



Presstext Wandelplaner: „Ich mach das nächste Jahr zum Besten meines Lebens“

Der Wandelplaner für Weltretter*innen

Noch nie standen die Chancen, unsere Welt zu retten, so gut wie heute! Wir müssen es einfach nur machen – und zwar gemeinsam. Doch dieses „einfach“ entpuppt sich im Hamsterrad des Alltags allzu oft als gar nicht so einfach... Keine Zeit, kein Geld oder mangelnde Zuversicht zerreiben oftmals auch die besten Vorsätze. Was kann man da tun?

Genau das haben sich die beiden Autoren Ilona Koglin und Marek Rohde – unter anderem bekannt durch ihr Buch „Und jetzt retten WIR die Welt!“ – gefragt. Seit Jahren engagieren sich die beiden beruflich und privat für den öko-sozialen Wandel. Dabei begleiten sie seit Jahren Menschen, Organisationen, Projekte und Initiativen bei ihren Veränderungsprozessen begleitet. **Dieses Wissen haben sie nun in einem inspirierenden und motivierenden Wandelplaner „Ich mach das nächste Jahr zum Besten meines Lebens“ (www.bestes-jahr-meines-lebens.de) zusammengetragen.**

„Er ist eine Mischung aus Ratgeber, Jahresplaner und Tagebuch“, erklärt Ilona Koglin. In drei Bereichen schenkt die Planungshilfe Klarheit, Fokus und Motivation. Im ersten Teil finden die Leser*innen anhand einer Heldenreise ihre wahren Träume, Bestimmungen und Ziele heraus. Der zweite Teil begleitet sie ein Jahr lang bei der Umsetzung ihrer Ideen und Vorhaben. Er motiviert mit Hilfe von Instrumenten wie dem Routinen-Checker, wöchentlichen Tipps oder der Monatsauswertung und lenkt damit den Blick auf die Fortschritte. „Wir zeigen damit, wie man große Ideen in machbare Schritte zerlegt, um ganz leicht zu starten und dranzubleiben“, so Marek Rohde. Am Ende des Jahres sorgt der dritte Teil für ein Resumé und liefert damit das ideale Sprungbrett in das nächste Jahr.

Ilona Koglin und **Marek Rohde** sind seit mehr als 15 Jahren als Journalisten, Aktivisten und Projektberater tätig. Seit 10 Jahren bloggen sie unter www.fuereinebesserewelt.info, sie beraten und begleiten öko-soziale Projekte beim Gründen sowie Wachsen und halten deutschlandweit Vorträge und Workshops. „Und jetzt retten wir die Welt!“ ist ihr neuestes Projekt, das im deutschsprachigen Raum vielfach für Aufmerksamkeit sorgte und die beiden mehrfach in Funk und Fernsehen brachte.

Zur Initiative Die Initiative „Und jetzt retten WIR die Welt!“ vernetzt Menschen, die den öko-sozialen Wandel jetzt in ihrem Alltag verwirklichen wollen. Auf der Online-Plattform finden Interessenten eine Online-Akademie mit zahlreichen Kursen und Aktionen mit Schritt-für-Schritt-Anleitungen. Bei ihrer 18-monatigen Expedition vertiefen Ilona Koglin und Marek Rohde jeden Monat ein anderes Thema und inspirieren durch Interviews, Aktionen und Informationen in ihrem Video-Blog unter:

<http://jetztrettenwirdiewelt.de>



Ilona Koglin, Marek Rohde
Ich mach das nächste Jahr zum besten meines Lebens

144 Seiten, laminiertes Pappband, 60
Farb-Illustrationen, €/D 16,99 / €/A 17,50 /
sFr 21,50 ISBN 978-3-440-15815-9

Presseinformationen

Stephanie Wilhelms
KOSMOS Verlag
s.wilhelms@kosmos.de

Bildmaterial:

<http://jetztrettenwirdiewelt.de/presse/>