



**Mehr
Generationen
Haus Limburg**
Miteinander – Füreinander



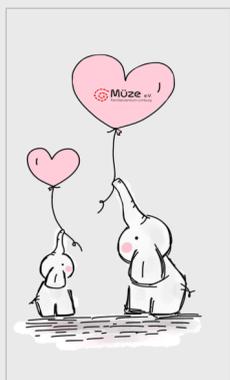
Müze e.V.
Familienzentrum Limburg

Elternprogramm

2. Halbjahr 2024 (1.7.-31.12)



Offen für alle Generationen



Elternbegleitung - Betreuung

Angebote für Eltern, Babys, Kleinkinder

Offene Treffen, Frühstücke, Kaffee & Kuchen

INHALTSVERZEICHNIS

Rund um den Offenen Treff

Willkommen im Offenen Treff	S.5
Neu: Besondere Frühstücke	S.6
Kaffee und Kuchenzeit	S.7
Offene Treffen:	
Müze Werkstatt	S.8
Café Kreativ	S.9
Repair Café	S.10
Offenes Nähcafé	S.11



Weitere **offene Treffen** gibt es im Seniorenheft.
 Weitere **Kurse** gibt es im Kursheft.

Elternbegleitung

Elternbegleitung	S.12
Elternservice Limburg	S.13
Familienmontag: verschiedene Beratungen	S.14

Betreuung

Betreuung: Kindertageseinrichtungen	S.15
Krabbelstube Müze	S.16
Waldkindergarten Müze	S.17

Krabbelstube



Termine Juli - Dezember 2024	S.24
------------------------------	------

Eltern- und Kinderthemen

Mama-Mia Talk

Tragetreff mit Sabrina	S.18
(Alleinerziehende) Mütter sind auch nur Menschen	S.19
Kita-Eltern-Frühstück	S.20
Milchkaffee mit Nadine	S.21



Eltern-Kind-Gruppen

Elterncafé mit Nathalie	S.22
Spielkreis für Kleinkinder	S.23

Elternaustausch

Neu: Stammtisch für Mütter und Väter	S.26
Neu: Berufstätige Eltern im Austausch	S.27

Angebote für Eltern-Babys-Kleinkinder

Neu: Geburtsvorbereitung	S.28
Neu: Geburtsvorbereitung für Paare	S.29
Neu: Laser-Sprechstunde	S.30
Einführung in die Beikost	S.31
Neu: Babymassage	S.32
Neu: Ätherische Öle für Babys und Kleinkinder	S.33
Erste-Hilfe-Kurs am Baby und Kleinkind	S.34
Allgemeine Notrufnummern	S.35
Rückbildungsgymnastik am Vormittag	S.36
Rückbildungsgymnastik am Nachmittag	S.37
Fitdankbaby MINI®	S.38
Fitdankbaby MAXI®	S.39

Müze Infos

Neu: Tag der offenen Tür	S.41
Müze was ist das?	S.42
Mitgliedsantrag	S.44
Ehrenamtliche gesucht	S.45
Weitere Infos	S.46



Rund um den Offenen Treff



Rund um den Offenen Treff

Willkommen im Offenen Treff	S.5
Besondere Frühstücke	S.6
Kaffee und Kuchenzeit	S.7
Müze Werkstatt	S.8
Café Kreativ	S.9
Repair Cafe	S.10
Offenes Nähcafe	S.11

Wir
freuen
uns auf Euch!

Rund um den Offenen Treff



Willkommen im Offenen Treff - Unser Herzstück



Das Café - der Offene Treff - ist das Herz des Hauses.

Es ist nicht nur ein Angebot sondern eine wunderbare Methode für Kontakt und Begegnung.

Somit ist es unsere **erste und zentrale Anlaufstelle**.

Alle sind jederzeit herzlich willkommen -
ob groß oder klein, jung oder älter, alleinstehend,
mit Partner oder als Gruppe - alle unter einem Dach.

Es besteht keine Verpflichtung etwas zu verzehren.
Kommt gerne vorbei und lernt uns, unser Haus,
die Angebote und viele nette Leute kennen!

**Gerne könnt ihr auch frühstücken oder
auch zu Kaffee & Kuchen treffen**

➔ Bitte anmelden, dann können wir besser planen

Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag

09.00 - 12.00 Uhr

15.00 - 18.00 Uhr

Freitag

09.00 - 12.00 Uhr

nachmittags: verschiedene Termine

Anmeldung:

Im Offenen Treff

0 64 31 975 444 5

Besondere Frühstücke

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



Motto-Frühstück

Mittwoch, 10. Juli

Montag, 23. September

Montag, 07. Oktober

Freitag, 06. Dezember

ab 9.30 Uhr

Syrisches Frühstück

Ayurvedisches Frühstück

Erntedank Frühstück

Nikolaus Frühstück

Faire Frühstückswoche ab 9.30 Uhr

Montag bis Freitag, **16. bis 20. September**

In dieser Woche bieten wir täglich ein

Frühstück aus „fair gehandelten Produkten“

und eine Reihe von Informationen

rund um „Fair Trade“ an!

Kosten: Umlage für Speisen/Getränke

Ort: **Offener Treff**
(Eingang rote Rutsche)

Anmeldung: Im Offenen Treff

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



Kaffee und Kuchenzeit

Leckere selbstgebackene Kuchen !!

Immer am 1. Mittwoch im Monat gibt es Kaffee oder Tee und natürlich leckere selbstgebackene Kuchen.

Bei einem gemütlichen Kaffeeklatsch lassen wir es uns im Offenen Treff gut gehen.

Interessierte **jeden Alters** sind herzlich willkommen!



Termine: 1. **Mittwoch**, jeweils von **15.30-17.00 Uhr**
03.07./04.09./02.10./06.11./04.12.2024
(August entfällt)

Kosten: Umlage für Speisen/Getränke

Ort: **Offener Treff**
(Eingang rote Rutsche)

Anmeldung: Im Offenen Treff

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**, jeweils ab **15 Uhr**

17.07. **Urlaubsküche**

18.09. **Faire Woche** - Upcycling Klamotten

16.10. **Herbstdeko** mit Liebe gemacht

20.11. **Weihnachtsgeschenke** basteln

18.12. **Müze-Kreativ-Basar**

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

Ort: **Offener Treff**
(Eingang rote Rutsche)

Anmeldung: Im Offenen Treff

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



Café Kreativ

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

Gemeinsam gestalten wir wieder 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**, jeweils von **15.30 –17 Uhr**

23.10.2024 **Dosen**

27.11.2024 **Porzellan**

Kosten: Spende willkommen,
Umlage für Speisen/Getränke

Ort: **Offener Treff**
(Eingang rote Rutsche)

Anmeldung: Im Offenen Treff

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.



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

NEU: 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 bei Kaffee und Kuchen nicht zu kurz kommen.

Neue Reparateure sind immer herzlich willkommen!

Termine: **letzter Donnerstag**, von **16.00 bis 18.30 Uhr**
25.07./26.09./31.10./28.11.2024
(August + Dezember entfällt)

Kosten: Spende willkommen,
+ Umlage für Speisen/Getränke

Ort: → **Offenes Wohnzimmer**
(Eingang bei den Briefkästen - 3. Stock (Aufzug))

Anmeldung: Im Büro

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

REPAIR CAFE

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 aber auch 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**
12.07./13.09./11.10./08.11./13.12.2024
(August entfällt)

Kosten: Spende willkommen,
Umlage für Getränke

Ort: ➔ **Offenes Wohnzimmer**
(Eingang bei den Briefkästen - 3. Stock (Aufzug))

Anmeldung: Im Büro der Krabbelstube

Tel: **0 64 31 975 444 3**



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.

Mamma-Mia-Talk

Eltern-Kind-Gruppen

Elternaustausch

Familienberatungstag

Beratung zur Betreuung

Seminare und Kurse



Infos: **Nathalie Meurer**
Sozialarbeiterin, Erzieherin

Tel: **0 64 31 975 444 3**

Mail: **info@muetterzentrum-limburg.de**

Ort: **Offener Treff - 2. Obergeschoss** (Eingang rote Rutsche)

Elternservice Limburg

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

Angebote für Kindertagespflegepersonen:

Beim Elternservice erhalten Kindertagespflegepersonen Beratung zur Kindertagespflege, vorrangig in den Kommunen Limburg, Beselich, Runkel, Hadamar und Elz.

Neben Vermittlung und Begleitung von Kindertagespflege finden Sie ein vielfältiges Angebot an Kursen und Vorträgen. Für anerkannte Kindertagespflegepersonen bieten wir Fortbildungen an. Unsere aktuellen Fortbildungsangebote entnehmen Sie bitte unserer Homepage: **www.muellerzentrum-limburg.de**

Beratungstermine nach Absprache!



Infos: **Nathalie Meurer**
Sozialarbeiterin, Erzieherin

Tel: **0 64 31 975 444 3**

Mail: **elternservice@muellerzentrum-limburg.de**

Ort: **Offener Treff - 2. Obergeschoss** (Eingang rote Rutsche)



Der Familienmontag informiert über finanzielle Hilfen

Mehr als jedes fünfte Kind in Deutschland wächst in Armut auf. Viele weitere sind von finanzieller Not bedroht.

Damit die Vielzahl wirtschaftlicher Hilfen auch bei den Familien ankommen, haben

- der Landkreis Limburg-Weilburg,
- das Jobcenter Limburg-Weilburg,
 - das Familienzentrum Müze e.V. Limburg
 - und die Familienkasse Hessen

eine gemeinsame Anlaufstelle in Limburg eingerichtet, um Familien behördenübergreifend über die gesamte Bandbreite der Familienleistungen zu beraten und bei der Antragstellung zu unterstützen.

Der **Familienmontag** findet statt jeden **3. Montag** im Monat von **10 bis 12 Uhr** (2. Halbjahr : 15.07./16.09./21.10./18.11./16.12.2024)

im Familienzentrum Müze, Hospitalstr. 10, in Limburg **Offenes Wohnzimmer- Seminarraum 3 und Mansarde** (Eingang bei den Briefkästen - 3. Stock)

Kommen Sie gerne ohne Anmeldung vorbei!

Die Netzwerker wollen gemeinsam erreichen, dass die finanziellen Hilfen für Familien genau dort ankommen, wo sie benötigt werden, selbst wenn Familien nicht wissen, dass sie ihnen zustehen.

Quelle: Agentur für Arbeit Limburg -Wetzlar, Presse & Marketing, 65549 Limburg

The flyer features a logo at the top left with the text 'Wir helfen Familien. Gemeinsam.' and three yellow diagonal bars containing the text: 'Bildung und Teilhabe', 'Kinderarbeit und Kindererziehung', and 'Wohngeld'. Below the logo, the event title 'Familienmontag' is displayed in a dark blue box with the subtitle '- Lassen Sie sich beraten! -'. The event details are listed: 'Wo? Familienzentrum „Müze“ e.V. Hospitalstraße 10, 65549 Limburg', 'Wann? Jeden dritten Montag im Monat', '10 bis 12 Uhr', and a list of dates: '(15.01.24, 18.02.24, 18.03.24, 15.04.24, 17.06.24, 15.07.24, 16.09.24, 21.10.24, 18.11.24, 16.12.24)'. A QR code is provided for more information. At the bottom, it lists the cooperating organizations: 'Eine Kooperation von Müze e.V., MZL - Mütter- und Jugendzentrum Limburg, Jobcenter, Landkreis Limburg-Weilburg, Familienkasse Hessen, and Familienzentrum Müze e.V. Limburg'.

Betreuung

Das Familienzentrum ist Träger von zwei Kindertageseinrichtungen:



der **Krabbelstube** Müze für Kinder unter drei Jahren



und einem zweigruppigen **Waldkindergarten** für Kinder ab drei Jahren.

Verschiedene Betreuungskonzepte helfen Eltern, das für sie und ihre Kinder passende Model zu finden!!
Weitere Infos gibt es auf Seite 16 und 17. ➡

In verschiedenen Bereichen freuen wir uns über **motivierte und engagierte MitarbeiterInnen:**

- wir bieten eine Stelle für ein **Freiwilliges Soziales** Jahr in Vollzeit
- wir bilden **Jahrespraktikant*innen** aus

Schaut einfach auf unsere Homepage
www.muetterzentrum-limburg.de

oder melde dich im Büro

bei **Natalie Meurer**

Sozialarbeiterin, Erzieherin

Tel: **06431 975 4443**

Mail: **krabbelstube@muetterzentrum-limburg.de**

Ort: **Offener Treff-2. Obergeschoss** (Eingang rote Rusche)



Krabbelstube Müze



Die Einrichtung

- Drei Gruppen mit bis zu 12 Kindern
- Betreuung für Kinder von 6 Monaten bis 3 Jahren
- Teilzeit- und Vollzeitbetreuung möglich
- Täglich frische vollwertige Verpflegung (Frühstück, Mittagessen, Nachmittagsnack)
- 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: unsere Krabbelstube ist als Faire Kita zertifiziert.

Betreuung

Die Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag von 07.30 - 17.30 Uhr

Früh-/Spätdienste

07.00 - 07.30 Uhr / 12.00-12.30 Uhr

Krabbelstube



Leitung: Fabienne Krombach

Tel: 0 64 31 975 44 43

Mail: krabbelstube@muetterzentrum-limburg.de

Ort: Offener Treff - 2. Obergeschoss

(Eingang rote Rusche)

Waldkindergarten Müze

Die Einrichtung

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

Unser Konzept

- Liebevolle und individuelle Betreuung
- Förderung nach den Bedürfnissen des Kindes
- Individuelle Betreuungszeiten
- Familienentlastende Angebote
- Betreuungsangebot abgestimmt auf die Bedürfnisse von Familien.

Die Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag von 08.00 - 16.00 Uhr

Frühdienst ab 7:30 Uhr



Leitung: Fabienne Krombach

Tel: 0 64 31 975 44 43

Mail: waldkindergarten@muetterzentrum-limburg.de

Ort: Offener Treff - 2. Obergeschoss

(Eingang rote Rusche)

Eltern – und Kinderthemen

Tragetreff mit Sabrina**Am 1. Donnerstag im Monat — vormittags**

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

➡ **NEU:** Nebenbei kann man ein kleines Frühstück genießen.

Tragetreff

Termine: **1. Donnerstag** von **9.30 - 11.30 Uhr**
04.07./05.09./07.11./05.12. 2024
(August + Oktober entfällt)

Kosten: kostenfrei,
Umlage fürs Frühstück 3€

Ort: **Offener Treff** (Eingang rote Rutsche)

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

Tel: **0157 351 90 262**

Mail: **info@elternkurse-limburg.de**



(Alleinerziehende) Mütter sind auch nur Menschen!

Donnerstags nach Absprache

Tipps und Tricks einer erfahrenen Hauswirtschafterin, um gelassener durch den Alltag zu kommen!

Es werden Themen wie Haushalt, Finanzen & Einkauf mit Köpfchen angesprochen.

Das Angebot richtet sich an alle **Mütter**, besonders aber auch an **Alleinziehende**.

Dabei können alle Fragen individuell betrachtet werden und gemeinsam wird nach Lösungen gesucht.

Nach Absprache bietet **Katja** gerne ein persönliches Gespräch an.

Termine: Donnerstag nach Absprache

Kosten: Der Treff ist kostenfrei

Kursort: Offener Treff - Spielzimmer
(Eingang rote Rutsche)

Anmeldung: Im Offenen Treff

Tel: 06431 975 44 45



Kita-Eltern-Frühstück



Am 3. Donnerstag im Monat - vormittags

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 man sich für eine Kinderbetreuung im Müze interessiert, ist man hier genau richtig.

➔ Nebenbei kann man ein kleines Frühstück genießen.

Termine: **3. Donnerstag** von **09.30 - 12.00 Uhr**
18.07./19.09./17.10./21.11.2024
(August und Dezember entfällt)

Kosten: kostenfrei, Umlage fürs Frühstück 3€

Ort: **Offener Treff** (Eingang rote Rutsche)

Anmeldung: Büro der Krabbelstube

Nathalie Meurer

Sozialarbeiterin,
Erzieherin

Tel: **0 64 31 975 444 3**



Milchkaffee mit Nadine - Das etwas andere Frühstück!

Am 4. Freitag im Monat - vormittags

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 Fragen rund ums Stillen besprochen.

Erfahrungsaustausch, Kontakte knüpfen und einfach

➡ beim Frühstück verwöhnen lassen - das ist eure Zeit!

Termine: 4. Freitag von 09.30-12.00 Uhr

19.07. (ausnahmsweise am 3. Fr.)

27.09./ 25.10./

29.11.2024 ausnahmsweise am 5. Fr.)

(August und Dezember entfällt)

Kosten: kostenfrei, Umlage für Speisen/Getränke

Ort: Offener Treff (Eingang rote Rutsche)

Anmeldung: Im Offenen Treff

Tel: 06431 975 444 5



Elterncafé mit Nathalie

Jeden Freitag im Monat - nachmittags

Es erwartet euch der

- * Austausch mit Nathalie und untereinander
- * Gemütliches Beisammensein
- * Nette Begegnungen
- * Kinderbetreuung
- * Kaffee und Kuchen



Unser Elterncafé ist ein Angebot der Familienbildung und richtet sich ganz nach dem Bedarf der Eltern.

Es kann ein offener Treff, ein themenbezogener Austausch, oder ein Forum sein, in dem Experten, Referenten und Fachleute auftreten, berichten, erzählen und Fragen der Eltern beantworten und mit Ihnen ins Gespräch kommen.

Kommt gerne einfach ohne Anmeldung vorbei!

Termine: jeden Freitag von 14.30 - 16.30 Uhr
(außer am 9.+16.+23.8./4.10./6.+20+27.12.2024)

Kosten: kostenfrei, Umlage für Speisen/Getränke

Ort: Offener Treff
(Eingang rote Rutsche)

Infos: Büro der Krabbelstube
Nathalie Meurer
Sozialarbeiterin, Erzieherin

Tel: 0 64 31 975 444 3

Elterncafé



Spielkreis für Kleinkinder

Jeden Montag und Freitag 09.30 - 11.00 Uhr

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

Dazu laden wir Sie und ihr Kind herzlich ein.

Ihr Kind ist mittlerweile schon sehr mobil und erkundet die Welt mit großem Interesse.

In der offenen Atmosphäre des Spielkreises sammeln die Kinder Erfahrungen mit Gleichaltrigen.

Es werden Sing-, Finger- und Bewegungsspiele angeboten.

Die Kinder erkunden mit ihren Eltern Farben, verschiedene Elemente und Materialien. Anmeldung erforderlich!

Termine: jeweils Montag und Freitag
von 09.30 - 11.00 Uhr

Kosten: je Termin 5 €, Geschwister 2,50€

Ort: Offener Treff - Spielzimmer
(Eingang rote Rutsche)

Anmeldung: Büro der Krabbelstube
Nathalie Meurer
Sozialarbeiterin, Erzieherin

Tel: 0 64 31 975 444 3



Termine 2024 von Juli bis Dezember



	August	
2.8.	Elterncafe	14.30 Uhr
2.8.	Mama/Papa Stammtisch	19.30 Uhr
5.8.- 23.08.	Ferien im Müze	
26.8.	EHK am Baby + Kleinkind	10 Uhr
26.8.	fit dank baby M a x i	15.30 Uhr
27.8.	Rückbildung am Vormittag	9.30 Uhr
30.8.	Elterncafé	14.30 Uhr



	Juli			September	
3.7.	fit dank baby M i n i	9 Uhr	4.9.	Kaffee und Kuchenzeit	15.30 Uhr
3.7.	Kaffee und Kuchenzeit	15.30 Uhr	5.9.	Tragetreff	9.30 Uhr
4.7.	Tragetreff	9.30 Uhr	5.9.	Berufstätige Eltern im Austausch	15.30 Uhr
5.7.	Elterncafé	14.30 Uhr	6.9.	Elterncafé	14.30 Uhr
5.7.	Mama/Papa Stammtisch	19.30 Uhr	6.9.	Mama/Papa Stammtisch	19.30 Uhr
6.7.	Tag der offenen Tür	11 Uhr	7.9.	Babymassage	10 Uhr
8.7.	EHK am Baby + Kleinkind	10 Uhr	13.9.	Elterncafé	14.30 Uhr
10.7.	Syrisches Frühstück	9.30 Uhr	13.9.	Offenes Nähcafé	18.30 Uhr
11.7.	Geburtsvorbereitung	18 Uhr	16.- 20.9.	Faire Frühstückswoche	9.30 Uhr
12.7.	Elterncafé	14.30 Uhr	16.9.	Familienmontag	10 Uhr
12.7.	Offenes Nähcafé	18.30 Uhr	18.9.	Müze Werkstatt: Faire Wo- che Upcycling Klamotten	15 Uhr
15.7.	Familienmontag	10 Uhr	19.9.	Kita-Eltern-Frühstück	9.30 Uhr
17.7.	Müze Werkstatt: Urlaubsküche	15 Uhr	20.9.	Elterncafé	14.30 Uhr
17.7.	Geburtsvorbereitung Paare	19 Uhr	23.9.	Ayurvedisches Frühstück	9.30 Uhr
18.7.	Kita-Eltern-Frühstück	9.30 Uhr	23.9.	EHK am Baby + Kleinkind	10 Uhr
19.7.	Milchkaffee	9.30 Uhr	25.9.	Tanz durch die Kulturen	14.30 Uhr
19.7.	Elterncafé	14.30 Uhr	25.9.	Ätherische Öle für Babys + Kleinkinder	18 Uhr
22.7.	Rückbildungsgymnastik	17.30 Uhr	26.9.	Repair Café	16 Uhr
25.7.	Repair Café	16 Uhr	27.9.	Milchkaffee	9.30 Uhr
26.7.	Elterncafé	14.30 Uhr	27.9.	Elterncafé	14.30 Uhr

	Oktober	
2.10.	fit dank baby M i n i	9 Uhr
2.10.	Kaffee und Kuchenzeit	15.30 Uhr
4.10.	Mama/Papa Stammtisch	19.30 Uhr
7.10.	Erntedank Frühstück	9.30 Uhr
7.10.	EHK am Baby und Kleinkind	10 Uhr
7.10.	Rückbildungsgymnastik	17.30 Uhr
7.10.	Beckenbodentraining	19.15 Uhr
9.10.	Geburtsvorbereitung Paare	19 Uhr
11.10.	Elterncafé	14.30 Uhr
11.10.	Offenes Nähcafé	18.30 Uhr
16.10.	Müze Werkstatt: Herbstdeko	15 Uhr
17.10.	Berufstätige Eltern im Austausch	15.30 Uhr
17.10.	Kita-Eltern-Frühstück	9.30 Uhr
18.10.	Elterncafé	14.30 Uhr
21.10.	Familienmontag	10 Uhr
23.10.	Café Kreativ: Dosen	15.30 Uhr
25.10.	Milchkaffee	9.30 Uhr
25.10.	Elterncafé	14.30 Uhr
29.10.	Rückbildung am Vormittag	9.30 Uhr
30.10.	Ätherische Öle für Babys und Kleinkinder	18 Uhr
31.10.	Repair Café	16 Uhr

	November	
1.11.	Elterncafé	14.30 Uhr
1.11.	Mama/Papa Stammtisch	19.30 Uhr
2.11.	Babymassage	10 Uhr
4.11.	fit dank baby M a x i	15.30 Uhr
6.11.	Kaffee und Kuchenzeit	15.30 Uhr
7.11.	Tragetreff	9.30 Uhr
7.11.	Geburtsvorbereitung	18 Uhr
8.11.	Elterncafé	14.30 Uhr
8.11.	Offenes Nähcafé	18.30 Uhr
15.11.	Elterncafé	14.30 Uhr
18.11.	Familienmontag	10 Uhr
20.11.	Müze Werkstatt: Weihnachtsgeschenke	15 Uhr
21.11.	Kita-Eltern-Frühstück	9.30 Uhr
21.11.	Berufstätige Eltern im Austausch	15.30 Uhr
22.11.	Milchkaffee	9.30 Uhr
22.11.	Elterncafé	14.30 Uhr
25.11.	EHK am Baby + Kleinkind	10 Uhr
27.11.	fit dank baby M i n i	9 Uhr
27.11.	Café Kreativ: Porzellan	15.30 Uhr
27.11.	Ätherische Öle für Babys	18 Uhr
28.11.	Repair Café	16 Uhr
29.11.	Elterncafé	14.30 Uhr

	Dezember	
4.12.	Kaffee und Kuchenzeit	15.30 Uhr
5.12.	Tragetreff	9.30 Uhr
6.12.	Nikolaus Frühstück	9.30 Uhr
6.12.	Mama/Papa Stammtisch	19.30 Uhr
9.12.	EHK am Baby + Kleinkind	10 Uhr
13.12.	Elterncafé	14.30 Uhr
13.12.	Offenes Nähcafé	18.30 Uhr
16.12.	Familienmontag	10 Uhr
18.12.	Müze Werkstatt: Kreativ-Basar	15 Uhr
18.12.	Ätherische Öle für Babys	18 Uhr
19.12.	Berufstätige Eltern im Austausch	15.30 Uhr
23.12. -10.1.	Ferien im Müze	



	Wöchentlich	
Di	Laser-Sprechstunde - durch die Hebamme	ab 10 Uhr
Fr	Elterncafé	14.30 Uhr
Mo + Fr	Spielkreise für Kinder	9.30 Uhr



Mama/Papa Stammtisch im Müze

5.7./2.8./6.9./4.10./1.11./6.12.2024

Dein Kind oder deine Kinder
sind in der Phase zwischen
"in die Hose machen" & "ich kann das schon alleine"!

Und du möchtest einfach mal zu Hause raus und
mit anderen Mamas und Papas über den ganzen
Wahnsinn quatschen.

*Dann komm doch auf ein Getränk vorbei.
(Essen könnten wir auch bestellen).*

*Immer am 1. Freitag im Monat
von 19.30 - 22 Uhr
im Offenen Treff*

*Bei Fragen
Tel: 06431 975 44 43
ohne Anmeldung*

Mama/Papa Stammtisch



Berufstätige Eltern im Austausch

Es richtet sich an alle Eltern, die gerade wieder in den Arbeitsalltag einsteigen und sich einen Austausch mit Gleichgesinnten wünschen.

Hierbei geht es darum Erfahrungen zu teilen und Bedenken und Sorgen aussprechen zu können.

Bei einem leckeren Stück Kuchen und einer Tasse Kaffee plaudern wir über Tipps und Tricks, um Business und Eltern sein in allen Ebenen erfolgreich zu kombinieren.



Außerdem bietet dieser offene Treff die Möglichkeit einen Einblick in meine weiteren Seminare rund um das Thema Selbstständigkeit zu erhalten.

Kinder sind jederzeit herzlich willkommen.

Termine: **Donnerstag**, jeweils von **15.30 -17 Uhr**

05.09./17.10./21.11./19.12.2024

Kosten: je Termin 5 €
+ Umlage für Speisen/Getränke

Ort: **Offener Treff**
(Eingang rote Rutsche)

Anmeldung: **Alina Schöffler**
Unternehmensberaterin, selbständige Buchhalterin

Tel: **01756301576**

Mail: **schoefflers-schulungen@web.de**

Geburtsvorbereitungskurs: Body and Mind



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

Geburtsvorbereitung

Termine: **Donnerstag** von **18 – 20 Uhr**
Kurs 1: 11.07.-22.08.2024 (außer am 25.7.)
Kurs 2: 07.11.-12.12.2024

Dauer: jeweils 6 X 120 Minuten (incl. ein Partnerabend)

Kosten: Übernahme durch die Krankenkasse

Ort: **Offener Treff - Seminarraum 1**
(Eingang rote Rutsche)

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

Geburtsvorbereitungskurs für Paare

Gemeinsame Vorbereitung auf die Geburt und die Zeit danach

- ⇒ Wir beschäftigen uns mit den **natürlichen Abläufen** während der Schwangerschaft und Geburt
- ⇒ **Die Phasen der Geburt**, die Wehen und die Schmerzbewältigung.
- ⇒ Verschiedene **Geburtspositionen** sind ebenso Bestandteil wie **Atemarbeit und Massagen**.
- ⇒ Wir sprechen über die **erste aufregende Zeit** mit dem Baby und das **Stillen**.
- ⇒ Ebenso über **die Rolle des Partners** und was für die Paarbeziehung wichtig sein wird.
- ⇒ Und was bedeutet **Wochenbett**?
- ⇒ Welche **Bedürfnisse** haben Mutter, Vater und Baby
- ⇒ Wie gelingt eine **gute Bindung**?
- ⇒ Zeit für **Fragen und Austausch** ist gegeben um positiv gestärkt auf die Geburt + die Zeit danach zu blicken.

Termine:

Mittwoch von **19-21 Uhr**

Kurs 1: 17.07./24.07./31.07./7.08./14.08./21.08. 2024

Kurs 2: 09.10./16.10./23.10./30.10./06.11./13.11.2024

Dauer:

jeweils 6 x 120 Minuten

Kosten:

Übernahme durch die Krankenkasse
(bei Privatversicherung bitte klären)

Für den Partner kostet es 110 €: viele Krankenkassen
erstatten ganz / teilweise die Gebühr (bitte vorher klären)

Ort:

Offener Treff - Seminarraum 1

(Eingang rote Rutsche)

Anmeldung:

Nicole Herzer

Hebamme und Heilpraktikerin

Tel:

0172 6357542

Mail:

nherzer@gmx.de



Laser-Sprechstunde

Beschwerden vor und nach der Geburt effektiv und schmerzfrei behandeln!



Die erfahrene Hebamme Nicole Herzer bietet diese Laser-Sprechstunde an.

Der **Laser** wirkt zur Förderung der Zellregeneration, schmerzstillend, abschwellend, entzündungshemmend und als Akupunktur.

Die Behandlungsgebiete sind zum Beispiel:

- Geburtsvorbereitende Akupunktur bei Nadelangst
- Diverse Schwangerschaftsbeschwerden
- Schmerzende oder schlecht heilende Kaiserschnittnarbe
- Geburtsverletzungen
- Hämorrhoiden
- Herpes labialis/genitalis
- Windeldermatitis
- Nabelheilung/Granulom
- Wunde Brustwarzen

Laser-Sprechstunde

Termine: Nur mit Voranmeldung und festem Termin
Dienstags von **10.00-12.00 Uhr** (ab Juli)
(oder nach Vereinbarung)

Kosten: Die Beratung wird über die Krankenkasse abgerechnet, zusätzlich fällt für die Lasertherapie eine Pauschale pro Sitzung von 20€ - 30€ an (je nach Aufwand)

Ort: **Offenes Wohnzimmer-Hebammenraum**
Eingang bei den Briefkästen - 3. Stock (Aufzug)

Anmeldung: **Nicole Herzer**
Hebamme und Heilpraktikerin

Tel: **0172 6357542**

Mail: **nherzer@gmx.de**

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: **Offenes Wohnzimmer-Hebammenraum**
(Eingang bei den Briefkästen - 3. Stock (Aufzug))

**Individuelle
Beikostberatung:** **Antje Graeff**
Hebamme

Tel: **0171 31 41 586**

Mail: **info@antjegraeff.de**

Homepage: **www.antjegraeff.de**


ANTJEGRAEFF

Babymassage Workshop

In diesem praktischen Kurs werden die Massagetechniken nach Eva Reich und Frédéric Leboyer gelehrt.

Babymassage kann Babys bei Bauchschmerzen, Verspannungen und Unruhe unterstützen, ist auch ein tolles Hilfsmittel um eine sichere Bindung zu fördern.

Für alle Babys ab 4 Wochen bis zum Krabbelalter.

In der Kursgebühr enthalten ist ein hochwertiges Bio Massageöl (50ml) für zu Hause.

Babymassage

Termine: Samstag 07.09.2024 von 10:00 Uhr - 12:30 Uhr
Samstag 02.11.2024 von 10:00 Uhr - 12:30 Uhr

Kosten: 65€ p.P. / Paare 90€
(inkl. Handout + Massageöl im Wert von 10€)

Ort: **Offener Treff - Spielzimmer**
(Eingang rote Rutsche)

Anmeldung: **Linda Bretz**
zertifizierte Kursleiterin für Babymassage

Mail: linda@hej-baby.de

Homepage: www.hej-baby.de

Instagram: [linda_hej_baby](https://www.instagram.com/linda_hej_baby)



Ätherische Öle für Babys und Kleinkinder

Sichere Anwendung im Familienalltag

In diesem Vortrag wird über die Kraft hochwertiger und naturreiner ätherischer Öle gesprochen.

Wie können Eltern sich und ihre Kinder mit ätherischen Ölen unterstützen?

Wie kann man einen positiven Effekt für die emotionale und körperliche Gesundheit schaffen?

Praktische Anwendungsbeispiele verdeutlichen die Wirkung von ätherischen Ölen in unterschiedlichen Bereichen.

Termine: Mittwoch, 25.09.2024 von 18:00 Uhr - 19:00 Uhr
Mittwoch, 30.10.2024 von 18:00 Uhr - 19:00 Uhr
Mittwoch, 27.11.2024 von 18:00 Uhr - 19:00 Uhr
Mittwoch, 18.12.2024 von 18:00 Uhr - 19:00 Uhr

Kosten: 10€ p.P. (inkl. Ölproben)

Ort: **Offener Treff - Spielzimmer**
(Eingang rote Rutsche)

Anmeldung: **Linda Bretz**
Wellnessberaterin
für ätherische Öle

Mail: linda@hej-baby.de

Homepage: www.hej-baby.de

Instagram: [linda_hej_baby](https://www.instagram.com/linda_hej_baby)



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: verschiedene Termine
Montags von 10-13 Uhr
08.07./26.08./23.09./ 07.10./25.11./09.12.2024

Kosten: pro Kurs: 55 € pro Person / Paare 100€

Ort: **Offenes Wohnzimmer**
(Eingang bei den Briefkästen - 3. Stock (Aufzug))

Anmeldung: **Christine Martin,**
Kinderkrankenschwester
und Erste-Hilfe-Trainerin

Mail: info@little-help.net

Instagramm: [littlehelp_net](https://www.instagram.com/littlehelp_net)



Allgemeine Notrufnummern



Polizei = 110

Feuerwehr und Notruf = 112

Giftnotruf = 06131 19 240

Ärztlicher Bereitschaftsdienst = 116 117

Sperrnotruf: gestohlene/verlorene Karten = 116 116

Nummern bei Gewalt

Opfer Telefon: Weißer Ring = 116 006

Hilfetelefon: Gewalt gegen Frauen = 116 016

Hilfetelefon: Gewalt gegen Männer = 0800 123 99 00

Nummer gegen Kummer

Elterntelefon = 0800 111 0 550

Kinder- und Jugendtelefon = 116 111

Telefonseelsorge = 0800 111 0 111

Silbernetz - bei Einsamkeit im Alter = 0800 470 80 90

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.

- Termine:** **Dienstag** von **09.30 - 11 Uhr**
27.08. - 08.10.2024
29.10. - 10.12. 2024
- Dauer:** je 7 Kurstage
- Kosten:** Kostenübernahme
durch die Krankenkasse möglich
- Ort:** **Offener Treff - Seminarraum 1**
(Eingang rote Rutsche)
- 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 Beckenboden-muskulatur 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 Uhr
22.07. - 02.09.2024
07.10. - 18.11.2024

Dauer: je 7 Kurstage

Kosten: Kostenübernahme durch die Krankenkasse möglich

Ort: Offener Treff - Seminarraum 1
(Eingang rote Rutsche)

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: **Mittwoch**, von **9.00 - 10.15 Uhr**
(Änderung der Termine vorbehalten)
 03.07. - 11.09. 2024 (Ausfall 07.8.-21.8.)
 02.10. - 20.11.2024
 27.11. - 29.01.2025 (Ausfall 25.12.+01.01.25)

Dauer: je 8 Termine pro Kurs

Kosten: 92€ pro Kurs

Ort: **Offener Treff - Seminarraum 1**
 (Eingang rote Rutsche)

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

Tel: **0157 375 59 663**

Mail: **isabel.demleitner-bormann@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
(Änderung der Termine vorbehalten)
26.08. - 28.10.2024 (Ausfall 16.+ 23.09.)
04.11. - 06.01.2025 (Ausfall 23+30.12.)

Dauer: je 8 Termine pro Kurs

Kosten: 92€ pro Kurs

Ort: Offener Treff - Seminarraum 1
(Eingang rote Rutsche)

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

Tel: 0157 375 59 663

Mail: isabel.demleitner-bormann@fitdankbaby.de

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

Müze Infos



Informationen übers Familienzentrum Müze e.V.

Tag der offenen Tür	S.41
Müze was ist das?	S.42
Mitgliedsantrag	S.44
Ehrenamtliche gesucht	S.45
Weitere Infos	S.46

**Wir
freuen uns
auf Euch!**



**Mehr
Generationen
Haus Limburg**
Miteinander – Füreinander



Einladung zum

TAG DER OFFENEN TÜR

35. jähriges Jubiläum Müze
15. jähriges Jubiläum Krabbelstube



am Samstag, 6. Juli 2024

von 11 bis 16 Uhr

Mal – und Bastelangebote

- Farbschleuder
- Holzatelier
- Eigene Spiele basteln
- Glitzertattoos



Internationales Essen

Kuchenbuffet

Waffeln

Getränke

alkoholfreie Cocktails



Und natürlich

Infostände zum

Mehrgenerationenhaus,

Offenen Treff, Krabbelstube,

Waldkindergarten, Elternservice

Mehrgenerationenhaus Familienzentrum Müze e.V.

Hospitalstraße 10 in Limburg



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.“**

Aktiv im Verein:

Alle die Lust haben, Ideen, Zeit und Kreativität bei uns einzubringen, sind herzlich willkommen.

Unser vielfältiges Angebot bietet eine Fülle an Möglichkeiten, die eigenen Fähigkeiten auszuleben oder Neues auszuprobieren. **Alle sind bei uns willkommen!**

Mitgliedschaft: Mitgliedsantrag (siehe S.36)

Wir freuen uns über jedes neue Mitglied im Verein.

Der Mitgliedsbeitrag beträgt **48 €** im Jahr, für Senioren **30 €**. Auszubildende, Schüler, Sozialhilfeempfänger und Arbeitslose können zu einem ermäßigten Beitrag von **24 €** im Jahr Mitglied werden. **Sprecht uns gerne an!**

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 neue Ideen, Angebote und Aktivitäten und helfen gerne diese umzusetzen.

Nach dem Motto:

ZUSCHAUEN — MITMACHEN — SELBER MACHEN!

Und wenn ihr uns unterstützen möchtet

Spendenkonto: Kreissparkasse Limburg

IBAN DE39 5115 0018 0001 0001 24

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 Mitglied beim:

Bundesverband der Mütterzentren e. V.

Paritätischen Hessen

Limburger Bündnis für Familie



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



Ehrenamtliche gesucht!

Du möchtest Dich ehrenamtlich betätigen

und soziales Engagement beweisen?

Du möchtest eigene Ideen einbringen
oder etwas Neues lernen?

Oder würdest Du gerne neue Menschen
kennenlernen?

Melde Dich gerne bei uns, wir freuen uns immer
sehr über neue Ehrenamtliche in ganz verschiedenen
Bereichen.

Zum Beispiel suchen wir Engagierte zur Unterstützung

als **Limburg-Pate**
als **Babysitter**
beim **Repair-Café**
oder im **Offenen Treff**

Oder vielleicht **backen** Sie gerne?

Unsere Gäste freuen sich
über leckere Kuchenspenden.



Infos: **Nathalie Meurer**
Sozialarbeiterin, Erzieherin

Ort: **Offener Treff - 2. Obergeschoss**
(Eingang rote Rutsche)

Tel: **0 64 31 975 444 3**

Mail: **info@muetterzentrum-limburg.de**

Besucht uns im Internet



Homepage



Facebook



Instagram

Schaut auch gerne in unsere weitere Hefte

Wir haben noch zwei weitere Hefte mit Angeboten und Offenen Treffen:

Kursprogrammheft

Seniorenprogrammheft



Viele Angebote sind offen für alle Generationen.
Jeder ist willkommen!!!



Ihr könnt bei uns auch einen Raum mieten

Ihr sucht einen Raum für eure Feierlichkeiten ?
Sprecht uns gerne an!

Infos: Im Büro

Tel: **06431 975 44 40**



Zur Information

Die meisten Treffen in diesem Heft finden im
Offenen Treff (Eingang rote Rutsche) statt.

Vereinzelte Angebote finden aber im
Offenen Wohnzimmer
(Eingang bei den Briefkästen im 3. Stock) statt.



Allgemeine Hinweise zu Veranstaltungen / Kursteilnahme

Informationen zu Kursen und Veranstaltungen erhalten Sie bei der Kursleitung unter der angegebenen Telefonnummer. Diese nehmen auch Ihre Anmeldung entgegen.

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 gibt es auf der Homepage:

www.muetterzentrum-limburg.de

Anfragen an uns bitte unter:

datenschutz@muetterzentrum-limburg.de



**Mehr
Generationen
Haus Limburg**
Miteinander – Füreinander



Müze e.V.
Familienzentrum Limburg

Hand in Hand in jedem Alter



Mehrgenerationenhaus Limburg Familienzentrum Müze e. V.

Hospitalstraße 10
65549 Limburg

Info: **Im Büro** 0 64 31 975 444 0
Im Offenen Treff 0 64 31 975 444 5
Im Büro Krabbelstube/Wald 0 64 31 975 444 3

Mail: **info@muetterzentrum-limburg.de**
krabbelstube@muetterzentrum-limburg.de
waldkindergarten@muetterzentrum-limburg.de

Homepage:
www.muetterzentrum-limburg.de

Ferien im Müze:

Sommer: 05.08.2024 - 23.08.2024

Winter: 23.12.2023 - 10.01.2025