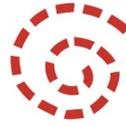




**Mehr  
Generationen  
Haus Limburg**  
*Miteinander – Füreinander*



**Müze e.V.**  
Familienzentrum Limburg

# Seniorenprogramm

## 1. Halbjahr 2025



**Offen für alle Generationen**



## Seniorenthemem

Offene Treffen - Kreatives

Frühstücke - Mittagessen - Kaffee & Kuchen

# INHALTSVERZEICHNIS

## Montags

Motto-Frühstücke



S. 6

## Dienstags

Offenes Frauenfrühstück

S. 7

Älter werden mit Verstand

S. 8

Treff: Die Kinder sind aus dem Haus

S.10

Spielcafé - für Alt und Jung

S.11

Nachbarschafts- und Strickcafé

S.12

Kleines Stöbercafé

S.13

Treffen 50+/-

S.14

## Mittwochs

Kaffee und Kuchenzeit

S.16

Müze Werkstatt

S.17

Café Kreativ

S.18



**Termine Januar - Juni 2025**

S.20

## Donnerstags

Digitale Plausch-Stunde (Anfänger) S. 24

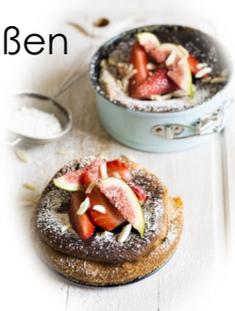
Digitales Plausch-Café (Fortgeschrittene) S. 25

Zusammen kochen und genießen S. 26

Offenes Frühstück 50+/- S. 27

Repair Café S. 28

Lesecafé S. 29



## Freitags

Offenes Nähcafé S. 31

## Infos

Willkommen im Offenen Treff S. 4

Allgemeine Notrufnummern S.19

Müze-Termine S.32

Müze-Kontakt S.33

Familienzentrum Müze e.V. - was ist das? S.34

Mitgliedsantrag S.36

Ehrenamtliche gesucht S.37

Weitere Infos S.38



# 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. Kommen Sie gerne vorbei und lernen sie uns, unser Haus, die Angebote und viele nette Leute kennen!



**Gerne können Sie auch frühstücken oder sich 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



## Motto-Frühstücke

Neben den regulären Frühstücken bieten wir auch besondere Frühstücke an!



**Termine:** **Montags** von **9.30-12 Uhr**

20.01. **Vitamin-Booster**-Frühstück

10.02. **Wohlfühl**-Frühstück

03.03. **Rosenmontags**-Frühstück

10.03. **Frauen**-Frühstück  
(**Weltfrauentag**)

14.04. **Oster**-Frühstück

12.05. **Muttertags**-Frühstück

30.06. **Erdbeer**-Frühstück

**Kosten:** Umlage für Speisen/Getränke

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

**Anmeldung:** Im Offenen Treff

**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 Sie mit einem reichhaltigen Angebot!

Wir treffen uns **jeden Dienstag im Monat**

**Termin:** **Dienstag**, von **9.30 bis 12 Uhr**  
(teilweise nicht in den Ferien)

**Kosten:** Umlage für Speisen/Getränke

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

**Anmeldung:** Im Offenen Treff

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



## NEU: Älter werden mit Verstand

Älter werden ist nicht leicht... Körper und Geist lassen nach, wir werden langsamer und unaufmerksamer im Alltag.

Verschiedene Kooperationspartner informieren beim gemütlichen Treffen, um noch besser gerüstet zu sein.

### Leitstelle „Älter werden“



Kreisausschuss des Landkreises Limburg-Weilburg  
Sozialamt, Hilfe zur Pflege und Grundsicherung im Alter  
Gartenstr. 1, 65549 Limburg,  
S. Pütsch, Tel: 06431 296-523 / S. Schlitt, Tel: 06431 296-893

Mail: [aelterwerden@limburg-weilburg.de](mailto:aelterwerden@limburg-weilburg.de)

[www.Landkreis-Limburg-Weilburg.de](http://www.Landkreis-Limburg-Weilburg.de)

### Pflegestützpunkt

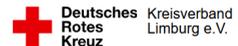


des Landkreises Limburg-Weilburg  
Gartenstr. 1, 65549 Limburg  
Y. Stroech, Tel: 06431 296-376 / C. Tritschler, Tel: 06431 296-375

Mail: [pflegestuuetzpunkt@limburg-weilburg.de](mailto:pflegestuuetzpunkt@limburg-weilburg.de)

[www.Landkreis-Limburg-Weilburg.de](http://www.Landkreis-Limburg-Weilburg.de)

### DRK Kreisverband Limburg



Senefelderstr. 1, 65553 Limburg, Tel: 06431 9190-0

Mail: [info@drk-limburg.de](mailto:info@drk-limburg.de), [www.drk-kv-limburg.de](http://www.drk-kv-limburg.de)

### Verbraucherberatung im DHB - Netzwerk Haushalt

Landesverband Hessen e.V.,  
Schiede 32, 65549 Limburg, Tel: 06431 229 01

Mail: [VerbraucherberatungLimburg@dhb-hessen.de](mailto:VerbraucherberatungLimburg@dhb-hessen.de)

[www.dhb-hessen.de](http://www.dhb-hessen.de)



Wir treffen uns am

**1. Dienstag im Monat** (Januar entfällt)



## Termine und Themen

- Termine:** **1. Dienstag**, von **15 bis 17 Uhr**
- 04.02.2025** **Wohnraumberatung** – barrierefrei Leben  
(Leitstelle „Älter werden“)
- 04.03.2025** **Gut beraten Pflege meistern**  
(Pflegestützpunkt)
- 01.04.2025** **Fitmacher Wasser** (DHB)  
mit Wasser- statt Weinprobe
- 06.05.2025** **Erste-Hilfe-Kurs für Senioren** (DRK)
- 03.06.2025** **Hilfreiche Technik**  
- für ein barrierefreies Wohnumfeld  
(Leitstelle „Älter werden“)

Und natürlich bieten wir bei unseren Thementagen auch leckeren Kaffee und Kuchen an.

**Kosten:** Umlage für Speisen + Getränke

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

**Anmeldung:** Im Offenen Treff

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



## Treff: Die Kinder sind aus dem Haus – wie geht's weiter?

**Dieser Treff richtet sich an Frauen**, die sich nach dem Auszug des letzten Kindes in einer Phase der Umorientierung befinden.

Zusätzlich fällt der Auszug der Kinder häufig mit den Wechseljahren zusammen und/oder die eigenen Eltern werden pflegebedürftig.

Der Treff gibt Frauen die Möglichkeit, sich auszutauschen, Kontakte zu knüpfen, aber auch Unterstützung und Verständnis zu erfahren.

Wir treffen uns am **1. Dienstag im Monat**

**Termine:** **1. Dienstag**, von **18.30 bis 20 Uhr**  
07.01./04.02./04.03./01.04./06.05./03.06.

**Kosten:** kostenfrei

**Ort:** ➡ **Im Offenen Wohnzimmer - Mansarde**  
(Eingang bei den Briefkästen - 3. Stock (Aufzug))

**Anmeldung:** Im Büro

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

oder Annika Vieweg

**Tel:** **0 64 31 77 98 79 1**

**Mail:** [vieweg.herrmann@t-online.de](mailto:vieweg.herrmann@t-online.de)



## Spielcafé - für Alt und Jung



**Haben Sie Lust, endlich mal wieder ein geliebtes Spiel zu spielen?**

Hier finden Sie Mitspieler!  
Eine Auswahl an Spielen steht bereit.

Ein besonders beliebtes Spiel ist z.B. Rummykup.

Dazu genießen Sie Kaffee und Kuchen!

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

**Termine:** 2. Dienstag, von 15 bis 17 Uhr  
14.01./11.02./11.03./08.04./13.05./10.06.

**Kosten:** Umlage für Speisen + Getränke

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

**Anmeldung:** Im Offenen Treff

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



## Nachbarschafts- und Strickcafé

Herzlich eingeladen sind Menschen  
aus der Umgebung



die neue Kontakte suchen und Lust auf nette Gespräche haben!

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

Im Offenen Treff lässt es sich wunderbar plauschen, während die Nadeln klappern ...

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

Wir treffen uns am **3. Dienstag im Monat**

**Termine:** **3. Dienstag**, von **15 bis 17 Uhr**  
21.01./18.02./18.03/15.04./20.05./17.06.

**Kosten:** Umlage für Speisen/Getränke

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

**Anmeldung:** Im Offenen Treff

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



## Kleines Stöbercafé

### Wer kennt das nicht:



- Geschenke, die man nicht braucht!
- Klamotten, die nicht mehr passen!
- Schmuck und Accessoires, die nicht zur Kleidung passen!
- Bücher, die man schon gelesen hat!
- Schnickschnack, den man nicht mehr möchte!
- Geschirr, das nicht mehr vollständig ist!

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

➡ Bitte keine Sachen mitbringen, das Team des „Müze“ stellt eine Sammlung zum Stöbern bereit!

**Termin:** Dienstag, **22.04.2025** von **15 bis 17 Uhr**

**Kosten:** Spende willkommen,  
Umlage für Speisen/Getränke

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

**Anmeldung:** Im Offenen Treff

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



## Treffen 50 +/-

### Warum alleine zu Hause sitzen ...

... wenn man mit netten Leuten in unserem Offenen Treff zusammen kommen kann?

Freut Euch auf wechselnde Themen und Aktionen!

### Termine und Themen:

#### „Herzstunde“

Dienstag, **28.01.2025** von **15 bis 17 Uhr**



Was berührt dein Herz? Was ist deine Leidenschaft? Wundervolle Fragekarten begleiten uns durch diesen interessanten Nachmittag.

#### „Gemeinsam statt einsam“

Dienstag, **25.02.2025** von **15 bis 17 Uhr**



Wir stellen Euch Initiativen und Broschüren vor, die sich für ein Miteinander engagieren und zeigen auch Hilfsangebote auf.

#### „Osterdeko“

Dienstag, **25.03.2025** von **15 bis 17 Uhr**



Wir stellen schöne Osterdeko her zum Verschenken oder zum Dekorieren und sprechen über verschiedene Osterbräuche!

## „Mutter sein“

Dienstag, **29.04.2025** von **15 bis 17 Uhr**



Was genau bedeutet Mutter sein / Mütterlichkeit für Dich? Welche Erwartungen + Rollenbilder begegnen den Generationen? Was haben wir alle gemeinsam? Wir freuen uns auf einen spannenden Austausch mit Euch!

## „Wellness für zu Hause“

Dienstag, **27.05.2025** von **15 bis 17 Uhr**



Viele Tipps und Anregungen zum Entspannen und zum Wohlfühlen. An diesem Nachmittag lassen wir es uns richtig gut gehen!

## „Überraschungsausflug“

Dienstag, **24.06.2025** von **15 bis 17 Uhr**



Zusammen verbringen wir ein paar schöne Stunden. Wohin es geht? Lasst Euch überraschen!

Wir treffen uns am letzten Dienstag im Monat in gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen.



**Kosten:** Umlage für Speisen/Getränke  
+ evtl. Material/Fahrtkosten

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

**Anmeldung:** Im Offenen Treff

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

## Kaffee und Kuchenzeit

### Leckere selbstgebackene Kuchen !!

Im Offenen Treff gibt es einmal im Monat immer Kaffee oder Tee und natürlich leckere selbstgebackene Kuchen.



Bei einem gemütlichen Kaffeeklatsch lassen wir es uns gut gehen.

Interessierte **jeden Alters** sind herzlich willkommen!

Wir treffen uns am **1. Mittwoch im Monat**

Mittwoch- Offener Treff

**Termine:** **1. Mittwoch**, von **15 bis 17 Uhr**  
05.02./05.03./02.04./07.05./04.06.2025  
(Januar 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, die unser Haus so bunt und vielfältig machen!!! Jeder ist willkommen!

Wir treffen uns am **3. Mittwoch im Monat**

**Termine:** **3. Mittwoch**, von **15 bis 17 Uhr**

- |            |  |
|------------|--|
| 15.01.2025 | <b>Schnick-Schnack</b> -Börse                  |
| 19.02.2025 | <b>Waffeln</b> süß oder herzhaft               |
| 19.03.2025 | „Ist das <b>Kunst</b> , oder kann das weg?“    |
| 16.04.2025 | <b>Eierfärben</b> mit Naturfarben              |
| 21.05.2025 | <b>Erdbeer</b> -Rezepte                        |
| 18.06.2025 | <b>Eistee</b> + leckere Getränke selbstgemacht |

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

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

**Anmeldung:** Im Offenen Treff

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



## Café Kreativ

### Im 1. Halbjahr dreht sich alles wieder rund ums Wiederverwerten (Upcycling)

Gemeinsam gestalten wir aus Resten schöne Deko oder kleine Geschenke.

Und Sie erhalten Anregungen für zu Hause, um die eigenen Reste zu verwerten!

Kaffee, Tee und Gebäck versüßen uns den Nachmittag.



Wir treffen uns am **4. Mittwoch im Monat**

**Termine:** **4. Mittwoch** von **15 bis 17 Uhr**

26.02.2025 **Glückssteine** bemalen

28.05.2025 **CD, DVD** wiederverwerten

**Kosten:** Spende willkommen,  
Umlage für Speisen/Getränke

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

**Anmeldung:** Im Offenen Treff

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



## 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



## Termine 2025 Januar bis Juni

Fast alle Angebote finden im **Offenen Treff** statt, außer es steht **OW** = Offenes Wohnzimmer dran

	Januar	
Di. 07.01.	Treff: Kinder aus dem Haus <b>ow</b>	18.30-20 Uhr
Di.14.01.	Spielcafé	15-17 Uhr
Mi. 15.01.	Müze Werkstatt: Schnick-Schnack-Börse	15-17 Uhr
Mo.20.01.	Vitamin-Booster-Frühstück	9.30-12 Uhr
Di. 21.01.	Nachbarschafts- + Strickcafé	15-17 Uhr
Di. 28.01.	Treffen 50+/-: Herzstunde	15-17 Uhr
Do. 30.01.	Offenes Frühstück 50+/-	9.30-12 Uhr
	Lesecafé:	
Do. 30.01.	Lesung „Die Unbezähmbaren“	15-17 Uhr
Do. 30.01.	Repair Café <b>ow</b>	16-18.30 Uhr

	Februar	
Di. 04.02.	Älter werden mit Verstand: Wohnraumberatung	15-17 Uhr
Di. 04.02.	Treff: Kinder dem Haus <b>ow</b>	18.30-20 Uhr
Mi. 05.02.	Kaffee und Kuchenzeit	15-17 Uhr
Do. 06.02.	Digitaler Plausch- & Café Anfänger/Fortgeschrittene	14-15 Uhr (A) 15-17 Uhr (F)
Mo. 10.02.	Wohlfühl-Frühstück	9.30-12 Uhr
Di. 11.02.	Spielcafé	15-17 Uhr
Do. 13.02.	Kochen und genießen	10 + 12 Uhr
Fr. 14.02.	Offenes Nähcafé <b>ow</b>	18.30-21.30 Uhr
Di. 18.02.	Nachbarschafts- + Strickcafé	15-17 Uhr

Februar		
Mi. 19.02.	Müze Werkstatt: Waffeln süß oder herzhaft	15-17 Uhr
Di. 25.02.	Treffen 50+/- : Gemeinsam statt einsam	15-17 Uhr
Mi. 26.02.	Café Kreativ: Glückssteine	15-17 Uhr
Do. 27.02.	Offenes Frühstück 50+/-	9.30-12 Uhr
Do. 27.02.	Repair Café <b>ow</b>	16-18.30 Uhr

März		
Mo. 03.03.	Rosenmontags-Frühstück	9.30-12 Uhr
Di. 04.03.	Älter werden mit Verstand: Gut beraten Pflege meistern	15-17 Uhr
Di. 04.03.	Treff: Kinder aus dem Haus <b>ow</b>	18.30-20 Uhr
Mi. 05.03.	Kaffee und Kuchenzeit	15-17 Uhr
Do. 06.03.	Digitaler Plausch- & Café Anfänger/Fortgeschrittene	14-15 Uhr (A) 15-17 Uhr (F)
Mo. 10.03.	Frauen-Frühstück (Weltfrauentag)	9.30-12 Uhr
Di. 11.03.	Spielcafé	15-17 Uhr
Do. 13.03.	Kochen und genießen	10 + 12 Uhr
Fr. 14.03.	Offenes Nähcafé <b>ow</b>	18.30-21.30 Uhr
Di. 18.03.	Nachbarschafts- + Strickcafé	15-17 Uhr
Mi. 19.03.	Müze Werkstatt: „Ist das Kunst, oder kann das weg?“	15-17 Uhr
Di. 25.03.	Treffen 50+/-: Osterdeko	15-17 Uhr
Do. 27.03.	Offenes Frühstück 50+/-	9.30-12 Uhr
Do. 27.03.	Repair Café <b>ow</b>	16-18.30 Uhr

<b>April</b>		
Di. 01.04.	Älter werden mit Verstand: Fitmacher Wasser	15-17 Uhr
Di. 01.04.	Treff: Kinder aus dem Haus <b>ow</b>	18.30-20 Uhr
Mi. 02.04.	Kaffee und Kuchenzeit	15-17 Uhr
Do. 03.04.	Digitaler Plausch- & Café Anfänger/Fortgeschrittene	14-15 Uhr (A) 15-17 Uhr (F)
Di. 08.04.	Spielcafé	15-17 Uhr
Do. 10.04.	Kochen und genießen	10 + 12 Uhr
Fr. 11.04.	Offenes Nähcafé <b>ow</b>	18.30-21.30 Uhr
Mo. 14.04.	Oster-Frühstück	9.30-12 Uhr
Di. 15.04.	Nachbarschafts- + Strickcafé	15-17 Uhr
Mi. 16.04.	Müze Werkstatt: Eierfärben mit Naturfarben	15-17 Uhr
Di. 22.04.	Kleines Stöbercafé	15-17 Uhr
Do. 24.04.	Offenes Frühstück 50+/-	9.30-12 Uhr
Do. 24.04.	Repair Café <b>ow</b>	16-18.30 Uhr
Fr. 25.04.	Müze-Mitgliederversammlung	ab 18 Uhr
Di. 29.04.	Treffen 50+/-: Mutter sein	15-17 Uhr
<b>Mai</b>		
Di. 06.05.	Älter werden mit Verstand: Erste-Hilfe-Kurs für Senioren	15-17 Uhr
Di. 06.05.	Treff: Kinder aus dem Haus <b>ow</b>	18.30-20 Uhr
Mi. 07.05.	Kaffee und Kuchenzeit	15-17 Uhr
Do. 08.05.	Kochen und genießen	10 + 12 Uhr
Fr. 09.05.	Offenes Nähcafé <b>ow</b>	18.30-21.30 Uhr
Mo. 12.05.	Muttertags-Frühstück	9.30-12 Uhr
Di. 13.05.	Spielcafé	15-17 Uhr
Di. 20.05.	Nachbarschafts- + Strickcafé	15-17 Uhr

<b>Mai</b>		
Mi. 21.05.	Müze Werkstatt: Erdbeer-Rezepte	15-17 Uhr
Di. 27.05.	Treffen 50+/-: Wellness	15-17 Uhr
Mi. 28.05.	Café Kreativ: CD + DVD	15-17 Uhr
<b>Juni</b>		
Di. 03.06.	Älter werden mit Verstand: Hilfreiche Technik	15-17 Uhr
Di. 03.06.	Treff: Kinder aus dem Haus <b>ow</b>	18.30-20 Uhr
Mi. 04.06.	Kaffee und Kuchenzeit	15-17 Uhr
Do. 05.06.	Digitaler Plausch- & Café Anfänger/Fortgeschrittene	14-15 Uhr (A) 15-17 Uhr (F)
Di. 10.06.	Spielcafé	15-17Uhr
Do. 12.06.	Kochen und genießen	10 + 12 Uhr
Fr. 13.06.	Offenes Nähcafé <b>ow</b>	18.30-21.30 Uhr
Di. 17.06.	Nachbarschafts- + Strickcafé	15-17 Uhr
Mi. 18.06.	Müze Werkstatt: Eistee + Getränke selbstgemacht	15-17 Uhr
Di. 24.06.	Treffen 50+/-: Überraschungsausflug	15-17 Uhr
Do. 26.06.	Offenes Frühstück 50+/-	9.30-12 Uhr
Do. 26.06.	Lesecafé: Dombibliothek	15-17 Uhr
Do. 26.06.	Repair Café <b>ow</b>	16-18.30 Uhr
Mo. 30.06.	Erdbeer-Frühstück	9.30-12 Uhr
<b>Juli</b>		
01.07.-15.08.	Ferien und Umzug	
<b>August</b> 		
Sa. 30.08.	Eröffnung: Neuer Standort Müze + WERKStadt-Kita	 ganztags

## Digitale Plausch-Stunde (Anfänger)

### Hilfestellung und Tipps

rund ums Handy, Tablet und Internet.

Wenn man noch kein Gerät besitzt, kann man vor Ort unser „Senioren-Tablet“ ausprobieren, welches sich leicht bedienen lässt.

Dazu genießen wir bei einem „Plausch“ leckeres Gebäck und Kaffee oder Tee.



Wir treffen uns am **1. Donnerstag im Monat**

**Termine:** **1. Donnerstag**, von **14 bis 15 Uhr**  
 06.02./06.03./03.04./05.06.2025  
 (Januar + Mai entfällt)

**Teilnehmer:** max. 6 Personen!  
**Es besteht eine Warteliste**

**Kosten:** Spende willkommen,  
 Umlage für Speisen/Getränke

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

**Anmeldung:** Im Offenen Treff

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



## Digitales Plausch-Café (Fortgeschrittene)

### Bei diesen fortlaufenden Treffen

geben wir Tipps zum einfachen Umgang mit dem Handy, Tablet und Internet.

Das Treffen eignet sich für Fortgeschrittene. Verschiedene Übungen und Broschüren helfen uns dabei.

Dazu genießen wir bei einem „Plausch“ leckeren Kuchen und Kaffee oder Tee.



Wir treffen uns am **1. Donnerstag im Monat**

**Termine:** **1. Donnerstag**, von **15 bis 17 Uhr**  
06.02./06.03./03.04./05.06.2025  
(Januar + Mai entfällt)

**Teilnehmer:** max. 6 Personen!  
**Es besteht eine Warteliste**

**Kosten:** Spende willkommen,  
Umlage für Speisen/Getränke

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

**Anmeldung:** Im Offenen Treff

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



# Zusammen kochen - gemeinsam genießen

Ein geselliges Kochabenteuer für alle,  
denn in Gemeinschaft ist es einfach schöner!



Wir kochen gemeinsam leckere Gerichte,  
haben Spaß und genießen dann das Essen  
in gemütlicher Runde.

Interessierte **jeden Alters** sind herzlich willkommen.  
Sie können gerne auch nur zum Essen  
vorbeikommen. Bitte melden Sie sich an!

Wir treffen uns am **2. Donnerstag im Monat**

**Termine:** **2. Donnerstag,**  
kochen ab **10 Uhr** / essen ab **12 Uhr**  
13.02./13.03./10.04./08.05./12.06.2025  
(Januar entfällt)

**Kosten:** 7 € (Vorspeise, Hauptspeise und Dessert)

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

**Anmeldung:** Im Offenen Treff

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



## Offenes Frühstück 50+/-

Genießen Sie ein leckeres Frühstück  
in gemütlicher Runde im Offenen Treff  
am **letzten Donnerstag im Monat**



Bitte melden Sie sich an!

**Termine:**     **letzter Donnerstag,**  
                  von **9.30 bis 12 Uhr**

30.01./27.02./27.03./24.04./26.06.2025  
(Mai entfällt)

**Kosten:**       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!

Man trifft sich am **letzten Donnerstag im Monat**

**Termine:** **letzter Donnerstag**, von **16 bis 18.30 Uhr**  
 30.01./27.02./27.03./24.04./26.06.2025  
 (Mai 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**



## Lesecafé

### Wir lieben Bücher!



Ab und zu mal ein Buch lesen... abtauchen und den Rest der Welt vergessen.

Bei diesen Treffen sprechen wir über verschiedene Lieblingsbücher, lernen neue kennen und lauschen einer wundervollen Lesung.

Kaffee und Kuchen versüßen uns den gemütlichen Nachmittag!

**Termin:** Donnerstag, von **15 bis 17 Uhr**  
**30.1. 2025 Lesung "Die Unbezähmbaren"**  
von Cornelia Koepsell (Infos siehe S.30)

**26.6. 2025 Besuch der Dombibliothek**

**Kosten:** Spende willkommen,  
Umlage für Speisen/Getränke

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

**Anmeldung:** Im Offenen Treff

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



## Lesung am 30.1. um 15 Uhr im Müze

### „Die Unbezähmbaren“ von Cornelia Koepsell

Nachkriegszeit: Eine Familie aus Guben an der Neiße versucht sich nach der Flucht 1945 in Schleswig-Holstein eine neue Existenz aufzubauen.



Die Eltern sind Erben einer inzwischen verstaatlichten Textilfabrik. Sie werden als Flüchtlinge und Habenichtse diskriminiert. Die Tochter Julia rebelliert gegen die Benachteiligungen, die sie als Mädchen ertragen muss. Tante Frieda wird ihre beste Freundin. Diese wurde nach drei Fehlgeburten von ihrem Ehemann verlassen. Er heiratet eine Frau, die besser funktioniert.

Nach dem Krieg herrscht ein großer Frauenüberschuss. Es gibt doppelt so viele Frauen wie Männer. Dennoch gelten Ehe und Familie als das große Lebensziel. Kriegerwitwen, Geschiedene und Ledige haben einen schweren Stand. So auch Tante Frieda.

#### Publikationsliste:

- Debütroman „Das Buch Emma“, September 2013, Geest Verlag, ISBN 978-3-86685-409-3
- Roman „Lauf weg wenn du kannst“, Juli 2017, Geest Verlag ISBN 978-3-86685-6097
- Roman „**Die Unbezähmbaren**“, Sept.2023, Geest Verlag, ISBN 9789-3-86685-975-3

#### Auszeichnungen:

- 2011 - 3. Preis des Schwäbischen Literaturpreises
- 2020 u.a. - 1. Preis Frauen Literaturpreis

## Offenes Nähcafé



**Es richtet sich an alle „Näh-Begeisterten“**

denen es Freude macht aus einem schönen Stoff etwas an der Nähmaschine/Stickmaschine zu zaubern. Manchmal fehlt eine Idee, ein Schnittmuster oder 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 aber auch 3 Maschinen vorhanden.

Wir treffen uns am **2. Freitag im Monat**

**Termine:** **2. Freitag**, von **18.30-21.30 Uhr**  
14.02./14.03./11.04./09.05./13.06.2025  
(Januar entfällt)

**Kosten:** Spende willkommen,  
Umlage für Getränke

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

**Anmeldung:** Im Offenen Treff

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



# Müze - Infos



Mehr  
Generationen  
Haus Limburg  
*Miteinander – Füreinander*



**Müze** e.V.  
Familienzentrum Limburg

Müze-Termine	S.32
Müze-Kontakt	S.33
Müze was ist das?	S.34
Mitgliedsantrag	S.36
Ehrenamtliche gesucht	S.37
Weitere Infos	S.38

## Müze - Termine

⇒ Freitag, **25.04.2025** um 18 Uhr  
**Mitgliederversammlung Müze e.V.**

⇒ Samstag, **30.08.2025** ganztägig  
**Eröffnung des neuen Standortes**  
des **Familienzentrums Müze e.V.**  
und der **WERKStadt-Kita**

Adresse: WERKStadt, Joseph-Schneider-Straße 1,  
65549 Limburg (neben dem Bahnhof)

# Müze - Kontakt



<b>Müze</b>	<b>Mail</b>	<b>Telefon</b>
<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 Wald</b>	<a href="mailto:waldkindergarten@muetterzentrum-limburg.de">waldkindergarten@muetterzentrum-limburg.de</a>	06431 975 444 3
<b>Elternservice</b>	<a href="mailto:elternservice@muetterzentrum-limburg.de">elternservice@muetterzentrum-limburg.de</a>	06431 975 444 3
<b>Programm</b>	<a href="mailto:programm@muetterzentrum-limburg.de">programm@muetterzentrum-limburg.de</a>	06431 975 444 0
<b>Offener Treff</b>	Anmeldung Frühstück +Nachmittagsangebot	06431 975 444 5
<b>Elternangebote</b>	Anmeldung über den Offenen Treff	06431 975 444 5
<b>Seniorenangebote</b>	Anmeldung über den Offenen Treff	06431 975 444 5
<b>Repair Café</b>	Anmeldung übers Büro Müze	06431 975 444 0
<b>Sprachkurse</b>	Anmeldung übers Büro Müze	06431 975 444 0

Müze Kontakt + Termine



## 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 pro Jahr:

**48 € (Aktive Mitgliedschaft), 24 € (Passive Mitgliedschaft),**

**30 € (Aktive Mitgliedschaft)** - unter 18 J., Senioren ab 60 J.,

Vollzeitstudenten, Sozialhilfeempfänger

**Sprechen Sie uns an, wir erklären Ihnen gerne Näheres dazu!**



**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 Sie uns unterstützen möchten**

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.





## ANTRAG MITGLIEDSCHAFT

Ich bitte um Aufnahme als **Mitglied** in den Verein Familienzentrum „Müze“ e. V.

Name\*: \_\_\_\_\_ Vorname\*: \_\_\_\_\_  
 Straße\*: \_\_\_\_\_ Geb.-  
 Datum\*: \_\_\_\_\_  
 PLZ / Ort\*: \_\_\_\_\_  
 Telefon\*: \_\_\_\_\_  
 E-Mail\*: \_\_\_\_\_

- Ich bin Mitarbeiter/in im Familienzentrum Müze.  
 Ich bin als Referent/Referentin im Familienzentrum Müze tätig.  
 Ich möchte keine Informationen zum Verein per E-Mail erhalten.

Ich wähle folgenden Beitrag in Höhe

- von 48 Euro / Jahr für eine **Aktive** Mitgliedschaft im Familienzentrum Müze  
 von 24 Euro / Jahr für eine **Passive** Mitgliedschaft im Familienzentrum Müze  
 von 30 Euro / Jahr für eine **Aktive** Mitgliedschaft im Familienzentrum Müze  
 (unter 18 J., Senioren ab 60 J., Vollzeitstudenten, Sozialhilfeempfänger)

Der Verein ist als gemeinnützig anerkannt, Mitgliedsbeiträge und Spenden sind steuerlich abzugsfähig. Gemäß § 5 der Satzung des Familienzentrums Müze e. V. ist ein Vereinsaustritt unter Einhaltung einer Kündigungsfrist von vier Wochen zum 31.12. eines Kalenderjahres durch schriftliche Kündigung möglich.

Die von Ihnen erhobenen personenbezogenen Daten werden nur im Rahmen der gültigen EU DSGVO zum Zwecke des Verwaltungshandelns erhoben, verarbeitet und genutzt. Auf Ihren Antrag erteilen wir Ihnen Auskunft über die zu Ihrer Person gespeicherten Daten. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage oder können per Post zugesandt werden.

Ort \_\_\_\_\_ Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

### Einzugsermächtigung Mitgliedsbeitrag

Hiermit ermächtige ich das Familienzentrum Müze von meinem Konto im Lastschriftverfahren den Beitrag in Höhe von \_\_\_\_\_ abzubuchen:

Bank \_\_\_\_\_ SWIFT-BIC \_\_\_\_\_

IBAN \_\_\_\_\_

Ort, Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

Bankverbindung: Kreissparkasse Limburg IBAN DE39 5115 0018 0001 0001 24 SWIFT-BIC: HELADEF1LIM  
 Anschrift: Familienzentrum „Müze“ e.V. Hospitalstr. 10, 65549 Limburg Email: [info@muetterzentrum-limburg.de](mailto:info@muetterzentrum-limburg.de)  
 Telefon: 06431 975 44 40 Internet: [www.muetterzentrum-limburg.de](http://www.muetterzentrum-limburg.de)

Mit \* gekennzeichnete Angaben sind Pflichtangaben.

**Wir leben Leben.**

## Ehrenamtliche gesucht!

**Sie möchten sich gerne ehrenamtlich betätigen** und soziales Engagement beweisen?

Sie wollen eigene Ideen einbringen oder etwas Neues lernen?

Oder würden Sie gerne neue Menschen kennenlernen?



Melden Sie sich gerne bei uns, wir freuen uns immer sehr über neue Ehrenamtliche in ganz verschiedenen Bereichen.

Zum Beispiel suchen wir momentan Engagierte

als **Limburg-Pate**

als **Babysitter**

beim **Repair-Café**

beim **Offenen Treff**

Oder vielleicht **backen** Sie gerne? Unsere Gäste freuen sich über leckere Kuchenspenden.



**Infos:** gibt es bei

**Nathalie Meurer**

Sozialarbeiterin, Erzieherin

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

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

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

## Besuchen Sie uns gerne im Internet



Homepage



Facebook



Instagram

## Schauen Sie gerne in unsere weiteren Hefte

mit Angeboten und Offenen Treffen:

**Kursprogrammheft**

**Elternprogrammheft**



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



## Sie können bei uns auch einen Raum mieten

Suchen Sie einen Raum für Ihre  
Feierlichkeiten ?

Sprechen Sie 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** statt.

## Allgemeine Hinweise zu Veranstaltungen / Kursteilnahme

Informationen zu Treffen, Kursen und Veranstaltungen erhalten Sie bei der Kursleitung unter den angegebenen Telefonnummern. 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 seiner Satzung aufgeführten Zwecke und Aufgaben. Weitere Infos gibt es auf der Homepage: [www.muetterzentrum-limburg.de](http://www.muetterzentrum-limburg.de)

Anfragen an uns bitte unter:

[datenschutz@muetterzentrum-limburg.de](mailto: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:

**Büro**

**06431 975 444 0**

**Offener Treff**

**06431 975 444 5**

Mail:

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

Homepage:

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

Ferien  
und Umzug

Winter: 23.12.2024 - 10.01.2025

Sommer: 01.07.2025 - 15.08.2025