



Silja Schoett • [www.silja-schoett.de](http://www.silja-schoett.de) • [schreiben@silja-schoett.de](mailto:schreiben@silja-schoett.de)

**Monat für Monat:  
Januar – Ich erde mich**  
**Ein Impuls für meinen beruflichen oder persönlichen Jahresbeginn**  
Online mit einem Naturgang vor der Haustür



Liebe Frau,

im Januar ruht die Natur.

Bäume ziehen die Kraft in ihre Wurzeln unter der Erde zurück.

Samen schlummern tief im Boden.

Tiere schlafen in ihrer Höhle.

Sie alle erden sich.

Wie könntest du dich auf eine dir angenehme und wohltuende Weise erden?

Dieser Workshop lädt dich ein, das in einem Naturgang vor deiner Haustür spielerisch herauszufinden.

Was immer du dabei erlebst, kannst du anschließend auf deinen beruflichen oder persönlichen Weg beziehen:  
Welche Erdung tut dir jetzt am Ende des alten Jahres, zu Beginn des neuen Jahres oder auf der Schwelle gut?

Ob du im Grünen oder inmitten der Stadt wohnst. Naturgänge kennst oder kennenlernen möchtest.  
Willkommen zu einem stärkenden Naturcoaching im Frauenkreis!

**Termin:** **NEU Donnerstag, 16. Januar 2025 von 16.00 bis 18.00 Uhr**

**Ort und Technik:** Wir treffen uns virtuell über Zoom. Du brauchst ein Mikro, eine Kamera und eine gute Internetverbindung (damit wir uns alle gut hören und sehen können).

**Kosten:** 25 € pro Person.

**Anmeldung:** Bitte melde dich verbindlich bis **Mittwoch, 15. Januar 2025 um 09.00 Uhr** unter [schreiben@silja-schoett.de](mailto:schreiben@silja-schoett.de) an.

Online-Workshops der Reihe **Monat für Monat** begleiten dich durch den Jahreskreis.

Jeder Termin wird als Einzelveranstaltung angeboten. Die weiteren Termine in 2025 sind voraussichtlich:  
04. Feb, 04. Mrz, 02. Apr, 06. Mai, 03. Jun, 01. Jul, 05. Aug, 02. Sep, 14. Okt, 04. Nov und 02. Dez.  
Die Uhrzeit kann wechseln.

Diese Workshops sind auch ideal, um mich und meine Arbeit kennenzulernen. Für einen ersten Eindruck besuche gerne meine Webseite [www.silja-schoett.de](http://www.silja-schoett.de). Aktuelle Veranstaltungshinweise findest du auf [www.silja-schoett.de/aktuell/](http://www.silja-schoett.de/aktuell/).



Silja Schoett • [www.silja-schoett.de](http://www.silja-schoett.de) • [schreiben@silja-schoett.de](mailto:schreiben@silja-schoett.de)

## Materialkiste



Auch im virtuellen Raum werden wir kreativ werkeln. Bitte stelle dir doch dafür vorab einige Dinge zusammen, die dein Herz erfreuen – sowie einige praktische Sachen.

Dies sind meine Vorschläge:

- circa zehn Bilder (z. B. als Fotos, Postkarten oder aus Zeitschriften)
- circa zehn kleine Gegenstände (z. B. Spielzeug wie Murmel oder Figur; Gebrauchsgegenstände wie Knopf oder Schlüssel; Schönes wie Handschmeichler oder Kerze; Naturmaterialien wie Muschel oder Stein)
- Papier und Stifte zum Schreiben und, falls du magst, auch zum Kritzeln/Zeichnen/Malen
- für den Naturgang wetterpassende Kleidung, eine Uhr (möglichst nicht das Handy)
- **für den Naturgang bei Bedarf eine Sitz-/Liege-Unterlage, eine Taschenlampe (möglichst nicht das Handy)**
- **eine Wunderkerze und Streichhölzer/Feuerzeug.**

Lass dich bei deiner Auswahl der schönen Dinge gerne von Herz, Bauch und Intuition leiten.

Ich wünsche dir viel Freude dabei!