

# Jahresbericht 2021

netz  werk

Verein für Gesundheitsförderung

# Inhalt

## **3 Vorwort des Präsidenten**

## **4 Menschen im NetzWerk**

## **6 Rückblick**

6 Helpchat – Psychologische Onlinehilfe

8 Statistik Helpchat

9 NetzWerk in den Medien

10 NetzWerk in den Schulen

11 Aktivitäten 2021

## **12 Vorschau**

12 SuppOrt – Soziale Beratungsstelle

14 Niederschwelligkeit – Hilfe zur Selbsthilfe

## **15 Dank**

## **16 Jahresrechnung**

16 Revisionsbericht

17 Bilanz

18 Erfolgsrechnung

### **Impressum**

Jahresbericht 2021 | NetzWerk – Verein für Gesundheitsförderung, Vaduz

Gestaltung: Grafisches Atelier Sabine Bockmühl, Triesen

Druck: Satz + Druck AG, Balzers

**Die schlimmste Armut  
ist Einsamkeit und  
das Gefühl, unbeachtet  
und unerwünscht zu sein.**

*Mutter Theresa*

## Niederschwellige Beratungsangebote forcieren

**Christof Becker** Präsident Verein NetzWerk – Liechtenstein geht es gut. Unter dem Aspekt des materiellen Wohlstandes sogar sehr gut. In unserer täglichen Arbeit im Verein NetzWerk sehen wir aber auch die andere Seite, die Schattenseite, nämlich Menschen, die in seelische Nöte geraten, die durch das gesellschaftliche Raster fallen, die am Rand stehen oder mit Suchtproblemen zu kämpfen haben.

Es ist die statuarische Zweckbestimmung des Vereins NetzWerk, niederschwellige Beratungs- und Präventionsangebote für Menschen in psychischer Not zu schaffen. Mit dem Angebot *Helpchat* konnten wir im vergangenen Jahr ein wichtiges Projekt erfolgreich realisieren. Die Ratsuchenden erhalten eine anonyme psychologische Onlineberatung, welche durch qualifizierte Psychologinnen erbracht wird. Wir werden weiterhin den Fokus darauf legen, dieses Angebot in der wichtigen Zielgruppe der Jugendlichen und jungen Erwachsenen bekannt zu machen.

Die Positionierung des Vereins NetzWerk in der psychosozialen Versorgungslandschaft Liechtensteins bedarf noch einer weiteren Profilierung. Einen Schwerpunkt werden wir in den nächsten Monaten deshalb auf das Thema Suchtberatung und -prävention legen. Die Vorarbeiten für den Aufbau einer polyvalenten Beratungsstelle mit Schwerpunkt Sucht inklusive der Finanzierung sind schon weit fortgeschritten. Das Ziel dieses Projektes mit dem Titel *SuppOrt* ist es, eine niederschwellige Beratung für Betroffene und deren Angehörige anbieten zu können. Unsere Erfahrungen im Umgang mit den Betroffenen zeigen, dass hier ein klarer Handlungsbedarf besteht, zumal auch von den Betroffenen selbst das Bedürfnis nach einer solchen Beratungsstelle artikuliert worden ist. Neben Niederschwelligkeit werden Pragmatismus, eine ausgeprägte Handlungs- und Lösungsorientierung und ein systemischer Ansatz wichtige Elemente des Beratungskonzeptes sein.

Die Beratungsstelle soll in einem nächsten Schritt Grundlage für die Entwicklung weiterer Angebote sein. Stichworte: Selbsthilfegruppen, Workshops, Schulungen. Die Statistiken in Liechtenstein zeigen eine hohe Auftretenshäufigkeit von Suchtproblemen, die insbesondere auch den Staat in die Verantwortung und Pflicht zum Handeln nehmen. Unsere Vision ist es, in enger Verzahnung mit den staatlichen Stellen einen wesentlichen Beitrag zur Suchtprävention leisten zu können.

An dieser Stelle möchte ich allen Mitarbeitenden und ganz besonders auch unserer Geschäftsführerin Monica Bortolotti Hug für ihr wichtiges Engagement für den Verein NetzWerk und damit für Menschen, die nicht auf der Sonnenseite des Lebens stehen, sehr danken.

# Menschen im NetzWerk



## Vorstand

**Christof Becker**

Psychologe, eidg. dipl. Berufs- und Laufbahnberater; Präsident

**Sonja Hersche**

Psychotherapeutin MAS mit eigener Praxis

**Roswitha Vogt**

Präventionsfachfrau, Transaktionsanalyse und zert. Achtsamkeitslehrerin (MBSR)

## Geschäftsstelle

**Monica Bortolotti Hug**

Sozialbegleiterin i. A., Geschäftsleitung (50%)

**Lorin Oehri-Hoop**

M. Sc. Psychologin (ca. 20 % für *Helpchat* tätig)



Von links: Christof Becker, Sonja Hersche, Roswitha Vogt

## Beraterinnen Helpchat

**Lorin Oehri-Hoop** M. Sc. Psychologie und Psychotherapie i.A. (Teilzeitanstellung)

**Sonja Hersche** Mag. Phil. Psychologie und MAS Psychotherapie (freie Mitarbeitende)

**Nicole Vogler** M. Sc. Psychologie und MAS Psychotherapie (freie Mitarbeitende)

## Freie Mitarbeitende Schulen

**Roswitha Vogt** TA-Analytikerin, Präventionsfachfrau

**Johanna Berkold** BA, Sozialarbeiterin und Sexualpädagogin

**Marion Gulli-Müller** Primarlehrerin, Ausbildung «Schulfach Glück»

**Anna-Katharina Kostyál-Büchel** Schauspielerin, Theater- und Zirkuspädagogin, Psychologin

**Bálint Áron Kostyál** Schauspieler, Theater- und Zirkuspädagoge

**Bettina Schwung** Jugendarbeiterin, Psychologische Beraterin, Family Support Trainerin

**Astrid Oehri** Lehrerin und Beraterin, Mitarbeiterin des KIT

**Gabriele Stöckli** eidg. dipl. Kunsttherapeutin (Drama- und Sprachtherapie), Mitarbeiterin KIT

**Andreas Oesch** Medienpädagoge, ehem. Leiter der Schulinformatik FL



Von links: Monica Bortolotti Hug, Lorin Oehri-Hoop, Nicole Vogler

## Helpchat – Psychologische Onlinehilfe

### Im Gespräch mit Lorin Oehri-Hoop

Das Angebot *Helpchat* hat im Oktober 2020 gestartet. Die ersten Monate waren eher harzig. Dies änderte sich im Oktober 2021 schlagartig. Auf einmal war nicht mehr der fehlende Bekanntheitsgrad das Thema, sondern die Lawine von Anfragen, welche Lorin Oehri-Hoop und ihr Team zu bewältigen hatten. Unsere Erwartungen, dass im Januar der «Spuk» vorbei sei, hat sich (leider) nicht bewahrheitet. So mussten wir mit einer zusätzlichen Hürde sicherstellen, dass sich die Anfragen auf Menschen aus Liechtenstein und der nahen Umgebung beschränken. Diese Massnahme hat die Flut der Anfragen nun auf ein gut bewältigbares Mass reduziert. Wir haben nun bei Lorin Oehri-Hoop nachgefragt, wie sie die vergangenen Monate als Beraterin erlebt hat.

***Lorin, du hast im Oktober 2020 als Neuling in der Onlineberatung gestartet. Was waren deine prägendsten Erlebnisse als Beraterin?***

*Lorin Oehri-Hoop:* Es ist immer wieder schön zu erleben, wie viel Vertrauen mir die Ratsuchenden entgegenbringen. Sie gewähren mir einen tiefen Einblick in ihr psychisches Erleben. Trotz der digitalen Distanz – oder vielleicht genau deswegen – kann relativ rasch eine Beziehung zwischen den Ratsuchenden und der Beraterin entstehen.

***Zu welchen Themenfeldern kamen die meisten Anfragen?***

Die Themen sind grundsätzlich sehr individuell. Symptome, die sich einer Depression zuschreiben lassen, werden dabei sehr häufig genannt. Die persönlichen Geschichten jedoch, welche die Betroffenen in diesen Zustand gebracht haben, sind von Mensch zu Mensch verschieden – so auch die jeweiligen Bedürfnisse und die Wege, die aus dem Zustand führen, und die Richtungen, in die sich die Betroffenen nach erfolgreicher Bewältigung bewegen.

***Gibt es eine Beratung, welche dich besonders berührt hat?***

Mich berührt es, wenn eine ratsuchende Person eine besondere und sehr schmerzhaftes Leidensgeschichte mit sich trägt. Es gibt Beratungen, in denen ich die einzige Person bin, der sich die ratsuchende Person überhaupt anvertraut. Dieses Vertrauen stärkt die Bindung besonders und ich selber merke, wie ich emotional mit den Ratsuchenden mitschwinge. Auf der Grundlage dieses Vertrauensverhältnisses jemanden unterstützen zu können, ist für mich persönlich besonders erfüllend.

***Onlineberatung ist für die Nutzerin / den Nutzer komplett anonym.***

***Gibt es Themen, welche in dieser Anonymität eher vorgebracht werden?***

Ja, die anonyme Onlineberatung deckt ein besonderes Bedürfnis ab, wenn es um scham-besetzte Themen geht oder wenn sich eine Person in einem inneren moralischen Konflikt befindet. In diesen Fällen bietet die Onlineberatung einen geeigneten Rahmen, um den Schritt zu gehen, sich jemandem zu öffnen.

***Denkst du, es gibt Themen, die online weniger vorgebracht werden könnten?***

Es ist wichtig, zwischen einer Beratung und einer Therapie zu unterscheiden. In der Beratung versuchen wir, die Perspektive des Ratsuchenden zu erweitern, Ressourcen zu stärken oder nach Lösungen zu suchen. Dazu sollte die ratsuchende Person auch eine gewisse Bereitschaft zur Mitarbeit und ein gewisses Reflexionsvermögen mitbringen. Wenn wir merken, dass die

**Lorin Oehri-Hoop**

ist hauptverantwortliche Beraterin bei *Helpchat*. Sie hat ihr Psychologiestudium erfolgreich abgeschlossen und den Lehrgang Onlineberatung absolviert. Die 37-jährige Maurerin ist verheiratet und Mutter von zwei Mädchen.

betroffene Person an einer psychischen Störung leidet, verweisen wir gerne auf eine Psychotherapie. Wir fungieren dann als Zwischenglied, das die Hürde für eine Therapie abbaut.

***Wie schätzt du das Alter der Personen ein? Sind es eher jüngere Menschen, die eine Onlineberatung in Anspruch nehmen?***

Ich schätze, dass es sich bei einem Grossteil der Ratsuchenden um Jugendliche bis junge Erwachsene handelt. Es sind aber alle Altersgruppen vertreten.

***Ist es nicht manchmal schwierig, wenn du merkst, dass ein Mensch in grosser Not ist und du auf einmal nichts mehr von ihm hörst? Machst du dir dann Sorgen?***

Wenn ich merke, dass jemand in grosser Not ist, versuche ich, mit dieser Person eine Vereinbarung zu treffen, indem sie sich z. B. verpflichtet, mir immer zu antworten oder mir mitzuteilen, wenn sich ihr Zustand verschlechtern sollte. Wenn sich jemand über längere Zeit nicht mehr meldet und ich besorgt bin, habe ich immer die Möglichkeit, mich bei dieser Person rückzuversichern.

***Wie unterscheiden sich die Onlinekonversationen zu persönlichen Gesprächen?***

Es ist verblüffend zu sehen, wie schnell man bei der schriftbasierten Onlineberatung mitten im Thema drin ist. Im Face-to-face-Kontakt kann dies ein längerer Prozess sein. Man geht davon aus, dass beim Schreiben der Fokus nach innen, also auf den Kern des Problems, gelenkt wird und die anderen Sinnesmodalitäten ausgeblendet werden. Ausserdem wird angenommen, dass der digitalen Distanz ein besonderer Mechanismus zugutekommt: Betreffend die Angst vor einer negativen Bewertung durch die Beraterin – die im Face-to-face-Kontakt meistens präsent ist – wirkt sie wie ein Filter. Dies erlaubt den Ratsuchenden, ehrlich zu sein, sich nicht verstellen zu müssen und sich zu öffnen.

***Du kennst ja dein Gegenüber bei einer anonymen Beratung nicht – dies ist ja auch der Sinn der Sache – machst du dir Vorstellungen, wie die Person in natura sein könnte?***

Ich denke, es ist ganz natürlich, dass in mir automatisch Bilder entstehen. Deshalb ist es wichtig, mich immer wieder zu fragen und zu unterscheiden, was Vorstellung und was Fakt ist und möglichst nah an den Fakten zu bleiben. Natürlich ist das Hypothesenbilden meinerseits wichtig für den Beratungsprozess, aber dies sollte immer durch Nachfragen getestet und allenfalls revidiert werden.

***Gibt es etwas, das dich bei deiner Arbeit besonders aufbaut?***

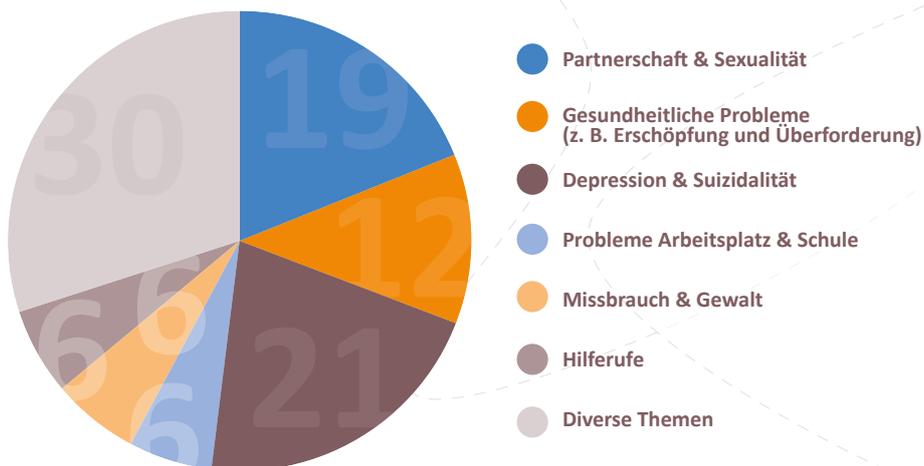
Ja, wenn ich erlebe, wie reflektiert Personen mit ihren Themen umgehen und bereit sind, an sich zu arbeiten. Der Veränderungsprozess, der dabei entstehen kann, ist sehr schön mitzerleben.

## Statistisches zum Angebot Helpchat

**Monica Bortolotti Hug** – Im Jahr 2021 haben 94 Personen *Helpchat* kontaktiert. Bei einigen blieb es bei einer einmaligen Kontaktaufnahme. Durchschnittlich fanden pro NutzerIn zwei bis drei Kontaktaufnahmen statt. Das heisst, unsere Psychologinnen führten pro Person drei bis vier Beratungen durch. Es gab aber auch Menschen, die einen deutlich höheren Beratungsbedarf hatten. In vereinzelt Fällen fanden über zehn Beratungen statt.

Unsere Psychologin Lorin Oehri-Hoop machte im Jahr 2021 eine fachspezifischen Weiterbildung für Onlineberatung. Gemäss den Informationen, welche sie dort erhalten hat, sieht die Nutzungshäufigkeit wie folgt aus: 50 Prozent der NutzerInnen genügt eine einmalige Beratung, 25 Prozent benötigen eine Begleitung von 10 bis 15 Beratungen und 25 Prozent brauchen eine längerfristige Begleitung. *Helpchat* kann – hauptsächlich aus finanziellen Gründen – eine längerfristige Begleitung nur in Ausnahmefällen anbieten.

### Themenbereiche & Häufigkeiten bei *Helpchat* in Prozent



Diese Statistik ist ziemlich «unscharf», d. h. im Laufe einer Beratung können mehrere Themen ins Zentrum rücken. Für mich etwas überraschend ist, dass das Thema Corona namentlich als Problematik genannt wurde. Selbstredend kann es auch ein Faktor sein, wenn es z. B. um Einsamkeit, Partnerschaftsprobleme oder gesundheitliche Probleme geht. Wir gehen aber davon aus, dass bei der Mehrheit der Menschen Corona weniger Auslöser von Problemen war, als dass es sie sichtbarer machte.

### Niederschwellige Hilfe

Es hat sich in diesem Jahr gezeigt, dass bei unserer psychologische Onlinehilfe auch Menschen Hilfe suchen, welche vermutlich keine Psychotherapie in Anspruch nehmen würden. Die Gründe dafür können sein, dass ihr Anliegen schambesetzt ist, es scheinbar «zu klein» ist oder auch Loyalitätskonflikte auslösen könnte. Wir denken, dass unsere Onlineberatung gerade in Zeiten, in welchen es lange Wartezeiten für klassische Therapieangebote gibt, *Helpchat* zu einer Entlastung des Gesundheitssystems beitragen kann. Die positiven Folgen wären dann zudem die Einsparung von finanziellen Ressourcen. Bei betroffenen Menschen steht aber sicher die unbürokratische, kostenlose und professionelle Beratung mehr im Fokus.

## Inland/Region

# Psychische Erkrankungen – Umfeld leidet

Die Zahl der Menschen mit psychischen Erkrankungen ist zunehmend. Nicht nur die erkrankte Person leidet, auch ihr Umfeld ist betroffen.



Psychologin Lorin Oehri-Hoop ist auch Angehörigen von psychisch erkrankten Menschen zu ihrer Psyche zugehörig. Bild: Ag

der Störung beitragen haben. Missverständnisse werden aufgearbeitet und das gegenseitige Verständnis gefördert.

**Sich als Paar finden**  
Auch die Arbeit an der Paar- und Familienberatung und Kommunikationserweiterung ist sehr effektiv, durch die Störung werden auch die Partnerbeziehungen und die Kommunikation erweitert sich effektiv.

**Informiert sein schafft Verständnis**  
Das Lied der Angehörigen wird häufig überschätzt, da der Behandlungsprozess auf den Betroffenen gar nicht so sehr einwirkt, wie es oft angenommen wird.

**Wem nützt mehr so ist was vor?**  
Vor allem in der akuten Krankheitsphase wirkt sich eine psychische Erkrankung massiv auf das Familienleben aus. Die gewohnten Tagesstrukturen sind gestört, die der Erkrankte bei-

hört, die eigenen Möglichkeiten überbrückt, sondern Grenzen der Belastbarkeit gegen außen zu kommunizieren und gegebenenfalls professionellen Hilfen in Anspruch zu nehmen.

«Die Pflege eigener Hobbies sowie sozialer Kontakte kann zum emotionalen Gleichgewicht beitragen», sagt die Psychologin.

Immerhin: Lorin Oehri-Hoop ist Psychotherapeutin und eine von helpchat.ch. Diese Website ist eine psychologische Onlinehilfe.

Weitere Anlaufstellen sind www.gesund.at und www.helpchat.ch

**Abgrenzung umbelehrt sein**  
«Es ist ratsam, dass Angehörige die Situation durch ihre eigene Rolle und eigene Verantwortungen wahrnehmen», sagt Psychologin Ag.

### Netzwerk

## Es ist zum Aus-der-Haut-Fahren...

Wer kennt das nicht? Es ist wieder einmal passiert. Sie sind wie ein Dampfkocheopf explodiert und zurück blieb nur Ratlosigkeit und das Gefühl, dass man nicht im Griff gehabt hat. Eigentlich weiss man es ja: «Wieso schreit, hat verloren.» Wieso macht man das und trotzdem? Was kann man machen, dass diese Entgleisung die letzte ihrer Art war?

... und wieder wird man zum Wiederholungsfall!  
Meist beginnt es ganz harmlos. Da wäre z. B. das Telefonat mit einem Bekannten. Im Gespräch kommen Sie auf ein Thema, bei dem Sie genau wissen, dass Sie emotional berührt. Und da kommt er auch schon, der Satz:

«Das blöde Corona haben wir hier nur wegen des ganzen Mülltütensatz.» Obwohl Sie wissen, dass dies eine haltlose Unterstellung ist, Sie diese blöden Sprüche zur Genüge kennen und sich zudem vorgenommen haben, diese nicht auf solche Diskussionen nicht mehr einlassen, passiert es. Sie werden wütend und sagen Dinge, die Sie eben nicht sagen wollten. Das vorwiegend mit dem soeben Erlebten zu tun hat.

Es gibt verschiedene Strategien, um mit solchen Erlebnissen umzugehen. Aber eines ist, dass es halt nun so gekommen ist, und darüber lachen. Sich Tipps holen: zu empfehlen wäre hier z. B. das unterhaltsame Buch von Vera Birkenbihl «Jeden Tag wider ärgern!», das Ant-

nagte miteinbringen werden. Die Idee ist, dass man von der Bedeutung, wenn das Alter der Angehörigen bis zu einer Aufzuchtungs-

**Verstand versus Emotion – Handlungsoptionen**  
Was gerade abgelaufen ist, ist keine Katastrophe – so dass auch die guten Vorsätze wie verpufft sind. Meist liegt das Problem an einem ganz anderen Ort. Die

Provokation von aussen – sei sie objektiv betrachtet noch so klein – setzt ein Netzwerk aus Gefühlen, Gedanken und Verhaltensweisen in Gang, das vielmehr aus früheren Erfahrungen entsteht ist. Die Aktivierung passiert blitzschnell und läuft oft automatisch und unbewusst ab. Übrig bleibt eine Lawine von Emotionen, welche nicht viel mit dem soeben Erlebten zu tun hat.

## Lorin Oehri-Hoop: «So individuell der Mensch, so auch seine Geschichte»

Hilfe Die Organisation Netzwerk, Verein für Gesundheitsförderung, bietet mit «helpchat» seit verganginem Jahr eine neue, flexible und Onlineberatung an. Mithilfe eines eigens dafür entwickelten Programms können Hilfesuchende erste Anliegen bei der Beratungsstelle deponieren und erhalten umgehend eine Antwort. Psychologin Lorin Oehri-Hoop zieht Bilanz.



Die Psychologin Lorin Oehri-Hoop, Nicola Vogler und Sonja Herrsch erbeten Sie kompiziert bei helpchat.ch. helpchat ist eine kostenlose und unkomplizierte Onlinehilfe des Vereins Netzwerk. Fotos: Michael Zappalá, Marina Nieder und David Schwendkard

**NON URSINA MARI**  
Im November haben wir mit Interesse das Programm «helpchat» vorgelacht. Gab es dadurch mehr Menschen, die Hilfe bei Ihnen suchten? Lorin Oehri-Hoop: Wir haben wahr genommen, dass nach jedem erlebtem Fall immer wieder Nachrichten für eine gewisse Zeit geschwächt sind. Uns sagt diese Erfahrung, dass das Angebot an Anfangs Arbeit und die Werbung zukünftig die Menschen noch gezielter erreichen sollte. So ist beispielsweise eine Idee, Flyer in Arztpraxen aufzuhängen. Aufgrund der Coronasituationen war dies in den letzten Monaten nicht möglich.

### Normalis als Etikett. Hierum handelt es sich bei «helpchat»?

«helpchat» ist eine psychologische Onlinehilfe. Sie ist online und ist kostenlos. Man muss sich also über ein Formular, das auf www.helpchat.ch zu finden ist, registrieren. Dann kann man sein Anliegen platzieren. Innerhalb 24 Stunden wird die Anfrage von einer unserer drei Psychologinnen beantwortet. Der Hilfesuchenden kann sich dann auf seinem Account die Antwort abholen. Der Dienst ist professionell, anonym und kostenlos.

### Welche Themen sprach die Hilfesuchenden?

«Es geht um sehr vielfältige Themen, von persönlichen Krisen bis hin zu einem einseitigen Verhalten bei Beziehungen. Dazu gehören Dinge wie einseitiges Verhalten, Beziehungserfolge, aber auch bevorstehende Ereignisse wie ein Scheitern. Oftmals beschränkt Menschen aus, wenn sie ein Problem oder eine Krise erleben, sind sie sich dessen bewusst und wissen, dass man ihnen helfen kann, aber sie wissen nicht, wie sie das machen können. Ein weiterer Punkt ist die Anwesenheit eines ausschlaggebenden Punktes.

### Die Coronapandemie auch ein ausschlaggebender Punkt?

Ein Zustand psychischen Leids besteht durch mehrere Ursachen (und das Zusammenwirken dieser) und dessen Risiko einer Minderung durch psychologischen, biologischen und sozialen Faktoren. Aspekte, die mit Corona in Zusammenhang stehen, können an allen diesen Ebenen wirksam: Ängste, der Verlust einer nahestehenden Person, eine durchgemachte Erkrankung, Spätfolgen oder erhebliche Einschränkungen durch die Massnahmen. Sie können somit sehr wohl zu einer Minderung des Wohlbefindens beitragen. In unseren Anfragen können wir jedoch nicht konkret auf Corona als alleinigen ausschlaggebenden Faktor abschliessen. Corona ist eher ein Faktor, der neben anderen noch hinzugekommen ist. Auch hier ist es individuell und hängt von der Verarbeitung jedes einzelnen Menschen ab, was die Pandemie in der jeweiligen Person auslöst. Lernaussicht, dass die Situation sich nicht überwinden lässt.

Ein weiteres Beispiel ist eine Person, der ein starkes Auftreten sehr wichtig ist und die nun mit Spätfolgen zu kämpfen hat. Für den Selbstwert dieser Person sind die Einschränkungen durch die Spätfolgen also schädlicher als für jemanden, der sie sich eingestehen kann.

**Haben Sie weitere Projekte geplant?**  
Es sind verschiedene Angebote in der Pipeline. Neben einer professionellen Onlineberatung macht für den Verein «Netzwerk» eine niedrigschwellige Beratungsstelle Sinn, um einem breiten Publikum eine Nutzung zu ermöglichen. In «helpchat» müssen wir aber ganz klar Bekanntheit erreichen. Unsere Dienstleistung ist besonders für ein jüngeres Publikum geeignet und soll von diesem mehr genutzt werden. (ps)

## Inland

# Coronakrise hat ihre Spuren hinterlassen

Toleranz, Kommunikation, Einfühlungsvermögen und Empathie sind menschliche Werte, die für ein Miteinander in der Gesellschaft wichtig sind. All das scheint aber häufig vergessen, sobald irgendwo über Corona oder die Impfung diskutiert wird.

Blanca Cortese  
Es gibt Coronaregler, Impfer, Maskenverweigerer oder Menschen, die überfordert auf die Einmaligkeit der Ereignisse pochen. Egoistische Verdienste und Angewandte wie Menschen, die auf die Corona-Massnahmen reagiert. Egoistisch empfinden. Es geht um die Themen, Frieden und Bekanntheit ist oft zu Diskussionen, die manchmal auch in grossen Streit ausarten. Der Ton untereinander ist rauer geworden, die Menschen dümmlicher. Woran das liegt, erklären Psychologen von helpchat.ch.



Druck. Wer emotional aufgewühlt ist, hat oft einen eingeschränkten Blick und fällt in eine Art Tunnelblick. Menschen, die von einem schweren Unfall kann helfen, aus den Emotionen raus zu kommen. Das kann sehr erhellend sein. Vieles hilft ja auch, sein Denken und Angewandtes auf www.helpchat.ch zu schreiben. Die professionelle Beratung kann dabei unterstützen, den Druck ein Stück weit zu begegnen. Wer sich über längere Zeit unter Druck fühlt, sollte sich unbedingt seinem Hausarzt anvertrauen, welcher eine Überweisung zu einer Fachperson veranlassen kann.

**Was kann das Geschehen verhindern?**  
Ein Übergang in eine übergeordnete Ebene ist übergeordnet fördert kooperativ. Feindseitigkeit ab zwischen Gruppen unter geeigneten Umständen.

### Wann ist es ratsam, nicht mehr über Corona zu sprechen?

Wenn ich es rasch, nicht mehr über Corona zu sprechen und seine Meinung besser für sich zu behalten! Grundsätzlich kann man sich die Frage stellen: Überwiegen die langfristigen positiven Konsequenzen eines Verhaltens gegenüber den negativen? Also lohnt es sich, dies ohne von Emotionen begleitete Thema auszusprechen? Oder gefährlich sich damit beispielweise eine Freundschaft zu verlieren? Was Frage sich wichtiger? Folglich kann Schwegen also Gold sein.

Individualismus versus Gemeinschaft: Die Pandemie führt zu Konflikten und zu verhärteten Fronten. Der Ton untereinander ist rauer geworden, die Menschen dümmlicher. Woran das liegt, erklären Psychologen von helpchat.ch.

**Wann fällt ein fruchtbarer Dialog schwer?**  
Corona ist ein sehr komplexes Thema mit vielen Facetten. Es ist ein natürlicher menschlicher Prozess, Informationen zu filtern und sich emotionalen auf diese zu beziehen. Die Folge ist es eine Aufrechterhaltung und Verfestigung der eigenen Anschauung. Auch zu merken, die Ansicht des Gegenübers nicht ändern zu können. Dies ist jedoch nachvollziehbar und ist sich selbst wichtig ist, also zum Beispiel die Selbstbestimmung und genas die Individuellen Wege zur Erreichung dieses Ziels blockiert werden. Dann werden starke Emotionen bewusst und negativ! Also lohnt es sich, dies ohne von Emotionen begleitete Thema auszusprechen? Oder gefährlich sich damit beispielweise eine Freundschaft zu verlieren? Was Frage sich wichtiger? Folglich kann Schwegen also Gold sein.

Und wie können in dieser vermehrt verteilten Situation erreichen?  
Was sich zuerst so abhebt, steht ist für ein gesellschaftlich. Die Tende Individualismus / schattlich, global sind. Die Tende Individualismus / schattlich, global sind. Die Tende Individualismus / schattlich, global sind.

### Weshalb birgt denn diese Konfliktpotenziale?

Die Coronabedingte Kategorie suggeriert eine unstimmlige Bild, das jedoch oft unzureichend, einseitig und von eigenen Einstellungen gefärbt ist. Insbesondere dann, wenn wir Emotionen wie Ärger und Traurigkeit erleben, wird eine Ursachenforschung vorgenommen. Jemanden als schuldig für einen Umstand anzusehen, sorgt für «Passivität und Orientierung. Wenn nun verschiedene inkompatible Anschauungen aufeinander treffen,

Wann ist es ratsam, nicht mehr über Corona zu sprechen? Wenn ich es rasch, nicht mehr über Corona zu sprechen und seine Meinung besser für sich zu behalten! Grundsätzlich kann man sich die Frage stellen: Überwiegen die langfristigen positiven Konsequenzen eines Verhaltens gegenüber den negativen? Also lohnt es sich, dies ohne von Emotionen begleitete Thema auszusprechen? Oder gefährlich sich damit beispielweise eine Freundschaft zu verlieren? Was Frage sich wichtiger? Folglich kann Schwegen also Gold sein.

Wann ist es ratsam, nicht mehr über Corona zu sprechen? Wenn ich es rasch, nicht mehr über Corona zu sprechen und seine Meinung besser für sich zu behalten! Grundsätzlich kann man sich die Frage stellen: Überwiegen die langfristigen positiven Konsequenzen eines Verhaltens gegenüber den negativen? Also lohnt es sich, dies ohne von Emotionen begleitete Thema auszusprechen? Oder gefährlich sich damit beispielweise eine Freundschaft zu verlieren? Was Frage sich wichtiger? Folglich kann Schwegen also Gold sein.

### Wann Menschen helfen, die sich stark unter Druck gesetzt fühlen?

Wann Menschen helfen, die sich stark unter Druck gesetzt fühlen? Wenn wir uns selbst unterstützen können, dann ist das ein wichtiger Schritt. Wenn wir jedoch Hilfe brauchen, dann ist das auch ein wichtiger Schritt. Wenn wir jedoch Hilfe brauchen, dann ist das auch ein wichtiger Schritt.

Wann Menschen helfen, die sich stark unter Druck gesetzt fühlen? Wenn wir uns selbst unterstützen können, dann ist das ein wichtiger Schritt. Wenn wir jedoch Hilfe brauchen, dann ist das auch ein wichtiger Schritt. Wenn wir jedoch Hilfe brauchen, dann ist das auch ein wichtiger Schritt.

Wann Menschen helfen, die sich stark unter Druck gesetzt fühlen? Wenn wir uns selbst unterstützen können, dann ist das ein wichtiger Schritt. Wenn wir jedoch Hilfe brauchen, dann ist das auch ein wichtiger Schritt. Wenn wir jedoch Hilfe brauchen, dann ist das auch ein wichtiger Schritt.

## Schwerpunkt: Umgang mit Alkohol lernen

**Alkoholkonsum**  
Nur gut ein Fünftel lebt abstinent  
Mehr als 70 Prozent des Schweizer Volkes trinkt regelmässig zum Frühstück, zum Essen oder bei einem Glas Wein. Bei einer Bevölkerung von 7,4 Millionen leben im Jahr 2020 ca. 1,4 Millionen abstinent. Die Hälfte der Schweizer trinkt also regelmässig Alkohol.

## Jugend im Rausch?

**Suchtprophylaxe**  
Seit April wird auch im Tiroler Jugendreff als Pilotprojekt angeboten. Weiblich wird Jugend- suchtprevention angeboten und wie sieht das aus?  
Die Suchtprevention wird in Form von Workshops angeboten. Die Workshops sind für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren abends von 19 bis 21 Uhr.

## Folgen von Alkoholkonsum im Jugendalter

**Alkohol** ist ein psychoaktives Drogenmittel, das in Form von Wein, Bier, Schnaps, Whisky, Rum, Vodka, Cognac, Gin & Tonic, etc. konsumiert wird. Es wird durch den Körper in Ethanol und Acetaldehyd abgebaut. Ethanol wirkt auf das zentrale Nervengewebe ein und führt zu einer Beeinträchtigung der Hirnfunktion. Acetaldehyd ist ein toxisches Zwischenprodukt, das zu einer Schädigung des Nervengewebes führt.

## Auch 2021 zeigte Helpchat eine starke Präsenz in der Liechtensteiner Medien.

Die Liechtensteiner Medien haben Helpchat.ch in den letzten Jahren mehrfach erwähnt. Dies zeigt die hohe Bekanntheit und den Wert der Onlinehilfe für die Bevölkerung.



## Netzwerk in den Schulen

### Aktuelles Programmangebot

<b>Peer Mediation</b> 	<b>Glücksfinder</b> 	<b>Gewaltfreie Kommunikation</b> 	<b>Auftrittskompetenz</b> 
<b>Selbstbehauptung für Mädchen</b> 	<b>Wohl-Fühl-Tag</b> 	<b>Einfach «klasse» sein!</b> 	<b>Krisenbewältigung und Suizidprävention</b> 
<b>Achtsamkeit im Schulalltag</b> 	<b>Waldbaden für Kinder</b> 	<b>Medienkompetenz für Eltern</b> 	

Beschriebe des Angebots können Sie direkt von unserer Website [www.netzwerk.li](http://www.netzwerk.li) herunterladen oder bei der Geschäftsstelle in gedruckter Form bestellen.





## Aktivitäten 2021

Corona war auch in diesem Jahr ein Dauerthema, welches es erschwerte, Workshops an Schulen durchzuführen.

Zusätzlich zu den äusseren Umständen hat NetzWerk entschieden, sein Angebot auf niederschwellige Beratung zu fokussieren. Diese beiden Umstände waren der Hauptgrund, weshalb die Workshops an Schulen zurückgegangen sind. Zukünftig werden wir mehr auf Kooperationen setzen. Die Lehrpersonen haben ein unserer Meinung nach (zu) umfangreiches Angebot an Kursen zur Verfügung. Das macht die Auswahl des passenden Kurses nicht einfach. Wir setzen auf Vernetzung und erachten es in Zukunft als sinnvoll, dass es nicht mehr so ein grosses, teilweise auch doppelspuriges Angebot geben soll. Das bringt in unseren Augen für alle Beteiligten nur Vorteile. Denn auch die WorkshopleiterInnen können dann Angebote kreieren, welche auch eingesetzt werden, und müssen nicht viel Engagement und Hirnschmalz auf «Vorrat» investieren.

### «Glücksfinder»

Marion Gulli hat 68 Lektionen des Workshops «Glücksfinder» in der Primar- und Oberstufe angeboten. Die Workshops dauerten zwischen zwei bis vier Lektionen. Das Ziel des Schulfachs «Glück» ist es, den Fokus auf das Positive zu lenken und nicht auf die Defizite. Es gilt, eine Haltung einzunehmen, die sich nicht auf Schuld und Versagen konzentriert, sondern auf Lösungen und Stärken.

### «Konfliktprävention»

Roswitha Vogt begleitete zwei Klassen über einen längeren Zeitraum. In den Workshops «Konfliktprävention» ging es in erster Linie darum, die Selbstwahrnehmung zu verbessern, Konflikte im Klassenverband zu benennen und gemeinsam Lösungen zu finden. Dabei war das Thema Achtsamkeit im Fokus, und es wurde die gewaltfreie Kommunikation geübt.

### «Suchtprävention & Diversitätskompetenz»

Unter der Leitung von Johanna Berktold und Cem Kavakci fanden in Klassen in der Realschule Triesen und der Oberschule Eschen die Workshops «Suchtprävention & Diversitätskompetenz» statt. Diese Workshops wurden entwickelt als Begleitung des Theaterstücks «Falsches Glück» der Theatergruppe Külsat, welche im TAK in Schaan das Stück aufführte. Es war die erste und hoffentlich nicht die letzte Kooperation zwischen TAK und NetzWerk.



## SuppOrt – gut Ding braucht Weile ...

**Monica Bortolotti Hug** – Aus der Idee, welche Mitte 2020 Gestalt annahm, wurde im Jahr 2021 ein konkretes Projekt. Durch zahlreiche Gespräche mit im Sozialbereich tätigen Menschen und Institutionen wurde immer klarer, wie das Angebot einer niederschweligen Beratungsstelle in Liechtenstein aussehen soll.

### Startklar für den Pilot

Nachdem die Möglichkeit für den idealen Standort gefunden war, gab es für Dave Leimgruber und sein Team kein Halten mehr. Das Parterre des Wohnhauses, welches sich auf dem Anwesen des Hotel Sylva befindet, wurde gemeinsam mit dem Team, Klienten und professionellen Handwerkern umgebaut. Nun sind dort zwei Büros und ein Sitzungs- und Besprechungszimmer eingerichtet.

### Umsetzung schwieriger, als gedacht

Unsere Idee war es, einen dreijährigen unabhängigen Pilot zu initiieren und aus den gemachten Erfahrungen ein offizielles, staatlich mitfinanziertes und längerfristiges Angebot werden zu lassen. Wir bekamen zwar vonseiten der Regierung und zwei Gemeinden moralischen Rückhalt, aber wirklich in die Gänge kam es leider nicht. Bis Ende 2021 war der Vorbehalt unserem Projekt gegenüber vonseiten des Amts für Soziale Dienste ein Hauptgrund, dass wir nicht offiziell tätig werden konnten.

### Wir bleiben dran

Dass es eine solche **polyvalente Beratungsstelle mit Fokus Sucht** braucht, ist unserer Meinung nach unbestritten. Wir bekommen diese Rückmeldung nicht nur von Menschen, welche sich bereits heute bei SNK melden, um Unterstützung zu bekommen, sondern auch in den Medien und auch im Landtag wurde das thematisiert. Das Was und Wie sind klar, das Wann lässt nun halt noch auf sich warten. Nun gilt es, die Geduld nicht zu verlieren und weiter auf dem bereits gegangenen Weg zu gehen. Wir hoffen natürlich sehr, dass wir im nächsten Jahresbericht aus dem Alltag der Beratungsstelle berichten können.

## SuppOrt – Soziale Beratungsstelle

### Auszüge aus dem Konzept (nicht abschliessend):

#### Zielgruppen

Das Angebot richtet sich hauptsächlich an Menschen aus Liechtenstein und der nahen Umgebung, die in ihrem Leben die Orientierung verloren haben oder nicht auf ein funktionierendes Beziehungsnetz zurückgreifen können. Sowie Bezugspersonen (Partner, Eltern, Geschwister etc.), die sich zu Interventionsmöglichkeiten beraten lassen möchten.

#### Projektidee

Eine gut erreichbare Beratungsstelle, welche unbürokratisch Hand bietet. Das Prinzip der «Hilfe zur Selbsthilfe» ist Programm. Wir überlassen der Klientin/dem Klienten den Entscheid, welches Thema sie/er wie angehen möchte. Wir gehen mit einer wertschätzenden und absichtslosen Haltung auf Menschen zu. Die Beratung soll für die Klientin/den Klienten kostenlos sein.



Es geht in erster Linie darum, dem Menschen «erste Hilfe» anzubieten und Handlungsoptionen aufzuzeigen. Auf Wunsch begleiten wir Menschen bei Behördengängen oder zu Fachstellen.

### Organisation

*SuppOrt Soziale Beratung* ist ein Projekt von NetzWerk – Verein für Gesundheitsförderung und SNK, Social Networking Est. Wo es sinnvoll ist, wird eine Kooperation mit anderen Fachstellen angestrebt. Die organisatorische und fachliche Leitung wird von den beiden aufgeführten Organisationen übernommen.

### Bedarfsfeld – Schwerpunkt Sucht

Das Angebot an Suchtberatung für Betroffene und Angehörige ist sehr überschaubar. Der Umstand, dass jemand mit einer Suchtproblematik nur über ein Gespräch mit dem Amtspsychiater zu einer kostenlosen Fachberatung kommt, ist hochschwierig. Wir sehen es als zielführender, dass jemand ohne staatliche Intervention direkt über unsere Beratungsstelle eine Fachberatung in Buchs (oder an einem anderen Ort) bekommen kann. Meist ist jedoch das Thema Sucht nicht der Hauptgrund für jemanden, sich beraten zu lassen.

## Angebot – Inhalte

### Persönliche Beratung

- Gemeinsame Problemerkennung
- Handlungsoptionen erarbeiten
- Fachstellen/Hilfsangebote eruieren
- Kontakte vermitteln und weitergeben
- Hilfestellung bei Problemlösung
- Vernetzung von Fachstellen/Personen

### Unterstützung bei Organisatorischem

- Hilfe beim Ausfüllen von Formularen
- Gemeinsam Anträge stellen
- Assistenz bei Arbeits- oder Wohnungssuche
- Persönliches Budget erstellen etc.

### Angebot – Umfang

Die Beratungsstelle ist zwei Tage pro Woche geöffnet. Die fachliche Leitung wird hauptsächlich vom Sozialarbeiter und Suchtexperten David Leimgruber übernommen. Bei Bedarf stehen mittelfristig weitere fachlich versierte BeraterInnen zur Verfügung.

### Öffnungszeiten

Die Öffnungszeiten sind jeweils Mittwoch und Donnerstag:

Vormittag: 9.00–12.00 Uhr, Nachmittag: 14.00–17.00 Uhr

*Durch die örtliche Nähe zu SNK ist auch ausserhalb der offiziellen Öffnungszeiten Hilfe in Notsituationen möglich. Bei grosser Nachfrage können die Öffnungszeiten angepasst werden.*



## Niederschwelligkeit erleichtert Zugang

### Unbürokratische Hilfe ist gefragt

**Monica Bortolotti Hug** – Die Anforderungen an jeden von uns steigen stetig. Nicht erst seit Corona ist es ziemlich offensichtlich, dass einiges im Wandel ist. Veränderungen können überfordern und Ängste auslösen. Je früher sich jemand Hilfe holt, desto einfacher ist in der Regel die Problemlösung.

Es zeigt sich auch immer öfter eine psychische Überforderung. Menschen, welche vom Alltag überfordert sind und Hilfe brauchen. Die Wartezeit bei Psychotherapeutinnen und -therapeuten, kann bis zu acht Wochen (teilweise sogar auch länger) betragen. Wer nicht weiterweiss, für den sind solche Wartezeiten schwer ertragbar. Es sind also andere Lösungen gefragt, welche kurzfristig «Luft» verschaffen.

### Anzahl überforderter Menschen nimmt zu

Einige Menschen haben ganz andere Probleme. Sie machen sich Sorgen, welche sie oft nicht schlafen lassen, trotzdem schaffen sie es nicht, sich Hilfe zu holen. Dies kann mit schlechten Erfahrungen aus der Vergangenheit zu tun haben. Vielleicht ist es aber nicht die «Angst» vor Ämtern oder anderen Fachstellen, welche die Hürde ist. Sie wissen einfach schlichtweg nicht, wo die richtige Anlaufstelle ist für ihr konkretes Problem. Bei anderen ist der Berg so gross, dass sie gar nicht den Mut haben, die Vielzahl an Problemen anzugehen.

### Angehen versus Verdrängen

Verdrängen kann manchmal helfen, ein Problem zu «lösen». Tatsächlich lösen sich manchmal Probleme von selbst. Oft ist es aber leider nicht so. Je länger jemand wartet, ein Problem anzugehen, desto kompliziert wird dessen Lösung. Genau hier setzt die niederschwellige Hilfe an. Niederschwellige Hilfe ist einfach und mit möglichst geringen Anforderungen für alle erreichbar.

### Onlinehilfe oder Beratungsstelle – für jedes Problem eine Anlaufstelle

NetzWerk hat mit *Helpchat* bereits einen vielgenutzten Dienst im Angebot. Für die einen ist diese anonyme Form der psychologischen Onlineberatung stimmig. Die Beratung ist anonym und kostenlos. Vorallem jüngere Menschen (so haben die Erfahrungen im letzten Jahr gezeigt) schätzen diese Form sehr.

Menschen, die zum Reden ein Gegenüber brauchen und technisch nicht versiert sind, können oder wollen diese Form der Beratung nicht nutzen. Für diese Menschen wollen wir *suppOrt* anbieten. Eine Beratungsstelle, welche an zwei Tagen in der Woche besetzt ist und ohne Terminvereinbarung besucht werden kann. Die Beratungsstelle ist bereits eingerichtet und wartet darauf, offiziell in Betrieb genommen zu werden. Gerne berichten wir euch im nächsten Jahresbericht über die erfolgreiche Eröffnung von **suppOrt – Soziale Beratungsstelle**.



## Herzlichen Dank!

Das Jahr 2021 war wieder ein Jahr, das es in sich hatte. Es fanden zahlreiche motivierende Begegnung statt, welche uns moralisch halfen, weiterhin an unsere beiden Angebote **Helpchat – Psychologische Onlinehilfe** und **suppOrt – Soziale Beratungsstelle** zu glauben.

Ein Dankeschön geht an das ASD, insbesondere an den Leiter Hugo Risch und den Suchtbeauftragten Martin Birnbaumer, die uns motiviert haben, wieder vermehrt das Thema Sucht in den Fokus zu stellen. Wir freuen uns auf weiterhin inspirierende Zusammenarbeit und natürlich auch den finanziellen Boden, der es uns überhaupt ermöglicht, ein ansprechendes Angebot zu initiieren.

Dank der Caritatis Stiftung konnten wir das neue Angebot *Helpchat* dieses Jahr aufbauen. Zudem hat sie uns für weitere zwei Jahre ihre Unterstützung zugesagt.

Mit einer einmaligen Unterstützung der Valüna Stiftung konnten wir den Umbau der zukünftigen Beratungsstelle *suppOrt – Soziale Beratungsstelle* finanziell bewerkstelligen.

Dann unterstützte uns die VP Bank mit einer Spende bei den alljährlichen Vergabungen und mit einer zusätzlichen Zuwendung für unser Angebot *Helpchat*.

Die LGT liess uns eine Trauerspende in Gedenken an Frau Margrit Martin zukommen.

Die finanziellen Zuwendungen helfen uns, unsere Angebote weiter auf- und auszubauen, und motivieren uns, auch in Zukunft weiterhin mit viel Herzblut bei der Sache zu bleiben. Ihnen allen – und natürlich auch unseren Mitgliedern – danken wir von Herzen!

## Finanzielle Unterstützung

**NetzWerk – Verein für Gesundheitsförderung** finanziert sich hauptsächlich aus Spenden und Unterstützung von Stiftungen und Privatpersonen. Zudem erhält der Verein finanzielle Mittel des Landes Liechtenstein. Spenden helfen uns, unsere Angebote weiterhin anzubieten und zu verbessern sowie neue Projekte zu lancieren.

**Unsere Kontoverbindung** LI32 0880 5502 7812 2001 0, VP Bank AG, Vaduz

## Ideelle Unterstützung

Wir freuen uns über neue Mitglieder. Eine aktive Mitarbeit in (zukünftigen) Projekten ist erwünscht. Mitglieder werden an die alljährliche Mitgliederversammlung eingeladen. Der jährliche Mitgliederbeitrag beläuft sich auf 60 Franken.

Wenn du an einer Mitgliedschaft interessiert bist, dann melde dich gerne per E-Mail bei [netz@netzwerk.li](mailto:netz@netzwerk.li), per Telefon +423 233 22 77 oder via Kontaktformular unserer Website: [www.netzwerk.li](http://www.netzwerk.li)



Allgemeine Revisions- und Treuhand AG

Drescheweg 2  
Postfach 27  
FL-9490 Vaduz

T +423 232 68 68  
areva@areva.li  
www.areva.li

Reg.-Nr. FL-0001.076.9043

Bericht der Revisionsstelle an die Vereinsversammlung des

## NETZWERK, VEREIN FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG, VADUZ

Als Revisionsstelle haben wir eine prüferische Durchsicht (Review) der Jahresrechnung der NETZWERK, VEREIN FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG, die in Übereinstimmung mit dem liechtensteinischen Gesetz erstellt worden ist, für das am 31. Dezember 2021 abgeschlossene Geschäftsjahr vorgenommen.

Für die Jahresrechnung ist der Vorstand verantwortlich, während unsere Aufgabe darin besteht, aufgrund unserer Review einen Bericht über die Jahresrechnung abzugeben. Wir bestätigen, dass wir die gesetzlichen Anforderungen hinsichtlich Befähigung und Unabhängigkeit erfüllen.

Unsere Review erfolgte nach dem Standard zur prüferischen Durchsicht (Review) von Jahresrechnungen der liechtensteinischen Wirtschaftsprüfervereinigung. Danach ist eine Review so zu planen und durchzuführen, dass wesentliche Fehlaussagen in der Jahresrechnung erkannt werden, wenn auch nicht mit derselben Sicherheit wie bei einer Abschlussprüfung. Eine Review besteht hauptsächlich aus der Befragung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie analytischen Prüfungshandlungen in Bezug auf die der Jahresrechnung zugrunde liegenden Daten. Wir haben eine Review, nicht aber eine Abschlussprüfung, durchgeführt und geben aus diesem Grund kein Prüfungsurteil ab.

Bei unserer Review sind wir nicht auf Sachverhalte gestossen, aus denen wir schliessen müssten, dass die Jahresrechnung nicht dem liechtensteinischen Gesetz und den Statuten entspricht.

Basierend auf unserer Review empfehlen wir, die vorliegende Jahresrechnung zu genehmigen.

Vaduz, 8. Februar 2022 /fg

AREVA ALLGEMEINE REVISIONS-  
UND TREUHAND AKTIENGESELLSCHAFT

Dr. M. Hemmerle  
Wirtschaftsprüfer  
(Leitender Revisor)

F. Schurti  
Wirtschaftsprüfer

Beilagen:

- Jahresrechnung (Bilanz, Erfolgsrechnung und Anhang)



# Bilanz per 31.12.21

	1.1.–31.12. 2021	1.1.–31.12. 2020
<b>Aktiven</b>	CHF	CHF
Bankguthaben	149 526.66	135 914.93
Forderungen	20 979.00	20 300.00
<b>Umlaufvermögen</b>	<b>170 505.66</b>	<b>156 214.93</b>
Büroeinrichtungen/EDV-Anlagen	1695.00	2379.00
<b>Anlagevermögen</b>	<b>1695.00</b>	<b>2379.00</b>
<b>Rechnungsabgrenzungsposten</b>	<b>154.73</b>	<b>0.00</b>
<b>Total Aktiven</b>	<b>172 355.39</b>	<b>158 593.93</b>
<b>Passiven</b>	CHF	CHF
Verbindlichkeiten aus Lieferungen und Leistungen	34 655.00	8409.40
Verbindlichkeiten aus Steuern	521.70	65.50
Verbindlichkeiten im Rahmen sozialer Sicherheit	2573.65	2521.90
Zweckgebundene Fonds	135 439.47	135 439.47
Rückstellungen	27 717.02	27 717.02
<b>Fremdkapital</b>	<b>200 906.84</b>	<b>174 153.29</b>
<b>Rechnungsabgrenzungsposten</b>	<b>5298.10</b>	<b>7742.65</b>
Vereinsvermögen 1.1.	– 23 302.01	– 1854.46
Ausgaben-/Einnahmenüberschuss	– 10 547.54	– 21 447.55
<b>Eigenkapital</b>	<b>– 33 849.55</b>	<b>– 23 302.01</b>
<b>Total Passiven</b>	<b>172 355.39</b>	<b>158 593.93</b>

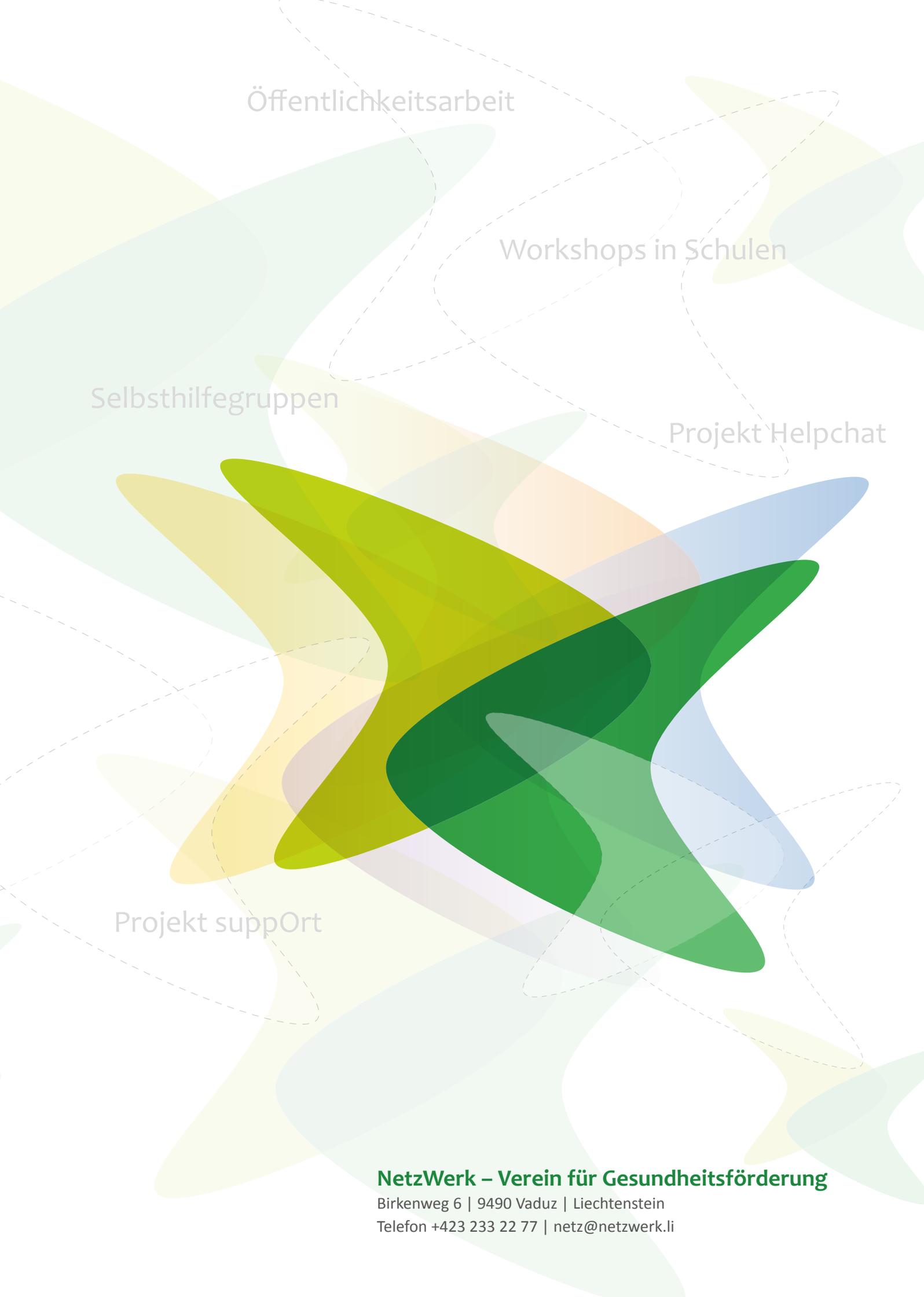


	1.1.–31.12. 2021	1.1.–31.12. 2020
	CHF	CHF
<b>Projektertrag</b>		
Projekt Gewalt	1400.00	14 362.60
Projekt Schule, Sucht, Prävention	19 150.00	0.00
Projekt Kinderschutz	0.00	6900.00
Projekt Beratungsstelle Support	25 000.00	0.00
Projekt Angebot Helpchat	23 000.00	12 028.80
<b>Übriger Ertrag</b>		
Mitgliederbeiträge	480.00	380.00
Landesbeiträge	70 000.00	70 000.00
Ungebundene Spenden	1300.00	1000.00
Übriger Ertrag aus Korrekturen	772.85	0.00
<b>Projektaufwand</b>		
Projekt Gewalt	0.00	12 810.00
Projekt Schule, Sucht, Prävention	15 656.71	0.00
Projekt Beratungsstelle Support	25 000.00	0.00
Projekt Helpchat	19 361.35	14 186.70
Projekt Kinderschutz	0.00	6000.00
<b>Bruttoergebnis</b>	<b>81 084.79</b>	<b>71 674.70</b>



# Erfolgsrechnung

	1.1.–31.12. 2021	1.1.–31.12. 2020
	CHF	CHF
<b>Bruttoergebnis</b>	<b>81 084.79</b>	<b>71 674.70</b>
<b>Aufwand</b>		
<b>Personalaufwand</b>		
Löhne und Gehälter	65 043.00	53 637.40
Soziale Abgaben	9468.90	8905.00
<b>Abschreibungen und Wertberichtigungen</b>	<b>684.00</b>	<b>930.30</b>
<b>Sonstige betriebliche Aufwendungen</b>		
Übriger Personalaufwand	380.00	0.00
Raumaufwand	3840.00	3840.00
Versicherungen	204.60	245.00
Verwaltungsaufwand	7858.70	13 142.45
Werbeaufwand	3953.25	12 198.45
<b>Betriebsergebnis</b>	<b>– 10 347.66</b>	<b>– 21 223.90</b>
Zinsen und ähnliche Aufwendungen	199.88	223.65
<b>Ausgaben-/Einnahmenüberschuss</b>	<b>– 10 547.54</b>	<b>– 21 447.55</b>



Öffentlichkeitsarbeit

Workshops in Schulen

Selbsthilfegruppen

Projekt Helpchat

Projekt supportOrt

**NetzWerk – Verein für Gesundheitsförderung**

Birkenweg 6 | 9490 Vaduz | Liechtenstein

Telefon +423 233 22 77 | [netz@netzwerk.li](mailto:netz@netzwerk.li)