



NEFESCH 52°13° e.V.

Verein für mentale Gesundheit

TÄTIGKEITSBERICHT 2025

MENTAL. STARK. LEBEN.



NEFESCH AUF EINEN BLICK:



NEFESCH 52°13° e.V. Verein für mentale Gesundheit



UNSERE VISION

Wir wünschen uns eine Gemeinschaft aus resilienten Individuen, lebendigen Familien und gesunden Organisationen als tragendes Fundament einer mental starken Gesellschaft.



UNSERE MISSION

Durch zeitgemäße Bildungsangebote, persönliche Ansprechpersonen in unserem Werte-Netzwerk, einem Soforthilfefonds, Kooperationen und Beratungsangeboten vermitteln wir Fachwissen an Interessierte und leisten direkte und ganzheitliche Unterstützung für Ratsuchende.



UNSERE WERTE

Wir sind fürsorglich und zuversichtlich. Wir arbeiten ganzheitlich und exzellent, lösungsorientiert und messbar um relevant und wirkungsvoll in unserer Gesellschaft zu sein.



NEFESCH.ORG

CARE



SOCIAL



ACADEMY





NEFESCH 52°13° e.V.

Verein für mentale Gesundheit

Auszug aus der Vereinssatzung



§ 2 Vereinszweck

Der Verein ist **gemeinnützig** und **mildtätig** nach § 52 AO und § 53 AO. Der Verein verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige und mildtätige Zwecke im Sinne des Abschnitts „Steuerbegünstigte Zwecke“ der Abgabenordnung.

- a) Zweck des Vereins ist die die Förderung der **Erziehung, Volks- und Berufsbildung** einschließlich der **Studentenhilfe**;
- b) Zweck des Vereins ist die Förderung des Schutzes von **Ehe und Familie**
- c) Zweck des Vereins ist die Förderung von **Wissenschaft und Forschung**
- d) Zweck des Vereins ist die Förderung mildtätiger Zwecke i.S. §53 Abgabenordnung.
- e) Zweck des Vereins ist insbesondere die Förderung des **öffentlichen Gesundheitswesens und der öffentlichen Gesundheitspflege** (§ 52 Abs. 2 Nr. 3 AO).
- f) Zweck des Vereins ist die Förderung des **Wohlfahrtswesens**, insbesondere der Zwecke der amtlich anerkannten Verbände der freien Wohlfahrtspflege (§ 23 der Umsatzsteuer- Durchführungsverordnung), ihrer Unterverbände und ihrer angeschlossenen Einrichtungen und Anstalten;
- g) Der Zweck des Vereins ist die Förderung von **Verbraucherberatung und Verbraucherschutz** im Sinne von § 52 Absatz 2 Satz 1 Ziffer 16 AO



NEFESCH 52°13° e.V.

Verein für mentale Gesundheit



„2025 WAR EIN JAHR DES
AUFBAUS, DER INNOVATION
UND DER MULTIPLIKATION.

UNSERE ANGEBOTE
WACHSEN, UND MIT IHNEN
IHRE WIRKUNG.“



NEFESCH 52°13° e.V.
Verein für mentale Gesundheit

Um einen kraftvollen Meilenstein zu setzen, haben wir als Team das Jahr mit einem **Werte-Workshop** begonnen.

Ergebnis:

Wir sind fürsorglich und zuversichtlich.
Wir arbeiten ganzheitlich und exzellent,
lösungsorientiert und messbar
um relevant und wirkungsvoll in unserer
Gesellschaft zu sein.



danke an MARTIN ERDMANN an
Rahel Schrameyer & Katharina Meyer für euer starkes Invest in den Verein
Ein Großteil dessen, was möglich wurde, verdanken wir euch.





NEFESCH 52°13° e.V.
Verein für mentale Gesundheit

Zielgruppen und Reichweite

- Menschen in Krisen
- Fachkräfte in beratenden & helfenden Berufen
- Gemeinden, soziale Organisationen und Bildungsträger
- Menschen in Verantwortung





NEFESCH 52°13° e.V.
Verein für mentale Gesundheit

Unsere Projekte und Arbeitszweige



PREPARE  ENRICH





NEFESCH 52°13° e.V.

Verein für mentale Gesundheit



Die NEFESCH Akademie wurde in diesem Jahr gegründet, um praxisnahe Qualifizierungen im Bereich mentaler Gesundheit zugänglich zu machen. Sie bildet Menschen aus, die Verantwortung übernehmen – mit EHMG, GROW® und PREPARE/ENRICH.

NEFESCH Akademie

WISSEN. WIRKEN. WEITERGEBEN.



Die NEFESCH Akademie ist die **Qualifizierungsplattform** des Vereins **NEFESCH 52°13° e.V.**
Wir befähigen Menschen – online und vor Ort – mentale Gesundheit aktiv zu fördern:
im Alltag, in Teams, Organisationen und Partnerschaften.



EHMG vermittelt mentale Ersthilfe nach dem **SICHER-Prinzip** – in 7 praxisnahen Modulen: von den Grundlagen mentaler Gesundheit über **Krisenerkennung, Gesprächsführung und Stresskompetenz** bis hin zu **Grenzen, Weiterverweisen und spirituellen Ressourcen**.
Der Kurs ist geeignet für alle, die Verantwortung für sich und andere tragen – auch ohne Vorkenntnisse.

Teilnehmende gewinnen **Sicherheit im Umgang mit Krisen**, stärken ihr Einfühlungsvermögen und fördern eine **gesunde Gesprächs- und Teamkultur**.
Das wirkt – nachweislich – **akut und präventiv** gegen Überlastung, fördert Zusammenhalt und reduziert Fehlzeiten.

 Erste Hilfe Kurs für mentale Gesundheit



GROW® ist mehr als ein **Persönlichkeitstest**. Er verbindet wissenschaftlich fundierte Diagnostik mit einem klaren Fokus auf **mentale Gesundheit** und persönlicher Entwicklung. Neben dem Abbilden sichtbarer Verhaltensmerkmale geht **GROW®** in tiefere psychologische Zusammenhänge: **Motive, Selbstwert, sowie aktuelle Belastungs- oder Wachstumsfelder**.

So wird sichtbar, was Menschen **innerlich antreibt**, stresst oder stärkt – und wie sie ihr **mentales Gleichgewicht** erhalten können.

Anwendbar für Einzelpersonen, Teams und Organisationen: für mehr Klarheit, gesunde Zusammenarbeit und wirksame Prävention.

 GROW® Persönlichkeitstool



Seit fast 40 Jahren zählt **PREPARE/ENRICH®** zu den international bewährtesten Tools zur Beziehungsdiagnostik – entwickelt aus der Paar- und Familienforschung und stetig weiterentwickelt.
Das Tool bietet eine psychologisch fundierte, zugleich leicht verständliche Analyse, die ihresgleichen sucht: Es macht **Ressourcen, Unterschiede und Wachstumsbereiche** sichtbar und **eröffnet neue Sichtweisen** auf **Stress, Persönlichkeit, Herkunftsfamilie** und **Beziehungsdynamiken**.

Ideal für alle, die ihre Beziehung reflektieren, vertiefen oder mit einem Augenzwinkern erneuern möchten – sowie für Beratung, Seelsorge, Coaching und Therapie.

 Beziehungsdiagnostik

NEFESCH 52°13° e.V. Akademie

ein Arbeitsbereich des NEFESCH 52°13° e.V.
Klosterstift Marienfließ, Altes Pfarrhaus, Stift 9
16945 Marienfließ
akademie@nefesch.org  WhatsApp

Spende an
[NEFESCH - VEREIN FÜR MENTALE GESUNDHEIT](#)

UNSERE VISION

Wir wünschen uns eine Gemeinschaft aus resilienten Menschen, lebendigen Familien und sinnstiftenden Organisationen als tragendes Fundament einer mental starken Gesellschaft.



NEFESCH 52°13° e.V.
Verein für mentale Gesundheit



EHMG – Erste Hilfe für Mentale Gesundheit

Kurzbeschreibung

EHMG ist ein niedrighschwelliges, wissenschaftlich fundiertes Schulungsprogramm, das Menschen befähigt, frühzeitig **Anzeichen mentaler Krisen zu erkennen, sicher zu reagieren und Betroffene kompetent zu unterstützen**. Die Weiterbildung umfasst sowohl Ersthelfer:innen-Kurse als auch eine zertifizierte Kursleiterschulung.

Als bislang **einzigster Anbieter** im deutschsprachigen Raum integriert EHMG ein eigenes Modul zu **Glaube, Sinnsuche und Spiritualität** als relevante Ressource mentaler Gesundheit im Sinne der WHO. Zudem orientiert sich das Programm an der **Positiven Gesundheitsbewegung**, indem mentale Gesundheit **ganzheitlich** verstanden und Ressourcen, Sinn und Selbstwirksamkeit systematisch einbezogen werden.

Welches gesellschaftliche Problem lösen wir?

Immer mehr Menschen erleben mentale Belastungen, während im Umfeld **Wissen, Handlungssicherheit und passende Unterstützung fehlen**. EHMG schließt genau diese Lücke, indem es Grundlagenwissen vermittelt, konkrete Handlungskompetenz für Krisen aufbaut, Stigmatisierung abbaut und Menschen befähigt, sicherer und zugewandter miteinander umzugehen.





NEFESCH 52°13° e.V.
Verein für mentale Gesundheit

EHMG – Erste Hilfe für Mentale Gesundheit

Das konnten wir 2025 bereits bewirken konnten:

- Erstellung des Schulungs-Materials (10 Module für Kursleitungen, 7 Module für Anwenderkurse)
- Verankerung von Spiritual & Christian Care als zusätzlicher Ressource – ein Alleinstellungsmerkmal von EHMG
- Verankerung vom GROW® Tool - für die Übertragbarkeit der eigenen mentalen Gesundheit
- Umsetzung mehrerer Ersthelfer:innen-Kurse online und in präsent
- Erste EHMG-Kursleiterschulung erfolgreich durchgeführt
- Integration in das NEFESCH Ökosystem (GROW, C-STAB, Workspace), wodurch Teilnehmende bessere Anschlussangebote erhalten

Ausblick 2026/2027

- Weitere Kursleiterschulungen geplant
- Regelmäßige Ersthelfer:innen-Kurse in Kirchen, Gemeinden, sozialen Einrichtungen und NPOs geplant
- Vorbereitung einer externen Zertifizierung
- Umsetzung von Förderkonzepten (durch Stiftungen) zur bundesweiten Umsetzung sozialer Preisstruktur
- Aufbau eines EHMG-Trainer:innen-Netzwerks, das regional arbeitet und gemeinsam Wirkung entfaltet
- Weitere Marketingstrategien zur erfolgreichen Positionierung und Bekanntmachung des Kurses



Bsp: EHMG Schulung
Führungskräfte Christburg Campus
Berlin
(symbolische Erst-Helfer
Kofferübergabe)



NEFESCH 52°13° e.V.

Verein für mentale Gesundheit



GROW® – Persönlichkeitsdiagnostik für mentale Stärke

Kurzbeschreibung

GROW® ist ein wissenschaftlich fundiertes **Diagnostik- und Reflexionstool zur Förderung mentaler Gesundheit**, das **Persönlichkeitsmerkmale, Motive, Strebungen** und mentale Ressourcen sichtbar macht. Es unterstützt Menschen dabei, sich selbst besser zu verstehen, psychische Belastungen frühzeitig einzuordnen, Stress und Krisen souveräner zu bewältigen und persönliches Wachstum gezielt zu gestalten. GROW® wird in Beratung, Coaching, Seelsorge, Teamprozessen und der präventiven Arbeit im Bereich mentaler Gesundheit eingesetzt.

Welches gesellschaftliche Problem lösen wir?

Menschen stehen heute - mehr denn je - unter **hoher mentaler Belastung** und scheitern oft daran, weil ihnen Klarheit über ihre eigenen Muster fehlt und Interventionen nicht personalisiert sind. GROW® löst dieses Problem, indem es Persönlichkeitsstrukturen, Ressourcen und Stressmuster präzise sichtbar macht und dadurch **Selbstwirksamkeit, Zusammenarbeit und präventive mentale Gesundheit stärkt**.



NEFESCH 52°13° e.V.
Verein für mentale Gesundheit



GROW® – Persönlichkeitsdiagnostik für mentale Stärke

Das konnten wir 2025 bereits bewirken

- GROW® vollständig fertiggestellt und veröffentlicht (Modelle, Texte, Auswertungslogik, Systematiken, Handbuch)
- Integration in das NEFESCH Ökosystem (C-STAB, Akademie, Beratung)
- Beta-Phase erfolgreich abgeschlossen – mit sehr positivem Feedback aus Coaching, Psychologie und Spiritual Care
- Demo-Version und Webinar-on-Demand für Interessierte umgesetzt
- GROW® Coach Zertifizierung in C-STAB integriert, sodass über 300 Fachpersonen es nutzen oder empfehlen können
- GROW® als Kombilizenz mit EHMG etabliert: praktische Verbindung aus Diagnostik und mentaler Erster Hilfe

Ausblick 2026/2027

- Regelmäßige Lizenzkurse zur Ausbildung neuer GROW® Coaches
- Weiterentwicklung der Team- und Führungsdiagnostik sowie GROW® Couple für Paare
- Kooperationen mit Gemeinden, Sozialarbeit und Organisationen, die GROW® gezielt in Gesundheits- und Entwicklungsprozessen einsetzen
- Stärkere Verbindung mit EHMG: personalisierte Präventionsstrategien auf Grundlage der GROW® Analyse
- Internationale Vorbereitung (englische Version, Partner für DACH & Europa)
- Wissenschaftliche Begleitforschung zur Wirksamkeit im Bereich mentaler Gesundheit und Prävention geplant



NEFESCH 52°13° e.V.

Verein für mentale Gesundheit



PREPARE  ENRICH

PREPARE/ENRICH

Kurzbeschreibung

PREPARE/ENRICH ist eines der weltweit anerkanntesten Programme zur **Paardiagnostik und Beziehungsstärkung**. Es kombiniert eine **wissenschaftlich** fundierte Analyse mit gezielten Übungen, um Paaren **Orientierung, Klarheit und konkrete Wachstumsimpulse** zu geben – für Ehevorbereitung, Paarkrisen, Neustart oder Ressourcenarbeit.

Welches gesellschaftliche Problem lösen wir?

Viele Paare stehen unter enormem **Alltagsdruck**, kommunizieren aneinander vorbei oder finden keinen sicheren Raum, um **Herausforderungen konstruktiv zu besprechen**. Gleichzeitig fehlen niedrigschwellige, professionelle Angebote, die frühzeitig unterstützen und nicht erst in der Krise ansetzen. PREPARE/ENRICH setzt genau hier an: Es macht **Dynamiken sichtbar**, fördert **gute Kommunikation** und hilft, **Konflikte rechtzeitig, lösungs- und ressourcenorientiert** anzugehen.





NEFESCH 52°13° e.V.
Verein für mentale Gesundheit



PREPARE  ENRICH

PREPARE/ENRICH

Das konnten wir 2025 bewirken

- PREPARE/ENRICH wurde als offizieller Arbeitsbereich in der NEFESCH-Akademie verankert
- Re-Launch und Erweiterung der deutschsprachigen Vernetzungsplattform www.prepareenrich.eu
- Kooperation mit CVENTS® als Buchungsplattform
- Zertifizierung von 44 neuen PREPARE/ENRICH Arbeiterinnen und Anbietern in der gesamten DACH Region

Ausblick 2026/2027

- Aufbau eines regionalen Netzwerks zertifizierter Begleiter:innen innerhalb von C-STAB und der P/E Plattform erweitern
- Weitere Lizenzkurse für Personen in der Paar- und Beziehungsarbeit durchführen
- Verknüpfung mit GROW®-Profilen, um Dynamiken noch genauer zu verstehen und individuelle Entwicklungsprozesse zu unterstützen



NEFESCH 52°13° e.V.

Verein für mentale Gesundheit



C-STAB - Das Netzwerk für ganzheitliche mentale Gesundheit

Kurzbeschreibung

C-STAB ist nach über 22 Jahren eines der größten **interdisziplinären Netzwerke für ganzheitliche mentale Gesundheit** im deutschsprachigen Raum. Über eine zentrale **Online-Plattform** sind mehr als **300 qualifizierte Ansprechpersonen** aus **Beratung, Coaching, Therapie und Seelsorge** auffindbar und vernetzt. Funktionen wie **Online-Terminvereinbarung, Express-Erstgespräche** sowie ein **Feedback- und Hinweisgebersystem** ermöglichen schnelle Zugänge, Transparenz und Qualitätssicherung. So setzt C-STAB Maßstäbe für verantwortliche, fachlich fundierte und an **christlichen Werten** orientierte Beratung und Begleitung von Menschen in herausfordernden Lebenssituationen.

Welches gesellschaftliches Problem lösen wir?

Viele Menschen wissen im entscheidenden Moment nicht, an wen sie sich wenden können – Angebote und Zugänge sind häufig unübersichtlich und schwer einzuordnen. C-STAB schafft **Orientierung** und vermittelt Menschen in herausfordernden Lebenssituationen schnell **verlässliche Unterstützung**. Dabei verbindet das Netzwerk fachliche Professionalität mit einem ganzheitlichen Verständnis mentaler Gesundheit, das – im Sinne der WHO – auch Sinn, Werte und Spiritualität als wichtige Ressourcen einbezieht.

Im C-STAB Netzwerk begleiten **Ansprechpersonen**, die selbst aus einer **christlich geprägten Werthaltung** heraus arbeiten. Diese Haltung ist persönliche Grundlage ihrer Begleitung – nicht Methode und **keine Voraussetzung für Ratsuchende**. So bleibt der Raum offen, respektvoll und professionell für alle.



NEFESCH 52°13° e.V.

Verein für mentale Gesundheit



C-STAB - Das Netzwerk für ganzheitliche mentale Gesundheit

Das konnten wir 2025 bewirken

- Neues Design, intuitive Suche, zeitgemäße Buchungsfunktionen und übersichtlichere Profile auf der Plattform
- Einführung des Hinweisgebersystems als Qualitätsmerkmal
- Ausbau wertvoller Mitgliedervorteile
- Re-Design eines neues C-STAB Brandings
- Notwendiger Komplett-Relaunch nach Cyberangriff (Ergebnis: neue sichere Infrastruktur)
- Sichtbarkeitssteigerung durch SEO, Google Ad Grants und Netzwerkpfege
- Mit der Einführung eines DSGVO-konformen Workspace inklusive Videofunktion haben wir unsere europäische digitale Infrastruktur entscheidend modernisieren und professionalisieren können

Ausblick 2026/2027

- Mehr Reichweite in Kirchen, Sozialarbeit und Bildungseinrichtungen
- Ausbau der regionalen Präsenz und Vernetzung in Kooperation mit Kirchen, Gemeinden und Verbänden
- Neukonzipierung und Wiederaufnahme der Impulsabende für mentale Gesundheit (pausiert in 2025)



NEFESCH 52°13° e.V.
Verein für mentale Gesundheit



C-STAB Impressionen



Online-Jahresnetzwerk-
Treffen



C-STAB Präsenz
christlicher
Gesundheitskongress



Dr. Michael Utsch (Berlin)
überreicht die nostalgische
C-STAB Liste aus der
Gründungszeit des Netzwerkes
vor über 20 Jahren



NEFESCH 52°13° e.V.

Verein für mentale Gesundheit



Consultivo Sospeso – der „Espresso“ für mentale Gesundheit

Schnelle Soforthilfe, bis reguläre Systeme greifen.

Kurzbeschreibung

Der Soforthilfefonds Consultivo Sospeso ermöglicht Menschen in mentalen Belastungssituationen schnellen, **unbürokratischen Zugang zu professioneller Unterstützung**. Durch solidarisch **vorfinanzierte Gespräche** erhalten Betroffene zeitnah Entlastung und Orientierung – auch für ihr Umfeld. So verbessert der Fonds die Voraussetzungen für eine **frühzeitige Stabilisierung** und erhöht die **Wirksamkeit** weiterer Unterstützungs- und Behandlungsprozesse.

Welches gesellschaftliche Problem lösen wir?

Viele Menschen geraten **plötzlich** in mentale Belastungssituationen, können sich jedoch **kurzfristig keine professionelle Unterstützung leisten**. Gleichzeitig sind **reguläre Hilfesysteme** häufig **überlastet** und bieten keine zeitnahen Zugänge. Der Consultivo Sospeso-Fonds **schließt diese Versorgungslücke**, indem er schnelle, solidarisch finanzierte Soforthilfe ohne bürokratische Hürden ermöglicht. Über das qualifizierte **C-STAB-Netzwerk erhalten Betroffene in der Regel innerhalb von 48–72 Stunden Unterstützung** durch erfahrene Fachpersonen. So wird **akute Not frühzeitig gelindert** und der Weg in weiterführende Hilfe geebnet.



NEFESCH 52°13° e.V.

Verein für mentale Gesundheit



Das konnten wir 2025 bereits bewirken

- Aufbau des Fonds als finanzielle Soforthilfe-Säule von NEFESCH
- Etablierung eines wirkungsvollen und transparenten Prüf- und Dokumentationsprozesses
- Entwicklung eines einfachen Vergabesystems: finanzielle Zusage oft innerhalb von 24–48 Stunden
- Aufbau des Fundraisingkanals "Gutscheinshop" über Twingle als Kooperationspartner
- BETA Test Phase zur Finanzierung von **20 konkreten Hilfsgesprächen und Unterstützungsangeboten** für Menschen ohne ausreichende Mittel

Ausblick 2026/2027

- Aufbau eines **stabilen jährlichen Fondsbudgets** durch **Fördermitglieder, Dauerspender** und **Kooperationen**. Kommunikationskampagne „Ein Gespräch weitergeben“
- Ziel: mindestens **100 finanziell geförderte Sofortberatungen** (zu je 200 € Budget) im Jahr 2026
- **Ausbau von Partnerschaften** mit Gemeinden, CVJM, Beratungsstellen und sozialen Trägern



NEFESCH 52°13° e.V.
Verein für mentale Gesundheit



Initiative: Mental. Stark. Leben.

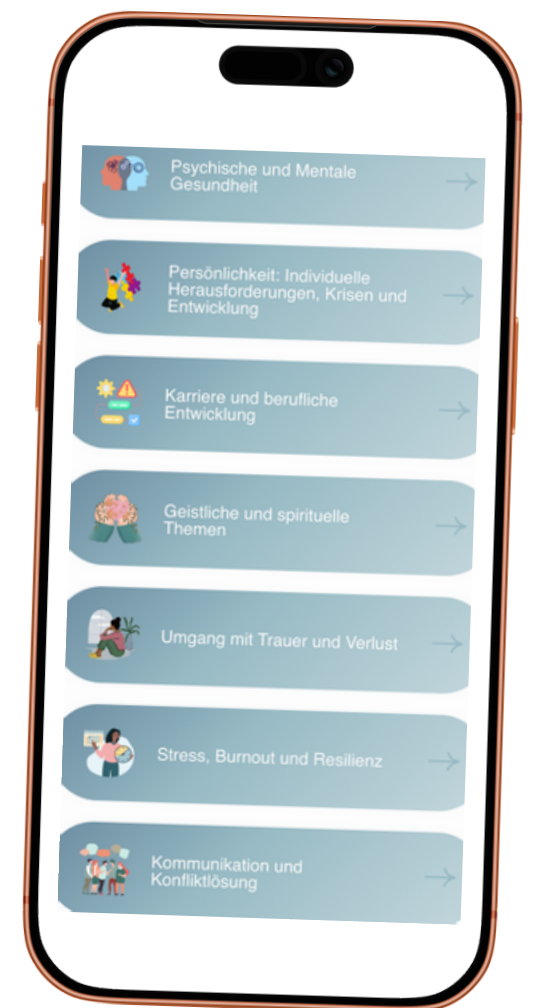
Von der ersten Einschätzung zur wirksamen Soforthilfe: mental unterstützen, bevor es eskaliert

Kurzbeschreibung

„Mental Stark Leben“ ist eine 2025 gegründete Initiative von NEFESCH, die mentale **Soforthilfe strukturell neu organisiert: Ratsuchende** wählen **ihr Anliegen** aus neun klar **definierten Themenkategorien** und werden direkt einer spezialisierten Ansprechperson zugeordnet. Innerhalb weniger Tage erhalten sie einen **kostenfreien, DSGVO-konformen Videosprechstundentermin zur Ersteinschätzung und Orientierung**. Diese Ersteinschätzung schafft zugleich die **Grundlage für weiterführende Soforthilfe**, die – bei Bedarf – über den solidarischen Consultivo Sospeso-Fonds ermöglicht wird. So verbindet die Initiative **passgenaue Themensteuerung, schnelle professionelle Einschätzung und solidarisch finanzierte Unterstützung** in einem integrierten Ansatz.

Welches gesellschaftliche Problem lösen wir?

Viele Menschen erleben mentale Belastungen, scheitern jedoch an **überlasteten Hilfesystemen, langen Wartezeiten** oder **anonymen Angeboten ohne persönliche Passung**. Zwischen akuter Not, Hotline-Angeboten und langfristiger Therapie klafft eine **Versorgungslücke**. „Mental. Stark. Leben.“ schließt diese Lücke, indem es **frühzeitig Orientierung** bietet, **schnelle Soforthilfe** ermöglicht und Menschen **gezielt** an passende Unterstützung heranführt – bevor Belastungen sich verfestigen oder eskalieren.





NEFESCH 52°13° e.V.

Verein für mentale Gesundheit



Initiative: Mental. Stark. Leben.

Das konnten wir 2025 bereits bewirken

- Aufbau der Initiative als strategisches Dach für präventive mentale Gesundheit
- Aufbau einer Webpräsenz und Aufbau eines wirkungsvollen Workflows
- Formierung eines interdisziplinären ehrenamtlichen Teams aus Seelsorgenden, Therapeut:innen, Coaches aus dem C-STAB Netzwerk
- Erstes Beratungsangebot im Rahmen des Consultivo-Sospeso (sofortige, unbürokratische Unterstützung)
- Erste sichtbare Präsenz in Netzwerken, Events und Onlineinformation



Ausblick 2026

- **Entwicklung einer „Mental.Stark.Leben“-App** zur barrierearmen, mobilen Bereitstellung schneller mentaler Unterstützung
- **Recht auf Therapie - Mentale Gesundheit erfordert mehr als einen Rechtsanspruch** – sie braucht funktionierende Zugänge, und frühe Unterstützung. Wir helfen auf dem Weg dahin (geplant)
- Kooperationen mit Schulen, Gemeinden, sozialen Trägern und Initiativen
- Social Media & Marketingaufbau (Projektstelle)



NEFESCH 52°13° e.V.

Verein für mentale Gesundheit



Öffentlichkeitsarbeit

Digitale und redaktionelle Öffentlichkeitsarbeit

- Relaunch aller NEFESCH-Projekt Webseiten (NEFESCH, C-STAB, EHMG, GROW®, PREPARE/ENRICH)
- Start erster Sensibilisierungs- und Entstigmatisierungskampagnen über Social Media (Instagram, LinkedIn)
- Diverse Publikationen: u.a. IDEA Spektrum, KCF Magazin, MOVO (SCM Verlag), MINDO Magazin

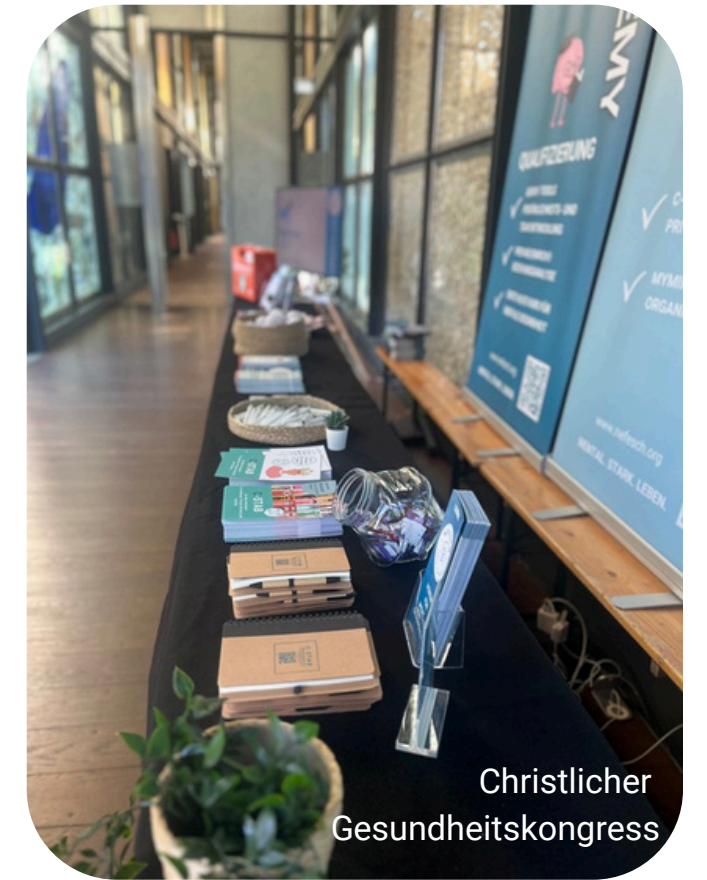
Präsenz auf Konferenzen und Begegnungstagen

- **KCF – Kongress Christlicher Führungskräfte.** NEFESCH war erstmals mit einem eigenen Stand vertreten. Zudem war Heiko Keynote-Speaker im mental health Plenum (Frühjahr 2025)
- **GfB Forum Ehe und Familie** Vorstellung NEFESCH / C-STAB (Frühjahr 2025)
- Informationsstand auf dem **Christlichen Gesundheitstag** im Kloster Volkenroda (Sommer 2025)
- **Mental Health Tag des CVJM** - Teilnahme mit einem Workshop zum „Ersthelfer für Mentale Gesundheit“ (Herbst 2025)
- **Publicon** Impulsbeitrag zum Thema mentale Gesundheit für Influencer:innen auf der Social Media Night christlicher Influencer *deep fake* (Herbst 2025)



NEFESCH 52°13° e.V.
Verein für mentale Gesundheit

Öffentlichkeitsarbeit



Christlicher Gesundheitskongress

Mentale Gesundheit stärken

Das Gehirn ist unser größtes Muskel. Es braucht Energie und Sauerstoff, um zu funktionieren. Wenn wir Stress erleben, wird das Gehirn überfordert und es kann zu mentalen Gesundheitsproblemen kommen. Um das zu vermeiden, ist es wichtig, das Gehirn zu stärken. Das kann durch regelmäßige Bewegung, gesunde Ernährung und ausreichend Schlaf geschehen. Auch Entspannungstechniken wie Meditation und Yoga können dabei helfen.

1/2 ANZEIGE CUJ



Christlicher Gesundheitskongress

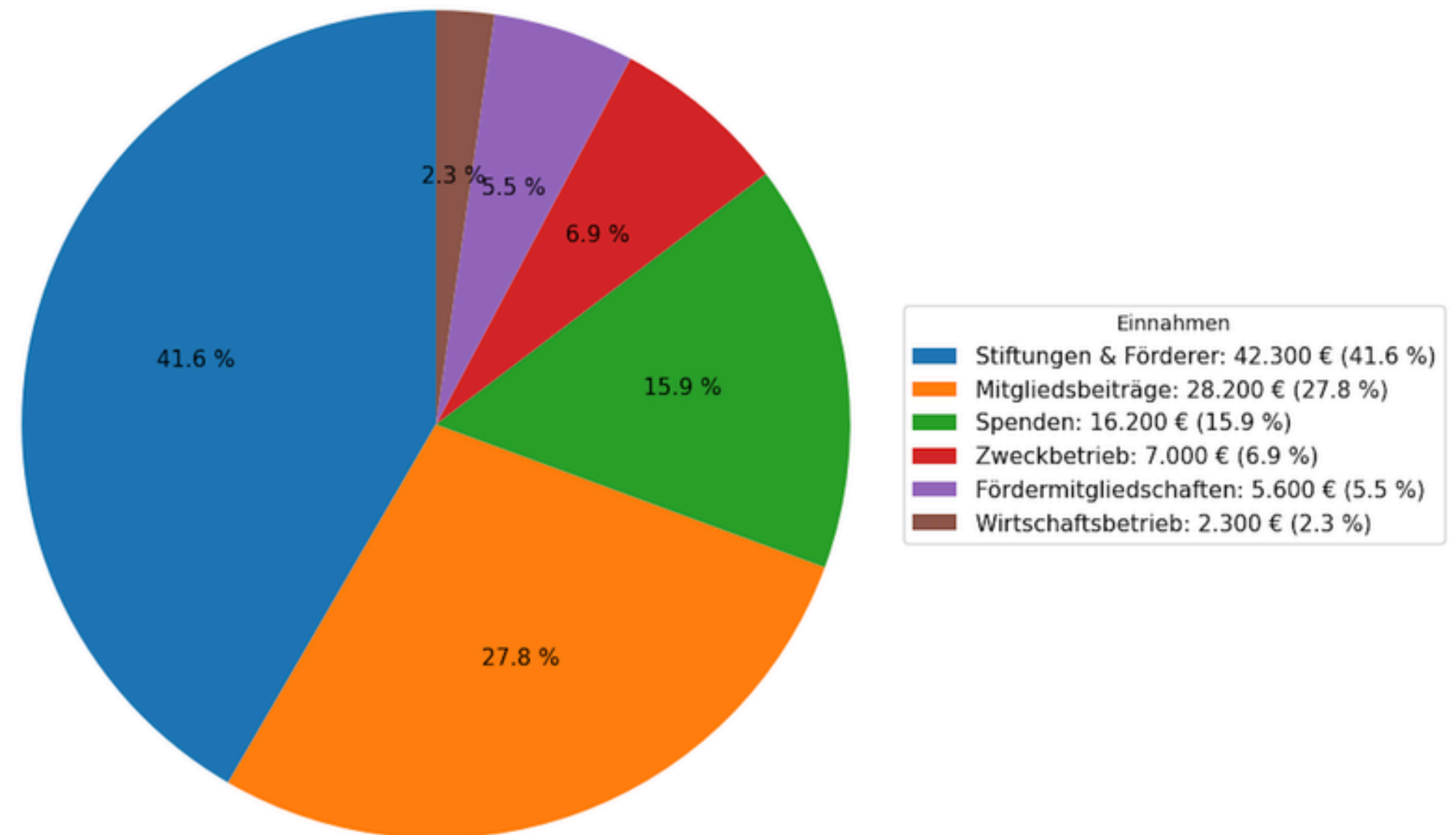


NEFESCH 52°13° e.V.
Verein für mentale Gesundheit

Einnahmen 2025

- Stiftungen & Förderer (institutionell):
≈ 42.300 €
- Fördermitgliedschaften:
≈ 5.600 €
- Spenden:
≈ 16.200 €
- Mitgliedsbeiträge:
≈ 28.200 €
- Zweckbetrieb:
≈ 7.000 €
- Wirtschaftsbetrieb:
≈ 2.300 €

Einnahmenstruktur NEFESCH 52°13° e.V.
Gesamt: 98.500 €





NEFESCH 52°13° e.V.

Verein für mentale Gesundheit

Ausgaben 2025

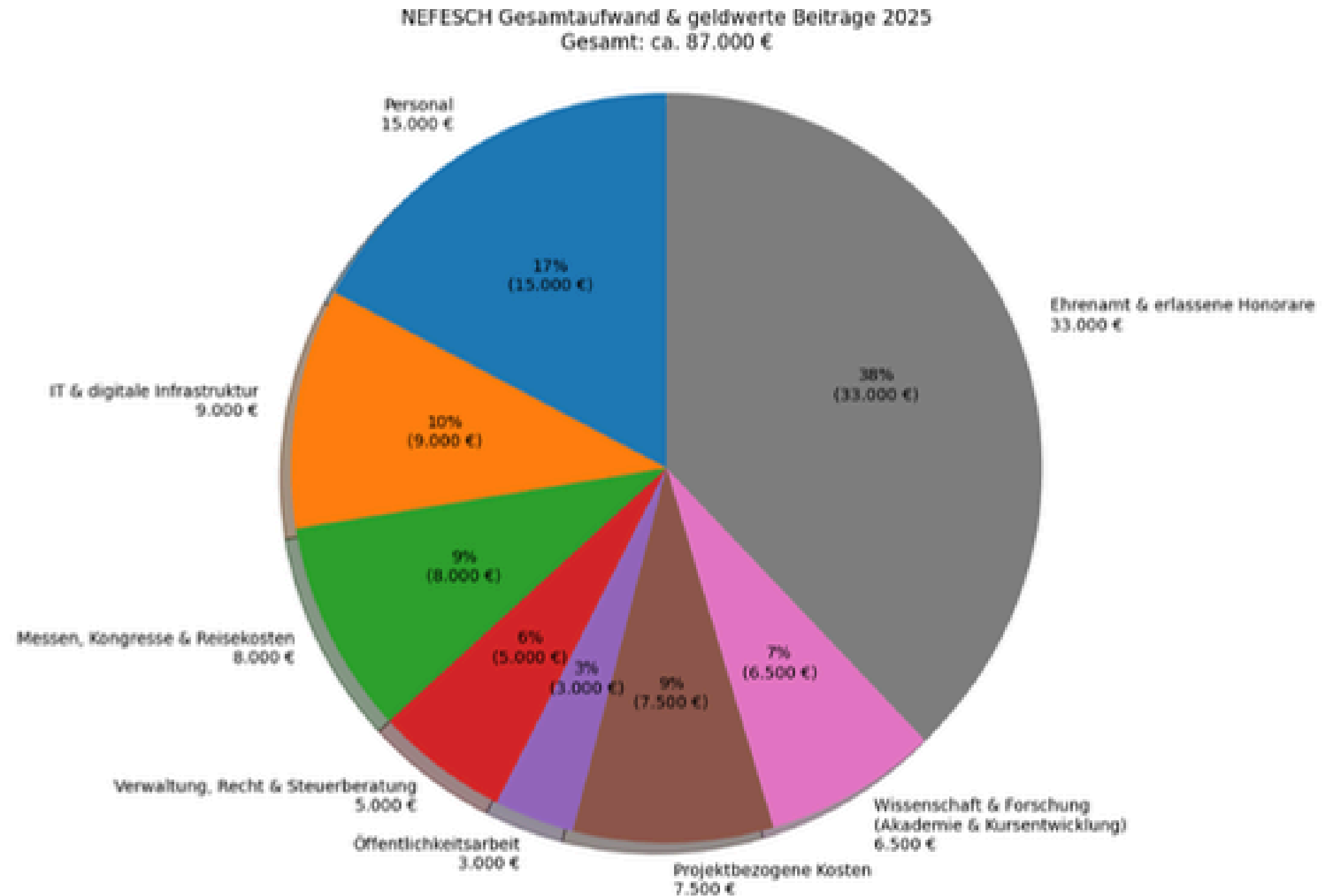
Im Berichtsjahr entstanden bei NEFESCH Gesamtkosten in Höhe von rund 87.000 €, unter anderem bedingt durch einen Cyberangriff sowie den laufenden Betrieb und Ausbau der Angebote im Bereich mentaler Gesundheit.

Dank umfangreicher ehrenamtlicher Unterstützung sowie der bewussten Spende entgeltlicher Leistungsansprüche konnten jedoch nur rund 54.000 € tatsächlich monetär ausgezahlt werden.

Diese Differenz macht die hohe Eigenleistung und Solidarität innerhalb des Netzwerks sichtbar, zeigt aber zugleich eine strukturelle Grenze:

Zentrale Aufgaben in Leitung, Koordination und Projektsteuerung lassen sich dauerhaft nicht über Ehrenamt und Verzichtsleistungen absichern.

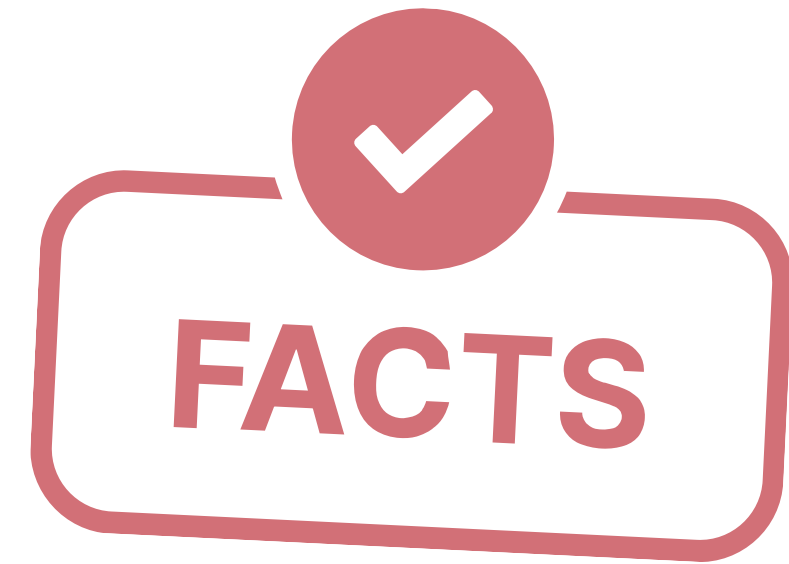
Um Qualität, Verlässlichkeit und nachhaltige Wirkung zu sichern, braucht NEFESCH künftig verbindliche Projektstellen und ein verlässliches Personalbudget.





NEFESCH 52°13° e.V.

Verein für mentale Gesundheit



- 80 geschulte EHMG Ersthelfer:innen
- 4 erfolgreich ausgebildete Kursleiter:innen im ersten EHMG Kurs
- 25 neue Mitglieder im C-STAB Netzwerk
- 1000+ Menschen durch Workshops, Vorträge und Ausstellerstände erreicht
- 44 lizenzierte Anbieter:innen des PREPARE/ENRICH Tools
- 10 x Soforthilfe finanziell mit Mitteln aus dem Soforthilfe-Fonds unterstützt
- vielzählige Beratungskontakte und Hilfsanfragen



NEFESCH 52°13° e.V.

Verein für mentale Gesundheit



Ausblick 2026

- Ausbau der Initiativen, Projekte und Arbeitszweige (siehe einzelne Beschreibungen)
- Ausbau der Kooperationen mit Schulen, Gemeinden und sozialen Einrichtungen
- Aufbau einer Präsenz der NEFESCH Angebote in Berlin / Brandenburg / bundesweit
- Ausbau der Vernetzungsarbeit rund um den Verein
- Planen und Umsetzen von verantwortungsvollen KI Interventionen für Berater:innen
- **Vergrößerung der Fördermitgliedschaften und Spendergruppe**
- Vergrößerung & Stellenfinanzierung des NEFESCH Teams (Haupt- und Ehrenamt)



Finanz & Personalmittelbedarf für die Wachstumsphase 2026/2027

Bereich	Jahreskosten
Geschäftsführung / Doppelvorstand	45.000 €
Akademieleitung	27.000 €
Projektsteuerung & Wirkungsmessung	26.000 €
Netzwerkkoordination & Programme	30.000 €
Mitglieder & Lizenzmanagement	20.000 €
Finanzen & Administration	12.000 €
Kommunikation & Marketing	15.000 €
Summe Personal	175.000 €

Bereich	Budget
IT & Plattform	20.000 €
Innovation & KI- Integration	15.000 €
Steuer- & Rechtsberatung	6.000 €
Immobilienkosten	8.000 €
Rücklagenbildung	6.000 €
Summe Sach-/Strukturkosten	55.000 €

Kategorie	Betrag
Personal	175.000 €
IT & Innovation	35.000 €
Struktur & Rücklagen	20.000 €
GESAMT	200.000 €



NEFESCH 52°13° e.V.

Verein für mentale Gesundheit



Wenn wir als Vorstand von NEFESCH nach vorn schauen, sehen wir vor allem eines: **Der Bedarf an Orientierung, Begleitung und schneller Hilfe wächst und viele Menschen bleiben damit zu lange allein!**

Für die Jahre 2026 bis 2028 wollen wir NEFESCH und seine vielfältigen Bereiche so weiterentwickeln, dass wir verlässlich, ganzheitlich und nachhaltig unterstützen können. Klar fokussiert und offen für neue Wege.

Diesen Weg gehen wir bewusst nicht allein. Aus unserem christlichen Selbstverständnis heraus glauben wir, dass wir als Gemeinschaft Teil der Antwort sein können, wo Menschen Unterstützung, Hoffnung und Orientierung brauchen.

Deshalb laden wir dich ein, diesen Weg mitzugehen. Als Unterstützer, Partner, Fachperson oder Förderer.

Dein Dabeisein mach einen spürbaren Unterschied!
Stellvertretend für unser ganzes Team

Herzlich, Maja und Heiko Kienbaum, Hendrik Marenbach



NEFESCH 52°13° e.V.

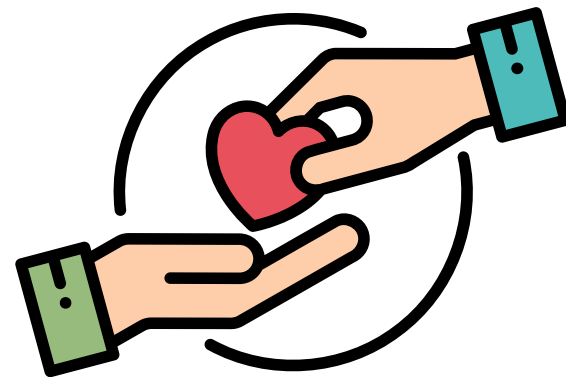
Verein für mentale Gesundheit

So kannst du die Arbeit von NEFESCH unterstützen



Fördermitglied
werden*

ab 10€/p.M. (Privatpersonen)
ab 40€/p.M (Organisationen)



Spenden**



NEFESCH
weiterempfehlen



Ehrenamtlich
mitwirken

**Spenden und Mitgliedsbeiträge sind steuerbegünstigt da wir mit unserem Vereinszweck als besonders förderungswürdig eingestuft wurden



NEFESCH 52°13° e.V.

Verein für mentale Gesundheit

NEFESCH 52°13° e.V.

Verein für mentale Gesundheit

Geschäftsstelle: Altes Pfarrhaus

Kloster Marienfließ

Stift 9

16945 Marienfließ

hallo@nefesch.org

3 Wege über die Aktivitäten bei NEFESCH 52°13° e.V. informiert zu bleiben



Newsletter

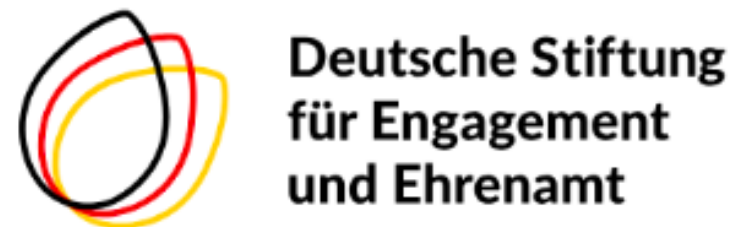


social media



WhatsApp Kanal :
+49 33969-430002

DANKE AN ALLE UNTERSTÜTZER:INNEN



ICF RHEIN-MAIN

WOHNKLASSE
IMMOBILIEN



stellvertretend für viele großzügige
Spenderinnen und Spender



PLANSECUR
Stiftung