

JAHRES - UND WIRKUNGSBERICHT 2025

in Anlehnung an den Social Reporting Standard (SRS)



«Wie ein Baum, der trotz schweren Ranken dem Licht entgegenwächst, stärken wir Menschen auf ihrem Weg durch psychische Belastungen, indem wir Ihnen beistehen und sie unterstützen.»



SonnenStern
Persönlichkeitsentwicklung

Inhalt

A Verein SonnenStern:Persönlichkeitsentwicklung im Überblick.....	3
1. Vision, Ansatz und Angebotsübersicht.....	3
B Unsere Angebote.....	4
2. Gesellschaftliche Herausforderungen und unsere Lösungsansätze	4
3. Eingesetzte Ressourcen und Leistungen (Output)	6
4. Planung und Ausblick	9
C Unsere Organisation.....	14
5. Verein und Geschäftsstelle	14
6. Mitgliederversammlung und Vorstand.....	14
7. Partnerschaften, Kooperationen und Netzwerke	14
8. Rechnung und Buchführung.....	15

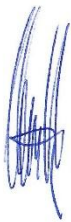
Liebe Leserin, lieber Leser

Wir freuen uns, Ihnen den nach dem Social Reporting Standard (SRS) erstellten Geschäftsbericht 2025 vorzulegen. Vielen Dank für Ihr Interesse an unserer Arbeit. Wir setzen uns dafür ein, mentale Gesundheit zu enttabuisieren, Stigmatisierung abzubauen und einen vorurteilsfreien Umgang mit psychischen Belastungen zu fördern – in Liechtenstein und in der umliegenden Region.

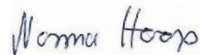
Das Jahr 2025 – unser zweites Vereinsjahr – war erneut geprägt von hoher Intensität, grossem Engagement und wichtigen Entwicklungsschritten.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen unseres Geschäftsberichts 2025.

Herzliche SonnenStern:Grüsse



Ulrike Hoop
Präsidentin



Norma Hoop
Vizepräsidentin

A Verein SonnenStern: Persönlichkeitsentwicklung im Überblick

1. Vision, Ansatz und Angebotsübersicht

Vision

Der Verein SonnenStern setzt sich dafür ein, die Sichtbarkeit von Menschen mit psychischen Erkrankungen in der Gesellschaft zu stärken. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Sensibilisierung bei Depressionen und auf der Förderung eines offenen, wertschätzenden Umgangs mit psychischen Belastungen.

Ansatz

SonnenStern: Persönlichkeitsentwicklung unterstützt Menschen in Liechtenstein und der Region um mentale Beschwerden und Erkrankungen besser zu bewältigen. Dies geschieht durch Selbsthilfegruppen sowie durch die aktive Thematisierung und Sichtbarmachung mentaler Gesundheit in der Öffentlichkeit.

Mit einem klaren Fokus auf Gemeinschaft und Selbsthilfe stärken wir Ressourcen, fördern psychische Gesundheit und tragen zur Enttabuisierung psychischer Erkrankungen bei.

Angebotsübersicht

Öffentliche Veranstaltungen und Vorträge

Der Verein organisiert öffentliche Veranstaltungen, in deren Rahmen Fachvorträge, Impulse und Diskussionen zu psychischen Erkrankungen und ihren Auswirkungen stattfinden. Ziel ist es, Wissen zu vermitteln, Vorurteile abzubauen und ein offenes, unterstützendes Umfeld zu fördern, in dem über mentale Gesundheit selbstverständlich gesprochen werden kann.

Kochkurs für deine mentale Gesundheit

Vom 22. August 2025 bis zum 9. Januar 2026 führten wir erstmals den Kochkurs „Ernährung für deine mentale Gesundheit“ durch. Ziel war es, den Zusammenhang zwischen Ernährung und mentaler Gesundheit praxisnah zu vermitteln und Impulse für mehr Wohlbefinden im Alltag zu geben.

In einer kleinen, unterstützenden Gruppe wurden Austausch und gegenseitige Stärkung gefördert. Ergänzend vermittelten wir alltagstaugliche, einfache und gesunde Rezepte zur Unterstützung des körperlichen und mentalen Gleichgewichts.

Selbsthilfegruppe Depression

Unsere Selbsthilfegruppe für Menschen mit Depressionen besteht seit Juni 2024. Sie bietet einen geschützten Raum, in dem Erfahrungen geteilt und einander zugehört wird. Im Zentrum stehen Austausch auf Augenhöhe, Verständnis und die Annahme der eigenen Situation – ohne Bewertung und ohne Druck. Im Jahr 2025 wurde die Selbsthilfegruppe 55-mal besucht.

B Unsere Angebote

2. Gesellschaftliche Herausforderungen und unsere Lösungsansätze

Herausforderungen

Während 2012 noch 76 % der Bevölkerung ohne Depressionssymptome waren, lag dieser Anteil 2022 bei 68 %. 23 % gaben leichte Depressionssymptome an. Aufgrund der geringen Fallzahlen bei schwereren Ausprägungen und in Untergruppen (z. B. nach Geschlecht, Alter oder Bildungsstand) sind differenzierte Aussagen nur eingeschränkt möglich.

Psychische Belastung in der Bevölkerung

Bei der Mehrheit der Bevölkerung ist die psychische Belastung niedrig (86 %); bei den über 65-Jährigen liegt dieser Anteil bei 92 %. Gleichzeitig ist der Anteil der 15- bis 39-Jährigen mit mittlerer psychischer Belastung (17 %) höher als in der Gesamtbevölkerung (10 %). In der Zeitreihe zeigt sich tendenziell eine Verschiebung der psychischen Belastung von älteren zu jüngeren Altersgruppen. Da die Ergebnisse mit einer gewissen Unsicherheit behaftet sind, lässt sich daraus kein eindeutiger Trend ableiten.

Quelle Amt für Statistik Ergebnisse der Gesundheitsbefragung 2022

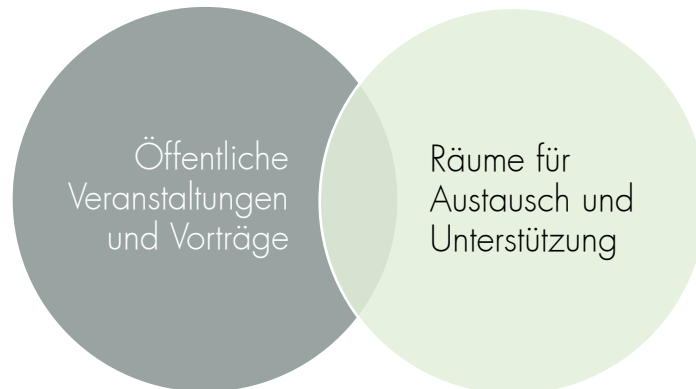


In Liechtenstein ist ein steigender Bedarf im Bereich psychischer Gesundheit spürbar. Um die Versorgung von Betroffenen zu verbessern, wird ein Psychiatriekonzept umgesetzt, das ambulante, intermediäre und stationäre Angebote sowie spezifische Bedürfnisse (z. B. für Kinder und Jugendliche, ältere Menschen und Menschen mit Behinderungen) stärker berücksichtigt. Besonders dringlich ist dabei eine verlässliche Betreuung von Kindern und Jugendlichen, der Zugang zu stationären Leistungen und die Versorgung in psychiatrischen Notfällen.

Gesellschaftliche Herausforderungen

Psychische Belastungen und Erkrankungen betreffen viele Menschen – oft still und für das Umfeld kaum wahrnehmbar. Gleichzeitig halten Scham, Unsicherheit und die Angst vor Stigmatisierung Betroffene oft davon ab, frühzeitig über ihre Situation zu sprechen oder Hilfe in Anspruch zu nehmen. Zudem muss die Versorgung im Bereich der psychischen Gesundheit bedarfsgerechte Angebote weiterentwickeln – insbesondere für Kinder und Jugendliche sowie in akuten Krisensituationen.

Lösungsansätze



Öffentliche Veranstaltungen und Vorträge

Der Verein SonnenStern organisiert öffentliche Veranstaltungen, bei denen Fachleute informieren und Diskussionen über psychische Erkrankungen sowie deren Auswirkungen ermöglichen. Ziel ist es, Wissen zugänglich zu machen, Vorurteile abzubauen und einen respektvollen Umgang mit mentalen Belastungen zu fördern. Wenn Menschen ohne Angst vor Stigmatisierung über ihre Erfahrungen sprechen können, werden sie eher ermutigt, Unterstützung zu suchen und sich mitzuteilen. Dadurch wachsen Verständnis und Akzeptanz in der Gesellschaft. Missverständnisse können geklärt und stereotype Vorstellungen hinterfragt werden.

Austausch und Unterstützung

Ergänzend schaffen wir Räume für Austausch und gegenseitige Unterstützung. In einem geschützten Rahmen können Betroffene Erfahrungen teilen, Entlastung erleben und alltagstaugliche Strategien kennenlernen. Dieser Austausch stärkt das Bewusstsein dafür, dass psychische Gesundheit ein zentraler Bestandteil des Wohlbefindens ist und niemand mit Belastungen allein bleiben muss.

Zielgruppen

Zu unseren Zielgruppen gehören Menschen, die sich für psychische Gesundheit engagieren und eine offene, respektvolle Kommunikation darüber fördern wollen. Dazu gehören Betroffene, Angehörige sowie interessierte Personen aus der Gesellschaft. Gemeinsam setzen wir uns dafür ein, die Tabuisierung und Stigmatisierung psychischer Erkrankungen abzubauen, ihre Auswirkungen sichtbar zu machen und einen vorurteilsfreien Austausch zu fördern.

3. Eingesetzte Ressourcen und Leistungen (Output)

Dem Verein SonnenStern:Persönlichkeitsentwicklung obliegt die Verantwortung der konzeptionellen und qualitativen Weiterentwicklung seiner Angebote. Schwerpunkte liegen auf Vernetzung, Öffentlichkeitsarbeit und der Mittelbeschaffung (z. B. Spenden, Beiträge, Projektfinanzierungen). Ein wesentlicher Bestandteil der Arbeit ist zudem die Erstellung, Aktualisierung und Bereitstellung von Materialien für die Gesprächsrunden der Selbsthilfegruppen. Zusätzlich organisiert der Verein öffentliche Veranstaltungen und Fachinputs, um Wissen zu vermitteln, den Austausch zu fördern und die gesellschaftliche Sensibilisierung für mentale Gesundheit zu aufzubauen.

Input (Ressourcen)	Output (Leistungen)	Outcome (Wirkung)
Spenden, Beiträge und projektbezogene Mittel	Durchführung von 12 Terminen Selbsthilfegruppe (SHG)	Entlastung und Stabilisierung für Betroffene; Stärkung von Selbstwirksamkeit und Bewältigungsstrategien
Zeit, Engagement und Expertise der Mitglieder/Freiwilligen	Durchführung von Vorträgen /öffentlichen Anlässen	Steigerung der öffentlichen Sensibilität für mentale Gesundheit; Abbau von Vorurteilen
Fachliche Inputs/Kooperationen (z. B. Referierende, Partner)	Durchführung Kochkurse „Ernährung für deine mentale Gesundheit« mit 4 Kursabenden	Stärkung gesundheitsfördernden Alltagskompetenzen und Förderung des körperlichen und mentalen Gleichgewichts
Netzwerk und Kommunikationskanäle	Aufbau und Pflege eines Netzwerks zur Enttabuisierung psychischer Erkrankungen	Mehr Offenheit und Akzeptanz psychischer Erkrankungen in der Gesellschaft
Arbeitszeit für Inhalte/Unterlagen	Erstellung und Aktualisierung von Gruppenmaterialien und Informationsunterlagen	Qualitätssicherung der Angebote, bessere Orientierung und Unterstützung für Teilnehmende

Wirkungsmessung und Lernschleife

Unsere Wirkungslogik orientiert sich an Input–Output–Outcome. Die im Bericht ausgewiesenen Leistungsdaten (z. B. Termine, Teilnahmen, Reichweiten) zeigen, welche Aktivitäten wir umsetzen. Um darüber hinaus Wirkung nachvollziehbar abzubilden und über die Jahre vergleichbar zu machen, ergänzen wir die Output-Daten schrittweise um Outcome-Indikatoren und eine strukturierte Auswertung.

Die Wirkungserfassung erfolgt niederschwellig, anonym und datensparsam. Wir kombinieren Rückmeldungen nach öffentlichen Veranstaltungen (2–4 Fragen), regelmässiges Gruppen-Feedback in Austauschformaten (z. B. quartalsweise Mini-Umfrage) sowie qualitative Rückmeldungen (offene Kommentare/Statements ohne personenbezogene

Daten). Die Ergebnisse werden mindestens einmal jährlich im Vorstand/Organisationsteam reflektiert und fliessen in die Weiterentwicklung von Angeboten, Kommunikation und Jahresplanung ein.

Outcome-Indikatoren werden ab 2026 systematisch erhoben

Anhand einer Skala von 1 = stimme gar nicht zu – 5 = stimme voll zu

- Entlastung: „Ich fühle mich nach dem Angebot entlasteter.“)
- Orientierung: „Ich weiss besser, wo ich Unterstützung finde.“)
- Selbstwirksamkeit: „Ich traue mir zu, nächste Schritte im Alltag umzusetzen.“)
- Hemmschwelle/Stigma: „Ich kann offener über psychische Belastungen sprechen.“)
- Zugehörigkeit/soziale Unterstützung: „Ich fühle mich weniger allein.“)
- Weiterempfehlung: „Wie wahrscheinlich ist eine Empfehlung?“)
- Zugangsqualität: „Information/Anmeldung war klar und einfach.“)
- Kooperationswirkung (Anzahl/Art aktiver Kooperationen und gemeinsame Aktivitäten pro Jahr).

Hinweis Datenschutz: Die Erhebungen erfolgen anonym, freiwillig und ohne Erfassung individueller Diagnosen oder personenbezogener Gesundheitsdaten.

Kommunikation

Leistungen und Wirkungen

Im Berichtsjahr 2025 setzte der Verein SonnenStern:Persönlichkeitsentwicklung zentrale Massnahmen um, die die Sensibilisierung, Entstigmatisierung und Vernetzung im Bereich der mentalen Gesundheit weiter stärkten.

Öffentliche Veranstaltungen

Am 21. Oktober 2025 fand in Eschen ein Fachvortrag mit rund 50 Teilnehmenden statt. Im Fokus stand das Thema „Wenn Nähe zur Belastung wird – Angehörige psychisch erkrankter Personen am Limit“. Die Veranstaltung schuf Raum für Information, Austausch und Verständnis.

Selbsthilfegruppe

Die Selbsthilfegruppe fand regelmässig statt und bot Betroffenen einen verlässlichen Ort für Austausch, Stabilisierung und gegenseitige Unterstützung.

Teilnehmende: Im Berichtsjahr 2025 wurde das Angebot 55-mal genutzt. Die Selbsthilfegruppe fand von Januar bis Dezember monatlich statt.

Wirkung: Die Gruppe bietet Betroffenen einen geschützten Raum für Austausch auf Augenhöhe. Sie fördert Selbsthilfe und trägt dazu bei Entlastung, Orientierung und gegenseitige Ermutigung im Umgang mit Depressionen zu ermöglichen.

Kochkurs

Mit dem Kochkurs „Ernährung für deine mentale Gesundheit“ wurde ein neues Angebot lanciert. In vier Kursabenden wurden praxisnahe Impulse zur Verbindung von Ernährung und mentalem Wohlbefinden vermittelt und alltagstaugliche Strategien gestärkt.



Ergebnisse

Die Veranstaltungen schufen einen sicheren Raum für den Austausch von Erfahrungen und trugen zur öffentlichen Diskussion über Tabuthemen wie Depressionen bei. Besonders hervorgehoben wurde die Bedeutung offener Kommunikation und gemeinschaftlicher Unterstützung bei der Bewältigung psychischer Belastungen.

Mediale Präsenz (Presseberichte und Medienauftritte)

Im Jahr 2025 war der Verein in verschiedenen Medien präsent – mit Beiträgen im Liechtensteiner Vaterland, in «Der Stammtisch» sowie in 360°, der Eschner Gemeindebroschüre.

Im «Podcasthus» erschienen mehrere Podcast-Beiträge. Die Social - Medienkampagne war ein voller Erfolg. Mit insgesamt weit über 25.000 Video-Wiedergaben über alle Plattformen hinweg haben wir ein starkes Zeichen für die psychische Gesundheit in Liechtenstein gesetzt. Die hohe Wiedergabezeit auf YouTube belegt zudem die fachliche Tiefe und Qualität der Inhalte.

Eine Übersicht ist auf der Vereinswebsite unter www.sonnenstern.li/aktuelles verfügbar. Die Medienarbeit stärkt die Sichtbarkeit des Vereins, erhöht die Bekanntheit unserer Angebote und trägt dazu bei, mehr Aufmerksamkeit auf mentale Gesundheit zu lenken.

Ein wichtiger Meilenstein war der Gewinn des Anerkennungspreises Chancengleichheit. Dieser unterstreicht die gesellschaftliche Relevanz der Vereinsarbeit und erhöhte die Sichtbarkeit des Themas mentale Gesundheit zusätzlich.



Online-Präsenz (Website)

Die Weiterentwicklung und der Ausbau der Website wurden erfolgreich abgeschlossen. Im Berichtszeitraum verzeichnete die Website 1'779 Aufrufe.

Wirkung: Die Website dient als zentrale Informationsplattform zu Veranstaltungen, Selbsthilfegruppen und Inhalten rund um mentale Gesundheit und erleichtert den Zugang zu Unterstützungsangeboten.

4. Planung und Ausblick

Kunstprojekt mit Jugendlichen zu mentalen Erkrankungen

Mit dem Projekt «Durch die Wand – Kunst und Jugend» erhalten Jugendliche die Möglichkeit sich kreativ und reflektiert mit mentaler Gesundheit auseinanderzusetzen und ihre Sichtweisen darzulegen. Das Projekt schafft einen Rahmen, der Offenheit, Bewusstsein und Dialog über psychische Belastungen und Erkrankungen fördert.



Ziel: Offenen Austausch ermöglichen und zur Diskussion über mentale Erkrankungen beitragen.

Vorgehen: Kreativer Ausdruck, künstlerische Zusammenarbeit und begleitete Auseinandersetzung mit dem Thema.

Abschluss: Öffentliche Präsentation der entstandenen Arbeiten zur Bewusstseinsbildung.

Gruppe Monolog – Dialog - Trialog

Die Gruppe Trialog bringt Betroffene, Angehörige und Fachpersonen in einen gemeinsamen Austausch. In einem geschützten Rahmen treffen unterschiedliche Perspektiven aufeinander, respektvoll, auf Augenhöhe und lösungsorientiert.

Wirkung: Der Trialog fördert Verständnis, stärkt Vertrauen und baut Vorurteile ab.

Teilnehmende gewinnen Orientierung, erleben Entlastung und entwickeln neue Sichtweisen im Umgang mit psychischen Belastungen.

Bewegung und Ernährung für deine mentale Gesundheit

Mit dem Angebot „Bewegung und Ernährung für deine mentale Gesundheit“ werden alltagstaugliche Impulse vermittelt, wie körperliche Aktivität und ausgewogene Ernährung die das psychische Wohlbefinden unterstützen können. Im Zentrum stehen praktische Umsetzung, niederschwellige Motivation und gemeinsamer Erfahrungsaustausch.

Wirkung: Teilnehmende stärken ihr körperliches und mentales Gleichgewicht, erweitern ihre Gesundheitskompetenz und erhalten konkrete Ideen für einen stabilisierenden Alltag.

gemeinsam statt einsam

Unter dem Leitgedanken „gemeinsam statt einsam“ schafft der Verein Begegnungsräume, in denen Menschen Anschluss finden und sich gegenseitig unterstützen. Gemeinschaft wirkt gegen Isolation und macht es leichter, über Belastungen zu sprechen.

Wirkung: Das Angebot fördert Zugehörigkeit, verringert Einsamkeit und stärkt soziale Unterstützung. Ein zentraler Schutzfaktor für psychische Gesundheit.

Fachvortrag: Schwerpunkt Jugendliche

Im Jahr 2026 richtet der Verein seinen Fokus verstärkt auf Jugendliche. Ziel ist es, mentale Gesundheit im Jugendalter zu stärken, frühzeitig zu sensibilisieren und Zugänge zu Unterstützung und Hilfsangeboten aufzuzeigen.

Fachliche Inputs: Einblicke in typische Belastungen im Jugendalter sowie in den Umgang mit psychischen Erkrankungen.

Praxisnahe Orientierung: Konkrete Impulse zu Selbstfürsorge, Gesprächsführung und verfügbaren Anlaufstellen in Liechtenstein und der Region.

Dialog und Beteiligung: Austauschformate, die Jugendlichen Raum geben, Fragen zu stellen, Erfahrungen zu teilen und Unterstützungssysteme kennenzulernen.



Erwartete Wirkung: Durch Wissen, Austausch und niederschwellige Zugänge sollen Hemmschwellen abgebaut und frühzeitige Hilfe erleichtert werden.

Mit diesen Schwerpunkten wird unser Verein im Jahr 2026 weiterhin Zielgruppen ansprechen und bestehende sowie neue Kooperationen stärken.

Chancen

Chance	Potenzielle Auswirkung
Erhöhte Aufmerksamkeit	Grössere Projekte ziehen mehr Interesse von Öffentlichkeit, Medien und potenziellen Förderern auf sich.
Stärkere Vernetzung	Die Zusammenarbeit mit neuen Partnerorganisationen und Fachleuten kann langfristig zu einer intensiveren Vernetzung und neuen Synergien führen.
Mobilisierung von Ressourcen	Durch Kooperationen können zusätzliche Ressourcen und Kompetenzen aktiviert werden um Projekte effektiver umzusetzen.
Ansprache verschiedener Zielgruppen	Umfassende Projekte bieten die Möglichkeit, mehrere Zielgruppen wie Jugendliche, Angehörige und Fachleute gleichzeitig anzusprechen.
Breitere gesellschaftliche Verankerung	Die Themen des Vereins werden breiter gestreut und gesellschaftlich stärker etabliert.
Zugang zu Fördermitteln	Umfangreichere Projekte können den Zugang zu höheren Fördermitteln von öffentlichen Institutionen oder Stiftungen erleichtern.
Erweiterung des Handlungsspielraums	Ein höheres Budget ermöglicht langfristig eine grössere Flexibilität und Reichweite bei der Vereinsarbeit.

Risiken und Gegenmassnahmen

Risiko	Potenzielle Auswirkung	Gegenmassnahmen
Geringe Teilnehmerzahlen bei Veranstaltungen	Reduzierte Wirkung und Sichtbarkeit	Intensivierte Öffentlichkeitsarbeit und zielgruppenorientierte Werbung
Engpässe bei Ressourcen (Zeit, Geld). Finanzielle Belastungen	Verzögerung oder Ausfall von Projekten. Kostenüberschreitungen könnten den Verein finanziell unter Druck setzen, insbesondere wenn Projekte nicht ausreichend gefördert werden	Aufbau eines Reservefonds und Ansprache potenzieller neuer Förderpartner
Betreuungsempässe und hohe Belastung des Teams	Engpässe in der Betreuung und Umsetzung der Projekte könnten die Qualität der Arbeit negativ beeinflussen	Förderung von Freiwilligenarbeit
Vernachlässigung kleinerer Ziele	Die Fokussierung auf Grossprojekte birgt das Risiko, kleinere, aber wichtige Vereinsziele zu vernachlässigen	Planung und laufende Überprüfung der Ziele
Imageverlust bei Misserfolg	Nicht erfolgreich abgeschlossene Projekte können das Image und die Glaubwürdigkeit des Vereins beeinträchtigen	Durch offene Kommunikation einen möglichen Misserfolg erklären und zukünftigen Massnahmen festlegen
Schlüsselpersonenrisiko (Abhängigkeit von wenigen Personen)	Wissens- und Umsetzungslücken bei Ausfällen oder Verzögerungen.	Stellvertretungsregelungen, Dokumentation zentraler Abläufe (Vorlagen, Kontaktwege, Jahresplan), aktive Aufgabenverteilung und Einarbeitung.
Datenschutz/Schutz in Austauschformaten	Vertrauensverlust bei unklaren Regeln; Risiken durch zu breite Dokumentation sensibler Inhalte.	Klare Gruppenregeln, Moderationsleitfaden, datensparsame Dokumentation, anonyme Feedbackwege.

Langfristige Ziele und angestrebte Wirkung

Die Stigmatisierung psychischer Erkrankungen in Liechtenstein und der Region nachhaltig reduzieren.

Ein tragfähiges, langfristiges Unterstützungsnetzwerk für Betroffene und Angehörige aufbauen und stärken.

Die gesellschaftliche Akzeptanz fördern, dass mentale Gesundheit ein selbstverständlicher Teil des allgemeinen Wohlbefindens ist.

Wie unsere Arbeit dazu beiträgt

Sensibilisierung und Aufklärung durch öffentliche Vorträge, Veranstaltungen und kontinuierliche Medienarbeit.

Konkrete Unterstützung durch regelmässige Selbsthilfegruppen und Austauschformate.

Offenen Dialog ermöglichen und psychische Gesundheit in Schulen, Unternehmen und Gemeinden aktiv thematisieren.

C Unsere Organisation

5. Verein und Geschäftsstelle

Name:	Verein SonnenStern:Persönlichkeitsentwicklung
Sitz der Organisation (gemäss Satzung):	Eschen, Liechtenstein
Gründung:	28. Dezember 2023
Rechtsform:	Verein
Handelsregistereintrag:	Vaduz, Liechtenstein
Registernummer:	FL-0002.718.279-2
Datum der Eintragung:	12. Januar 2024
Statuten	https://www.sonnenstern.li/verein
Gemeinnützigkeit Rechtsgrundlage:	Art. 4 Abs. 2 des Gesetzes vom 23. September 2010 über die Landes- und Gemeindesteuern
Datum des Feststellungsbescheids:	30. Juli 2024
Ausstellendes Amt:	Steuerverwaltung des Fürstentums Liechtenstein

6. Mitgliederversammlung und Vorstand

Das oberste Aufsichtsorgan ist die Mitgliederversammlung des Vereins. Alle Vereinsmitglieder sind teilnahme- und stimmberechtigt. Der Verein zählt per Stichtag 31.12.2025 dreizehn Mitglieder, davon zwölf Frauen und ein Mann.

Ulrike Hoop	Präsidentin des Vorstandes
Norma Hoop	Vizepräsidentin des Vorstandes
Christa Hoop	Mitglied des Vorstandes
Klaus Reiter	Mitglied des Vorstandes

7. Partnerschaften, Kooperationen und Netzwerke

Vernetzung ist ein zentraler Hebel unserer Arbeit, um Enttabuisierung und gesellschaftliche Sensibilisierung wirksam voranzutreiben. Seit 2024 ist der Verein Mitglied der SDG-Allianz Liechtenstein, einer Initiative zur Förderung der Nachhaltigkeitsziele. Darüber hinaus bauen wir Kooperationen mit Fachpersonen und Partnern (z. B. für fachliche Inputs und gemeinsame Aktivitäten) schrittweise aus, um Reichweite, Qualität und Zugänglichkeit unserer Angebote weiter zu stärken.

Im Berichtsjahr 2025 arbeiteten wir mit folgendem Partner zusammen:

Partner/Organisation: AK-Digital Media, Triesen
Zweck der Zusammenarbeit: Produktion eines Podcast
Konkretes Ergebnis/Output: Veröffentlichung einer publizierten Podcast-Episode und Beiträge zur Sensibilisierung für die mentale Gesundheit. Mehr als 25'000 Views auf den sozialen Medien.

8. Rechnung und Buchführung

Internes Kontrollsystem

Das interne Kontrollsystem basiert auf dem Vier-Augen-Prinzip. Beispiel: Rechnungen werden in der Buchhaltung sachlich und fachlich geprüft. Die Buchhaltung wird intern erstellt und mit dem Buchhaltungsprogramm Banana geführt. Alle abrechnungsrelevanten Daten werden sorgfältig dokumentiert.

Rechnungslegung und Grundsätze

Die Jahresrechnung wird vereinsintern geführt und folgt den Grundsätzen der vollständigen, nachvollziehbaren und periodengerechten Erfassung, soweit dies für einen Verein dieser Grösse praktikabel ist. Zweckgebundene Mittel (z. B. projektbezogene Beiträge) werden gemäss Zweckbestimmung eingesetzt.

Finanzkommentar 2025

Der Verein schliesst das Geschäftsjahr 2025 mit einem positiven Ergebnis ab. Die Finanzierung basiert im Wesentlichen auf Spenden und Beiträgen und ermöglichte die Umsetzung unserer Angebote sowie die Weiterentwicklung der Informations- und Sensibilisierungsarbeit. Unsere Kostenstruktur bleibt bewusst schlank; Aufwendungen werden zurückhaltend gesteuert. Für die kommenden Jahre ist vorgesehen, im Rahmen der Möglichkeiten Reserven aufzubauen, um grössere Vorhaben resilient umsetzen und Finanzierungsschwankungen besser abfedern zu können.

Mittelverwendung nach Tätigkeitsbereichen (Transparenz)

Zur transparenten Einordnung unserer Ausgaben weisen wir die Mittelverwendung nach Tätigkeitsbereichen aus. Die Kategorien orientieren sich an den Kernelementen unserer Arbeit.

Einnahmen

Kategorie	Betrag CHF	Anteil in %
Mitgliederbeiträge	370.00	2.20
Spenden (Privatpersonen)	7'487.35	44.70
Spenden Stiftungen / Ämtern	3'200.00	19.10
Einnahmen aus Sammelaktionen	0.00	0.00
Projektbeitrag „durch die Wand“	5'000.00	29.90
Erlöse Werbeartikel	233.00	1.40
Kurs- und Teilnahmegebühren	460.00	2.70
Total Einnahmen	16'750.35	100.00



Ausgaben

Kategorie	Betrag CHF	Anteil in %
Raumaufwand (Mieten)	300.00	4.30
Vereins- und Verwaltungsgebühren	50.00	0.70
Versicherungen	57.20	0.80
Büromaterial, Drucksachen, Fachliteratur	527.50	7.60
Kommunikation (Telefon, Internet, Porti)	739.30	10.60
Aufwand für externe Referenten	500.00	7.20
Informatik- und Internetaufwand	1'187.46	17.00
Werbe- und Marketingaufwand	2'246.20	32.20
Geschenke (z. B. an Helfer/Referenten)	157.70	2.30
Catering (Verpflegung bei Veranstaltungen)	1'132.50	16.20
Bankspesen	78.80	1.10
Total Ausgaben	6'976.66	100.00

Ergebnisrechnung und Vermögensstand

Position	Betrag CHF
Jahresergebnis (Gewinn)	9'773.69
Kassen-/Kontobestand 01.01.2025	3'993.47
Kassen-/Kontobestand 31.12.2025	13'767.16

BILANZ IN CHF	31.12.2025	31.12.2024
AKTIVEN		
Kasse	71.35	411.00
Bank	13'695.81	3'582.47
TOTAL AKTIVEN	13'767.16	3'993.47
PASSIVEN		
Kreditor	8'950.27	8'950.27
Eigenkapital	-4'956.80	0.00
GEWINN	9'773.69	-4'956.80
TOTAL PASSIVEN	13'767.16	3'993.47

ERFOLGSRECHNUNG IN CHF	31.12.2025	31.12.2024
ERTRAG		
Mitgliederbeiträge	370.00	297.50
Spenden	15'687.35	12'932.50
Erlöse Werbeatikel	233.00	570.00
Kurs- und Teilnahmegebühren	460.00	0.00
TOTAL ERTRAG	16'750.35	13'800.00
AUFWAND		
Übriger und administrativer Vereinsaufwand	-6'897.86	-18'703.70
Finanzergebnis / Bankspesen	-78.80	-53.10
TOTAL AUFWAND	-6'976.66	-18'756.80
GEWINN / Verlust	9'773.69	-4'956.80



Haben Sie schon einmal einen Baum gesehen, der von schweren Ranken umschlungen ist?
Er wirkt, als wäre er eingeengt und bekäme kaum Luft und doch wächst er weiter, findet
seinen Weg zum Licht und bleibt ein Zeichen von Stärke und Hoffnung.

Ähnlich geht es vielen Menschen mit psychischen Belastungen: Die Herausforderungen sind
oft unsichtbar und können einen manchmal überwältigen. Und dennoch steckt in ihnen eine
Kraft, die gesehen und gestärkt werden will.

Der Verein SonnenStern begleitet Menschen auf diesem Weg. Wir schaffen Orte des
Austauschs, stärken Gemeinschaft, fördern Verständnis und bauen Vorurteile ab. Wir geben
Halt, wenn es schwierig wird.

Wir danken allen Personen, Beteiligten und Institutionen, die uns 2025 mit Worten,
Gesten, einem Lächeln oder finanziell unterstützt haben. Wir gehen unseren Weg mit
kleinen Schritten in Riesenschuhen.

Wir freuen uns, wenn Sie weiterhin ein Teil unserer Gemeinschaft bleiben. Denn
gemeinsam
können wir Grosses bewirken.

Besuchen Sie uns auf unserer Webseite und erfahren Sie mehr über unsere Arbeit.

www.sonnenstern.li

Unterstützen Sie unsere Arbeit mit einer Mitgliedschaft oder Spende. Ihre Spende ermöglicht uns, Fachvorträge und Anlässe rund um die psychische Gesundheit durchzuführen. Herzlichen Dank.

Spendenkonto
Liechtensteinische Landesbank
IBAN LI17 0880 0569 9489 6200 1
LILALI2X
Verein SonnenStern:Persönlichkeitsentwicklung
Sagenstrasse 9
LI - 9492 Eschen

Der Verein SonnenStern:Persönlichkeitsentwicklung ist bei der Liechtensteinischen Steuerverwaltung registriert und von der Steuerpflicht befreit; Steuerakt Nr. 2718279.

Herausgeberin:
Verein SonnenStern:Persönlichkeitsentwicklung
Sagenstrasse 9
9492 Eschen
sonnenstern.empowerment@gmail.com

Verantwortlich für den Inhalt:
Ulrike Hoop

Folgen Sie uns auf den sozialen Medien:
[linkedin.com/in/vereinsonnenstern](https://www.linkedin.com/in/vereinsonnenstern)
[facebook.com/VereinSonnenStern](https://www.facebook.com/VereinSonnenStern)