

Anita Jung

Dipl.- Ing. Agr. (FH)

Ihr Fachgebiet:

Kräuter-Pflanzenkunde,

Jahreszeitenevents,

Spirituelle Wanderungen



**Do
30.04.**

Walpurgisnacht

von 17 Uhr bis ca. 21 Uhr

Es werden Heilkräuter gesucht und ihre Wirkungen besprochen, Heilweine und andere Tinkturen gegen alle Wehwehchen probiert und altes Wissen über Hexenpflanzen, Aberglaube und Brauchtum vermittelt. Zum Abschluss der Veranstaltung gibt es eine Suppe, die den Körper erneuern soll.

Kosten: 23 € inkl. Suppe

Anmeldung erforderlich unter:
info@mut-sauerland.de

**Mi
29.04.
06.05.**

Jungpflanzenverkauf

Junge Pflanzensetzlinge, darunter verschiedene sehr robuste Tomatenpflanzen, diverse seltene Kräuter, Spinat- und Salatsorten werden im Cultivarium verkauft.

Mi: 14.30 Uhr - 17.30 Uhr

So: 13 Uhr - 17 Uhr

Im Kultursommer plant Anita Jung noch weitere Angebote für Familien oder Erwachsene wie Wildnisküche, Jahreszeitenevents, Zwischenweltenwanderungen etc. Weitere Informationen finden Sie dann unter www.mut-sauerland.de

Das Buch zu den Kräutern des Cultivariums ist im Schrabben Hof für 13 € erhältlich.



LWL
Für die Menschen
Für Westfalen-Lippe

KREIS OLPE
DiMUS
DIE MENSCHES
UMWELTSTIFTUNG

Unter dem Fantasiebegriff „Cultivarium“ verbirgt sich eine Museums-Freiland-Werkstatt, die an das Museumskonzept des Heimatmuseums anknüpft.

Rund um den Backes wurde auf ca. 400 m² ein Lern- und Erlebnisort für regionale Geschichte, Handwerk, Kultur und Natur errichtet. Hierzu gehören ein Garten, ein überdachter Außenarbeitsplatz und ein historisches Backhaus mit Gewölbekeller (Carpe Diem).



Impressionen zur Entstehung des Cultivariums gibt es hier:



Wir haben noch mehr im Naturprogramm, aktuelle Angebote u. Termine gibt es hier:



Das Carpe Diem ist Arbeits- und Seminarraum des Cultivariums.

Allgemeine Infos

Mittwochs ist Waffeltag im Schrabben Hof von 14.30 Uhr bis 17.30 Uhr.

Das Programm kann sich kurzfristig ändern. Aktuelle Änderungen kann man der Homepage entnehmen: www.mut-sauerland.de

Anmeldungen zu den Workshops unter info@mut-sauerland.de

Nähtere Infos zu den Inhalten der Workshops und was man mitbringen sollte, findet man unter www.kulturgut-schrabbenhof.de oder www.mut-sauerland.de

Unser Kulturprogramm: (www.mut-sauerland.de)



Kursangebote im Cultivarium Museums-Freiland-Werkstatt

**1. Halbjahr
2026**



JANUAR
BIS
JUNI
MuT-Sauerland steht für Musik und Theater und gestaltet im Schrabben Hof das Kulturprogramm.

Garten - Anbau
Pflege – Kräuterwissen
Altes Handwerk
Natur & Spiritualität



Schrabben Hof - Silberger Straße 32
57399 Kirchhundem-Silberg

www.mut-sauerland.de
www.kulturgut-schrabbenhof.de

Simone Simon

zertifizierte Kräuterfachfrau
www.naturgetreu.com/Termine
 Alle Workshops von 14.30 Uhr
 bis ca. 16.30 Uhr; Preisnachlass
 bei Gruppenanmeldung



**Sa
28.02.**

Erkältungs-/Lippenbalsam herstellen

Kosten: 25 € p.P. (inkl. Zutaten/Rezept/Skript), bitte mitbringen: ein ausgedienter Cremetiegel oder ein kleines Schraubglas

**Sa
07.03.**

Pflanzenstoffe kennenlernen und Tinturen herstellen

Kosten: 20 € p. P. (inkl. Sole/Kräuter/Skript), bitte mitbringen: 1 Fl. Vodka, 3 Gläser mit Schraubverschluss (200 ml), Schneidebrett und -messer

**Sa
21.03.**

Frühlingserwachen - Frühjahrskur mit Wildkräutern - 9-Kräutersuppe

Kosten: 20 € p. P. (inkl. Rezept/Skript/Zutaten für die Suppe)

**Sa
25.04.**

Löwenzahn & Gänseblümchen - 2 starke (unterschätzte) Heilkräuter

Kosten: 20 € p. P. (inkl. Skript, Rezept), bitte mitbringen: 1 Fl. natives Bio-Öl, 1 Fl. Vodka, 3 Gläser mit Schraubverschluss (200 ml), Schneidebrett u. -messer

**Sa
09.05.**

Maiwipferl - Hustensirup + Tinktur herstellen

Kosten: 20 € p. P. (inkl. Skript), bitte mitbringen: ein weithalsiges Schraubglas, 1 Paket Zucker oder 1 Glas Honig, 1 Fl. Vodka, 1 Glas mit Schraubverschluss (200 ml), Schneidebrett und -messer

**Sa
23.05.**

Liebstöckl, Koriander & Co. - die unbekannten Heilwirkungen der bekannten „Küchenkräuter“

Kosten: 20 € p. P. (inkl. Kräuter, Skript und Rezept), bitte mitbringen: 1 Fl. Vodka, 1 Fl. natives Bio-Öl, 4 leere Gläser mit Schraubverschluss (200 ml), Schneidebrett und -messer

**Sa
27.06.**

Johanniskraut effizient nutzen

Preis 20 €/Person (inkl. Skript), bitte mitbringen: 2 kl. Schraubgläser, 1 Fl. natives Bio-Öl) Wer noch zusätzlich eine Tinktur herstellen möchte: 1 weiteres Schraubglas, 1 Fl. Vodka

Gudrun Hieber

Kräuterpädagogin BNE
 Pilz-Coach
 Natur- und Waldpädagogin
www.gh-wildkraeuter.de



**Mi
04.02.
04.03.
01.04.**

Naturspaziergang

jeweils von 15 Uhr bis ca. 16.30 Uhr bei jedem Wetter außer bei Unwetterwarnung
 Kosten: jeweils 13 €

**Sa
21.02.**

Altes Handwerk

Spinnen - von der Rohwolle zum gesponnenen Faden
 von 11 Uhr bis ca. 16 Uhr
 Teilnehmergebühr: 80,- € inkl. aller Materialien und Mittagsimbiss mit Getränken
 max. 4 Teilnehmer*innen

**Mi
06.05.**

Frühlingskräuterspaziergang

von 16 Uhr bis ca. 18 Uhr
 Kosten: 18 € inkl. Imbiss

**Mi
03.06.**

Frühsommerspaziergang

von 16 Uhr bis ca. 18 Uhr
 Kosten: 18 € inkl. Imbiss

**Mi
18.03.
15.04.
29.04.
13.05.
27.05.
10.06.
24.06.**

Happy Flower

mit Gudrun Hieber und Karin Kraft
 Jeder ist unverbindlich herzlich willkommen, bei der Pflege der Blumen- und Kräuterbeete mitzumachen. Hier wird gejätet, geschnitten, gequatscht, gelacht und genossen und man erfährt viel Wissenswertes über Pflanzenpflege.
 Beginn: 15 Uhr



Gabriele Stähler

Fachberaterin für Gärten
 „Gartenarbeit bedeutet für mich Achtsamkeit, Nachhaltigkeit und Verantwortung für Natur und Mensch.“



Der grüne Donnerstag

Erfolgreich Gärtnern, praxisnah und inspirierend, ob naturnahes Gärtnern oder kreative Gartengestaltung.
 Für Einsteiger und Hobbygärtner jeden Alters. Vortrag und Erfahrungsaustausch, ca. 1,5 Std. Eintritt: 18 € Beginn: 18 Uhr

**Do
05.02.**

Der Boden lebt

so bleibt der Boden fruchtbar. Mehr Ertrag in gesundem Boden, was „Erde“ im Garten bedeutet

**Do
05.03.**

Das Gartenjahr beginnt

Anbauplanung, Mischkultur und Kulturfolge, was bedeutet das? Worauf muss ich achten?

**Do
09.04.**

Düngen im Biogarten

Biodünger selbst gemacht. Wir setzen Pflanzenjauche an. Welche Pflanzen sind geeignet und wofür?

**Do
07.05.**

Klein- und Kleinstbiotope im Garten

Planung und Ausstattung eines naturnahen Gartens Nisthilfen und Versteckräume für Insekten und viele andere Tierarten. Insektenhäuser, Käferkeller und Sandarinen
 Wo ist der Standort für einen wirkungsvollen Käferkeller?