

Unser Programm Herbst-Winter 2026

Impulse & Entdeckungen

09.11.2026, Montag | 16:00-17:30 Uhr
Die Zahlenreise für Kinder & Eltern

NEU!

Was macht deine Geburtszahl so besonders? Spielerisch die eigene „Zahlenkraft“ entdecken und gemeinsam kreativ werden. Gemeinsam wird aus Zahlen und Namen eine ganz persönliche Kette zum Mitnehmen. • **6-10 Jahre** • **16 €** • inkl. Begleitperson

Wachsen & Entdecken

montags | 10:00-11:00 Uhr
Plapperhändchen

Kleine Hände können schon so viel erzählen! Mit Babygebärden lernt ihr, euch zu verstehen, noch bevor die ersten Worte kommen. Mit der zertifizierten Eltern-Kind-Kursleiterin Corina Nedeljov. • **8 € pro Stunde**

30.09.2026, Mittwoch | 10:30-11:30 Uhr
Zeigt her eure Füße, zeigt her eure Schuh

Podologin Margot Hilger beantwortet Fragen rund um Wachstum, passende Schuhe und Schuhkauf. **Plus:** Füße und Schuhe direkt vor Ort messen lassen. • **Teilnahme kostenlos**

IM CAFÉ

Kochen & Backen

14.11.2026, Samstag | 10:00-13:00 Uhr
Leckeres im Herbst & Winter

Jetzt wird's bunt & lecker! Mit Kürbis, Apfel, Kohl & Co. entdecken die Kinder beim Schnippeln, Kochen und Probieren die Vielfalt der Herbstküche. • **15€ pro Kind** • **Grundschulalter**

10.12.2026, Donnerstag | 15:30-17:30 Uhr
Weihnachtsbacken **ohne Eltern**

Gemeinsam kneten, ausstechen und verzieren – mit viel Spaß und Weihnachtsduft in der Luft. • **8€ pro Kind** • **7€ für Mitglieder** • **für jedes Alter**

12.12.2026, Samstag | 10:00-13:00 Uhr
Weihnachtszauber in der Küche

Schürze an, Kochlöffel in die Hand: Gemeinsam wird geschnippelt, gerührt und ein festliches Weihnachtsmenü gezaubert. • **15€ pro Kind** • **Grundschulalter**

Bewegen & Entspannen

donnerstags | 18:30-20:00 Uhr
Anusara Yoga

für Erwachsene mit und ohne Yoga Erfahrung
10er-Karte 120€ • **gültig 5 Monate**
• **Einstieg jederzeit möglich**

samstags | 08:30-09:15 Uhr
Kinderyoga im Schlafanzug - online

für Kinder von 6-11 Jahren
• **10er-Karte 30€** • **Einstieg jederzeit möglich**

24.10.2026, Samstag | 10:00-11:30 Uhr
Kinderyoga für Superkräfte & Superhelden

Mit Spiel, Atem, Yoga und Entspannung entdecken die Kinder ihre ganz persönlichen Superkräfte. • **7-11 Jahre** • **10€ pro Kind**

21.11.2026, Samstag | 10:00-11:30 Uhr
Kinderyoga - tierisch entspannt

Der Panther braucht Entspannung! Gemeinsam begleiten wir ihn und entdecken spielerisch tierische Yogapositionen. • **6-10 Jahre** • **10€ pro Kind**

19.12.2026, Samstag | 10:00-11:30 Uhr
Kinderyoga mit den Weihnachtselfen

Spiel, Yoga und eine weihnachtliche Fantasiereise nehmen die Kinder mit in die Welt der Weihnachtselfen. • **7-10 Jahre** • **10€ pro Kind**

bitte bequeme Kleidung,
Yogamatte & kleines Kissen mitbringen

Kreative Bastelwerkstatt

für kleine & große Bastelfans • jüngere Kinder mit Begleitperson • **5€ inkl. Material** • **bitte mit Anmeldung**

10.10.	Samstag	10-12 Uhr	Blätterkunst
23.10.	Freitag	16-18 Uhr	Halloween Bastelspaß
06.11.	Freitag	16-18 Uhr	Novemberzauber
11.12.	Freitag	16-18 Uhr	Adventszauber
19.12.	Samstag	12-14 Uhr	Weihnachtsbasteln



SEP - DEZ 2026



MÜTTER & FAMILIEN ZENTRUM

07222 / 30 709
Engelstraße 39 H 76437 Rastatt
info@mueze-rastatt.de



hier geht's zur Homepage

Ein Kind aufziehen, braucht ein ganzes Dorf

Wo das Dorf fehlt, braucht es Gemeinschaft. Seit über 30 Jahren sind wir ein „Dorfbrunnen“ im Herzen Rastatts – ein Ort für Begegnung, Unterstützung und Austausch für alle, die Teil einer Familie sind.



Betreute Spielgruppe für Kinder von 1-3 Jahren

ohne Eltern

Gruppe Pustebume

· Dienstag · Donnerstag

80 € pro Monat / 75 € für Vereinsmitglieder

Kleine Gruppen. Liebevolle Begleitung.
max. 10 Kinder · 3 Betreuungspersonen
· davon mind. 1 pädagogische Fachkraft
· behutsame Eingewöhnung

Interesse an einem Spielgruppenplatz?

Unser Team beantwortet gerne eure Fragen - telefonisch oder per E-Mail.

Dir fällt die Decke auf den Kopf?

Wir kennen den Alltag mit kleinen Kindern – mit all seinen Herausforderungen und kleinen Wundern. Genau dafür gibt es unser Eltern-Kind-Café!

Hier darf es lebendig sein: Während dein Kind spielt, kannst du in Ruhe ankommen, Kaffee trinken und andere Familien kennenlernen.

· **keine Anmeldung** · **keine Eintrittsgebühr**

Ein Angebot im Rahmen von Offenen Treff

Eltern-Kind-Café

von 15:30 bis 18:00 Uhr
sind alle von groß bis klein
willkommen!

**Montag
Freitag**

Wichtel-Café

von 09:30 bis 11:30 Uhr
für die Kleinen von
0-24 Monaten

**MITT-
WOCH**

Noch ein bisschen stöbern?

In unserer Second-Hand-Ecke findet ihr
gut erhaltene Kinderkleidung,
Spielsachen und mehr –
auf Spendenbasis.

Der offene Treff wird im Rahmen von

Landesprogramm



finanziert durch das Ministerium für Soziales, Arbeit und
Gesundheit aus Landesmitteln, die der Landtag von Baden-
Württemberg beschlossen hat.



Familien brauchen ein starkes Netzwerk. Und in Rastatt gibt es mehr davon, als man manchmal denkt.
Familien vernetzen. Regionale Angebote sichtbar machen. Aus der Region. Für die Region.

Mach unser Dorf ein Stück größer!

Mitglied werden

Unser Dorf wächst mit den Menschen, die es mittragen. Werde Teil von Löwenzahn und unterstütze unsere Arbeit.

31 € im Jahr, die unser Dorf stärken.

Mitgliedsbeitrag & Spendenkonto

IBAN: DE 98 6619 0000 0030 3928 09

Fragen & Anmeldung

Melde dich einfach vor Ort, telefonisch oder per E-Mail bei uns an. Mit Vorkasse ist dein Platz sicher. Wir freuen uns auf euch!

Montags von 15:30-17:30 Uhr sind wir persönlich im Büro für dich da.