Speisen/Getränke

Ort: **Offener Treff**
Joseph-Schneider-Straße 1



Infos: Im Offenen Treff
Regine Reuter-Krenzer

Tel: **06431 975 444 5**

Spielkreis für Kleinkinder

Jeden Montag + Freitag von 9.30 - 11.00 Uhr

Die Spielkreise sind für alle Eltern mit Kindern, die ein lockeres Zusammensein mit anderen suchen.



- * Euer Kind ist mittlerweile schon sehr mobil und erkundet die Welt mit großem Interesse.
- * Dann laden wir euch und euer Kind (ab ca. 1 Jahr) herzlich ein.
- * In der offenen Atmosphäre des Spielkreises sammeln die Kinder Erfahrungen mit Gleichaltrigen.
- * Es werden Sing-, Finger- und Bewegungsspiele angeboten.
- * Und die Kinds erkunden mit ihren Eltern Farben, verschiedene Elemente und Materialien.
- * ➡ Anmeldung erforderlich!

Termine: Montag + Freitag von 09.30 - 11.00 Uhr
(außer am 03.10 und 22./26./29.12.2025)

Kosten: je Termin 5 €, Geschwister 2,50€
Umlage für Speisen/Getränke

Ort: Multifunktionsraum
Joseph-Schneider-Straße 1



Anmeldung: Im Offenen Treff
Regine Reuter-Krenzer

Tel: 06431 975 444 5

Geburtsvorbereitungskurs: Body and Mind



Bildquelle: 123RF

Gestärkt, gut vorbereitet und informiert für die Geburt

Die Themen des Kurses sind:

- * **Körper- und Bewegungsübungen**, um dem Baby bei der Geburt die optimale Position zu erleichtern
- * **Atemtechniken**, die hilfreich den Geburtsvorgang unterstützen
- * **Übungen aus Yoga und Beckenbodentraining**, um den eigenen Körper zu spüren, beweglich und gelockert zu sein
- * **Entwicklung eines positiven Mindsets**, um entspannt der Geburt entgegenzusehen
- * **Viele wertvolle Informationen** für die Zeit der Schwangerschaft, der Geburt und danach
- * **Anliegen und Fragen** besprechen in einem geschützten Raum
- * **Ein Partnerabend** für das gemeinsame Erleben

Termine: **Donnerstag**, von **18.00 - 20.00 Uhr**
Kurs: 06.11. - 11.12.2025

Dauer: 6 Kurstage (incl. ein Partnerabend)

Kosten: Übernahme durch die Krankenkasse

Ort: **Seminarraum 1**
Hospitalstraße 10



Anmeldung: **Antje Graeff**
Hebamme, Beckenbodenbewegungstherapeutin,
Yogalehrerin, Yoga und Krebs-Trainerin,
Kinder-Yoga-Lehrerin

Tel: **0171 31 41 586**

Mail: info@antjegraeff.de

Homepage: www.antjegraeff.de



ANTJEGRAEFF

Stillvorbereitungskurs

Die Themen des Kurses sind:

- ◇ **Basiswissen** über das Stillen für einen guten Stillstart
- ◇ **Signale** des Babys erkennen
- ◇ **Stillpositionen** und Anlegen des Babys
- ◇ Umgang mit **Herausforderungen**:
Was tun bei Milchstau, wunden Brustwarzen usw...
- ◇ Erkennen und vermeiden von **Stillproblemen** nach einer schlechten Erfahrung beim ersten Kind



Termine: **Freitag,** von **15.00-18.00 Uhr**

Kurs 1: 10.10.2025

Kurs 2: 21.11.2025

Kosten: 60 € pro Person / oder Paar

(Die Gebühr kann nicht mit der Krankenkasse abgerechnet werden)

Ort: **Seminarraum 1**
Hospitalstraße 10



Anmeldung: **Nicole Herzer**
Hebamme und Heilpraktikerin

Tel: **0172 6357542**
Mail: nherzer@gmx.de



Rückbildungsgymnastik am Vormittag

Empfohlen ist ein Start 6-8 Wochen nach der Geburt.

Durch die fachgerechte Anleitung einer gezielten Gymnastik wird Stabilität und Kraft gewonnen, die effektiv die Rückbildungsvorgänge des Körpers unterstützt.

Des Weiteren findet ein reger Austausch über die ersten Wochen nach der Geburt statt.

Fragen zum Thema Stillen und Entwicklung des Kindes sind jederzeit willkommen.

Rückbildung

Termine: **Dienstag**, von **09.30 - 11.00 Uhr**
 Kurs 1: 19.08. - 30.09.2025
 Kurs 2: 21.10. - 02.12.2025

Dauer: je 7 Kurstage

Kosten: Kostenübernahme
 durch die Krankenkasse möglich

Ort: **Seminarraum 1** 
 Hospitalstraße 10

Anmeldung: **Christine Rentz-Alarcon**
 Hebamme

Tel: **0176 700 17 858**
Mail: chrisirentz@yahoo.de



Rückbildungsgymnastik am Nachmittag

Empfohlen ist ein Start 6-8 Wochen nach der Geburt.

Durch die fachgerechte Anleitung einer gezielten Gymnastik wird Stabilität und Kraft gewonnen, die effektiv die Rückbildungsvorgänge des Körpers unterstützt. Mit Freude an der Bewegung wird die Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur mit einem Mix aus Yoga, Pilates und Beckenbodentraining gekräftigt.

Weitere Themen sind Infos über Beikost, die Entwicklung des Kindes und ein reger Austausch über die ersten Wochen nach der Geburt.

Termine: Montag, von 17.30 – 19.00 Uhr
Kurs: 06.10 - 17.11.2025

Dauer: 7 Kurstage

Kosten: Kostenübernahme
durch die Krankenkasse möglich

Ort: Seminarraum 1
Hospitalstraße 10



Anmeldung: Antje Graeff
Hebamme,
Beckenbodenbewegungstherapeutin,
Yogalehrerin, Yoga und Krebs-Trainerin,
Kinder-Yoga-Lehrerin

Tel: 0171 31 41 586

Mail: info@antjegraeff.de

Homepage: www.antjegraeff.de



Fitdankbaby MINI®

Fitdankbaby Mini® ist ein mitreißender Kurs für Mamas



Hier kombiniert man Spielzeit fürs Baby und Sport für sich selbst. Das Baby ist die ganze Zeit dabei und wird bei vielen Übungen mit eingebunden. Die ganz Kleinen sind ganz eng im speziell entwickelten fitdankbaby-Gurt® an die Mama gekuschelt und haben so sicheren Halt.

Aber auch die größeren Babys machen aktiv bei Gymnastik und Aerobic für Mama eine gute Figur und sind somit die Trainingsgewichte für Bauch-, Beine-, Po- und Beckenbodenübungen sowie für den Rückensport.

fitdankbaby® ist der ideale Kurs für Mamis, die Spaß daran haben, sich mit anderen Mamis auszutauschen, neue Fördermöglichkeiten fürs Baby kennenzulernen und sich vor allem formgebend bewegen wollen.

Fit dank Baby

Termine: **Freitag**, von **09.00 -10.15 Uhr**
(ein **Einstieg ist jederzeit möglich**,
aktuelle Kursdaten findet man auf der fdb-Homepage)

Dauer: je 8 Termine pro Kurs

Kosten: 92€ pro Kurs

Ort: **Seminarraum 1** 
Hospitalstraße 10

Anmeldung: **Isabel Demleitner-Bormann**
Kursleiterin fitdankbaby Mini®
Gebiet Limburg und Runkel

Tel: **0157 375 59 663**

Mail: isabel.demleitner-bormann@fitdankbaby.de

Homepage: www.fitdankbaby.de

fitdankbaby®
Fitness für Dich & Dein Baby
bei Isabel Demleitner-Bormann

Fitdankbaby MAXI®

Ein toller fitdankbaby MAXI® Kurs

mit neuen, aufbauenden Übungen für die Mamas und tollen Bewegungsideen für die Babys im Krabbelalter!

Die Übungsauswahl ist auf das steigende Gewicht, die wachsende Mobilität und den Entwicklungsstand der Babys angepasst.



Termine: Montag, von 15.30 - 16.45 Uhr
(ein Einstieg ist jederzeit möglich,
aktuelle Kursdaten findet man auf der fdb-Homepage)

Dauer: je 8 Termine pro Kurs

Kosten: 92€ pro Kurs

Ort: Seminarraum 1
Hospitalstraße 10



Anmeldung: Isabel Demleitner-Bormann
Kursleiterin fitdankbaby Maxi®
Gebiet Limburg und Runkel

Tel: 0157 375 59 663

Mail: isabel.demleitner-bormann@fitdankbaby.de

Homepage: www.fitdankbaby.de

fitdankbaby®
Fitness für Dich & Dein Baby
bei Isabel Demleitner-Bormann

Einführung in die Beikost

vom Säugling zum Kleinkind - eine kulinarische Entdeckungsreise

Die erfahrene Hebamme Antje Graeff bietet eine individuelle Beikostberatung an.



Bildquelle: 123RF

Die Themen sind:

- Wann ist mein Baby bereit für den Start mit der Beikost?
- Welche Nährstoffe sind wichtig in der Babyernährung?
- Einführung der Beikost ohne Stress, Essen und Bindung
- Der gute Weg zum Familientisch, Löffelchenweise Essen entdecken und erleben.

Termine: nach Absprache

Kosten: Kostenübernahme durch
Krankenkasse ist möglich

Ort: **Seminarraum 1** 
Hospitalstraße 10

**Individuelle
Beikost-Beratung:** **Antje Graeff**
Hebamme

Tel: **0171 31 41 586**
Mail: info@antjegraeff.de
Homepage: www.antjegraeff.de


ANTJEGRAEFF



ELTERN-BABY-KURS

BABYSHIATSU

die japanische Babymassage

- unterstützt das Baby in seiner körperlichen und energetischen Entwicklung
- vertieft den Kontakt und stärkt die Bindung
- fördert ein gesundes Körpergefühl und emotionale Stabilität
- hilft bei Ein- und Durchschlafen, bei Bauchschmerzen oder beim Ziehen
- ist besonders gut für sensible, taktil überempfindliche Babys
- Wir lernen Glücksgriffe & Zauberpunkte kennen

JETZT
ANMELDEN

max. 6 Personen
Babys im Alter
ab der 10. Wochen bis zum
1. Lebensjahr
4x60 min.
80 Euro

Kontakt
info@little-help.net
0176/85930938

Termine: Montag, von 09.00 - 10.00 Uhr
Kurs: 25.08.-15.09.2025

Dauer: 4 x 60 min

Kosten: 80 € (pro Person)

Ort: Seminarraum 1 
Hospitalstraße 10

Anmeldung: Christine Martin
Kinderkrankenschwester
+ Erste-Hilfe-Trainerin

Mail: info@little-help.net



Erste-Hilfe-Kurs am Baby und Kleinkind

Praktisches und hilfreiches Wissen,

um in Notfallsituationen angemessen und sicher reagieren zu können.

Im Kurs lernt man gemeinsam, was bei Babys und Kleinkindern in der Ersten Hilfe zu beachten ist.

Vor allem ist Christine Martin die Sicht als Mutter wichtig!

Folgende Themen werden besprochen:

Der Notruf - Fieberkrampf - Verschlucken - Pseudokrupp - Reanimation - Plötzlicher Kindstod

Termine: **Samstag,** von **10.00 -13.00 Uhr (Seminarraum 1)**

Kurs 1: 23.08. 2025

Kurs 3: 11.10. 2025

Kurs 4: 29.11. 2025

Montag, von **10.00 -13.00 Uhr (im Sprachcafé)**

Kurs 2: 29.09. 2025

Kosten: bitte bei der Kursleiterin erfragen

Ort: **Seminarraum 1 oder im Sprachcafé**

Hospitalstraße 10



Anmeldung: **Christine Martin**

Kinderkrankenschwester
+ Erste-Hilfe-Trainerin

Mail: info@little-help.net





1. HILFE FÜR KINDER

NOTRUF ABSETZEN IST KINDERLEICHT!

ALTER: 5-9 JAHRE

Ziel ist es, die Kinder spielerisch an die 1. Hilfe heranzuführen. Anhand von Bildergeschichten und Rollenspielen wird den Kindern spielerisch und kindgerecht der Umgang mit Notfallsituationen nahegebracht und soziale Kompetenzen werden gestärkt.

Die Kinder lernen die Notrufnummer kennen, einen Notruf abzusetzen sowie die Wundversorgung mit einem Pflaster und Verband. Wir sprechen über Unfallprävention, die stabile Seitenlage und schauen uns den Inhalt des Verbandkastens gemeinsam an.

Am Ende bekommt jedes Kind eine Urkunde und eine Notfallkarte mit den wichtigsten Nummern für zuhause.

Für Kitas, Vorschulkinder, Grundschulkinder oder alle die Interesse haben !

Teilnehmerzahl:
10-12 Kinder
90 min.

info@little-help.net



Termine: **Mittwoch,** von **16.00 - 17.30 Uhr**

Kurs 1: 03.09.2025

Kurs 2: 05.11.2025

Kosten: pro Kurs: 20€
(inkl. Urkunde + Kindernotfallkarte)

Ort: **Seminarraum 1** 
Hospitalstraße 10

Anmeldung: **Christine Martin**
Kinderkrankenschwester
+ Erste-Hilfe-Trainerin

Mail: info@little-help.net



Offene Gesprächsrunde zur Hausaufgabensituation

Ein Angebot für Eltern von
Schulkindern im Grundschulalter



Es geht um die Frage, wie Eltern und Kinder die Hausaufgaben stressfrei miteinander durchleben können.

- Was macht die Hausaufgabensituation so anstrengend?
- Wie behalte ich die Nerven?
- Wie können wir uns als Eltern entlasten?
- Wieso kommt mein Kind mit unfertigen Hausaufgaben aus der Schulbetreuung?
- Welche Gestaltung des Umfeldes zu Hause passt zu den Bedürfnissen meines Kindes?

Hierzu dürfen möglichst viele Fragen an die Grundschullehrerin gestellt werden.

Zudem gibt es viele praxisnahe Tipps zur gezielten Beobachtung des eigenen Kindes.

Termin: **Mittwoch**, 03.09.2025 von **19.00 - 21.30 Uhr**

Kosten: 20 € pro Familie

Ort: **Sprachcafé**
Hospitalstraße 10



Anmeldung: **Ute Möbius**
Grundschullehrerin

Telefon: **0160 8170472**

Mail: ute.moebiuselz@gmx.de

Offene Gesprächsrunde: Hilfe, mein Kind verhält sich anders!

**Angebot für Eltern von
Kindern in der Kita und in der Grundschule**



Es geht um die Frage, wie Eltern damit umgehen, dass ihr Kind sich „anders“ verhält als von ihnen und dem Umfeld erwartet.

Hierzu dürfen möglichst viele Fragen gestellt werden.

- Wie spreche ich als Elternteil mit den Erzieherinnen/ Erziehern in der Kita und den Lehrpersonen in der Schule?
- Welche Bedürfnisse meines Kindes werden vielleicht übersehen?
- Kann durch einfache Veränderungen in Abläufen meinem Kind der Alltag in den Institutionen, in der Freizeit und zu Hause erleichtert werden?
- Welche Förderungen gibt es?

Termin: **Mittwoch**, 12.11.2025 von **19.00 - 21.30 Uhr**

Kosten: 20 € pro Familie

Ort: **Sprachcafé**
Hospitalstraße 10



Anmeldung: **Ute Möbius**

Grundschullehrerin, zusätzliche Aus- + Fortbildungen zu Auffälligkeiten im motorischen, sensorischen, kognitiven, sozial-emotionalen Bereich, im Rechnen sowie in der Rechtschreibung und des Lesens

Telefon: **0160 8170472**

Mail: ute.moebiuselz@gmx.de



Weihnachtliche Foto-Aktion

- ➔ Weihnachtsmini-Shooting für die ganze Familie
- ➔ zwei weihnachtliche Kulissen
- ➔ geeignet für Kinder ab dem Sitzalter
- ➔ *das Shooting dauert 15 Minuten und beinhaltet 3 Bilder* (welche über eine Onlinegalerie ausgewählt werden können. Diese 3 Bilder werden zusätzlich als Abzug auf Seidenpapier zur Verfügung gestellt)
- ➔ weitere Bilder können dazu bestellt werden:
Pro Bild: 15 € (digitale Datei) + 5 € (Abzug)

Termin: **Freitag** 07.11.2025 von **10.00 - 16.00 Uhr**
Samstag 08.11.2025 von **10.00 - 16.00 Uhr**

Kosten: 49 € (als Terminreservierung werden 49 € fällig
 - bei Krankheit wird ein Gutschein über 19€ ausgestellt,
 der individuell eingelöst werden kann)

Ort: **Multifunktionsraum**

Joseph-Schneider-Straße 1



Anmeldung: **Elvira Schaaf**

Fotografin, Zeitreisen Fotografie

WhatsApp: **0177 603 4632**

Mail: elvira@zeitreisen-fotografie.de

Homepage: www.zeitreisen-fotografie.de



Bettina Demleitner



Christiane Liebendörfer



Nathalie Meurer

Verwaltung



Bettina
Müller



Christiane
Schramm



Elena
Bruschi-Broicher



Isabel
Demleitner –Bormann

Mehrgenerationenhaus Limburg

Familienzentrum Müze e. V.

Joseph-Schneider-Str. 1

65549 Limburg



Büro: Telefon: 06431 975 444 0

Mail: info@muetterzentrum-limburg.de

Homepage: www.muetterzentrum-limburg.de

Müze - Infos



Mehrgenerationenhaus & Familienzentrum „Müze .V.“ - was ist das?



Mütterzentren verbinden die Menschen miteinander. Sie schaffen Gemeinschaft dort, wo Lebensstile und Lebenssituationen auseinander gehen.



Hier findet man Kontakt und Freundschaften, praktische Hilfe im Alltag, Raum zur Entfaltung und Anstöße zur Weiterentwicklung.



Der Austausch und das Lernen voneinander gehören zu den wichtigen Säulen der Mütterzentren.



Sie stellen durch ihre vielfältigen Angebote, Kurse und Dienstleistungen ein breites Unterstützungsnetz für Familie und Nachbarschaft bereit.



Alle arbeiten nach dem Selbsthilfeprinzip mit dem Motto:

**„Jeder Mensch kann etwas besonders gut
und gemeinsam schaffen wir das,
was wir wollen und brauchen.“**

Wenn ihr uns unterstützen möchtet:

Spendenkonto: Kreissparkasse Limburg

IBAN DE39 5115 0018 0001 0001 24

Unser Müze ist nach wie vor ein gemeinnütziger Verein. Das, was wir anbieten und umsetzen, wird von vielen Mitgliedern, Aktiven, Freiwilligen und auch Hauptamtlichen getragen. Wir freuen uns über Anregungen, Unterstützung und das Mitwirken von Vielen!

Unser Haus ist so bunt, wie die Menschen, die mitmachen, die zu Besuch kommen, die hier Spaß haben und auch Lust haben, das Haus mitzugestalten.

DAZU LADEN WIR EIN!!

Wir freuen uns über Ehrenamtliche, Ideen, Angebote und Aktivitäten und helfen gerne diese umzusetzen.

Nach dem Motto:

ZUSCHAUEN — MITMACHEN — SELBER MACHEN!

Mitgliedschaft:

Wir freuen uns über jedes neue Mitglied im Verein.

Der Mitgliedsbeitrag beträgt pro Jahr:

48€ / 30€ Sprech uns gerne an!

Allgemeine Hinweise zu Veranstaltungen / Kursteilnahme

Infos + Anmeldung bitte direkt bei der jeweiligen Kursleitung (§.42-43)

Haftung

Das Familienzentrum „Müze“ e. V. haftet für Schäden, die durch den Besuch von Veranstaltungen entstehen, nur in den Fällen, in denen dem Familienzentrum oder den Kursleitern ein Verschulden nachgewiesen werden kann.

Datenschutz/Persönlichkeitsrechte

Das Familienzentrum Müze erhebt, verarbeitet und nutzt personenbezogene Daten seiner Mitglieder, Nutzer und Kursteilnehmer unter Einsatz von Datenverarbeitungsanlagen zur Erfüllung der in unserer Satzung aufgeführten Zwecke und Aufgaben.

Weitere Infos Homepage: www.muetterzentrum-limburg.de

Anfragen an: datenschutz@muetterzentrum-limburg.de

  Müze	Mail	Telefon	Wo
Büro Müze	info@muetterzentrum-limburg.de	06431 975 444 0	
Büro Krabbelstube	krabbelstube@muetterzentrum-limburg.de	06431 975 444 3	
Büro Waldkindergarten	waldkindergarten@muetterzentrum-limburg.de	06431 975 444 3	
Büro WERKStadt - Kita Sonnenschein	werkstadtkita@muetterzentrum-limburg.de	06431 975 444 9	
Betreuung: Regenbogengruppe	n.jost@muetterzentrum-limburg.de	06431 975 444 6	
Elternservice	elternservice@muetterzentrum-limburg.de	06431 975 444 6	
Programm	programm@muetterzentrum-limburg.de	06431 975 444 0	
Sprachkurse	a.hedrich@muetterzentrum-limburg.de	06431 975 444 6	
Offener Treff	Anmeldung Frühstücks- und Nachmittagsangebote	06431 975 444 5	
Eltern-Angebote	Anmeldung über den Offenen Treff	06431 975 444 5	
Senioren-Angebote	Anmeldung über den Offenen Treff	06431 975 444 5	
Repair Café	Anmeldung übers Büro Müze	06431 975 444 0	



Homepage



Facebook



Instagram



WhatsApp Kanal

Kontakt

Kursleiter	Mail	Telefon	Wo
Arbeitsagentur & Jobcenter Zurück in den Beruf	Jobcenter-Limburg-Weilburg.BCA@jobcenter-ge.de		online
Arbeitsagentur Berufsweg planen (Migrantinnen)	a.hedrich@muetterzentrum-limburg.de	06431975 444 6	
Renate Avramis Homöopathische Vorträge	renate.waechter@gmx.de	06432 341 801 4	
Isabel Demleitner-Bormann fit dank baby	isabel.demleitner-bormann@fitdankbaby.de	0157 375 596 63	
Frauenbüro Aufbruch als Chance		06431 296 159	
Antje Graeff Rückbildung, Beckenboden Geburtsvorbereitung,	info@antjegraeff.de	0171 314 158 6	
Kathrin Hahnelt Ayurveda Wohlfühltag	kathrin.hanelt@gmx.de		
Laura Hassler Finanz. Unabhängigkeit	laurahassler1@gmail.com	0178 45 28 976	
Nicole Herzer Stillberatungskurs	nherzer@gmx.de	0172 635 754 2	
Dagmar Ingenito Nähkurse Erwachsene	dagmar@ingenito.de		WERK Stadt
Christine Martin Erste-Hilfe-Kurse, Baby Shiatsu	info@little-help.net		
Ute Möbius Hausaufgabensituation, Kinderverhalten	ute.moebiuselz@gmx.de	0160 8170472	
Christine Rentz-Alarcon Rückbildung	chrisirentz@yahoo.de	0176 700 178 58	
Elvira Schaaf Foto-Aktion	elvira@zeitreisen-fotografie.de	0177 603 4632	WERK Stadt
Sabrina Schöffler Tragetreff	info@elternkurse-limburg.de	0157 351 902 62	WERK Stadt
Annika Vieweg Kinder aus dem Haus	vieweg.herrmann@t-online.de	06431 779 879 1	WERK Stadt



**Mehr
Generationen
Haus Limburg**
Miteinander – Füreinander



Müze e.V.
Familienzentrum Limburg

Hand in Hand in jedem Alter



Mehrgenerationenhaus Limburg Familienzentrum Müze e. V.



Hauptstelle: (ab 18.08.)

Joseph-Schneider-Str. 1, 65549 Limburg



Zweigstelle:

Hospitalstraße 10, 65549 Limburg

Büro:

06431 975 444 0

Mail:

info@muetterzentrum-limborg.de

Homepage:

www.muetterzentrum-limborg.de

Förderung:

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



Stand: 01.06.2025

Alle Angaben im Heft
ohne Gewähr!

Bildquellen:

eigene Aufnahmen, pixabay, canva

Impressum

Herausgeber: MGH & Familienzentrum „Müze“ e.V.
Programm + Layout: Elena Bruschi-Broicher