

Allitera Verlag

A photograph of two women in red dresses with black polka dots embracing on a city street. The woman on the right is pointing towards the camera with a joyful expression. The background shows a blurred city street with buildings and trees.

DIVEN  
KALENDER 2025  
MONIKA SCHEDDIN  
DER COACHINGKALENDER FÜR GÖTTLICHE FRAUEN

# Wenn schon anders, dann besser!

DAS CREDO EINER DIVA

STECKBRIEF EINES MODERNEN FRAUENTYPS:

## Die Diva ...

- ... ist emanzipiert, aber keine Emanze
- ... ist freundlich, aber selbstbewusst
- ... steht zu ihren Schwächen und bestimmt ihre Grenzen
- ... ist selbstständig und aktiv, ohne alles selbst machen zu wollen
- ... hat gute Manieren, die sie zum angenehmen, gefragten Gegenüber machen
- ... ist mutig, manchmal verwegen, immer für Überraschungen gut
- ... ist großzügig und herrlich emotional
- ... ist ebenso einfach im Handling wie eigenwillig
- ... ist eindeutig Frau
- ... arbeitet gern und feiert ausgiebig. Sie gönnt sich etwas.

Ihre größte Schwäche: ihr Gerechtigkeitsfimmel

Ihre größte Stärke: ihr Humor

Für diese göttliche Frau kann es nur einen Namen geben: DIVA!

# Liebe Diven,



eure Resonanz, euer Feedback spornt mich an, immer wieder mein Bestes zu geben. Wenn ihr mir Fotos schickt, wo euer Divenkalender seinen divengerechten Platz gefunden hat. Wenn ihr mich wissen lasst, welches eure Lieblingsprüche sind. Wann ihr gelacht habt oder wo ihr einen Spruch geteilt habt: als Inspiration, Motivation, manchmal als Trost. Und wie sehr sich diejenigen freuen, denen ihr den Divenkalender schenkt. Oft schon seit Jahren. Ihr seid große Klasse!

Und so freue ich mich, mit euch das Jahr 2025 und den 16. Kalender teilen zu dürfen.

Genießt 2025, seid gut zu euch, begegnet Herausforderungen mit Würde ganz nach dem Motto „Wenn schon anders, dann besser!“

Von Herzen

*Monika Scheddin*

E-Mail: [monika@scheddin.com](mailto:monika@scheddin.com)

PS: Ich freue mich auf deine Post! Welcher Spruch hat dich ganz besonders angesprochen? Wozu hat er dich inspiriert?



# Willkommen im neuen Jahr!

Wie hättest du es denn gerne in 2025:  
rasant oder gemütlich?

Ziele anvisieren oder sich vom Leben  
überraschen lassen?

Fernreise oder zu Hause bleiben?  
Rocken oder chillen?

Sparen oder ein wenig verschwenderisch sein?  
Abenteuer suchen oder das Bewährte zelebrieren?

Neue Seiten von dir zeigen oder  
ganz die Alte sein?

Du bist die Bestimmerin!

MONIKA SCHEDDIN

JANUAR

MO

DI

MI

DO

FR

SA

SO

KW 1

30

31

01

02

03

04

05

**DU MUSST NICHT IMMER EINEN PLAN HABEN.**  
 Manchmal musst du nur atmen, vertrauen, loslassen  
 und schauen was passiert.

MANDY HALE



JANUAR

MO

DI

MI

DO

FR

SA

SO

KW2

06

07

08

09

10

11

12



Ich bin zwar noch nicht dort,  
wo ich sein möchte,  
aber dem Himmel sei Dank  
bin ich auch nicht mehr dort,  
wo ich mal war! „„

JANUAR

MO

DI

MI

DO

FR

SA

SO

KW 3

13

14

15

16

17

18

19



WENN JEMAND ZU DIR SAGT:  
**„DAS GEHT NICHT!“**,  
DANN SIND DAS SEINE  
GRENZEN, NICHT DEINE.

MONIKA SCHEDDIN

JANUAR

MO

DI

MI

DO

FR

SA

SO

KW 4

20

21

22

23

24

25

26



Eine falsche Note zu spielen, ist unwichtig.

Aber ohne Leidenschaft zu spielen, ist unverzeihlich.

LUDWIG VAN BEETHOVEN

JANUAR/FEBRUAR

MO

DI

MI

DO

FR

SA

SO

KW 5

27

28

29

30

31

01

02





DEINE ERSTEN SCHRITTE IM LEBEN  
 WAREN WACKELIG.  
 DEINE ERSTEN SÄTZE IM LEBEN  
 WAREN HOLPRIG.  
 DEIN ERSTER KONFLIKT FÜHLTE  
 SICH SCHEUSSLICH AN.  
 DEINE ERSTE REDE WAR  
 BESTENFALLS O. K.  
 JEDER ANFANG WAR EINFACH  
 NUR EIN ANFANG.  
 LASS DICH DAVON NICHT  
 INS BOCKSHORN JAGEN.

**MUNTER WEITERMACHEN  
BITTE!**

MONIKA SCHEDDIN

FEBRUAR

MO

DI

MI

DO

FR

SA

SO

KW 6

03

04

05

06

07

08

09

LIEBE DICH SELBST,  
DANN KÖNNEN  
DIE ANDEREN DICH  
GERN HABEN.

DR. ECKART VON HIRSCHHAUSEN

FEBRUAR

MO

DI

MI

DO

FR

SA

SO

KW 7

10

11

12

13

14

15

16

# ULTIMATIVE SCHÖNHEITSTIPPS

VON AUDREY HEPBURN



## FÜR SCHÖNE LIPPEN

benutze freundliche Worte

## FÜR SCHÖNE AUGEN

suche das Gute im Menschen

## FÜR EINE SCHLANKE FIGUR

teile dein Essen

## FÜR SCHÖNES HAAR

lass ein Kind einmal täglich mit den Fingern durch dein Haar fahren

## FÜR GELASSENHEIT

denke daran, dass du nicht allein auf dieser Welt bist.

Deine Menschen müssen – viel mehr als Gegenstände – gepflegt, repariert und zurückerobert werden. Wirf Menschen nicht einfach fort.

FEBRUAR

MO

DI

MI

DO

FR

SA

SO

KW 8

17

18

19

20

21

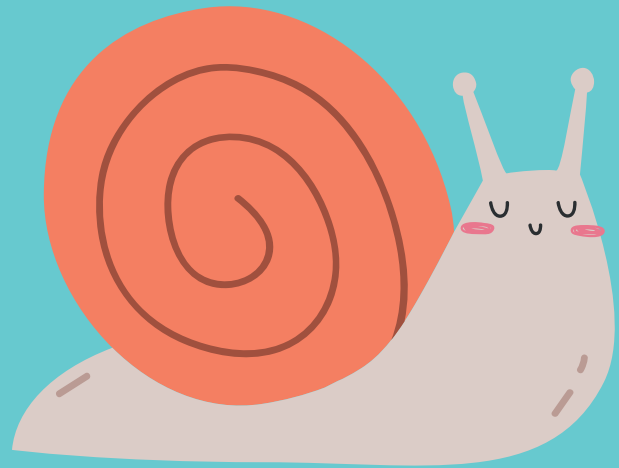
22

23

**OB DU VORWÄRTS  
RENNST, SCHLEICHST  
ODER STOLPERST -  
EGAL!**

**VORWÄRTS IST  
VORWÄRTS!**

MONIKA SCHEDDIN



FEBRUAR/MÄRZ

MO

DI

MI

DO

FR

SA

SO

KW9

24

25

26

27

28

01

02



Vielleicht sind alle Drachen  
unseres Lebens Prinzessinnen,  
die nur darauf warten,  
uns einmal schön und mutig  
zu sehen.

Vielleicht ist alles Schreckliche  
im Grunde das Hilflöse,  
das von uns Hilfe will.

RAINER MARIA RILKE

MÄRZ

MO

DI

MI

DO

FR

SA

SO

KW 10

03

04

05

06

07

08

09

# WUT

IST DAS GEFÜHL DER  
SELBSTBEHAUPTUNG UND  
EIN ZEICHEN FÜR SELBSTLIEBE.  
SIE HAT ES NICHT VERDIENT,  
WEGGELÄCHELT ZU WERDEN.

MONIKA SCHEDDIN



MÄRZ

MO

DI

MI

DO

FR

SA

SO

KW11

10

11

12

13

14

15

16