



# Jahresbericht 2024.



# Inhalt

## **03 Das Problem & unsere Lösung**

Prävention als Beitrag zur Bildungsgerechtigkeit.

## **05 Unser Angebot**

Ganzheitliche Förderung im System Schule.

## **14 2024 in Zahlen und Bildern**

Vernetzt und wirksam junge Menschen stärken.

## **18 Entwicklungen & Projekte in 2024**

Unser Weg zu besseren Hilfsangeboten.

## **33 Unsere Köpfe**

Geeint durch die Mission, junge Menschen zu stärken.

## **35 Meilensteine, Learnings & Ausblick**

Schritt für Schritt zu mehr mentaler Gesundheitsförderung.

## **38 Finanzen**

Die Zahlen stimmen.

## **39 Danke**

Gemeinsam für eine widerstandsfähige Gesellschaft.

# Liebe Freund\*innen,

hinter uns liegt ein herausforderndes Jahr. Politische Krisen, zunehmende gesellschaftliche Polarisierung sowie wirtschaftliche und soziale Unsicherheit prägten das vergangene Jahr. Diese Entwicklungen gehen weder an sozialen Organisationen wie Kopfsachen vorbei, noch bleibt unsere Zielgruppe, Kinder und Jugendliche, hiervon unberührt. Jede\*r fünfte Heranwachsende ist von psychischen Belastungen betroffen. Die Prävalenzen stabilisieren sich auf einem erschreckend hohen Niveau. Jedes Jahr aufs Neue fordern Institutionen wie der deutsche Ethikrat und die Bundespsychotherapeutenkammer (BPTK) mehr Unterstützung für die psychische Gesundheit von Jugendlichen. BPTK-Vorstandsmitglied Cornelia Mentge, drückt pointiert aus: "Jedem Kind sollte das Werkzeug an die Hand gegeben werden, seine Resilienz zu stärken".

Inmitten dieser Entwicklungen bleibt unsere Mission umso wichtiger: Durch unsere Angebote einen Beitrag dazu leisten, die mentale Gesundheit von Jugendlichen und Schüler\*innen zu fördern. Wir sind daher unheimlich stolz, dass unsere Vision, das Engagement unserer Mitarbeiter\*innen und die vielen ehrenamtlichen Unterstützer\*innen das Jahr 2024 zu einem so Erfolgreichen haben werden lassen. Im vergangenen Jahr konnten wir wichtige Schritte gehen und unseren Beitrag zur nachhaltigen Stärkung junger Menschen leisten. Wir haben neue Maßnahmen auf den Weg gebracht, die den Startschuss für mehr Wirksamkeit und Reichweite geben. Dabei haben wir nicht nur unsere Angebote für die Jugendlichen weiterentwickelt und ausgeweitet, sondern auch intern Neuerungen in unseren Organisationsstrukturen eingeführt. Zusätzliche Stellen an unseren mittlerweile drei Standorten wurden geschaffen, ein Leitungsteam eingeführt, das zentrale Steuerungsaufgaben mit Teamgeist erfüllt und die Zusammenarbeit wurde weiterentwickelt und effizienter gestaltet.



Zum Ende des Jahres haben wir Willi, Co-Gründer und ehemaliges Mitglied der Geschäftsführung, verabschiedet. An dieser Stelle möchten wir erneut unsere große Dankbarkeit und Verbundenheit zum Ausdruck bringen, für das riesige Engagement und die Tatkraft, die Willi in den letzten fünf, teilweise überaus turbulenten und herausfordernden Jahren in Kopfsachen investiert hat. Wir freuen uns, dass Willi Kopfsachen im Rahmen des Beirats in Gründung verbunden bleibt.

Voller Tatendrang blicken wir auf das kommende Jahr – mit neuen und weiterentwickelten Angeboten, effizienteren Strukturen, einem wachsenden Netzwerk an Partner\*innen und Unterstützer\*innen sowie einer großen Vision mit klarem Fokus. Wir wollen einen noch größeren Beitrag dazu leisten, die Versorgungslücke in der psychischen Gesundheitsförderung junger Menschen zu schließen und das Schulsystem als gesundheitsfördernde Lebenswelt zu gestalten.

All unsere Arbeit wäre nicht möglich, ohne die großzügige und intensive Förderung und Unterstützung durch unsere Partner\*innen und Wegbegleiter\*innen. Wir danken Ihnen und Euch allen herzlichst für die treue Begleitung unseres Wirkens und freuen uns sehr, den gemeinsamen Weg auch im Jahr 2025 fortzusetzen.

Herzliche Grüße

**Leonie Müller und Mirko von Barga**

**Alle Menschen wachsen in mental gesundheitsfördernden Lebenswelten auf und werden Teil einer widerstandsfähigen Gesellschaft. Sie sind befähigt, offen und kompetent mit mentaler Gesundheit umzugehen.**

– Unsere Vision

## Ihr möchtet uns bei unserer Mission unterstützen?

Hier scannen und direkt mithelfen:



# Der Elefant im Raum: Das Problem im Fokus.



Innerhalb eines Jahres erkrankt **jedes 5. Kind** an einer psychischen Erkrankung!

Jugendliche mit sozial benachteiligtem Familienhintergrund sind **stärker psychisch belastet**.

Psychische Gesundheit von jungen Menschen steht in **engem Zusammenhang mit der schulischen Umwelt**.



Psychische Belastungen wirken sich **negativ auf den akademischen Erfolg** aus.

Gleichzeitig **mangelt es an Unterstützungsangeboten** für psychisch belastete Schüler\*innen.



Das Ergebnis:  
**Bildungsungerechtigkeit**

# Kopfsachens **Ansatz** zur Problemlösung.

Um unsere Vision zu erreichen, fördern wir die mentale Gesundheitskompetenz junger Menschen. Dafür setzen wir im System Schule an und streben einen ganzheitlichen Kulturwandel an; hin zu einem gesundheitsfördernden Bildungssystem. In wissenschaftlich fundierten Bildungsformaten vermitteln wir den Schüler\*innen selbst sowie dem Schulpersonal die Grundlagen der mentalen Gesundheitskompetenz und Methoden zu deren aktiver Förderung. Ihren Anfang nahm diese Idee vor 4,5 Jahren, während des Psychologiestudiums: psychologisches Know-How muss in die Schulen! Kurz darauf wurde Kopfsachen gegründet. Seitdem arbeiten wir kontinuierlich daran unser Angebote noch besser auf die Bedürfnisse der Schüler\*innen und des Schulpersonals sowie die Bedingungen des Ökosystems Schule anzupassen.

**Schulbasierte Programme sind eine der effektivsten Strategien, um die mentale Gesundheit in einer Gesellschaft zu verbessern.**

WHO Mental Health Report, 2022

## Was uns ausmacht?

- ✓ wissenschaftliche Fundierung und Evaluation
- ✓ junge ausgebildete Fachkräfte, die nah an der Lebenswelt der Zielgruppe sind
- ✓ ganzheitlicher Ansatz: Workshops mit Schüler\*innen und Schulpersonal sowie digitale Begleitung
- ✓ vernetztes, systemisches Denken
- ✓ sozial unternehmerisches Arbeiten
- ✓ Wirkungsorientierung
- ✓ durch eine gemeinsame Mission und gelebte Werte verbundene Community

# Unser Angebot...



## ... für Jugendliche.

- Schüler\*innen-Workshops
- digitale Begleitung



## ... für junge Erwachsene.

- Aus- und Fortbildung für Workshopleitungen
- Unternehmensworkshops
- Workshops für Berufsfachschüler\*innen in Entwicklung



## ... im Stützsystem.

- Angebote für Schulpersonal
  - Lehrkräfte-Workshops
  - Mental Health Ambassadors
  - Workshops für Schulsozialarbeit



## ... auf Systemebene.

- politisches Engagement
- Netzwerkveranstaltungen und Thementage mit Jugendlichen und anderen wichtigen Stakeholdern

# Ganzheitliche Förderung im System Schule.

Die mentale Gesundheit von Schüler\*innen zu stärken, erfordert mehr als einzelne Workshops oder Veranstaltungen – das gesamte System Schule muss involviert werden. Daher gehen wir über punktuelle Maßnahmen hinaus und begleiten Schulen mit einem umfassenden Ansatz, der Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung gleichermaßen einbezieht.

**Nachhaltig und individuell:** Bevor ein Workshop oder ein Elternabend stattfindet, erarbeiten wir gemeinsam mit der Schule die spezifischen Bedarfe. Jedes schulische Umfeld ist einzigartig, und nur durch eine enge Zusammenarbeit mit Lehrkräften und Verantwortlichen können wir zielgerichtete und wirksame Angebote zur Verfügung stellen.

**Impulse setzen:** Unsere Workshops richten sich an Schüler\*innen, Lehrkräfte und Eltern, um ein gemeinsames Verständnis für mentale Gesundheit zu schaffen. Sie vermitteln nicht nur Wissen und konkrete Methoden, sondern bieten auch Raum für Reflexion und Austausch.

**Nachhaltige Verankerung im Schulalltag:** Damit das Gelernte nachhaltig wirkt, begleiten wir die Schule auch nach dem Workshop. In Reflexionseinheiten vertiefen wir die Inhalte und erarbeiten Umsetzungsmöglichkeiten. Lehrkräfte erhalten praxisnahe Methodenkarten für mehr mentale Gesundheit im Unterricht und Schüler\*innen werden mithilfe unserer App dabei unterstützt, das Gelernte in den Alltag zu integrieren und ihre Ressourcen zu aktivieren.



# Stufe für Stufe – zu maximalem Impact.

## Input

### Team

- 21 Mitarbeitende im Kernteam
- > 80 Workshopleitungen & Ehrenamtliche

### Zusammenarbeit

- Zusammenarbeit mit >140 Schulen in Berlin, Köln und Hamburg (+ Projekte in Siegen & Göttingen)

### Wissenschaftliche Expertise

- Betreuung eines Masterarbeitsprojekts durch Prof. Ziegeler (Humboldt Universität zu Berlin)
- Promotionsprojekt in Kooperation mit Joana Rupprecht (Universität Marburg)

### Programme & Netzwerke

- Initiative Wirkungsmanagement
- Startsocial
- Bundesverband innovative Bildungsprogramme
- Social Entrepreneurship Netzwerk Deutschland
- Aktionsbündnis Seelische Gesundheit
- Runder Tisch psychische Gesundheit von Schüler\*innen in Köln

### Finanzierung

Finanzierung durch Honorare, Spenden & Förderungen

## Output

### Workshops

Mental Health Workshops für Schulpersonal & Schüler\*innen

### Digitale Begleitung

- psychoedukative Inhalte auf Instagram
- App: Kopfgarten

### Mental Health Ambassadors Programm

Ausbildung von Schulpersonal zu Mentalen Gesundheitsbotschafter\*innen zur Stärkung der psychischen Gesundheit im System Schule

### Summits

Mental Health Summits für Jugendliche & Stakeholder (Schulpersonal, Politik, Eltern, NGO)

### Informative Elternabende

Grundwissen zu Themen der mentalen Gesundheit sowie Hilfe zur Selbsthilfe

### Aus- und Fortbildung

Aus- und Fortbildung der Workshopleitungen

## Outcome

### Jugendliche...

- sind befähigt für die eigene mentale Gesundheit zu sorgen
- kennen Versorgungsangebote und suchen sich bei Bedarf professionelle Unterstützung

### Lehrkräfte und Schulpersonal...

- erwerben Tools und identifizieren Handlungsmöglichkeiten zur Förderung der mentalen Gesundheit ihrer Schüler\*innen
- etablieren eine gesundheitsförderliche Schulkultur

### Relevante Stakeholder...

- sind für die Notwendigkeit der Förderung mentaler Gesundheit sensibilisiert
- nutzen ihre Netzwerke und das erlangte Wissen, um diese Förderung aktiv zu gestalten

## Impact

### Schule als Ressource

Die Schule wird vom Belastungsfaktor zu einer Ressource für Jugendliche.

### Gesundheitsförderndes Bildungssystem

Förderung der mentalen Gesundheit wird als explizites Ziel von Bildung und Schulentwicklung aktiv betrieben.

### Entstigmatisierung

Das Thema mentale Gesundheit wird gesellschaftlich entstigmatisiert.

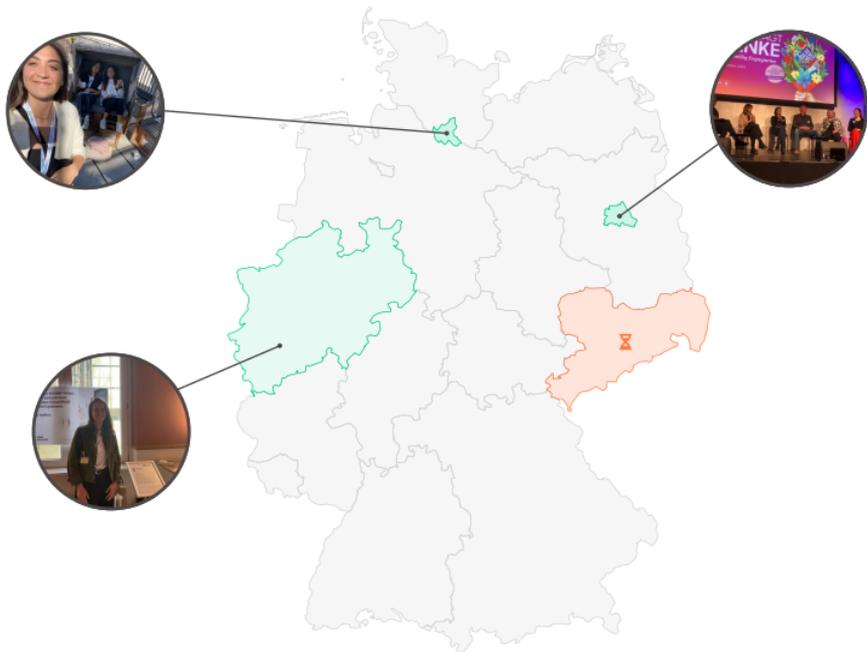
### Kulturwandel

Die gesteigerten Kompetenzen und der Kulturwandel wirken sich positiv auf Lernerfolg, Schulklima und Gesundheit von Jugendlichen und Lehrkräften aus.

### Folgekosten minimieren

Durch frühzeitige Inanspruchnahme von professioneller Unterstützung werden hohe individuelle und gesellschaftliche Folgekosten eingespart.

# Vertreten an **3** Standorten – und es werden mehr!



Standort	Gründung	Schulen	WSL
Berlin	2020	71	30
Köln	2021	46	25
Hamburg	2023	28	18
Leipzig	2025	⌘	⌘
⌘	⌘	⌘	⌘

# Mentale Gesundheit fördern mit unserem Angebot.

## Schüler\*innen-Workshops

### Nachhaltige Methoden und Tools für mentale Gesundheitskompetenz.

#### Selbstreflexion

Durch Übungen wie "Mein Fass" und das "Sicherheitsnetz" erlangen die Schüler\*innen ein besseres Verständnis für ihre individuellen Belastungen und identifizieren Ressourcen, auf die sie in herausfordernden Lebenssituationen zurückgreifen können.

#### Kompetenzförderung

Die Teilnehmenden werden in konkreten Methoden, wie Reframing, geschult, um ihre Fähigkeiten im Umgang mit solchen Situationen zu stärken.

#### Erlebnis & Austausch

Der Fokus liegt auf einer Verknüpfung von erlebnispädagogisch-gestalteten, psychoedukativen Inhalten und einem Austausch zwischen Schüler\*innen und Workshopleitungen auf Augenhöhe. Eine realitätsnahe Gestaltung der Workshopinhalte ist dabei zentral.

#### Wertneutrale Kommunikation

Die Jugendlichen erlernen einen offenen Umgang mit mentaler Gesundheit sowie die Bedeutung von wertfreier Kommunikation über das Thema.

#### Nachhaltige Wirkung

Nach dem Workshop können die Jugendlichen die Gelernten mithilfe unserer App vertiefen und in den Alltag integrieren.

## Lehrkräfte-Workshops

### Schulalltag gesundheitsförderlicher gestalten.

#### **Werkzeuge für den Schulalltag**

Lehrkräfte werden mit Methoden und Perspektiven vertraut gemacht, wie sie die mentale Gesundheit ihrer Schüler\*innen im Schulalltag fördern können. Außerdem erhalten sie unsere *Kopfkarten*, die alle gelernten Inhalte kompakt zusammenfassen und eine direkte Umsetzung im Unterricht erleichtern.

#### **Austausch**

Es findet ein Austausch unter den Lehrkräften über Möglichkeiten und Grenzen statt. Sie üben konkrete Werkzeuge für den Schulalltag ein und erhalten fachkundige Anleitung von den Workshopleitungen.

#### **Wandel der Schulkultur**

Auch bei den Workshops für Lehrkräfte liegt der Fokus darauf, eine offene, wertfreie und kompetente Kommunikation über psychisches Wohlbefinden zu etablieren. Dadurch wird ein Wandel in der Schulkultur vorangetrieben.

## Schulsozialarbeit-Workshops

### Erkennung psychischer Erkrankungen und Umgang mit Betroffenen.

#### **Psychoedukation**

Die Teilnehmenden lernen psychologisches Hintergrundwissen über die Entstehung von psychischen Erkrankungen und deren Erscheinungsformen im schulischen Kontext.

#### **Frühwarnsignale erkennen**

Sie werden, unter anderem durch die intensive Arbeit mit Fallvignetten, darin geschult, Frühwarnzeichen psychischer Belastungen zu erkennen.

#### **Umgang mit Betroffenen**

Und erlernen Gesprächsführungskompetenzen im Umgang mit Betroffenen. Weiterhin werden ihnen Perspektiven zu Vernetzung und professionellen Versorgungsangeboten aufgezeigt.

## Mental Health Ambassadors

# Mit dem Kollegium Hand in Hand für mentale Gesundheit in der Schule.

### Botschafter\*innen

Motivierte Fachkräfte werden zu Botschafter\*innen für mentale Gesundheit ausgebildet. Sie werden dazu befähigt, selbstständig Präventionsmaßnahmen für die mentale Gesundheit an ihrer Schule umzusetzen.

### Skills

In 3 Ausbildungsmodulen erlernen die Teilnehmenden im Kontext Schule wichtige Skills zu Krisenmanagement, mentaler Gesundheitsförderung und Psychohygiene.

### Peer-to-Peer Netzwerk

Moderierte Peer-to-Peer Beratungen begleiten die Ambassadors über den Verlauf eines Jahres in der Umsetzung der Präventionsmaßnahmen an der Schule. Das Beratungsformat schafft schulübergreifenden Austausch und bildet ein Unterstützungsnetzwerk unter Mental Health Ambassadors verschiedener Schulen.

### Handbuch

In unserem digitalen MHA-Handbuch haben die Teilnehmenden auch nach Ende der Fortbildung Zugang zu wichtigen Informationen, Beispielen und konkreten Übungen, mit deren Hilfe sie die mentale Gesundheit der Schüler\*innen an ihrer Schule stärken können.

## Unternehmensworkshops

# Mentale Gesundheit am Arbeitsplatz.

### Wellbeing

In dem Online-Impuls-Workshop erlernen die Teilnehmenden Basiswissen zu den Themen mentale Gesundheit, Stress und Burnout.

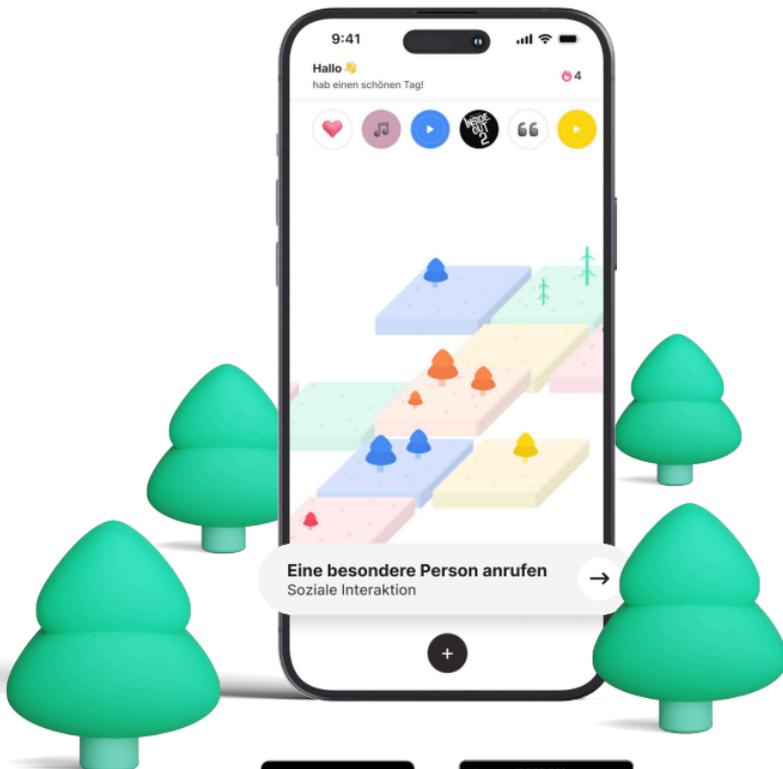
### Stressmanagement

Weiterhin lernen sie Methoden des Stressmanagements auf Individual-, Team- und Organisationsebene kennen. Der Workshop richtet sich an alle Interessierten eines Unternehmens.



# Mentale Gesundheit in Deiner Hand

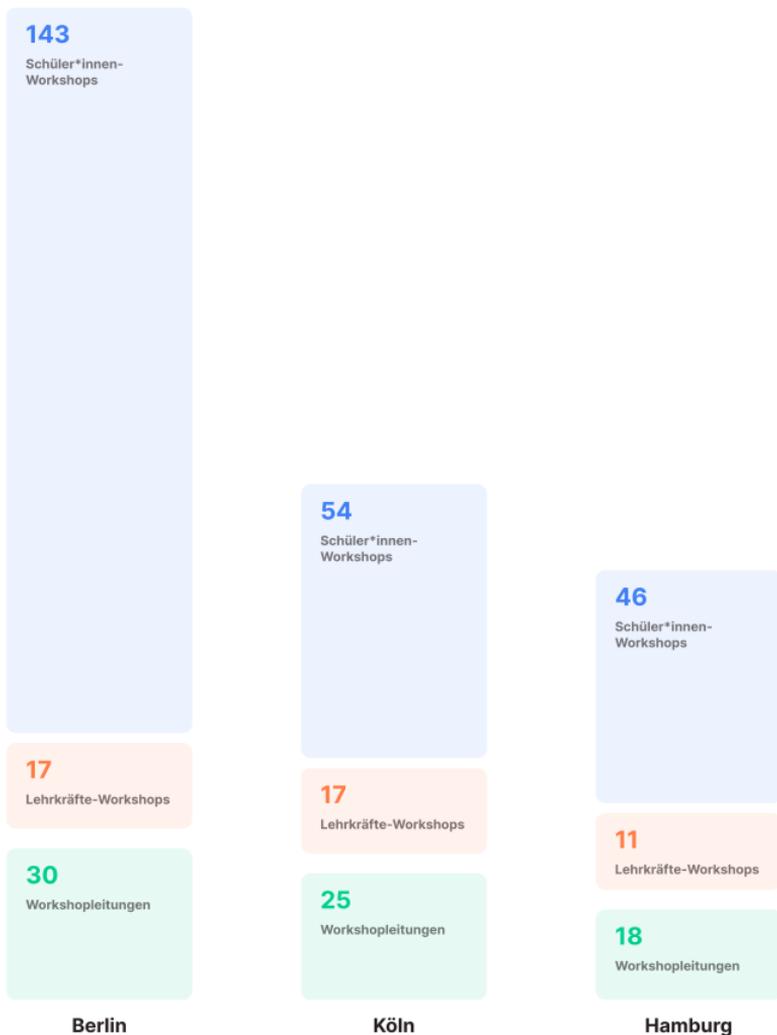
Lade jetzt die **Kopfgarten-App** herunter und entdecke, wie  
Deine mentalen Ressourcen Dir im Alltag Kraft geben können.



Oder besuche unsere Webseite unter [kopfgarten-app.de](https://kopfgarten-app.de)

# 2024 und weitere Zahlen.

Seit unserer Gründung in 2020 haben wir mithilfe unserer über **80 Workshopleitungen** mehr als **22.000 Schüler\*innen und Lehrkräfte** erreicht.



# 10 Punkte für Kopfsachen!

All unsere Workshops werden im Anschluss systematisch und anonym von den Teilnehmenden evaluiert. Dabei unterscheiden wir zwischen Bewertungen des Workshops und der Workshopleitungen.

## Schüler\*innen-Workshops

★★★★☆ 4,2

### Gesamtzufriedenheit

### Gesamtbewertung der Workshopleitung

4,2

### Wohlbefinden bei eigener Offenheit

4,2

### Qualität der Antworten

4,2

## Lehrkräfte-Workshops

★★★★☆ 4,0

### Gesamtzufriedenheit

### Gesamtbewertung der Referent\*innen

4,7

### Kompetenz der Referent\*innen

4,7

### Qualität der Antworten

4,6

## Schüler\*innen-Workshops

## Bewertung nach Workshop-Themen

### Selfcare

4,2

### Konfliktlösung

4,2

### Selbststärkung

4,2

# Stimmen aus unseren Workshops.

Mir persönlich hat der Workshop sehr sehr gut gefallen und ich finde es mega, dass über solche wichtigen Themen aufgeklärt wird! Es war außerdem sehr interaktiv und man konnte immer Fragen stellen wenn man wollte 😊

👉 Schüler\*in (7. Klasse)

Das war ein sehr guter und lehrreicher Workshop, wir bedanken uns alle.

👉 Schüler\*in (10. Klasse)

Es hat mir sehr Spaß gemacht und das Thema wurde sehr interessant rübergebracht. Es war eine offene Atmosphäre und ich hab mich nicht verurteilt gefühlt.

👉 Schüler\*in (9. Klasse)

Tolle Planung für den „Unterricht“ und viele Denkanstöße für meine nächsten Probleme

👉 Schüler\*in (9. Klasse)

Danke für alle Impulse

👉 Lehrkraft

Es war sehr gut und es wurde ernst über Dinge geredet. Danke!

👉 Schüler\*in (9. Klasse)

Es hat sehr viel Spaß und Freude gemacht, es war schön mal so darüber zu reden oder auch zu hören das andere auch Probleme haben

👉 Schüler\*in (11. Klasse)

Sehr nett ihr beiden, und sehr gesprächig, generell geiler Workshop, war mal was informatives und nettes zwischen diesen stressigen Zeiten.

👉 Schüler\*in (9. Klasse)

Ich finde es gut, dass junge Menschen diese Workshops leiten, da es einfacher ist für die Teilnehmenden einen Bezug zum Leiter aufzubauen.

👉 Schüler\*in (12. Klasse)

Ihr seid toll. Macht weiter so!

👉 Schüler\*in (8. Klasse)

Hohe Anschaulichkeit, praktische Modelle und Übungen, kompetente Dozentinnen.

👉 Lehrkraft

Man hatte ein sehr sehr positives Gefühl und obwohl ich die Workshopleitung nicht kannte, habe ich mich direkt wohl gefühlt und hatte das Gefühl, ich kann ihr alles erzählen, ohne dass sie mich verurteilen würde!! Sehr sympathisch!

👉 Schüler\*in (10. Klasse)

Man hat sich sehr wohl gefühlt und konnte über alles reden.

👉 Schüler\*in (10. Klasse)

Hat Spaß gemacht mit sehr vielen Aktivitäten und wir wurden respektvoll behandelt und es war einfach richtig toll! vielen dank für diesen erlebnis

👉 Schüler\*in (8. Klasse)

Alle sind sehr lieb und freundlich [...]

👉 Schüler\*in (10. Klasse)

# Alle diese Bilder im Kopf.



Bei unserem Stand auf dem Markt der Möglichkeiten beim **Ackerfestival** gab es die Möglichkeit schöne Gedanken zu säen - für sich selbst und andere.



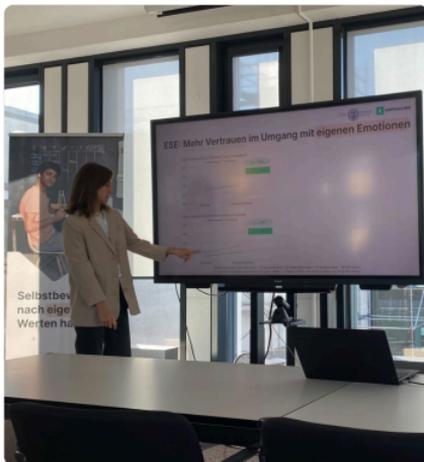
Willi nahm an einer Podiumsdiskussion auf der re:publica teil, in der es um die Herausforderungen und Chancen ging, die die digitale Welt für die mentale Gesundheit junger Menschen bietet.



Beim **Stiftungstag 2024** konnten wir wichtige Kontakte knüpfen, um unsere Arbeit an den Schulen weiter voranzutreiben. Leonie nahm im Rahmen der Initiative #30unter30 teil.



Als Preisträger\*innen des startsocial-Sonderpreises des Bundeskanzlers 2023 waren wir 2024 bei der **Preisverleihung im Bundeskanzleramt** eingeladen.



Beim **Bundeskongress für Schulpsychologie** des BDP unter dem Motto „Psychisch gesund in die Zukunft“ haben wir unsere Arbeit an Schulen vorgestellt und erste Erkenntnisse aus unserer Wirksamkeitsstudie präsentiert.

# Schritt für Schritt zu mehr Wirkung.

2023 war für uns ein Jahr voller Erfolge: Wir haben neue Angebote entwickelt, zwei Preisauszeichnungen erhalten und konnten viele junge Menschen in ihrer mentalen Gesundheitskompetenz stärken. Diese Energie und Euphorie haben wir genutzt: 2024 stand alles unter dem Zeichen der internen Weiterentwicklung und Skalierungsvorbereitung. Wir wollen noch mehr junge Menschen mit einem noch bedarfsorientierteren Angebot erreichen. Dafür haben wir 2024 intensiv daran gearbeitet, die Voraussetzungen innerhalb der Organisation zu schaffen: interne Prozesse wurden optimiert, ein Qualitätsmanagement eingeführt, unser Team verstärkt und die ersten Angebote gezielt angepasst. All diese Maßnahmen bereiten uns darauf vor, 2025 in neue Standorte zu wachsen und neue Zielgruppen zu erschließen. Dabei gab es konkret folgende Entwicklungen:

## ✓ **Bedarfsorientierte Angebote**

Überarbeitung Lehrkräfte-Workshop • Basisworkshop Mentale Gesundheit

## ✓ **Mentale Gesundheit an Berufsfachschulen**

Pilotprojekt: MegA

## ✓ **Qualitäts- und Wirkungsmanagement**

Einführung eines Wirkungsmanagements • Partizipation fördern • Kopfgarten-App • Digitale Handbücher

## ✓ **Impact im Fokus**

Wirksamkeitsstudie

## ✓ **Interne Professionalisierung**

Ein starkes Team für die Zukunft



## Bedarfsorientierte Angebote Überarbeitung Lehrkräfte-Workshop

Basierend auf dem Feedback unserer Workshopleitungen und der teilnehmenden Lehrkräfte haben wir unseren Lehrkräfte-Workshop überarbeitet. Geplant ist eine Modularisierung des Angebots, damit die Lehrkräfte den Workshop entsprechend ihren Bedürfnissen zusammenstellen können. Ab Februar werden die ersten Module angeboten. Langfristig stehen dann neben dem Basis-Modul "Mentale Gesundheit verstehen" die Module "Mentale Gesundheit fördern", "Umgang mit spezifischen Störungsbildern" und "Psychohygiene für Lehrkräfte" zur Auswahl.

Gefördert von:





## Bedarfsorientierte Angebote

### Basisworkshop Mentale Gesundheit

Mit Unterstützung der Postcode Lotterie haben wir den "Basisworkshop Mentale Gesundheit" entwickelt. Dieser bildet den Start für unser zielgruppenorientiertes und erfahrungsbasiertes pädagogisches Gesamtkonzept. Im Fokus steht die Binnendifferenzierung: Es gibt verschiedene Versionen des Workshops inkl. Variation der Lernraumnutzung, um den Bedürfnissen unterschiedlicher Zielgruppen gerecht zu werden. Anfang 2025 pilotieren wir den neuen Workshop in unserem Standort in Berlin.

Im Konzeptionsprozess haben sich wichtige Learnings herauskristallisiert: Schüler\*innen lernen nachhaltiger, wenn sie selbst aktiv Erfahrungen machen. Außerdem profitieren sie stark davon, wenn sie nach Übungen Zeit bekommen, ihre Gedanken zu ordnen und sich mit anderen auszutauschen. Ein wichtiges Schlagwort im Entwicklungsprozess ist die Partizipation und Co-Kreation. Startschuss für mehr Partizipation bietet eine Projektwoche zur Konzeptentwicklung im Mai 2025.

Gefördert von:





## Mentale Gesundheit an Berufsfachschulen

### Pilotprojekt: MegA

Wir wollen nicht nur innerhalb unserer Zielgruppe der Schüler\*innen an allgemeinbildenden Schulen mehr Jugendliche erreichen. Mit "MegA - Mental gesund durch die Ausbildung" erweitern wir unser Angebot auf Schüler\*innen von Berufsfachschulen. Das Ziel bleibt: Junge Menschen in ihrer mentalen Gesundheit und Resilienz stärken. Im Rahmen des Projekts werden 3 verschiedene Workshops für Berufsfachschüler\*innen und 1 Workshop für Lehrkräfte entwickelt und pilotiert. Perspektivisch möchten wir für alle möglichen Ausbildungsrichtungen Workshops anbieten. Aktuell pilotieren wir unsere Workshops in Berufsfachschulen mit angehenden Erzieher\*innen und Sozialassistent\*innen, sowie deren Lehrkräften. 2024 haben an der Pilotierung der ersten Workshops in unseren 3 Standorten 125 Berufsfachschüler\*innen teilgenommen. 2025 steht die Pilotierung des 3. Schüler\*innen-Workshops sowie des Lehrkräfte-Workshops an.

Gefördert von:





## Qualitäts- und Wirkungsmanagement Einführung eines Wirkungsmanagements

Besonders wichtig bei der Skalierung in neue Zielgruppen und Standorte: Qualitäts- und Wirkungsmanagement. Unsere neue Rolle der Wirkungsmanagerin hat ein Konzept aufgesetzt, das in 2025 mithilfe der Value for Good Wirkungsakademie ausgebaut, professionalisiert und umgesetzt werden soll. Außerdem im Fokus: Partizipation und Blended-Learning-Systeme. Weiterhin engagiert sich unsere Wirkungsmanagerin in der Initiative Wirkungsmanagement. Das Ziel der Initiative: soziale Organisationen und Projekte dabei unterstützen, ihre Wirkung systematisch zu erfassen, zu analysieren und zu optimieren. Durch die Entwicklung von klaren Wirkungsmodellen und messbaren Indikatoren sollen Ressourcen effizienter eingesetzt und nachhaltige Veränderungen erzielt werden. Wir freuen uns Teil der Initiative zu sein, von anderen sozialen Organisationen zu lernen und unsere Zielgruppe durch ein professionelles Wirkungsmanagement mit noch besseren Angeboten zu erreichen.

Gefördert von:





## Qualitäts- und Wirkungsmanagement Partizipation fördern

Ein Fokus des Wirkungsmanagements wird 2025 auf der partizipativen Angebotsentwicklung liegen, um noch näher an den Bedarfen unserer Zielgruppen zu sein. 2024 haben wir bereits an einem ersten Kooperationsprojekt zur Förderung der Partizipation teilgenommen. Wir sind Wirkungs- und Umsetzungspartner des Jugendberichts 2025 "Mentale Gesundheit" der österreichischen Organisation Youth Empowerment Participation (YEP). Ziel des Berichts ist es, die Perspektiven junger Menschen abzubilden und Partizipation zu steigern. Kopsachen hat bei der Erstellung der Workshops mitgewirkt, in denen die Meinungen der Jugendlichen erarbeitet werden. Weiterhin haben wir Ende letzten Jahres auch einige dieser Workshops durchgeführt. Die Ergebnisse des Berichts und damit die Bedarfe und Perspektiven der Jugendlichen werden wir direkt in unsere Arbeit und in die Entwicklung von Inhalten einfließen lassen.

in Kooperation mit:





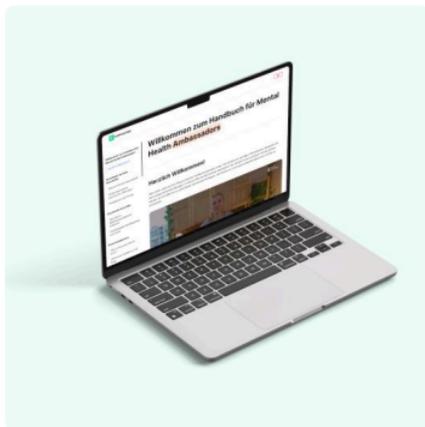
## Qualitäts- und Wirkungsmanagement Kopfgarten-App

Als Teil der Qualitätssicherung und Voraussetzung für die Skalierbarkeit unserer Angebote haben wir erste digitale Komponenten umgesetzt. Die Kopfgarten-App ist eine innovative Anwendung zur Förderung der mentalen Gesundheit und Resilienz. Sie ermöglicht es Nutzer\*innen, ihre persönlichen Ressourcen digital zu organisieren und zu visualisieren. Das zentrale Element der App ist das Pflegen des eigenen „Kopfgartens“, in dem eigene Stärken, wichtige Bezugspersonen, Aktivitäten oder Gedanken durch Felder dargestellt werden. Durch die aktive Nutzung dieser Ressourcen „wächst“ der virtuelle Garten, was einen intuitiven Überblick über die persönliche Entwicklung schaffen und die Achtsamkeit für positive Einflüsse im Alltag stärken soll.

Zusätzlich bietet die App inspirierende Impulse: Nutzer\*innen erhalten Vorschläge zu passenden Ressourcen. So möchten wir mithilfe der Kopfgarten-App die systematische Erfassung, Reflexion und Förderung mentaler Stärke auf vielfältige Weise unterstützen.

Gefördert von:





## Qualitäts- und Wirkungsmanagement

# Digitale Handbücher – Blended Learning weitergedacht

Um unsere Inhalte noch zugänglicher zu machen, haben wir unseren Blended-Learning-Ansatz gezielt erweitert und digitale Handbücher produziert. Die Teilnehmenden des „Mental Health Ambassadors“-Programms profitieren nun von einem online verfügbaren digitalen Handbuch inklusive Lehrvideos, das ihnen eine flexible und praxisnahe Vertiefung der Inhalte ermöglicht.

Auch unsere Workshopleitungen erhalten erstmals ein Online-Handbuch, das eine umfassende Sammlung an Hilfestellungen und Materialien bietet – von Krisenmanagement über FAQs bis hin zu Warm-up-Spielen. So haben sie alle wichtigen Informationen jederzeit griffbereit und noch besser auf die Bedürfnisse der Teilnehmenden reagieren.

Durch diese Neuerung möchten wir digitales Lernen mit praktischer Anwendung verbinden und so eine nachhaltige und skalierbare Methode zur Wissensvermittlung schaffen.

Gefördert von:





## Qualitäts- und Wirkungsmanagement Methodenkarten für Lehrkräfte & Übungsleitungen

2024 haben wir ein Kartenset entwickelt, das Lehrkräfte und Übungsleitungen dabei unterstützt, die mentale Gesundheit in Gruppen gezielt zu fördern. Das Methodendeck enthält neben allen Übungen aus unserem Lehrkräfte-Workshop noch weitere Tools für die mentale Gesundheit. So haben Lehrkräfte & Übungsleitungen jederzeit die Möglichkeit, auf die erlernten Methoden zuzugreifen und sie flexibel in ihrem Unterricht anzuwenden.

Das Kartenset ist zudem multimodal gestaltet: Durch das Scannen eines QR-Codes auf der Rückseite jeder Karte können die Übungsanleitungen digital geöffnet und beispielsweise mit einem Beamer oder SmartBoard präsentiert werden. Damit möchten wir eine einfache, interaktive Nutzung im Unterricht oder in Gruppen ermöglichen.

**Hier kannst du mehr über unsere Kopfkarten erfahren, eine Übung des Tages testen oder sogar ein Kartenset anfragen:**



Gefördert von:



## Impact im Fokus

# Wirksamkeitsstudie

Ein wichtiger Meilenstein in Sachen Wirkungs- und Qualitätsmanagement: Unsere Wirksamkeitsstudie 2024 mit über 700 Schüler\*innen. In einem umfassenden Promotionsprojekt in Zusammenarbeit mit Joana Rupprecht (Universität Marburg) werden die Auswirkungen unseres Kernworkshops "Selfcare: Mentale Gesundheit und Selbstfürsorge" quantitativ und qualitativ evaluiert. Dabei schauen wir uns Veränderungen in der emotionalen Selbstwirksamkeitserwartung und in der mentalen Gesundheitskompetenz der Workshop-Teilnehmenden im Vergleich zu einer Kontrollgruppe an. Gemessen wird dabei vor dem Workshop, direkt nach den Workshops und nach einem follow-up-Zeitraum von 6 Monaten. Außerdem werten wir das offene Feedback der Schüler\*innen sowie Faktoren wie demographische Daten und weitere Aspekte, wie z.B. wie wichtig das Thema für sie ist und ob sie oder Personen in ihrem Umfeld bereits Erfahrungen mit psychischen Erkrankungen gemacht haben. In einem dritten Projekt ist eine partizipative Projektwoche Anfang Mai 2025 geplant, bei der die Jugendlichen aktiv und gestaltend bei der zukünftigen Konzeption von Schüler\*innen-Workshops mitwirken können. Der Prozess wird von einem Forschungsteam begleitet, um systematische Ergebnisse für die Angebotskonzeption und die Partizipationsforschung festzuhalten.

### Mental Health Literacy

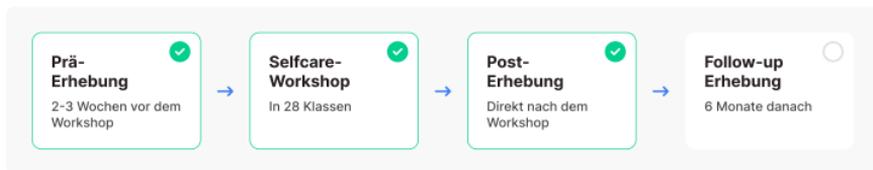
Mental Health Literacy bzw. mentale Gesundheitskompetenz beschreibt die grundlegende Fähigkeit zur Erhaltung psychischer Gesundheit. Sie umfasst:

- Wissen und Kompetenzen in Bezug auf den Erhalt von mentaler Gesundheit
- Wissen und Kompetenzen hinsichtlich der Entstehung und Behandlungsmöglichkeiten von psychischen Erkrankungen
- Reduzierung von Stigmatisierung psychischer Erkrankungen
- Fähigkeit sich effektiv Hilfe suchen zu können (im Umfeld oder professionell)

### Emotionale Selbstwirksamkeitserwartung

Emotionale Selbstwirksamkeitserwartung stellt eine wesentliche Ressource für das mentale Wohlbefinden dar. Sie bezeichnet die Zuversicht, Emotionen verstehen und regulieren zu können und bildet die Basis für einen kompetenten Umgang mit den eigenen Emotionen und der mentalen Gesundheit.

## Erhebung in der Interventionsgruppe:



Eine erste Masterarbeit von Tina Wendel (HU Berlin) liefert bereits wichtige Erkenntnisse zu der Situation der Schüler\*innen. Hauptkenntnisse:

**Jede\*r fünfte Schüler\*in** gibt an, dass er/sie bereits selbst Erfahrungen mit psychischen Erkrankungen gemacht hat.

**6 von 10** haben eine betroffene Person im engen sozialen Umfeld.

Gleichzeitig tauscht sich der Großteil der Jugendlichen nicht regelmäßig über das Thema mentale Gesundheit aus und **40% informieren sich aktiv**. Über soziale Medien wird rund **jede\*r fünfte** aber mindestens **1 mal pro Woche** mit der Thematik konfrontiert.

### Fazit

Wissenschaftlich fundierte Bildungsformate für Jugendliche sind unerlässlich, um Hemmschwellen zu senken, Kompetenzen zu stärken und zur Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen beizutragen.

Die übrigen Ergebnisse des Promotionsprojekts sollen publiziert werden und können daher noch nicht berichtet werden. Konkret geht es dabei u.a. um die qualitative Auswertung unseres Selfcare-Workshops, die Validierung von Messverfahren zur Erfassung der emotionalen Selbstwirksamkeitserwartung bei Jugendlichen und die Durchführung eines Partizipationsprojekts. Eins können wir aber bereits verraten: Vorläufige Ergebnisse deuten auf Veränderungen in der mentalen Gesundheitskompetenz und der emotionalen Selbstwirksamkeitserwartung bei den Workshopteilnehmenden hin. Also stay tuned!



## Interne Professionalisierung Ein starkes Team für die Zukunft

Ein weiterer Grundstein für die Skalierung unseres Angebots: Interne Professionalisierung. Aus Einzelverantwortlichen wurden Teams. Aus Minijobs, hauptamtliche Standortleitungen. 2024 hat sich unser Kernteam weiterentwickelt: Wir konnten gleich 4 neue hauptamtliche Stellen in den Bereichen Fundraising, Skalierung, People & Culture und Produkte besetzen. Und auch unsere Standorte profitieren von mehr Woman-Power durch hauptamtliche Standortleitungen. Die Veränderungen in unserer Geschäftsführung bedeuteten außerdem ein Weiterentwicklung auf der Leitungsebene: zum Ende des Jahres haben wir ein Leitungsteam aufgesetzt. Das Ziel: Strategieplanung unter Einbeziehung aller Organisationsbereiche sowie effiziente Entscheidungsfindung. Wir freuen uns sehr mit den neuen Strukturen in das Jahr 2025 zu starten und die freigesetzte Energie in die Verfolgung unserer Mission zu investieren: **Junge Menschen in ihrer mentalen Gesundheitskompetenz stärken.**



Vielen Dank an **Ria**, die unser Produkteteam geprägt und bereichert hat, an **Fabian, Anne, Sofia** und **Maja**, die unsere Standorte vorangetrieben haben, und vor allem an **Willi**, Gründungsmitglied und ehemaliger Geschäftsführer, ohne den Kopfsachen nicht da stehen würde, wo es heute steht. Außerdem freuen wir uns **Johanna** und **Sophie** 2025 in neuen Rollen auch wieder im Team zu haben.

Gefördert von:



*Gerda Nymer*

# Teambuilding und Begegnung.



Während der **Kernteamtage im Juni** haben wir gemeinsam Prozesse und Strukturen innerhalb der Teams weiterentwickelt und Schnittstellen zwischen den Bereichen erarbeitet. Neben der inhaltlichen Arbeit gab es beim Minigolf die Gelegenheit für neue und alte Teammitglieder, sich in entspannter Atmosphäre kennenzulernen.



Beim **Teamwochenende im Harz** haben sich 30 engagierte Köpfe aus ganz Deutschland getroffen, die in verschiedenen Rollen bei Kopfsachen aktiv sind – von der Workshopgestaltung in Schulen über Fundraising bis hin zur Produktentwicklung. In vielfältigen Workshops standen die Themen Well-being und Kollaboration im Fokus.



Wir streben danach unsere Vision auch nach innen zu leben. Während der **Kernteamtage im Dezember** wurden alle interessierten Köpfe des Kernteams von Co-Gründerin Caro als **MHFA-Mental Health-First-Aid-Ersthelfer\*innen** ausgebildet.

# Neuzugänge und erfahrene Köpfe.

## Die Geschäftsführung



**Leonie Müller**  
Co-Gründerin &  
Geschäftsführerin



**Mirko von Bergen**  
Gründungsteam und  
kaufmännischer  
Geschäftsführer



**Willi Weisflog**  
Co-Gründer &  
Geschäftsführer

## Das Team



neu

**Alev Dayi**  
Managerin People &  
Culture



neu

**Anne Eilert**  
Skalierungsmanagerin



**Carolin Blanck**  
Co-Gründerin &  
Produktmanagerin



**Deniz Akyildiz**  
Full-Stack-Developer



**Fabian Kröger**  
Standortleitung  
Hamburg



neu

**Hendrikje  
Schmidt**  
Teamleitung Produkte



**Ida Hüllmann**  
Studentische  
Mitarbeiterin People &  
Culture



**Janne Schmidt**  
Studentische  
Mitarbeiterin  
Fundraising



**Joana Rupprecht**  
Cooperating  
Researcher



**Johanna Rath**  
Standortleitung  
Hamburg



**Katharina Hug**  
Schulkooperationen



**Lara Böttcher**  
Projektleitung Siegen



neu

**Leonie Asche**  
Standortleitung  
Hamburg



neu

**Louisa Landwehr**  
Standortleitung Köln



**Lukas Reuss**  
Projektmanager

 <p><b>Maja Schulte</b> Standortleitung Köln</p>	 <p><b>Marleen Berner</b> Leitung Standorte &amp; Wachstum</p>	 <p><b>Narmatha Sivanesan</b> Managerin Fundraising &amp; Partnerships</p>
 <p><b>Nico Beerepoot</b> Full-Stack-Developer</p>	 <p><b>Nina Hoffmann</b> Standortleitung Hamburg</p>	 <p><b>Pia Laguna de la Vera</b> Finance &amp; Admin Officer</p>
 <p><b>Ria Walter</b> Psychologische Fachkraft</p>	 <p><b>Sara Maria Moos</b> Finance &amp; Admin Officer</p>	 <p><b>Sofia Weiß</b> Standortleitung Berlin</p>
 <p><b>Sophie Scherzer</b> Projektmanagerin</p>	 <p><b>Tina Wendel</b> Studentische Mitarbeiterin</p>	 <p><b>Tobias Hoffmann</b> Projektmanager</p>

## Das Herzstück von Kopfsachen: Unsere Workshopleitungen.



uvm.

# Wir konnten einen Großteil unserer Ziele erreichen.

Ziel	Was ist passiert?	Status
Gründung 1 neues Standorts und Besetzen von 3 Stellen im Kernteam	Wir haben 3 neue hauptamtliche Stellen im Kernteam besetzt und das Recruiting für Leipzig ist in vollem Gange.	
Start des Projekts "MegA - Mental gesund durch die Ausbildung	2 Workshops für Berufsfachschüler*innen wurden konzipiert und pilotiert, wir sind voll auf Kurs.	
Roll-Out des MHA-Programms	Wir haben das Angebot in ein Blended Learning Format umgewandelt und die Finanzierung für den Transfer in Hamburg gesichert.	
Durchführung der Wirksamkeitsstudie des Selfcare Workshops	Kontrollgruppenstudie mit über 700 Schüler*innen durchgeführt. Auswertung der follow-up Untersuchung läuft.	
Optimierung interner Prozesse in der Zusammenarbeit	Ausbau der kopsacheninternen Member Area für Kernköpfe und Workshopleitungen, Einführung von Buchhaltungsbutler und Personio.	
Durchführung des ersten Förderroundtables	Im September fand der erste Roundtable mit unseren überregionalen Förderpartner*innen statt. Das Format wird nun jedes halbe Jahr wiederholt.	
Überarbeitung der Aus- und Fortbildung unserer Workshopleitungen	Wir kennen die Bedarfe und neuen Anforderungen der Workshopleitungen und haben geeignete Maßnahmen zu ihrer professionellen Begleitung abgeleitet. Diese gilt es nun umzusetzen.	

# We are still learning!

Das wichtigste zuerst: Junge Menschen sind nach wie vor stark belastet und benötigen wirksame Unterstützungsangebote. 2024 sind wir tiefer in die Evaluation unserer Workshops und Programme eingestiegen und haben ein Qualitäts- und Wirkungsmanagement eingeführt. Wichtige Learnings auf dem Weg zu mehr Qualität und Wirkung:

## **Partizipation steigern.**

Nachhaltiges Lernen gelingt am besten, wenn junge Menschen aktiv Erfahrungen machen und ausreichend Raum für Reflexion erhalten. Praxisnahe Inhalte, die an ihrer Lebenswelt anknüpfen, fördern den direkten Bezug zur mentalen Gesundheit. Zudem stärkt die Einbindung der Schüler\*innen in die Workshop-Gestaltung nicht nur ihre Eigenverantwortung, sondern unterstützt auch unser Ziel einer partizipativen Produktentwicklung. Flexibilität und Co-Kreation sind dabei zentrale Prinzipien, um Angebote zu schaffen, die wirklich an den Bedürfnissen der Jugendlichen ausgerichtet sind.

## **Digitale und analoge Methoden müssen sinnvoll verknüpft werden.**

Digitale Tools können Workshops bereichern, indem sie interaktive Elemente fördern und Wissen flexibel vermitteln. Gleichzeitig bleiben analoge Methoden essenziell, um Raum für persönliche Reflexion und Austausch zu schaffen.

## **Schnittstellenarbeit ist key.**

Erfolgreiche, effiziente Arbeit braucht bereichsübergreifenden Austausch. Enge Zusammenarbeit zwischen Teams ist essenziell, um innovative und wirkungsvolle Lösungen zu entwickeln. Formate wie der Workshopleitungs-Sprint zeigen, wie bereichsübergreifender Austausch neue Perspektiven eröffnet. Gleichzeitig bleibt persönliche Präsenz ein wichtiger Faktor für Teamdynamik und kreative Prozesse – Offsites verdeutlichen, wie gemeinsame Zeit vor Ort die Zusammenarbeit stärkt.

## **Auch Lehrkräfte müssen mental gestärkt werden.**

Der Schulalltag ist herausfordernd – viele Lehrkräfte erleben regelmäßige Erschöpfung, Frustration und sogar depressive Verstimmungen. Trotz hoher Berufszufriedenheit zeigt sich ein dringender Bedarf an Unterstützung im Bereich der Psychohygiene. Mit unserem speziellen Modul zur mentalen Gesundheit von Lehrkräften wollen wir sie dabei unterstützen, belastende Faktoren besser zu bewältigen und ihre Resilienz zu steigern.

# Unser Ausblick für 2025.

Wir wollen noch mehr junge Menschen erreichen und in ihrer mentalen Gesundheitskompetenz stärken. Dafür eröffnen wir zwei neue Standorte, erschließen neue Zielgruppen und schaffen mit Kopfsachen Digital die internen Voraussetzungen, um dabei effizient zu arbeiten und die Qualität unserer Angebote zu sichern. Im Januar haben wir unsere Jahresziele festgelegt, damit wir in unseren Teams klare Orientierung haben und messbare Fortschritte erzielen.

## MHA goes Hamburg

Ab Februar 2025 bilden wir den nächsten 3 Jahren Mental Health Ambassadors in Hamburg aus.

Gefördert durch:



## Kopfsachen Digital

Ab Januar 2025 beginnen wir ein neues Projekt zur organisationsinternen Digitalisierung und Prozessoptimierung.

Gefördert durch:



## Kopfsachen in Leipzig

Ab Sommer stärken wir auch in Leipzig die mentale Gesundheit junger Menschen.

Gefördert durch:



## Wirkung fokussieren

Im Rahmen der Teilnahme an der Value for Good Wirkungsakademie widmen wir uns gezielt unserer Wirkungslogik.

Gefördert durch:



## Lehramtsstudierende mental stärken

Ab April startet ein Pilotprojekt zur Unterstützung der mentalen Gesundheit von Lehramtsstudierenden.

Gefördert durch:



## Chancengerechtigkeit verbessern

Wir setzen fokussierter Workshops an Schulen um, die Kinder aus schwierigen sozio-ökonomischen Verhältnissen beschulen.

Gefördert durch:



# Die Zahlen stimmen!



Einnahmen	2024	2023
Einnahmen aus Förderungen und Spenden (Zuwendungen)	723.507,28 €	625.815,47 €
Einnahmen aus Umsätzen (Erlöse)	236.194,56 €	229.689,33 €
Preisgelder	-	10.000 €
sonstige Einnahmen	51.431,49 €	15.117,68 €

Ausgaben	2024	2023
Personalausgaben	913.938,50 €	494.976,12 €
Sachkosten	140.408,75 €	218.102,17 €

## Einnahmen 2024

1.011.133,33 €

📈 Differenz zum Vorjahr: + 130.510,85 €



## Ausgaben 2024

1.054.347,25 €

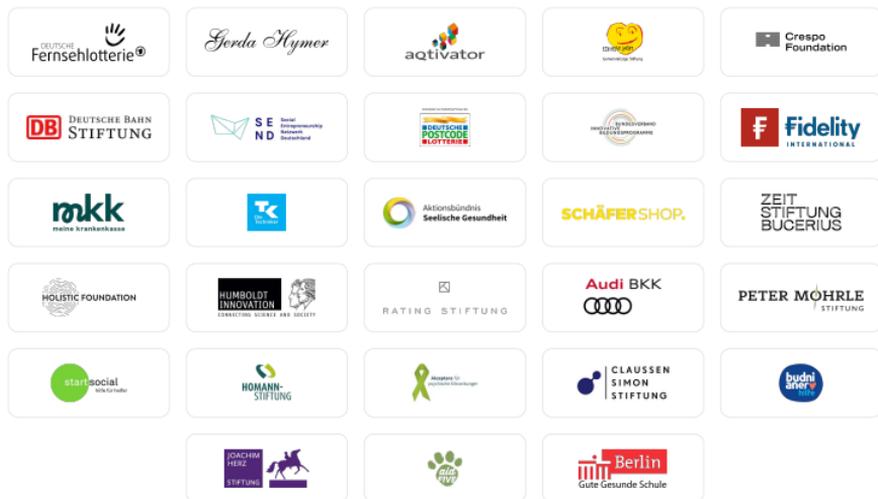
📈 Differenz zum Vorjahr: + 341.268,96 €



# Danke für ein wirkungsvolles Jahr.

Ein herzlicher Dank gilt unseren engagierten Workshopleitungen und Ehrenamtlichen. Tag für Tag betretet ihr neue Klassenzimmer, schafft Räume für offene Gespräche und vermittelt Jugendlichen die Grundlagen mentaler Gesundheit. Über 22.000 Schüler\*innen habt ihr bereits in ihrer mentalen Gesundheitskompetenz gestärkt. Durch euer unermüdliches Engagement, eure investierte Zeit und die wertvollen Begegnungen in den Schulen macht ihr Kopfsachen zu dem, was es ist. Ihr seid das Herzstück von Kopfsachen – ohne euch wäre all das nicht möglich.

Ein riesiges Dankeschön gilt auch all jenen, die im Hintergrund mitwirken – den Lehrkräften, Schulen, Förderpartner\*innen und Unterstützenden. Euer Vertrauen, eure Offenheit und eure Unterstützung tragen dazu bei, dass immer mehr Jugendliche einen sicheren Raum für den Austausch über mentale Gesundheit erhalten. Gemeinsam schaffen wir Bewusstsein, stärken junge Menschen und setzen ein wichtiges Zeichen für eine Gesellschaft, in der mentale Gesundheit selbstverständlich ist. Danke, dass ihr diesen Weg mit uns geht!





**Redaktion:**

Janne Schmidt  
Leonie Müller  
Nico Beerepoot  
Deniz Akyildiz

**Adresse:**

Kopfsachen e.V.  
Rollbergstr. 28A  
c/o Impact Hub  
12053 Berlin

**Vertreten durch den Vorstand:**

Leonie Müller  
Carolin Blanck  
Mirko von Barga

**Registergericht:**

Amtsgericht Charlottenburg  
Registernummer: VR 38242 B

**Kontakt:**

mail@kopfsachen.org  
+49 30 23328808 - 01  
kopfsachen.org