

## **Kulturgut Schrabben Hof**

### **Newsletter Januar 2025**

Liebe Kultur-Interessierte,

das Team von MuT-Sauerland e.V. wünscht Ihnen einen guten Jahresausklang und für das kommende Jahr viel Gesundheit und Zuversicht.

Die vielen unterschiedlichen Krisen des vergangenen Jahres haben uns sicherlich herausgefordert und auch in 2025 erwarten uns große Aufgaben. Umso wichtiger erscheint es uns, einen Ort zu schaffen, an dem all diese Themen für einen Augenblick in den Hintergrund treten dürfen. Dabei ist es uns ein Bedürfnis, durch ein breitgefächertes Angebot viele Menschen zu erreichen.

Schauen Sie sich unser Januar-Programm gerne ausführlich an.

Noch ein Hinweis: Im Januar bleibt mittwochs unser Café geschlossen, ab dem 05.02.2025 sind wir dann gerne wieder für Sie da – wir starten dann direkt mit dem Erzählcafé. Die Grube, die kleine Kneipe im Schrabben Hof, ist ab dem 09.01. wieder regelmäßig Donnerstags und Freitags ab 19.00 Uhr geöffnet.

Kürzlich hat eine Dame in unserem Theater ein Iphone verloren. Dieses ist heute per Zufall gefunden worden. Die Dame kann sich gerne bei uns melden: [info@mut-sauerland.de](mailto:info@mut-sauerland.de) oder 016096643905.

Programm-Überblick für Januar nach Veranstaltungsformaten und -orten:

- **Unser „Grubenkonzept“ - Veranstaltungsformate in der Grube**

#### **Kneipenquiz mit Blödel & Trödel**

Am **Donnerstag, 09.01.** steht beim Kneipenquiz der Teamgedanke im Vordergrund. Gespielt wird in (Tisch-)Teams, die gegeneinander antreten und ihre Antworten aufschreiben.

Humorvoll moderiert wird das Event von den Quizmastern Uli und Leslie (Ulrike Wesely u. Leslie Sternenfeld), die bei dieser Gelegenheit den einen oder anderen Blödsinn von sich geben. Zu gewinnen gibt es Schrabbenkröten und ein Fässchen Krombacher.

Einlass ab 19 Uhr, Beginn: 19.30 Uhr, Eintritt 5 € p.P.

Tischreservierung empfohlen unter [info@mut-sauerland.de](mailto:info@mut-sauerland.de)

#### **Rock'n'Roll zum Mitsingen mit Joe Baker**

Am **Freitag, 10.01.** lädt Joe Baker Rock'n'Roll-Fans in die Grube ein. Songs, wie z.B. Roll over Beethoven, See you later Alligator, Rock around the clock, Schneeflöckchen -

Weißröckchen, etc. werden für einen kurzweiligen Abend sorgen.

Einlass ab 19 Uhr, Beginn 19.30 Uhr, Eintritt auf Hut

- **Tenne – ein Ort und/für viele Formate**

Am **Samstag, dem 11.01.** startet endlich unser 1. **Salsa-Workshop** mit 4 aufeinander aufbauenden Terminen und zwar wie folgt:

ab 17.30 Uhr für Anfänger,

ab 19.00 Uhr für Fortgeschrittene.

Die weiteren Termine sind: Sa 08.02. Sa 08.03. Sa 10.05.

Am Samstag dem 14.06. startet dann die Salsa-Party, auf der die Teilnehmer ihr tänzerisches Wissen zeigen dürfen.

## **Kulturgut Schrabben Hof**

### **Newsletter Januar 2025**

Lassen Sie sich von dem Kubaner Victor Vargas in Karibiklaune versetzen. Victor Vargas ist für seine erfrischende Art, diesen Tanz auf einfache Weise zu vermitteln, bekannt und begeistert immer wieder Tanz-Fans.

Kursgebühr: 40 € für vier Termine  
Salsa-Party: Eintritt 5 € (Workshopteilnehmer sind frei)

Am **Sonntag, dem 19.01.** kann zuhause die Küche kalt bleiben. Wir laden zur ersten **Tennenjause** in 2025 ein. An diesem Tag steht Grünkohl, Kassler/Mettwurst mit Salzkartoffeln auf dem Speisenplan. Damit der Appetit auf das deftige Essen wachsen kann, startet gegen 10.30 Uhr (bis ca. 12.30 Uhr) eine geführte Wanderung rund um Silberg. Die Teilnahme an der Wanderung ist kostenfrei, für das Essen entsteht ein Beitrag in Höhe von 16 € p.P.. Reservierungen sind bis zum 14.01.2025 an [Anmeldung@mut-sauerland.de](mailto:Anmeldung@mut-sauerland.de) möglich.

### **80er Hits**

Am **Samstag, 25.01.2025** startet ab 19.30 Uhr eine 80er-Hits-Party zum Mitsingen und Tanzen mit Katja Picker, Ulrike Wesely, Jutta Kunze, Stefan Kremer und dem Ensemble Heights to Hill (Marina Schulte und Sudan Jackson) in der Tenne.  
Eintritt 10 €, Anmeldung an: [info@mut-sauerland.de](mailto:info@mut-sauerland.de)

- **Workshops in der Kulturkirche**

### **Acrylmalerei für Kinder und Erwachsene**

Am **Sonntag, 19.01.** bieten wir wieder einen Workshop **Acrylmalerei mit Sami Gebremariam** an. Eingeladen sind alle, die sich ausprobieren möchten oder auch schon Kenntnisse und Erfahrung in Acrylmalerei haben.

13 - 17 Uhr für Erwachsene (30 €)

15 - 17 Uhr für Kinder (15 €)

Anmeldungen an: [anmeldung@mut-sauerland.de](mailto:anmeldung@mut-sauerland.de)

In der Kulturkirche

**bitte mitbringen: Leinwand, Farben, Pinsel**

### **Meditativer Tanz**

Am **Sonntag, 19.01. von 17.30 Uhr bis 19.00 Uhr** haben Sie die Möglichkeit mit Sigrid Baust in die Welt des meditativen Tanzes einzutauchen. Diese Tanzform ist mehr als bloße Bewegung: Es ist eine Reise nach innen, ein Moment der Achtsamkeit, der es erlaubt, mit sich selbst in Kontakt zu treten und den Alltag hinter uns zu lassen. Egal ob Sie schon Erfahrung haben oder einfach neugierig sind – bei uns sind alle willkommen, die sich bewegen und innehalten möchten.

Eintritt frei, Spende erbeten, Anmeldung an: [Anmeldung@mut-sauerland.de](mailto:Anmeldung@mut-sauerland.de)

***Das Team von MuT-Sauerland e.V. freut sich, Sie zu den Veranstaltungen begrüßen zu können und wünscht Ihnen einen guten und gesunden Start ins Jahr 2025 – haben Sie Anregungen oder Fragen zu unserem Programm, sprechen Sie uns gerne an: [info@mut-sauerland.de](mailto:info@mut-sauerland.de).***

Herzliche Grüße vom

MuT-Sauerland e.V.-Team