

# Jahresbericht help4you

2025



# Jahresbericht 2025

## Inhaltsverzeichnis

- 3 Bericht der Projektleiterinnen
- 4 Projektüberblick und Budget
- 5 Jahresrückblick 2025 in Zahlen
- 6 Mittelverwendung 2025
- 7 Ausblick 2026
- 8 Spendenübersicht

Stiftung Krisenintervention Schweiz / Projekt help4you  
Neumarkt 4  
8400 Winterthur

Telefon +41 52 208 03 20  
[info@help4you.ch](mailto:info@help4you.ch)

**Zürcher Kantonalbank | CH58 0070 0114 8023 4647 4**  
Alle Spenden sich steuerrechtlich abzugsberechtigt

Dieser Jahresbericht ist abrufbar unter [www.help-4-you.ch](http://www.help-4-you.ch)

# Bericht der Projektleiterinnen

Das Jahr 2025 begann für help4you mit einem Gefühl von Aufbruch und Hoffnung. Nach der Pilotphase 2024 und den ersten Anschubfinanzierungen durften wir im Frühjahr erleben, dass wir auf dem richtigen Weg sind: Unser Angebot schliesst eine Lücke, die für viele Jugendliche entscheidend ist. Zu sehen, dass wir ihnen genau dort begegnen können, wo sie uns brauchen, bestärkt unsere Arbeit immer wieder.

Die ersten Monate des Jahres waren geprägt von intensiver Arbeit: Beratungsgespräche, Verfassen von Finanzierungsgesuchen, Terminkoordinationen und Vorstellen des Projektes bei Netzwerkpartnern sowie Geldgeberinnen. Diese Arbeit fühlte sich manchmal überwältigend und unsichtbar an, und doch war sie so wichtig. Im Sommer haben wir uns besonders auf die Vernetzung konzentriert, Schnittstellen bereinigt und Beziehungen zu Fachstellen aufgebaut. Im Herbst zeigte sich, wofür wir all das getan haben: Immer mehr Fachpersonen meldeten sich bei uns, weil sie Jugendliche triagieren wollten, die Unterstützung suchen. Und gleichzeitig fanden auch immer mehr Jugendliche selbst den Mut, sich direkt bei uns zu melden. Dass sie unser niederschwelliges, unkompliziertes und kostenfreies Angebot annehmen – das ist weiterhin unsere Vision.

Wir sind dankbar, dass wir diesen Weg nicht allein gehen. Der Rückhalt durch die Stiftung Krisenintervention Schweiz gibt uns nicht nur Sicherheit, sondern auch das Vertrauen, dass unsere Vision gemeinsam getragen wird. Und wir sind den Geldgebenden zutiefst dankbar – denn nur durch Ihre Unterstützung können wir Jugendlichen genau das bieten, was sie so dringend brauchen: schnelle Hilfe, offene Türen und Menschen, die zuhören, ohne zu werten.

Mit den Erfahrungen des ersten Projektjahres blicken wir erfüllt, gestärkt und voller Zuversicht in die kommenden Jahre. Jede Begegnung, jede Rückmeldung, jeder kleine Schritt eines Jugendlichen erinnert uns daran, warum help4you existiert. Und wir freuen uns darauf, diesen Weg weiterzugehen – gemeinsam, nah, und immer mit viel Herzblut.

Herzlichen Dank an alle Beteiligten.



Giulia De Giosa & Andrea Stamm



# Projektüberblick und Budget

Viele Jugendliche und junge Erwachsene erhalten derzeit nicht rechtzeitig die psychische Unterstützung, die sie benötigen. Schulen, Ausbildungsbetriebe und andere Bezugspersonen müssen diese Lücke oft schliessen, obwohl sie dafür weder ausgebildet noch strukturell vorgesehen sind. Das führt zu Überforderung, Rollenkonflikten und zusätzlicher Belastung bei allen Beteiligten. Gleichzeitig vergehen zwischen der Feststellung eines Unterstützungsbedarfs und dem Beginn einer Therapie häufig mehrere Monate – eine Zeit, in der sich Probleme verschlimmern können.

Um dieser **Unterversorgung** entgegenzuwirken, wurde 2024 das Projekt help4you ins Leben gerufen. Ziel ist es, Jugendliche frühzeitig zu entlasten, Krisen zu stabilisieren und sie wieder handlungsfähig zu machen. So sollen schwierige Entwicklungen und mögliche Erkrankungen verhindert werden, bevor hohe Folgekosten entstehen.

## Zuweisung und Aufnahmekriterien

- Zuweisung: Niederschwellig und einfach
  - Bezugspersonen der Schul- oder Lehrbetriebe, Fachpersonen anderer Fachstellen
  - Jugendliche direkt
  - Eltern oder Bezugspersonen aus dem privaten Kontext
- Aufnahmekriterien
  - psychosoziale Krise
  - sofortige Unterstützung notwendig
  - Einverständnis für die Zuweisung (Jugendliche aber auch Eltern)
    - In Ausnahmesituationen auch ohne möglich (Erschwerte Familiensituation, etc).

## Projektbudget 2026 – 2030

Ertrag	Jahr 1 2026	Jahr 2 2027	Jahr 3-5 2028-2030	Bemerkungen
Eigenleistung	30'000	40'000	30'000	Finanziert durch Krisenintervention Schweiz
Fördergelder	70'000	80'000	100'000	Ihr Beitrag und die Unterstützung weiterer Förderstiftungen
<b>Total Ertrag</b>	<b>100'000</b>	<b>120'000</b>	<b>130'000</b>	
Aufwand				
Beratungsaufwand	40'000	80'000	100'000	Total Kosten Beratungen (150/h + 25 % Vor- + Nachb. Aufw.)
Verwaltungs- + Adminaufwand (inkl. Qualitätssicherung)	20'000	20'000	20'000	Rechtsberatung, Buchführung, Telefonie + Büromaterial, Projektarbeit, Supervision
Öffentlichkeitsarbeit	40'000	20'000	10'000	Marketing wie Flyer + Website, Prävention und Vernetzung
<b>Total Aufwand</b>	<b>100'000</b>	<b>120'000</b>	<b>130'000</b>	*exkl. MWST

# Jahresrückblick 2025 in Zahlen

## Anzahl Beratungsstunden

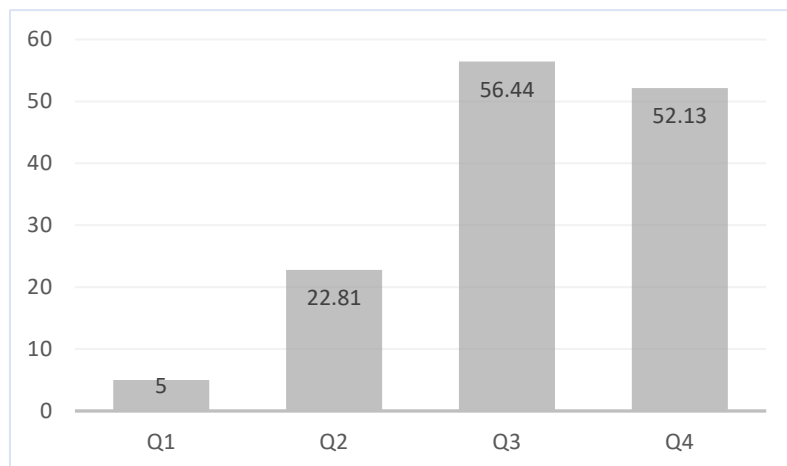
Im Jahr 2025 konnten wir insgesamt **37 Jugendliche** im Rahmen unseres Beratungsangebots unterstützen. Davon stammen 14 aus dem Kanton Zürich (ZH), jeweils 9 aus den Kantonen St. Gallen (SG) und Thurgau (TG) sowie 5 aus den Kantonen Appenzell Ausserrhoden (AR) und Appenzell Innerrhoden (AI).

Insgesamt leisteten wir 109.10 Beratungsstunden. Zusammen mit den begleitenden administrativen Arbeiten vor und nach den Beratungen (pauschal je 25%) ergibt sich ein Gesamtaufwand von **136.38 Stunden**. Ergänzend fanden 3.75 Stunden Beratung für Fachpersonen sowie 3.75 Stunden für Bezugspersonen statt, um die Unterstützung der Jugendlichen umfassend abzustützen.

Kanton	Anz. Jugendliche	Beratungsstunden			
		für Jugendliche	inkl. 25 %	für Fachpersonen	für Bezugspersonen
AR / AI	5	7.50h	<b>9.38</b>	0.25	0.00
SG	9	24.25h	<b>30.31</b>	0.75	0.25
TG	9	35.45h	<b>44.31</b>	0.00	1.00
ZH	14	41.90h	<b>52.38</b>	2.75	2.50
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>109.10</b>	<b>136.38</b>	<b>3.75</b>	<b>3.75</b>

## Anzahl Beratungsstunden je Quartal 2025

Die Nachfrage nach niederschwelliger, vertraulicher Unterstützung ist gegenüber der Pilotprojektphase (Q1+Q2) gestiegen. Insgesamt bestätigt der Jahresverlauf einen deutlich wachsenden Unterstützungsbedarf.



# Mittelverwendung 2025

## Einnahme Spenden

<b>Total verfügbare Mittel bis 2028</b>		<b>65'350.-</b>
Aufgeteilt nach Jahren	Spenden Jahr 2025	24'850.-
	Spenden Jahr 2026	23'000.-
	Spenden Jahr 2027	12'500.-
	Spenden Jahr 2028	5'000.-

Durch die Fundraising-Aktivitäten konnten insgesamt CHF 65'350.- für die Jugendberatung generiert werden. Davon wurden **CHF 24'850.- für das Jahr 2025** gesprochen. Die weiteren Spenden sind für die kommenden Jahre geplant.

Diese ersten Mittel für die kommenden Jahre schaffen eine wichtige finanzielle Grundlage und geben dem Projekt die notwendige Stabilität. Um diese Arbeit langfristig sicherzustellen, bleibt das Projekt jedoch weiterhin auf zusätzliche Finanzierungen und engagierte Partnerschaften angewiesen.

## Erfolgsrechnung Projekt Jugendberatung 2025

<b>Erfolgsrechnung Projekt Jugendberatung 2025</b>	<b>Betrag CHF</b>
<b>Total Spendengelder für das Jahr 2025</b>	<b>24'850.-</b>
<b>Aufwendungen Beratungen</b> (CHF 150.-/h)	-21'581.25
Beratungsstunden Jugendliche 109.1h	16'365.00
+25% von 109.1h	4'091.25
Beratungsstunden Fachpersonen 3.75h	562.50
Beratungsstunden Bezugspersonen 3.75h	562.50
<b>Aufwendungen Marketing</b>	-6'897.85
<b>Total Aufwendungen 2025</b>	<b>-28'479.10</b>
<b>Verlust 2025</b> <i>wird durch Krisenintervention Schweiz gedeckt</i>	-3'629.10

Die Mittel wurden verantwortungsvoll und zweckgebunden eingesetzt: Der grösste Kostenblock entfiel erwartungsgemäss auf die **Beratungsleistungen** (CHF 21'581.25). Ergänzend dazu wurden **Marketingmassnahmen** (CHF 6'897.85) finanziert, um die Sichtbarkeit des Angebots zu stärken und den niederschweligen Zugang sicherzustellen. Der grösste Posten viel dabei auf die Erstellung der Website und den Druck von Werbemitteln.

Der daraus resultierende Jahresverlust von CHF 3'629.10 wurde vollständig durch die Krisenintervention Schweiz gedeckt, wodurch die Finanzierung des Projekts jederzeit gesichert war. Ebenfalls ermöglicht sie aktuell die kostenlose Nutzung der Räumlichkeiten sowie die IT und weiteren Admin-Kosten.

# Ausblick 2026

## Weiterentwicklung unserer Angebote

Im Jahr 2026 möchten wir unsere Angebote gezielt ausbauen und noch stärker an den Bedürfnissen der Jugendlichen ausrichten. Bereits im ersten 1. Quartal 2026 zeigt sich, dass die Beratungen gegenüber Q4 2025 gestiegen sind.

Geplant ist insbesondere die Weiterentwicklung digitaler Beratungsformate, um Jugendliche ortsunabhängig, flexibel und niederschwellig zu erreichen.

Zusätzlich sollen themenspezifische Inputangebote – etwa zu psychischer Gesundheit, Schulstress oder sozialem Miteinander – aufgebaut oder erweitert werden. Auch Massnahmen in den Bereichen Öffentlichkeitsarbeit und Bildungsangebote sind vorgesehen, um unsere Zielgruppen noch besser zu erreichen.

## Zielsetzungen und Qualitätsentwicklung

Wir setzen uns klare Ziele:

- Erhöhung der Anzahl erreichter Jugendlicher
  - Erwartete Beratungen 2026: ca. 200h
  - Erwartete Beratungen 2027: ca. 400h
  - Erwartete Beratungen 2028: ca. 500h
- Sicherung und Weiterentwicklung der Beratungsqualität durch vertiefte Auswertungen, methodische Weiterentwicklung und kontinuierliche fachliche Reflexion
- Stärkung der Zusammenarbeit mit Schulen, Gemeinden und Fachstellen, um Jugendliche früher und koordinierter zu unterstützen

Qualität bleibt ein zentraler Pfeiler unserer Arbeit. Durch regelmässige Weiterbildungen und Supervision stellen wir sicher, dass wir Jugendlichen auch künftig fachlich fundierte, verlässliche und wirksame Unterstützung geben können.

## Finanzierung und regionale Schwerpunkte

Für die Umsetzung dieser Weiterentwicklungen rechnen wir mit einem erhöhten Finanzierungsbedarf, insbesondere für Personalressourcen und Projektentwicklung. Wir sind daher weiterhin auf zweckgebundene Spenden und partnerschaftliche Unterstützung angewiesen.

Die Erfahrungen aus dem Projektjahr 2025 zeigen, dass der Bedarf nicht nur in den Kantonen Appenzell Ausserrhoden, Appenzell Innerrhoden und St. Gallen wächst, sondern zunehmend auch im Kanton Thurgau und im Raum Zürich. Für diese Regionen sollen gezielt zusätzliche Mittel akquiriert werden.

## Team- und Angebotsdiversität

Im Jahr 2026 wird unser Beratungsteam durch unseren Kollegen Benjamin Ackermann ergänzt. Damit möchten wir Jugendlichen eine geschlechtliche Vielfalt im Beratungsteam bieten. Gerade männliche Jugendliche können von einer männlichen Bezugsperson profitieren. Dies erleichtert den Zugang, stärkt das Vertrauen und erweitert die Auswahl an Beratungspersonen.

# Spendenübersicht

## Danke an Spender:innen und Partner

Herzlichen Dank an:

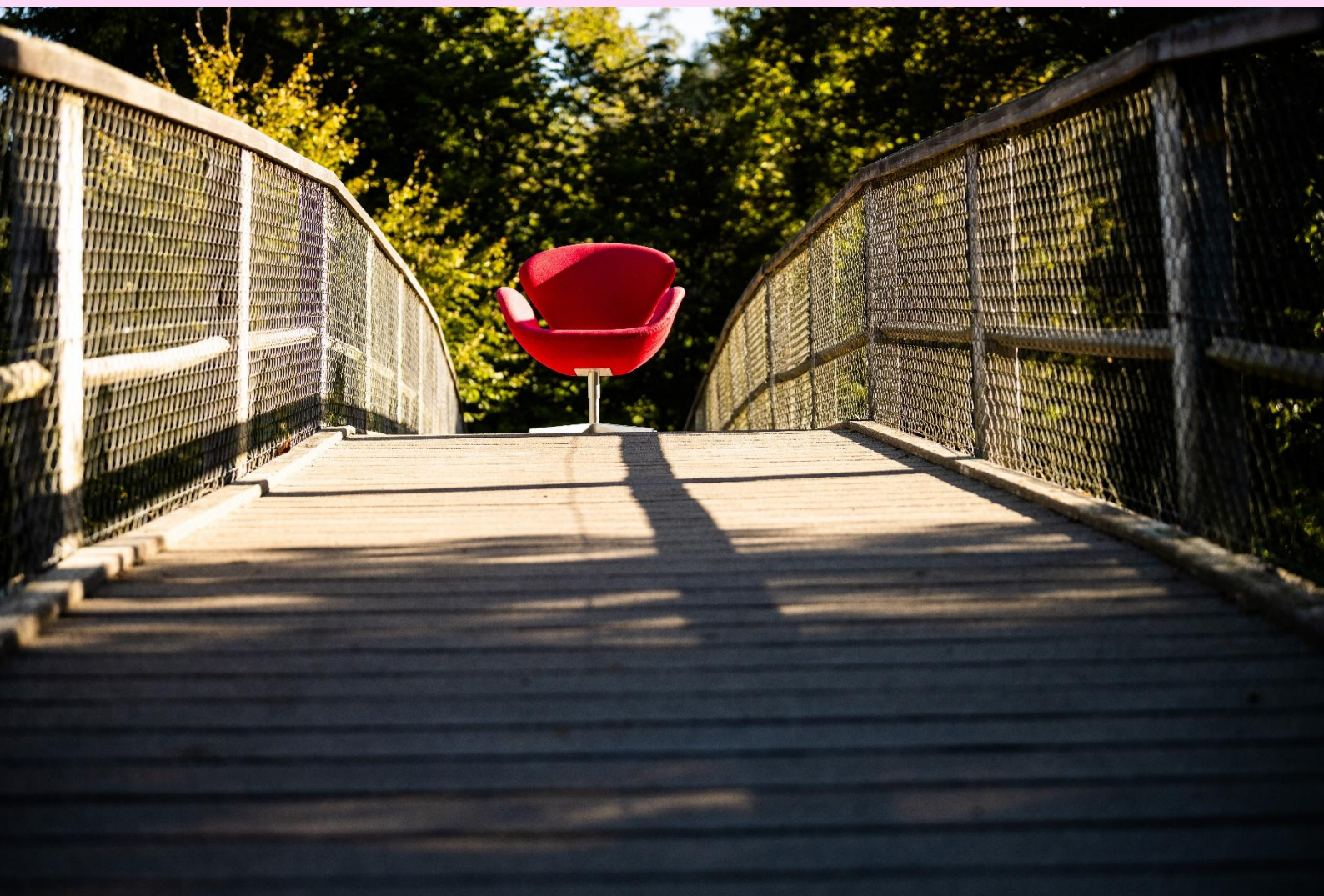
♥ Förderpartner:innen und Stiftungen:

Christian Bachschuster Stiftung  
Ebnet Stiftung  
Johannes Waldburger  
Methrom  
Krisenintervention Schweiz  
Stadt Illnau-Effretikon: Team Bildung  
Steinegg Stiftung  
Stiftung Josef Wagner Stiftung  
Stiftung GV-PSNV  
Straubazeller Fonds  
Thomas und Doris Ammann Fondation

♥ Spenderinnen und Spender

♥ Netzwerpartner:innen

♥ Mutmacher:innen



**help4you**

Ein Projekt der Stiftung Krisenintervention Schweiz

