

SELBSTHILFEZÜRICH

Jahresbericht 2023



Tätigkeitsbericht

Selbsthilfe Zürich

50 Jahre Pionierarbeit zur Förderung der gemeinschaftlichen Selbsthilfe

Seit der Gründung 1973 engagiert sich die Stiftung «Pro offene Türen der Schweiz» für das Wohl von Menschen, die geistige und seelische Unterstützung benötigen – ein zentraler Bestandteil unseres Stiftungszwecks. Bereits seit den Anfängen der Beratungsstelle «Offene Tür Zürich» zählt die Förderung des Austauschs von Betroffenen und Angehörigen in Selbsthilfegruppen zu unseren Kernaktivitäten. Auf der nächsten Seite erfahren Sie, wie wir über die letzten 50 Jahre die Entwicklung der gemeinschaftlichen Selbsthilfe in Zürich vorangetrieben haben und zu einem wichtigen Partner im Sozial- und Gesundheitswesen geworden sind.

Wir unterstützen einander.



Ein erfolgreiches Jubiläumsjahr liegt hinter uns

Das Beratungsteam von Selbsthilfe Zürich hat im vergangenen Jahr 13 neue Selbsthilfegruppen in der Gründungsphase begleitet und bestehende Gruppen in ihrem Entwicklungsprozess unterstützt. Im Berichtsjahr verzeichneten wir eine Zunahme der Anfragen um rund 10% im Vergleich zu 2022, was es uns ermöglichte noch mehr Menschen, die an Selbsthilfe interessiert sind, unsere Dienstleistung zugänglich zu machen.

Hier fühle ich mich verstanden.



Herzlichen Dank

In den letzten 50 Jahren haben zahlreiche engagierte Personen und Organisationen zu unserem Erfolg beigetragen. Unser besonderer Dank gilt:

- den politischen Behörden der Stadt Zürich, des Kantons Zürich und einzelner Gemeinden in unserem Zuständigkeitsgebiet. Ihre finanzielle Unterstützung ist die Grundlage unserer Arbeit.
- dem Lotteriefonds, den Entscheidungsträgern von Stiftungen sowie unseren Spenderinnen und Spendern, die durch ihre finanziellen Beiträge ihr Vertrauen in unsere Arbeit zeigen.
- Selbsthilfe Schweiz für die nationale Koordination, insbesondere des Projekts «Gesundheitskompetenz dank selbsthilfefreundlicher Spitäler» sowie den am Projekt beteiligten Institutionen und Selbsthilfegruppen.
- allen Kontaktpersonen und Mitgliedern der Selbsthilfegruppen, deren Engagement für Gleichbetroffene einen unschätzbaren Beitrag zu deren Wohlbefinden leistet.
- dem ehrenamtlichen Stiftungsrat und den Mitarbeitenden von Selbsthilfe Zürich für ihre qualitativ hochwertige Arbeit.

Diese Partner haben es uns ermöglicht, so weit zu kommen und so viel zu erreichen. Wir freuen uns darauf, auch in den kommenden Jahren die Selbsthilfeförderung in Zürich gemeinsam zu stärken und weiter auszubauen.

50 Jahre und gefragter denn je

Seit einem halben Jahrhundert ist Selbsthilfe Zürich ein Begriff, der für die stetige Entwicklung der Selbsthilfeförderung in Zürich steht: Angefangen bei der Vernetzung von Gleichbetroffenen durch die psychologische Beratungsstelle «Offene Tür Zürich», über das spezialisierte Beratungsangebot zur gemeinschaftlichen Selbsthilfe unter einem gemeinsamen Dach mit der Beratungsstelle, bis hin zur Etablierung als unabhängiges Selbsthilfezentrum.

Selbsthilfe Zürich symbolisiert auch die Prägung der Selbsthilfeförderung in der ganzen Schweiz durch die Kooperation mit anderen regionalen Selbsthilfezentren, die gemeinsame Initiierung einer nationalen Koordinations- und Dienstleistungsstelle sowie die Mitentwicklung gemeinsamer Qualitätsstandards.

Darüber hinaus steht Selbsthilfe Zürich für den Beleg, dass die Unterstützung der Selbsthilfeförderung durch öffentliche Mittel einen bedeutenden Einfluss auf das Angebot an Selbsthilfegruppen in einer Region hat.

Bei der Tagung «Es gibt Leute, die das Gleiche haben» am 13. Oktober 2004 in Luzern betonte die damalige Zürcher Stadträtin Monika Stocker die Wichtigkeit und den Einfluss von Selbsthilfegruppen:

«Gesellschaftspolitisch halte ich es für unerlässlich, dass (...) Selbsthilfegruppen einen wichtigen Beitrag zur Versorgung im Sozial- und Gesundheitsbereich leisten. Dabei geht es nicht etwa um Sparbemühungen, sondern um die Lebendigkeit der sozialen Dienstleistungen. Jede institutionalisierte Kraft droht ja mit der Zeit zu erstarren durch Routine, durch perfekte Strukturen, durch fachliches Knowhow, das sich entwickelt aus der Geschichte und nicht immer korrespondiert mit der aktuellen Situation. Die Selbsthilfegruppen aber erbringen die Leistungen, die wirklich nachgefragt werden (...).»

Die Unterstützung durch die Stadt Zürich hat seit dem Jahr 2004 massgeblich dazu beigetragen, dass die gemeinschaftliche Selbsthilfe in Zürich eine bemerkenswerte Entwicklung nehmen konnte. Die Zahlen unterstreichen diesen Erfolg eindrucksvoll: Von lediglich 4 erwähnten Gruppen im Jahr 1973 wuchs die Zahl bis zum 31.12.2023 auf über 450 registrierte Selbsthilfegruppen und selbsthilfenähe Angebote an. Dies belegt eindeutig, dass professionelle Unterstützung der Selbsthilfe essentiell ist, um eine Basis für das ehrenamtliche Engagement von Betroffenen und Angehörigen zu schaffen.

Mehr zur Geschichte von Selbsthilfe Zürich erfahren Sie unter www.selbsthilfezuerich.ch → [Über uns](#) → [Geschichte](#)



SELBSTHILFEZÜRICH

Zahlen und Fakten

2301 Kontakt- und
Beratungstunden
mit bestehenden
Selbsthilfegruppen
und Begleitung von
13 neuen Gruppen

3350
bearbeitete
Anfragen von
Selbsthilfe-
interessierten

89% der anfragenden
Personen in Selbsthilfe-
gruppen vermittelt,
7% informiert und
beraten, 4% an Fach-
stellen vermittelt

52%
der Anfragen betrafen
psychische Erkrankungen
und Suchterkrankungen

25% Anfragen zu körper-
lichen Erkrankungen und
Behinderungen und 23% zu
psychosozialen Themen und
herausfordernden Lebens-
ereignissen

463 registrierte Selbsthilfegruppen und
selbsthilfenahe Angebote in der Stadt Zürich und
umliegenden Regionen

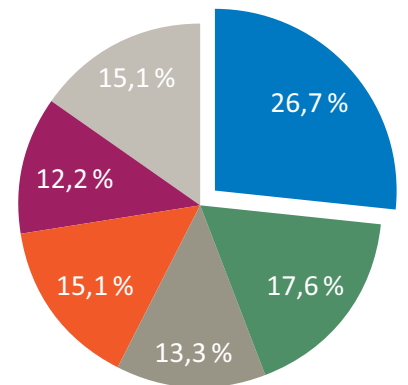


Erfolgsrechnung 2023

	2023	2022
Beitrag Kontrakt Sozialdepartement Stadt Zürich	180'250.00	180'250.00
Gebrauchsleihe Raumkosten (Stadt Zürich)	133'250.00	133'250.00
Beitrag Kanton Zürich	93'000.00	93'000.00
Beitrag Lotteriefonds Kanton Zürich und Projektfonds	65'000.00	80'800.00
Beitrag BSV	59'186.00	59'186.00
Beitrag Gemeinden	13'500.00	11'500.00
Total Erträge aus Geldern der öffentlichen Hand	544'186.00	557'986.00
Spenden, Beiträge von Stiftungen und Kirchgemeinden	56'291.90	28'472.39
Beratungshonorare / Einnahmen von Gruppen	25'374.94	16'909.87
Ertrag Vermietung	58'949.46	61'941.17
Total ERTRAG	684'802.30	665'309.43
Personalaufwand	476'615.64	460'326.00
Miete und Unterhalt	154'761.92	155'999.61
Büro- und Verwaltungsaufwand	57'040.69	61'387.65
Öffentlichkeitsarbeit und Projektaufwand	6'894.90	9'061.15
Zuweisung Fonds	–	–
Ausserordentlicher Aufwand	–9'000.00	–15'000.00
Finanzergebnis	412.57	419.95
Total AUFWAND	686'725.72	672'194.36
Jahresgewinn / Verlust	–1'923.42	–6'884.93

Bilanz der Stiftung 2023

	2023	2022
Flüssige Mittel	333'621.68	403'145.85
Forderungen aus Lieferung und Leistung	4'434.76	1'866.50
Aktive Rechnungsabgrenzungen	9'089.25	12'828.60
Total Umlaufvermögen	347'145.69	417'840.95
Total AKTIVEN	347'145.69	417'840.95
Verbindlichkeiten aus Lieferungen und Leistung	1'883.64	3'435.70
Übrige kurzfristige Verbindlichkeiten (Schlüsseldepots)	4'450.00	5'850.00
Passive Rechnungsabgrenzung	49'109.22	69'169.00
Kurzfristiges Fremdkapital	55'442.86	78'454.70
Fonds (Eigenkapital)	184'128.43	229'888.43
Frei verfügbares Stiftungsvermögen am 1.1.	109'497.82	116'382.75
Jahresgewinn / Verlust	–1'923.42	–6'884.93
Frei verfügbares Eigenkapital	107'574.40	109'497.82
Total PASSIVEN	347'145.69	417'840.95



Tätigkeitsanalyse

- Beratungs- und Weiterbildungsangebote für Selbsthilfegruppen
- Beratung von Selbsthilfeinteressierten
- Startbegleitung für neue Selbsthilfegruppen
- Vernetzung mit Fachpersonen und Sensibilisierung einer breiten Öffentlichkeit
- Führung der Stiftung und der Beratungsstelle, Administration
- Raumvermietung und -bewirtschaftung

Selbsthilfe Zürich bestätigt, dass die eingenommenen Gelder ausschliesslich für gemeinschaftliche Selbsthilfe und deren Förderung eingesetzt werden. Der Revisionsbericht kann unter www.selbsthilfezuerich.ch eingesehen werden.

Selbsthilfe Zürich

Stiftung Pro offene Türen der Schweiz

Stand 1. April 2024

Team Selbsthilfe Zürich

Daniela Stefàno

Geschäftsleiterin
Sozialarbeiterin FH, Supervisorin FH

Nadia Maurer

Stv. Geschäftsleiterin
Sozialarbeiterin FH, Supervisorin bso

Laura Harzenmoser

Psychologin MSc

Isabelle Stierli

Sozialarbeiterin MSc

Anja Weber

Sozialarbeiterin BSc

Gioia Koch

Sozialarbeiterin BSc in Ausbildung

Marion Balmer

Kauffrau EFZ

Orlando D'Autilia

Kaufmann EFZ

Stiftungsrat

Andrea F. G. Raschèr

Präsident
Dr. iur., Consultant

Andreas Daurù

Vizepräsident, Ressort Fachwissen
Dipl. Pflegefachmann HF, Kantonsrat SP

Bettina Konetschnig

Ressort Kommunikation
Kommunikationsberaterin

Manuel A. Riederer

Ressort Finanzen
Eidg. dipl. Wirtschaftsjurist FH,
Leiter Finanzen

Patronatskomitee

Reto Agosti

Dr. med., Neurologe & Kopfschmerz-
Spezialist, Kopfwehzentrum Hirslanden,
Zollikon

Jacqueline Badran

lic. rer. publ., Nationalrätin SP, Zürich

Irene Bopp

Dr. med., Fachärztin für Allgemeine Innere
Medizin FMH. spez. Geriatrie, MediX, Zürich

Marc Bourgeois

Kantonsrat FDP, Zürich

Josef Estermann

Alt-Stadtpräsident, Zürich

Michael Grotzer

Prof. Dr. med., Ärztlicher Direktor,
Universitäts-Kinderspital Zürich

Kathy Riklin

Dr. sc. nat., ehem. Nationalrätin, Zürich

Michael Rufer

Prof. Dr. med., Chefarzt Klinik Zugersee,
Oberwil, und Psychiatrische Universitäts-
klinik Zürich

Andres Türler

lic. iur. Alt-Stadtrat, Zürich

Thomas Wagner

Dr. med. et Dr. iur., Zürich

Wir danken

Öffentliche Geldgeber

- Sozialdepartement der Stadt Zürich
- Direktion für Soziales und Sicherheit des Kt. Zürich
- Selbsthilfe Schweiz, Beitrag BSV
- Lotteriefonds Kt. Zürich
- Gesundheitsdirektion des Kt. Zürich

Politische Gemeinden

- Gemeinde Kilchberg
- Gemeinde Küsnacht
- Gemeinde Neerach
- Gemeinde Niederhasli
- Gemeinde Rüschlikon
- Gemeinde Oberglatt
- Gemeinde Zollikon

Kirchliche Institutionen

- Verband der röm.-kath. Kirchgemeinden der Stadt Zürich
- Evang.-ref. Kirchgemeinde Wädenswil
- Röm.-kath. Kirchgemeinde St. Martin-Zürich
- Röm.-kath. Kirchgemeinde Rümlang
- Röm.-kath. Kirchgemeinde Bruder Klaus Zürich
- Evang.-ref. Kirchgemeinde Thalwil
- Heilig Geist Stiftung Zürich-Höngg

Stiftungen und Organisationen

- MBF Foundation
- Dear Foundation Solidarité Suisse
- Rahn Stiftung

- Gemeinnützige Gesellschaft des Kantons Zürich
- Markus Kaufmann-Stiftung
- Grütli Stiftung Zürich

Wir danken auch allen nicht genannten Spenderinnen und Spendern sowie allen Firmen und Stiftungen, welche unsere Arbeit mit finanziellen Beiträgen unterstützen haben.

Ihre Spende erreicht uns über unser ZKB-Konto:

IBAN CH23 0070 0110 2051 7847 7



Kanton Zürich
Lotteriefonds



SELBSTHILFEZÜRICH

Selbsthilfe Zürich

Das Selbsthilfezentrum der Stiftung

Pro offene Türen der Schweiz

Jupiterstrasse 42, 8032 Zürich

Tel: 043 818 52 52

info@selbsthilfezuerich.ch

selbsthilfezuerich.ch

Impressum

Herausgeberin:

Stiftung Pro offene Türen der Schweiz

Druck: Schneider Druck AG, 8032 Zürich

Fotos: shutterstock

Auflage: 500 Ex.

Gestaltung: Nextforce, Zürich