

DTE



Mit
52
Besser-Leben-
Tipps

Swing

Dynamisch leben

Benefizkalender

2012



Und plötzlich weißt du, es ist Zeit, etwas Neues zu beginnen und dem Zauber des Anfangs zu vertrauen.

—Meister Eckhart

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
2	Was möchtest du in diesem Jahr erstmals tun? Wann?	4	5	6 Heilige Drei Könige	7	1 Neujahr	52
9	10	11	12	13	14 Welche Fähigkeiten könntest du stärken, um mehr Sicherheit zu gewinnen?	8	1
16	17	18 Wer stärkt und motiviert dich?	19	20	21	15	2
23	24	25	26 Erledige etwas, das du lange aufgeschoben hast.	27	28	22	3
30 Tue etwas, das du besonders gut kannst.	31					29	4
							5

01

DtE

Januar



Langweilig
können auch die
anderen sein.

—Kerstin Hack

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
		1	2	3 Gehe in deiner Umgebung auf Entdeckungsreise.	4	5
6	7	8	9	10	11 Probiere heute etwas Neues aus: ein Rezept, ein Computerprogramm, ...	12
13	14 Valentinstag	15	16 Betrachte etwas so, als hättest du es noch nie gesehen.	17	18	19
20 Ziehe dich heute außergewöhnlich an.	21	22	23	24	25	26
27	28	29 Finde einen neuen Verwendungszweck für einen alten Gegenstand.				

02

DtE

Februar

Gegenüber der Fähigkeit,
die Arbeit eines einzigen
Tages sinnvoll zu ordnen,
ist alles andere im Leben
ein Kinderspiel.

—Johann Wolfgang von Goethe

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
				1	2 Räume eine »Sammel- stelle« auf.	3	4	9
	5	6	7 Verschenke Dinge, die du nicht mehr brauchst, an andere.	8	9	10	11	10
	12 Gestalte eine Ecke in einem Raum neu.	13	14	15	16	17	18	11
	19	20 Frühlings- anfang	21	22 Wirf alte Zeit- schriften weg oder verschenke sie.	23	24	25 Beginn der Sommerzeit	12
	26	27	28	29	30	31 Welche Kleinigkeit könnte deine Umge- bung verschönern?		13

Wahrscheinlich hilft nichts einem Menschen mehr,
Schwierigkeiten zu überwinden oder zu ertragen,
als das Bewusstsein, eine Aufgabe im Leben zu haben.

—Viktor Frankl



Sonntag

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
2	3	4	5 Gründonnerstag	6 Karfreitag	7 Überlege: Was ist für dich sinnvoll?	1 Palmsonntag
9 Ostermontag	10 Schreibe auf, welche Werte deinen Umgang mit anderen prägen sollen.	11	12	13	14	8 Ostersonntag
16	17	18	19	20 Setze dich an einen ruhigen Ort und komm mit deinem Schöpfer ins Gespräch.	21	15
23	24	25	26 Beende oder ändere Dinge, die für dich keinen Sinn mehr machen.	27	28	16
30						17
						18



Leben heißt, Menschen und Dinge umarmen und wieder loslassen, dass sie grünen und blühen.

—Phil Bosmans

	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
Montag	1 Maifeiertag	2	3	4	5 Freude multipliziert sich durch Mitteilen. Erzähle jemandem, was dich glücklich macht.	6	18
Schreibe jemandem, was du an ihm magst.	7	8	9	10	11	12	19
14	15 Wem möchtest du tiefer begegnen? Frage ihn oder sie nach ihrer Geschichte.	16	17 Christi Himmelfahrt	18	19	20	20
21	22	23	24	25 Mache jemandem eine Freude, um ihm zu zeigen, dass er dir wertvoll ist.	26	27 Pfingstsonntag	21
28 Pfingstmontag	29	30	31 Schlage jemandem vor, etwas gemeinsam zu unternehmen, was ihr noch nie getan habt.				22

05

DTE

Mai



**Fürchte dich nicht,
dass dein Leben
zu Ende geht.
Fürchte vielmehr,
dass es nie beginnt.**

—Grace Hansen

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
				1	2	3 Genieße etwas Einfaches bewusst. Erlebe, wie es zum Festakt wird.
4	5	6 Welche Gründe zu feiern gab es in den letzten Tagen? Finde mindestens fünf.	7 Fronleichnam	8	9	10
11	12 Genieße etwas Schönes schweigend.	13	14	15	16	17
18	19	20	21 Sommeranfang	22 Gestalte etwas Alltägliches wie Abendbrot auf besondere Weise.	23	24
25 Gönne dir ein besonderes Event.	26	27	28	29	30	



**Wir sehen die Dinge
nicht, wie sie sind,
sondern wie wir sind.**

—Talmud

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12 Bitte jemanden um Rat für eine Situation, die dich belastet.	13	14	15
16 Schreibe am Ende des Tages fünf Dinge auf, die du gut erledigt hast.	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27 An welche Geschmacksnoten des letzten Essens erinnerst du dich?	28	29
30	31 Fehler machen schlau. Wo bist du heute schlauer geworden?					

07

DIE

Juli

In der Stille können wir Gottes Herzschlag hören.

—Richard Foster

	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Montag Nimm dir Zeit, dich ausgiebig zu dehnen und tief durchzuatmen. 6	Dienstag 7	1 Bundesfeiertag Schweiz	2	3	4 Probiere mit jemandem aus, wer von euch am längsten still sein kann.
13	14	8	9	10	11
20	Sei einige Momente still und höre auf die Geräusche, die dich umgeben. 21	15 Mariä Himmelfahrt	16	17	18
27	28	Schalte Stille-Störer aus. 29	30	31	12 19 Werde still und spüre: Was würde mir jetzt gut tun?
					31
					32
					33
					34
					35



Was du liebst, lass frei.
Kommt es zurück,
gehört es dir für immer.

—Konfuzius

Samstag

Sonntag

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

1

2

3

4

5

6

7

8

9

Probiere aus: Wie
lange kannst du
etwas aufmerksam
betrachten?

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20 Weltkindertag

21

22 Herbstanfang

23

Beobachte etwas
still mit jemandem.
Teilt euch danach
eure Eindrücke mit.

24

Achte bewusst auf
deinen Körper. Was
nimmst du wahr?

25

26

27

28

29

30 Erntedankfest

35

Wunder liegen vor
unseren Augen.
Betrachte etwas
aus der Nähe.

36

Berühre etwas 30 Se-
kunden oder länger.
Was spürst du?

37

38

39

09

DTE

September

Ein Optimist findet immer einen Weg.
Ein Pessimist findet immer eine Sackgasse.

—Napoleon Hill



Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Samstag

Sonntag

1	2	3 Tag der Dt. Einheit	4	5	6 Überlege: Was will ich in diesem Monat gestalten? Wie packe ich es an?	7	40
8 Konzentriere dich auf das, was du gerade tust.	9	10	11	12	13	14	41
15	16	17	18	19	20	21 Wenn du warten musst, nutze die Zeit, um etwas zu betrachten und zu genießen.	42
22	23	24	25 Frage bei dem, was dich beschäftigt: Kann ich es überhaupt beeinflussen?	26 Nationalfeiertag Österreich	27	28 Ende der Sommerzeit	43
29	30 Freu dich über das, was du in diesem Monat gestaltet hast.	31 Reformationstag					44

10



Oktober

Denke immer daran,
dass es nur eine
wichtige Zeit gibt:
Heute! Hier! Jetzt!

—Leo Tolstoi

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Lächle. Jetzt.			1 Allerheiligen	2	3 Schreibe dir 20 oder mehr Dinge auf, die dir Freude machen.	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15 Gönne dir heute einen kleinen Luxus.	16	17	18 Volkstrauertag
19	20	21 Buß- und Betttag	22	23 Freue dich an etwas Schönem!	24	25 Ewigkeits-sonntag
26	27 Sing mal wieder einige Lieder. Voll Freude.	28	29	30		

11

DTE

November

Friseur

Die Zukunft gehört denen,
die an die Schönheit ihrer Träume glauben.

—Eleanor Roosevelt

OPEN

Samstag

Sonntag

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

1

2

1. Advent

48

3

4

5

6

Nikolaus

7

8

9

2. Advent

49

Wo willst du in einem Jahr sein? Was ist der erste Schritt dahin?

10

11

12

13

14

15

16

3. Advent

50

17

18

19

20

Sprich mit Gott über das, was dich in Bezug auf das kommende Jahr bewegt.

21

Winteranfang

22

23

4. Advent

51

24

Heiligabend

25

Weihnachten

26

Weihnachten

27

28

29

Schreibe zehn Dinge auf, die du kennenlernen willst. Plane sie für 2013 ein.

30

52

31

Silvester

1

12

DtE

Dezember



Swing

Es gibt Hoffnung
am Ende des Kalenders:

Die Bücher von Down to Earth laden
dich zu einem beswingten Leben ein.

Auf unserer Internetseite kannst du
dich ausführlich informieren und in
Leseproben hineinschnuppern.



Christoph Schalk
Selbstcoaching
Überlegt handeln, konsequent umsetzen
Quadro Nr. 23

Mit Reflexion und Klarheit den inneren Schweinehund überwinden. Dieses Quadro erläutert hilfreiche Analyse- und Entscheidungsmethoden. Es zeigt, wie man sich verändern und gesteckte Ziele tatsächlich erreichen kann.

ISBN 978-3-86270-566-5
Best. Nr. 304273



365 Tage voller Leben
Immerwährender Kalender

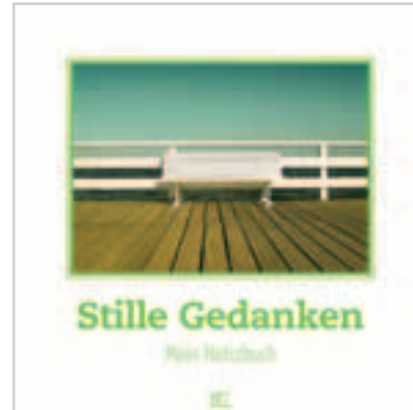
183 Seiten, beidseitig bedruckt, 14,8 x 10,5 cm
ISBN 978-3-86270-607-5
Best. Nr. 304204



Torsten Huith
Kreativität entwickeln
Potentiale entdecken und entfalten
Quadro Nr. 22

Kreativität kann man lernen. Vier Wochen lang zeigt der Kreativitätstrainer Torsten Huith dem Leser, wie er kreative Potentiale effektiv entfalten kann.

ISBN 978-3-86270-103-2
Best. Nr. 304269



Persönlich
Stille Gedanken
Mein Notizbuch

In der Stille kommen einem die besten Gedanken. Dieses schöne Blanko-Notizbuch lädt dazu ein, sie festzuhalten. Kluge Zitate und praktische Anregungen inspirieren.

192 Seiten gebunden, Hardcover, Fadenheftung, edles Schreibpapier. Mit Lesebändchen.

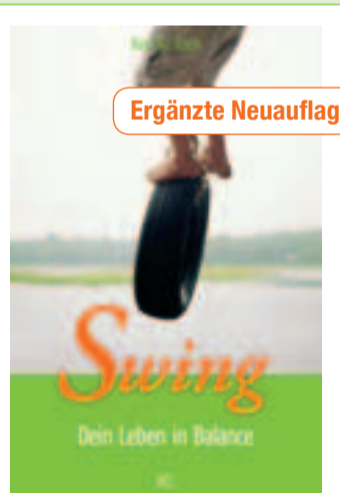
ISBN 978-3-935992-70-1
Best.-Nr. 304216



Kerstin Hack
Unterstützung
Impulse, Hilfe zu erfahren
Impulsheft Nr. 46

ISBN 978-3-935992-96-1
Best. Nr. 304300

Viele Menschen sehnen sich nach mehr Unterstützung. In diesem Impulsheft erfahren sie, wie man den Bedarf nach Unterstützung erkennen und Lösungen finden kann. Ideal für alle, die Hilfe erfahren und geben möchten.



Kerstin Hack
Swing
Dein Leben in Balance
ISBN 978-3-935992-24-4
Best.-Nr. 304224



Kerstin Hack
Spring
Hinein ins volle Leben
ISBN 978-3-935992-40-4
Best.-Nr. 304311



Kerstin Hack
Die Hütte und ich
Gott neu vertrauen – eine Reise
ISBN 978-3-935992-79-4
Best.-Nr. 304201



Jack Winter
Heimkommen
zu Gottes Vaterliebe
ISBN 978-3-935992-07-7
Best.-Nr. 304207



Kerstin Hack
Leben
schlicht + ergreifend
ISBN 978-3-86270-534-4
Best.-Nr. 304212



Kerstin Hack
Liebe
schlicht + ergreifend
ISBN 978-3-86270-542-9
Best.-Nr. 304218



Kerstin Hack
Erfolg
schlicht + ergreifend
ISBN 978-3-86270-538-2
Best.-Nr. 304215



Kerstin Hack
Freunde
schlicht + ergreifend
ISBN 978-3-86270-546-7
Best.-Nr. 304219

Auswahl aus dem Verlagsprogramm 2012 des Down to Earth Verlags

Alle Produkte von Down to Earth
erhältst du im Buchhandel oder direkt
bei unserem Partner Chrismedia:

Down to Earth bei Chrismedia
Robert-Bosch-Straße 10
35460 Staufenberg

Telefon: 06406 - 8346 0
Telefax: 06406 - 8346 125
E-Mail: dte@chrismedia24.de

Oder direkt im Internet unter
www.down-to-earth.de





Start-Platz



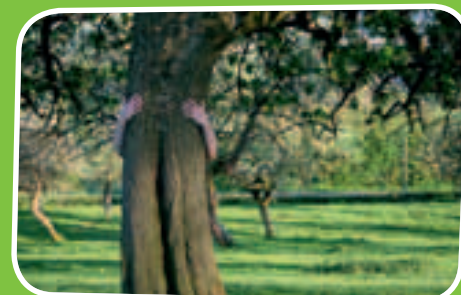
Streich-Fest



Farben-Froh



Tank-Stelle



Stamm-Halter



Ein-Wurf



Bein-Frei



Himmel-Bett



Frei-Flug



Stau-Raum



Licht-Blick



Leucht-Spur

Dieser Kalender begleitet dich ein Jahr lang mit Bildern, Zitaten und einem Besser-Leben-Tipp pro Woche.

Und: Du hilfst Menschen!
1,- € pro Kalender geht an das Projekt »Frauengarten« in Afghanistan. Das Projekt ermöglicht Frauen, Gemüseanbau und Vermarktung zu erlernen und so ihre Familien besser zu ernähren. www.shelter.de

Fotos, wenn nicht anders angegeben, von photocase.com

Cover: Bob Mitchell (Corbis)

Januar: ermlue

Februar: bellaluna

März: se.scho

April: kallejipp

Mai: MMchen

Juni: tobeys

Juli: Miss X

August: dioxin

September: matlen

Oktober: misterQM

November: ermlue

Dezember: TimToppik

www.down-to-earth.de

DTE

ISBN 978-3-86270-606-8

