



„DAS GEHEIMNIS DER VERÄNDERUNG
BESTEHT DARIN, DEINE GANZE ENERGIE
DARAUF ZU KONZENTRIEREN, NEUES
AUFZUBAUEN, STATT ALTES ZU BEKÄMPFEN!“

SOKRATES



FREISPIELERIN

WIR KÖNNEN ES. WIR WOLLEN ES.
WIR TUN ES.

WIR KÖNNEN ES!
WIR WOLLEN ES!
WIR TUN ES!





LIEBE LESERIN, LIEBER LESER!

Unsere Welt verändert sich rasant und alte, verkrustete und träge Systeme sind einer der Gründe, warum so Vieles schief läuft. Unser Planet kann kaum noch atmen, unsere Kinder hängen in alten Bildungssystemen fest und Krankheiten wie Burnout und Depressionen sind schon längst zur Volkskrankheit mutiert und machen auch vor unseren Kindern nicht Halt. Aber warum ist das so? Wer ist verantwortlich dafür? Diese Fragen zu beantworten ist nicht leicht, viel wichtiger ist es, dass sich jeder Einzelne folgende Fragen stellt:

WAS IST EIN GUTES, NACHHALTIGES LEBEN?

WAS BRAUCHT ES DAZU?

WAS KANN ICH DAZU BEITRAGEN, UM EIN GUTES LEBEN ZU ERSCHAFFEN?

Es zeigt sich immer mehr, dass es von absoluter Notwendigkeit ist, dass wir aktiv werden, selbst anpacken und nicht hoffen, dass jemand kommt, der unsere Situation verändert, denn das wird wahr-

scheinlich nicht passieren! Aus diesem Grund habe ich mich entschieden, den gemeinnützigen Verein FreispielerIn zu gründen und mich mit anderen Menschen gemeinsam auf die Reise zu begeben. Unser vordergründiges Ziel ist es, die Welt etwas besser zu hinterlassen, als wir sie vorgefunden haben.

Auf den folgenden Seiten möchten wir Ihnen einen kleinen Einblick in unsere ehrenamtliche Tätigkeit geben, einige unserer bisherigen Projekte und unsere zukünftigen Projekte vorstellen. Vielleicht können wir Sie inspirieren, auch ein/e FreispielerIn zu werden und uns zu unterstützen.

Herzlichst

Isolde Mitter, Präsidentin FreispielerIn

Verein für ein selbstbestimmtes, nachhaltiges Leben

RECHERCHIEREN & INSPIRIEREN

Es gibt sie: die Freigeister, die Visionäre, die ErfinderInnen und MacherInnen, die edlen Geister, die großen Denker, die Philosophen und die UmsetzerInnen – man findet sie überall auf der Welt! Das FreispielerInnen-Team hat es sich zur Aufgabe gemacht, die spannendsten und nachahmungswürdigsten Ideen und Projekte im Internet zu suchen und auf einer Website zu vereinen & zu präsentieren.

Außer dieser Website, werden die Projekte auch auf den Sozialen Netzwerken vorgestellt und wir organisieren Workshops und Infoabende zu unterschiedlichen Themen. Unser Ziel ist es, möglichst viele Menschen zu inspirieren und ihnen fertige Konzepte von Projekten zur Verfügung zu stellen, sodass jeder die Möglichkeit hat, ein Herzensprojekt in seinem Heimatort umzusetzen!

#01



WERDE AKTIV! WERDE ...



#02

LERNTREFFS MIT PÄDAGOGISCHER BEGLEITUNG

In der jetzigen Zeit kommen viele Eltern in eine sehr herausfordernde Situation. Ständig wechselnde Bedingungen, psychischer und sozialer Druck erzeugen ein Umfeld in dem freudvolles Lernen unmöglich ist. Aus diesem Grund melden Eltern ihre Kinder von der Schule ab, um ihnen im häuslichen Unterricht (Home-

schooling) den Lehrstoff näherzubringen und sie auf die Externistenprüfung vorzubereiten. Die FreispielerInnen unterstützen jene Eltern, sich gut zu organisieren und sich untereinander zu vernetzen. Das Ziel ist es, Lerntreffs mit pädagogischer Begleitung im Heimatort des jeweiligen Kindes aufzubauen.

COACHING DER PROJEKTGRUPPENLEITERINNEN UND KOORDINATION/AUFBAU VON LERNGRUPPEN- NETZWERKEN IN ÖSTERREICH

Der Aufbau einer Lerngruppe mit pädagogischer Begleitung ist ein großer Arbeitsaufwand. Es ist gleichzusetzen mit dem Aufbau eines Unternehmens. Der große Unterschied ist allerdings, dass es eine gemeinnützige Initiative ist und auf ehrenamtlicher Basis gear-

beitet wird! Es braucht deshalb ein Team und viele helfende Hände! Der Verein FreispielerIn coacht ProjektgruppenleiterInnen in ganz Österreich um sie ihrem Ziel näher zu bringen: **Die Eröffnung eines Lerntreffs in der eigenen Heimatstadt!**

03





#04

**VERNETZUNG VON ELTERN, KINDERN, PÄDAGOGINNEN,
LERNBEGLEITERINNEN UND IMMOBILIENBESITZERN**

Wir sind in den letzten Monaten zur Anlaufstelle für Eltern und PädagogInnen, vorwiegend in Oberösterreich geworden, und vernetzen und verbinden alle Interessierte, die an dem Projekt Lerngruppe mithelfen und beim Aufbau dabei sein wollen!

WERDE ALS TEIL DER FREISPIELERINNEN AKTIV!

Leg los! Mach deine eigene Aktion für ein selbstbestimmtes, nachhaltiges Leben. Erzähl uns von dir und deiner Vision und sende uns eine Nachricht an isolde@freispielerin.at

WIR FREUEN UNS AUF DICH!

NEUE WEGE GEHEN - DIE SCHULEN DER ZUKUNFT

Ist unser Bildungssystem tatsächlich noch zeitgemäß? Welche Themen sind für unsere Kinder wichtig und werden noch nicht an den Schulen unterrichtet? Sollten Unterrichtsfächer wie Glück, Achtsamkeit, Yoga, Meditation, ganzheitliches Bewusstseinstraining, Kräuterkunde, Ethik und gewaltfreie Kommunikation nicht schon längst im öffentlichen Bildungsplan integriert sein? Diese und viele andere Fragen beantworten wir mit einem Team aus PädagogInnen, LehrerInnen, Bewusstseins- und Achtsamkeits-

trainern, Bewegungs- und ErnährungstrainerInnen, Gehirn- und Bewusstseinsforschern. Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht einen Lehrplan für Kinder auszuarbeiten, der auf den neuesten Erkenntnissen der Forschung basiert. Ansätze und Modelle von neuen, ganzheitlichen Schulen, die bereits überall auf der Welt gegründet wurden, integrieren wir ebenfalls in diesen Bildungsplan. In Kooperation mit einigen Lerngruppen wird dieser dann in der Praxis, im Rahmen eines Forschungsprojektes, angewandt und adaptiert.

#05



WERDE AKTIV! WERDE ...



#06

„GEMEINSAM GARTLN“ – ZURÜCK ZUR NATUR

Äpfel werden aus Afrika nach Österreich importiert und hier neben heimischen Waren billiger verkauft? Fleisch wird einmal rund um den Globus gekarrt (meist lebend) damit die Teile an verschiedenen Orten zerlegt und an anderen Orten verpackt werden, bevor sie zu uns auf den Tisch kommen. Dann kostet das argentinische Rindersteak weniger als das Steak vom Rind ums Eck, das ordentlich ernährt und würdig aufgezogen wurde.

Um wieder einen Bezug zu Lebensmitteln herzustellen rufen wir das Projekt „Gemeinsam Gartln“ ins Leben. Menschen, die in Wohnungen ohne Balkon oder Garten leben, sollen in

ihrem Heimatort, in der Nähe ihrer Wohnung die Möglichkeit bekommen, selbst ihr Obst und Gemüse anzupflanzen. Außerdem soll auch möglichst unterschiedliches Gemüse und Obst angebaut werden, damit man untereinander tauschen kann um selbst eine größtmögliche Vielfalt an Nahrung zu erhalten. Dieses Projekt soll die Menschen dabei unterstützen, den Bezug zur Natur wieder herzustellen und seinen Körper mit regionalen und biologisch angebauten Lebensmitteln gesund zu ernähren, damit wir möglichst lange fit bleiben. „Gemeinsam Gartln“ ist ein Projekt in Kooperation mit den Lerngruppen für Kinder. Nähere Infos auf www.gemeinsamgartln.at

„REVITALISIERUNG ALTER GEBÄUDE // WOHNRAUMSCHAFUNG UND NUTZUNG

In ganz vielen Orten und Städten stehen Häuser leer, die verfallen. Mit dem Projekt „Revitalisierung alter Gebäude“ starten wir ein Projekt mit einem Team aus Handwerkern, Architekten, Bauherren, Finanziers und den Besitzern solcher alten Häuser, die es ermöglichen, diese Gebäude ressourcenschonend und mit wenig Aufwand wieder bewohnbar und nutzbar zu machen. **Die Vorteile:**

- **Grünflächen erhalten!** Altes wird revitalisiert und es muss dafür nichts Neues gebaut werden. Wieder eine Grünfläche weniger, die zu betoniert werden müsste.
- **Ein schöneres Stadtbild** Alte, verfallene Häuser werden ansehnlich gemacht und das sorgt für ein schöneres Gesamtbild der Städte.
- **Reparieren und erhalten statt entsorgen!** Im Sinne der Nachhaltigkeit und Ressourcenschonung für unsere Mutter Erde.

#07





#08

**WISSEN IST MACHT,
UMSETZUNG IST MÄCHTIGER.**

Prävention und Aufklärung in Schulen für Kinder und Jugendliche zu den Themen Mobbing, Drogen, Gewalt, Missbrauch und dem sicheren Umgang mit den Sozialen Medien

Der Verein Freispieler:in arbeitet mit einem Team von Fachleuten, Präventivtrainern, Kinderpsychologen, das an Schulen Vorträge für

Kinder und Jugendliche hält, um die unterschiedlichen Probleme in unserer Gesellschaft zu thematisieren und Präventionsarbeit zu leisten. Hierfür werden wir mit den Schulen und Gemeinden in Kontakt treten, um eine Zusammenarbeit zu ermöglichen und aufzubauen. Eine Beratungsstelle für betroffene Eltern und Kinder ist ebenfalls in Planung.

WÜRDIG ALTERN - GLÜCKLICH SEIN IM DRITTEN LEBENSABSCHNITT

Stellen Sie sich ein schönes Gebäude vor z.B.: einen Vierkanthof, ein altes Schlösschen oder ein altes, verlassenes Kloster mit einem großen Park, einem Gemüse- und Obstgarten, umgeben von Natur, Wäldern und Feldern, mit kleineren und größeren Apartments, Gemeinschaftsräumen und einem Team von liebevollen Altenpflegern und guten Köchen. So stellen wir es uns bei den

FreispielerInnen vor, unseren Lebensabend zu verbringen. Würdig, in Gemeinschaft, aber trotzdem mit Privatsphäre. Bei diesem Projekt vernetzen wir Menschen, die diese Vision vom Leben teilen, mit Besitzern leerstehender, womöglich sanierungsbedürftiger Gebäude, Finanziers und dem FreispielerInnen - Revitalisierungsteam, die diese Vision gemeinsam umsetzen wollen.

09



WERDE AKTIV! WERDE ...



#10

DIE LEIHOMA

Immer öfter vereinsamen gerade die älteren Menschen in unserer Gesellschaft, deren Kinder und Enkelkinder oft weit weg wohnen. Der Berufsalltag liegt schon lange zurück, der Freundeskreis wird durch Krankheit und Tod immer kleiner und es fehlt die sinnvolle Aufgabe im Leben, die geistig und körperlich gesund und fit halten würde. Gerade die ältere Generation ist voller Wissen, verfügt über Fähigkeiten und Ta-

lente, die aber mit der Zeit verkümmern, wenn diese nicht ausgeübt werden. Inspiriert durch die Geschichte einer gute Freundin, deren Mutter verstorben war und für ihre kleine Tochter eine Leihoma gesucht und glücklicherweise schon bald gefunden hat, möchte ich dieses Projekt fürs Herz umsetzen und Menschen, die sich gegenseitig unterstützen können, generationsübergreifend vernetzen.

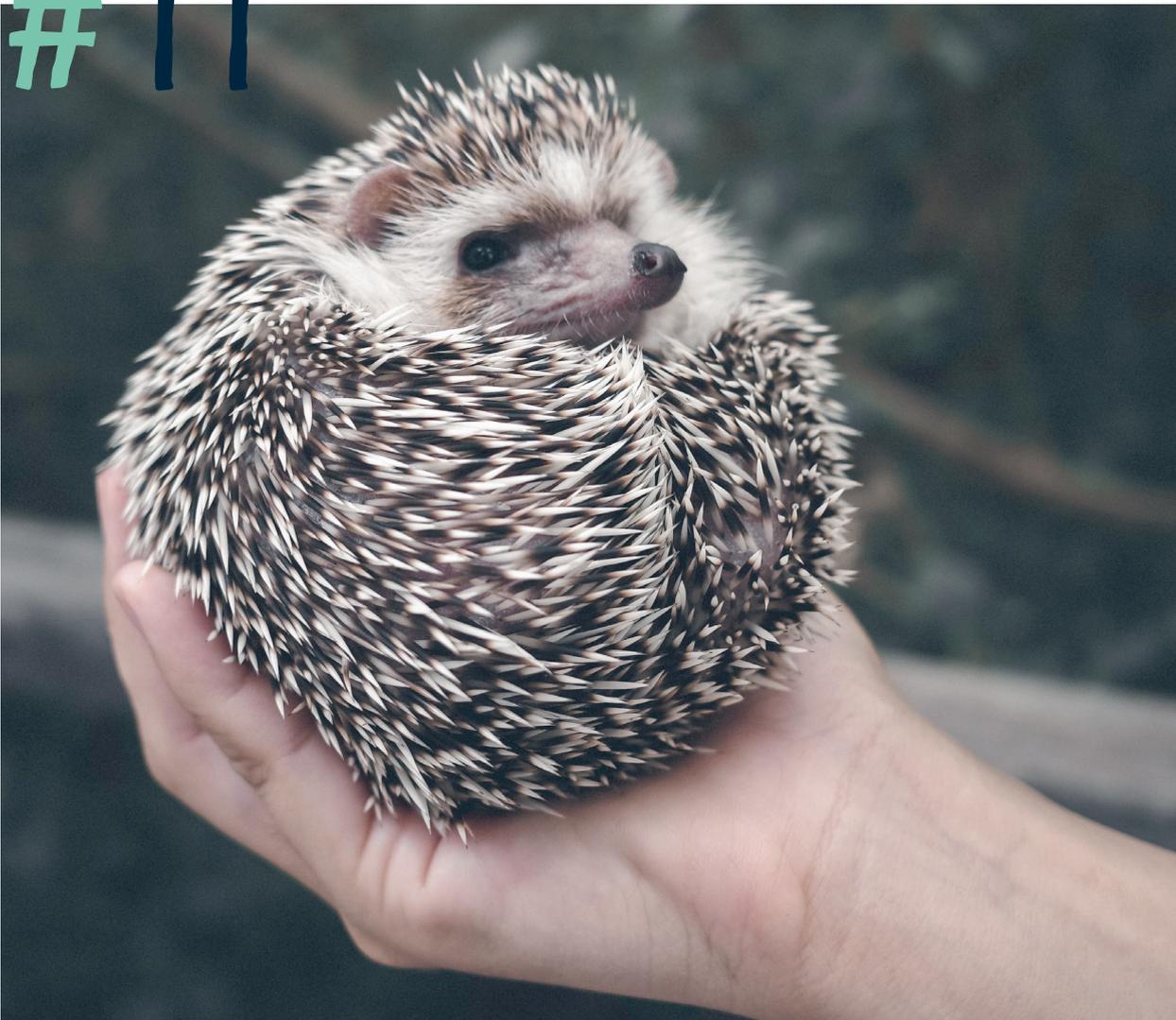
EIN HERZ FÜR TIERE

„Ob Tiere eine Seele und Gefühle haben, kann nur jemand fragen, der sich seiner Seele und seiner Gefühle nicht bewusst ist.“

Jedes Jahr verletzen sich viele Kleintiere und sind dadurch auf unsere Hilfe angewiesen um überleben zu können. An ganz vielen Orten in Österreich gibt es Menschen mit einem großen Herz für Tiere. Fachlich kompetent, wenn auch nur im privatem Rahmen tätig, pöppeln sie die-

se kranken, verletzten und erschöpften Wesen wieder auf und entlassen sie wieder gesund in die Freiheit. Wir möchten eine Plattform schaffen im Rahmen einer Website mit einer Landkarte und einer Suche/Finde-Funktion um die Menschen, die den Kleintieren Hilfe leisten, zu unterstützen und den Menschen, die zB ein verletztes Tier finden, eine Möglichkeit zu bieten, rasch und vor Ort professionelle Hilfe zu bekommen.

#11



WERDE AKTIV! WERDE ...

A pair of hands is shown holding a small, bright yellow flower with a dark center. The hands are positioned as if presenting the flower. The background is blurred, showing more hands and flowers, suggesting a group activity or a community event.

NACHWORT

Tausende Arbeitsstunden werden durch ehrenamtliche HelferInnen sowohl in Marchtrenk wie auch in ganz Österreich in den unterschiedlichsten Bereichen geleistet. Es ist für diese Menschen selbstverständlich, zu helfen wo Hilfe benötigt wird. Aber auch Helfer brauchen Hilfe und deshalb bitten wir Sie, unserem Leitsatz „Wir können es! Wir wollen es! Wir tun es!“ zu folgen und die Projekte der Freispielern zu unterstützen.

Wir bedanken uns von Herzen für Ihr Interesse und Ihre Aufmerksamkeit!

**Isolde Mitter,
Präsidentin der Freispielern & Team**

www.FREISPIELERIN.AT



WIE KANN MAN DIE FREISPIELERINNEN UNTERSTÜTZEN?

Was wir tun, ist für alle frei und das soll auch so bleiben. Wir machen es aus einer Leidenschaft heraus und aus Liebe zur Sache. Wenn Sie allerdings das FreispielerInnen - Team finanziell unterstützen möchten, können Sie uns gerne etwas Geld schenken. Das hält uns in vielen Dingen den Rücken frei!

FreispielerIn

Verein für ein selbstbestimmtes,
nachhaltiges Leben

AT51 2032 6023 0000 3098

SPNKAT21XXX

ZVR 1589763223

VIELEN DANK FÜR IHREN BEITRAG!