



# ZUVERSICHTLICH

Veränderungen meistern

Jahresbericht 2023

release

▶ Netzwerk  
psychosozialer Hilfen



## Nur der Samen

---

Ein junger Mann betrat im Traum einen Laden.  
Hinter der Theke stand ein älterer Mann.

Hastig fragte er ihn:

*„Was verkaufen Sie, mein Herr?“*

Der Weise antwortete freundlich:

*„Alles, was Sie wollen.“*

Der junge Mann begann aufzuzählen:

*„Dann hätte ich gerne die Welteinheit und den  
Weltfrieden, die Abschaffung von Vorurteilen,  
Beseitigung der Armut, mehr Einheit und Liebe  
zwischen den Religionen, gleiche Rechte für  
Mann und Frau ... und ...“*

Da fiel ihm der Weise ins Wort:

*„Entschuldigen Sie junger Mann, Sie haben mich  
falsch verstanden. Wir verkaufen keine Früchte,  
wir verkaufen nur den Samen.“*

*(... nach N. Peseschkian)*

# Zuversicht!

## Neue Herausforderungen annehmen und mit Teamgeist meistern

**Unser Leitbild** 04

**Vorwort** 06

**Das Jahr in Zahlen** 10

Statistik, Zahlen und Tabellen 10

**Aus dem Leistungsspektrum** 14

Prävention 14

reta Tagesstätte 18

Ambulant Betreutes Wohnen 20

Ambulante Rehabilitation 21

**Unsere Fachstellen** 22

Stuhr 22

Bassum 24

Bruchhausen-Vilsen 25

Syke 26

Weyhe 27

**Menschen** 28

Team 28

release Ehrenamt 30

Umzug Bruchhausen-Vilsen 31

Verabschiedung Ingrid Plump 32

Vorstand 34

Gemeinsam für eine gute Sache 35



## Wir sind gut aufgestellt . . .

release e.V. – Netzwerk psychosozialer Hilfen

*ist ein gemeinnütziger Verein. Die fünf Fachstellen des Vereins bieten ein gemeindenahes Spektrum an Unterstützungsmöglichkeiten für Menschen in verschiedensten Problemlagen an.*

Unsere Hilfeangebote sind . . .

- Suchtprävention
- Suchtberatung für Betroffene und Angehörige
- Ambulante medizinische Rehabilitation Sucht
- Ambulantes betreutes Wohnen für Suchtkranke im Rahmen der Eingliederungshilfe
- reta - release Tagesstätte für Suchtkranke
- Psychosoziale Begleitung Substituierter
- Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung
- Psychosoziale Betreuung
- Selbsthilfeunterstützung
- Alkohol- und rauchfreie Begegnungsstätten

Als Mitgliedsorganisation des Paritätischen Niedersachsen sind wir konfessionell und parteipolitisch ungebunden. Als Mitgliedsorganisation des Dachverbandes Salutogenese e.V. fördern wir das Zugehörigkeitsgefühl in Beratung und Therapie. Wir bekennen uns zu den Menschenrechten als Fundament einer sozialen und solidarischen Gesellschaft.

**Unserem Handeln liegt ein  
humanistisches Menschenbild zugrunde**

Es beruht auf einem respektvollen Miteinander und gegenseitiger Wertschätzung auf Augenhöhe. Wir begegnen Anderssein mit wohlwollender Offenheit und wertschätzen die darin liegenden Ressourcen. Unsere Organisationsphilosophie setzt auf Vielfalt und Vielfältigkeit als Bereicherung. Wir dienen dem Gemeinwohl und bringen uns mit unseren Fachkompetenzen in die gesundheits- und sozialpolitische Willensbildung ein.

## **Unser Ziel ist**

die Förderung und Wiederherstellung der Gesundheit, wobei wir Gesundheit als psychisches, physisches und soziales Wohlbefinden verstehen. Die Entwicklung und Erhaltung der Eigenverantwortlichkeit, die dem Menschen in seiner Gesamtheit gerecht wird, ist ein zentrales Qualitätsmerkmal unserer Arbeit. Dabei steht die Förderung der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben und die (Wieder-)Herstellung größtmöglicher Selbstbestimmung im Vordergrund.

## **Gelebte Wertschätzung**

Menschen haben vielfältige Fähigkeiten sich selbst zu helfen. Diese Kraft entfaltet sich besonders in der wechselseitigen Unterstützung in einer Gruppe. Wir wertschätzen die Selbsthilfe und die ehrenamtliche Arbeit als wichtige Kraft der Gesundung und ebnen Wege für diese Form der solidarischen Hilfe. Wir verstehen Ehrenamtlichkeit und Professionalität nicht als Gegensätze, sondern sie ergänzen sich auf Augenhöhe. Ehrenamtliche Arbeit ist unverzichtbarer Bestandteil eines lebendigen Gemeinwesens. Sie ist Partnerin unserer beruflichen sozialen Arbeit. Wir sind offen für kreative und innovative Ideen. Dabei sind wir mit unterschiedlichsten Institutionen und Einrichtungen vernetzt, mit denen wir interdisziplinär zusammenarbeiten.

## **Verantwortung und Umsichtigkeit**

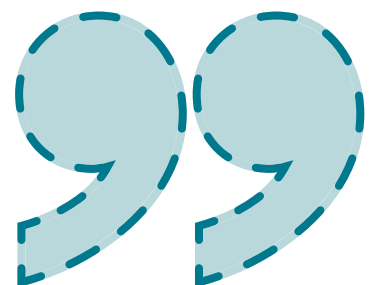
Wir überprüfen unsere Organisations- und Arbeitsabläufe kontinuierlich auf ihre Wirtschaftlichkeit und Effizienz und passen sie wenn notwendig an. Wir prüfen unsere Konzepte und Ideen kontinuierlich auf ihre Wirksamkeit, Umsetzungsfähigkeit und Gemeindenähe. Aktuellen und künftigen Aufgaben werden wir durch professionelle Aus- und Weiterbildung gerecht.

Unsere Außendarstellung steht im Einklang mit unserem täglichen Handeln.

## **Gemeinsam – für ein starkes Team**

Auf der Basis einer flachen Hierarchie pflegen wir einen kooperativen Führungsstil, der zur Selbständigkeit, lebendigen Arbeitsmotivation und Zufriedenheit aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beiträgt.

Wir schaffen Vertrauen durch transparente Entscheidungswege und dadurch, dass wir die Interessen und Kompetenzen unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter berücksichtigen.





*„Angesichts von Megatrends wie Digitalisierung, demografischem Wandel, Künstlicher Intelligenz und Klimawandel sowie sich verändernder Rahmenbedingungen, besteht eine stetige Notwendigkeit zur Veränderung und Weiterentwicklung und eine große Chance zur Gestaltung und Zukunft für das soziale Niedersachsen von morgen. Lassen Sie uns diesen Wandel im Sinne unseres Verbands und nicht zuletzt im Sinne der Menschen, für die wir uns täglich engagieren, gestalten“.*

---

Kerstin Tack, Vorsitzende des Paritätischen Niedersachsen

---

**Liebe Vereinsmitglieder,  
sehr geehrte Damen und Herren!**

Unser diesjähriges Vorwort beginnt mit einem Zitat von Frau Kerstin Tack, welches sie zum Abschluss der diesjährigen Mitgliederversammlung unseres Dachverbandes vorgetragen hat. Das sind natürlich große Worte, denn engagiert haben wir uns für den Nordkreis Diepholz nun schon über 53 Jahre. In jedem Jahr gab es neue „Megatrends“ und Weiterentwicklungen. Release ist nicht jeden Weg gleich und sofort mitgegangen. Auch nicht bei der Cannabis-Legalisierungsdebatte.

Immer wieder werden wir mit der Frage konfrontiert, wieso wir unser Wirken und unsere fachlichen Meinungen und Erfahrungen nicht über die sozialen Medien kommunizieren? Als sich das Internet in den 1990ern Jahren zu einem globalen, leicht zugänglichen Kommunikationsnetzwerk entwickelte, waren mit dieser Innovation viele Träume verbunden. Das Internet bedeutete Wissen und Erleuchtung für alle! Heutzutage hat sich diese Vision offenbar in Luft aufgelöst. Als weitgehend anonymes Medium ist es ideal für Extremisten aller Art. Beschimpfungen, Beleidigungen oder Drohungen sind ein häufiger Bestandteil des Diskurses geworden und gehören längst zum Alltagsgeschäft der auf dem Internet basierenden „sozialen Medien“. Wir bleiben also weiterhin vorsichtig und schwimmen nicht bei jedem „Megatrend“ mit. Also drucken wir weiter jedes Jahr diesen Jahresbericht auf zuverlässiges Papier oder verweisen auf unsere Homepage.

## Verlässliches Regelwerk

Unser Dachverband DPWV LV. Nds. hat eine **Tarifkommission** ins Leben gerufen. Auch das ist sicher ein neuer „Megatrend“. Hier beobachten wir die Entwicklung und würden uns gerne einem verlässlichen Regelwerk anschließen. Das geht aber nur, wenn die Refinanzierung mit dem Land und den Landkreisen zeitgleich auf Zustimmung stößt.

## Eingestellte Landesförderung mit Folgen

Ein Grund dafür ist die chronische Sorge um die finanzielle Absicherung unserer stetig wachsenden Personal- und Sachaufwendungen. Dabei sind die jeweiligen Einzelbudgets stark miteinander verbunden. Als release noch geförderte „Selbsthilfe - Informations- und Kontaktstelle“ war, entstanden regelmäßig neue Selbsthilfegruppen. Da seit vielen Jahren die Selbsthilfeförderung für release eingestellt ist, ist die Zahl der Gruppen rückläufig. Dies trifft auch auf die eingestellte Landesförderung in der Wohnungslosenhilfe zu. Heute besteht erfreulicherweise noch ein Vertrag mit der Samtgemeinde Bruchhausen-Vilsen hierfür. Die jahrzehntelange Landesförderung der flächendeckenden Zuwendung für unsere fünf Fachstellen (=Beratungsstellen) für Sucht- und Suchtprävention im Nordkreis Diepholz stagniert seit Jahrzehnten und ist als sogenannte „Institutionelle Förderung“ als „Fehlbedarfsfinanzierung“ zu einem gleichbleibenden Finanzierungssockel für Beratung, Psychosoziale Begleitung Substituierter und Prävention, festgefahren. Egal, in welcher Höhe das Land Niedersachsen bei seinen Tarifverhandlungen Tariferhöhungen abschließt. Im Fachgebiet der Schwangerschaftskonfliktberatung wird die Finanzierung allerdings dynamisiert.

Die für 2023/24 beschlossenen Einmalzahlungen von 3.000,00 Euro pro Angestellte (TV-L) werden bei der auf vielen unterschiedlichen Gesetzen beruhenden Finanzierung ignoriert, und auch im Rahmen der Dynamisierung der Landkreiszuwendungen nach dem Nds. PsychKG ist eine Berücksichtigung bisher nicht bekannt – und – wir können sie aus rückläufigen Spenden nicht leisten. Auch die 5,5 % Gehaltserhöhungen für 2025 sind vom Land nicht zu erwarten. Da stellt sich die Frage: wie attraktiv ist release als Arbeitgeber für das dringend erforderliche qualifizierte Personal. Können wir die Gehälter-Unattraktivität ausgleichen mit einer guten Arbeitsplatzzufriedenheit? Bisher ist release nicht Tarif gebunden und wir werden abwarten, wie das Tarif-Vertragsergebnis beim DPWV aussieht. Zum Glück gibt es etwas Verständnis bei den Förderkommunen vor Ort, die dankenswerterweise ihre Zuschüsse ca. alle fünf Jahre anpassen.



Alexandre Peruzzo

*1. Vorsitzender*

## Auch bei uns: „Energetisierungsbedarf“

Im o.a. Zitat wird der Klimawandel angesprochen. Auch für uns ergibt sich in der eigenen Immobilie ein dringender „Energetisierungsbedarf“. Viele Fenster im historischen Bahnhofsgebäude müssen erneuert werden. Deshalb haben wir die ersten Hürden im Antragsverfahren für EU-Gelder im Rahmen der LEADER Projektbewerbung unserer W.I.N.-Region Stuhr-Weyhe nehmen können. Wir erwarten, dass die Süd-West-Seite des Bahnhofs insbesondere zur „neuen“ Straßenbahnseite die Fenster betreffend, saniert wird. Auch wenn die Zuschüsse bewilligt werden, entstehen Vorfinanzierungskosten und ein erheblicher Eigenanteil.

Da die Heizung ebenfalls erneuert werden muss, haben wir eine Anfrage an AVACON NATUR, Betreiber des Blockheizkraftwerkes Brunnenstraße in Stuhr-Brinkum, gestartet. Da aber die Schule an der Feldstraße noch nicht angeschlossen ist, ist die Entfernung nur für den Bahnhofsanschluss z.Zt. unattraktiv, aber auf lange Sicht nicht unmöglich. Also muss eine Übergangslösung mit einer modernen Gasheizung her, da das Gebäude für Fotovoltaik oder Wärmepumpen nicht geeignet ist.

## Darauf dürfen wir hoffen – Verlängerung in Sicht

Bei solchen Investitionen ist ein Blick in den Grundstücks-Erbpachtvertrag mit der Gemeinde Stuhr geboten. Dieser war mal für 30 Jahre abgeschlossen und zweidrittel davon sind rum. Einem Verlängerungsantrag steht die Gemeinde offen gegenüber und ist im Genehmigungsverfahren.

## reta-Auslastung leider noch nicht auskömmlich

In diesem Jahresbericht gehen wir wieder auf unsere Bassumer reta (release-tagesstätte) ein. Obwohl alle unsere Dienstleistungen eine enorme Auslastung bewältigen, ist dies bei reta nach einer etwa

18 -monatigen Laufzeit noch nicht auskömmlich gelungen. Das Konzept konnte ausführlich am Tag der offenen Tür am 19. April 2023 vorgestellt werden.



*reta*

---

*release tagesstätte*

---

*Blick in die*

---

*Werkstatt*

---



Um eine Versorgungslücke mit den Zielsetzungen des Bundesteilhabegesetzes zu schließen, wurde in Kooperation mit dem Landkreis Diepholz und insbesondere mit der Stadt Bassum die Tagesstätte „reta“ in den Räumen des Bassumer Bahnhofs gegründet und in Betrieb genommen. Die Maßnahme stagniert, weil die betroffene Zielgruppe aufgrund von geringen Leistungsansprüchen nach SGB II für diese Teilhabe-Maßnahme bisher keinen Anspruch hat. Insofern bleibt eine Zielgruppe in der Warteschleife der Agentur für Arbeit. Mit der aktuellen Novellierung des sogenannten Harz IV-Gesetzes, SGB II hin zum Bürgergeld (SGB II - Grundsicherung für Arbeitsuchende) besteht erstmals eine Chance, dass unsere Maßnahmen möglicherweise mit geringen konzeptionellen Änderungen im Rahmen der „Ganzheitlichen Betreuung“ gem. §16 k SGB II übernommen werden können. Hierzu besteht dringender Verhandlungsbedarf, da die erforderliche „fachliche Weisung“ inzwischen vorliegt. Wenn auch diese Bemühungen umgesetzt sind, haben wir im Sinne unseres Dachverbandes die Chance zur Gestaltung und Zukunft für das soziale Niedersachsen von morgen erfolgreich genutzt.

Bitte unterstützen Sie uns!

Ihr  
Alexandre Peruzzo,  
1. Vorsitzender

”

*Auf unserem Flohmarktgelände am Bahnhof musste leider wieder ein Baum aus Sicherheitsgründen gefällt werden. Mit einem Zuschuss der Gemeinde Stuhr organisierte Vorstandsmitglied Uta Amelung die Neupflanzung eines Holzapfelbaumes.*





Marion Bödeker

*Geschäftsführerin*

*Leitung*

*Diplom Sozialpädagogin*

*Telefon:*

0421 89 32 33

*Mail:*

*m.boedeker@release-netz.de*

## Mit Zuversicht Herausforderungen meistern...

... ist nicht nur ein Motto, sondern eine Einstellung, die unser Engagement in der Suchthilfe widerspiegelt.

Das vergangene Jahr stellte uns erneut vor Herausforderungen, doch gerade in Zeiten der Unsicherheit und der Veränderung konnten wir uns auf ein starkes Team aus Vorstand, MitarbeiterInnen und ehrenamtlichen Helfern verlassen. Ohne das gemeinsame Engagement, das hinter unserem Verein steht, wäre es nicht möglich gewesen.

Der besonderen Bedeutung von Suchtberatungsstellen mit ihren wohnortnahen Angeboten, von der aufsuchenden Arbeit bis zur Behandlung, steht eine Unterfinanzierung gegenüber, die zunehmend schwerer zu bewältigen ist.

Vielen Dank an unsere MitarbeiterInnen, an alle UnterstützerInnen in den verschiedenen Organisationen und öffentlichen Verwaltungen. Ihr Einsatz trägt maßgeblich zum Gelingen unserer Arbeit bei.

### Statistik 2023

Im Jahr 2023 meldeten sich 861 Personen in unseren Fachstellen. Die BeraterInnen hatten 16.168 Kontakte zu Menschen, die um Unterstützung baten.

Die im nachfolgenden Bericht ausgewerteten Daten beziehen sich auf den Bereich der Suchtkrankenhilfe. Die Daten werden durch ein Dokumentationssystem, das von den niedersächsischen Fachstellen für Sucht und Suchtprävention geführt wird, anonymisiert erstellt.

Es wurden 475 Personen erfasst. 311 Personen konnten im System nicht erfasst werden, da es sich um anonyme Einmalkontakte handelte.

Weitere Kontakte in den Fachstellen entgehen einer Aufnahme aus folgenden Gründen: Entweder finden die Kontakte im Cafébereich statt, sind Klicks auf der Internetseite oder Anfragen per Email oder sind telefonische Anfragen auch zu ähnlichen Themen, für die wir weiterleitende Informationen erteilen, was alle Fachstellen auch zu Schnittstellen für ähnliche Bereiche macht. Nicht alle Items des Dokumentationssystems finden in diesem Bericht Verwendung.

ANZAHL DER KLIENTEN	2023	2022
Klienten Einmalkontakt (nicht dokumentiert)	311	290
Klienten mit eigener Suchtproblematik	409	393
Angehörige	66	70
Schwangerenberatung	46	37
Sozialberatung SGB II (Agentur für Arbeit)	28	33
Wohnraumsicherung Bruchhausen-Vilsen	1	2
<b>GESAMT</b>	<b>861</b>	<b>825</b>

### Anzahl der Klienten

Im Vergleich zum Vorjahr stieg die Klientenzahl um 36 Personen. Am deutlichsten war der Anstieg bei den Klienten mit eigener Suchtproblematik (4,1 Prozent).

Erhöht hat sich wiederum die Zahl der nicht dokumentierten Einmalkontakte (anonyme Telefonberatung), 2023 um 7,3 Prozent.

SUCHTMITTEL	2023	2022
Vorliegende Diagnosen nach Substanzklassen		
Alkohol	211	198
Opioide	70	67
Cannabinoide	78	62
Tabak	43	31
Stimulanzien	19	13
Kokain	44	28
Pathologisches Glückspiel	11	3
Medien	3	5
Essstörungen	5	7
Medikamente	23	15
Multipler Substanzkonsum	73	51

### Suchtmittel

Das meist konsumierte Suchtmittel ist wie in den Vorjahren Alkohol. Es folgen die Störungen durch den Konsum von Cannabinoiden. Unsere Erfahrung aus der Beratung über die erhöhte Verfügbarkeit von illegalen Substanzen wie z.B. Kokain, bestätigt sich in den Zahlen. Dazu passt auch die deutlich erhöhte Anzahl von Klienten mit multiplem Substanzkonsum.

## ANGEBOTE

Art der Betreuung / Behandlung	2023	2022
Beratung / Betreuung	371	335
Niedrigschwellige Hilfen	16	11
Psychosoziale Begleitung	58	55
Suchtbehandlung	41	42
Ambulant betreutes Wohnen	18	20
Selbsthilfe	137	124

## Angebote

Mit 73,6 Prozent macht die Beratung/Betreuung den größten Anteil der Betreuungs/Behandlungsangebote aus. Gemeinnützige Fachstellen Sucht sind die erste Anlaufstelle für Betroffene und Angehörige.

## ALTER BEI BETREUUNGSBEGINN

	2023	2022
Bis 14 Jahre	0	6
15 - 17 Jahre	14	12
18 - 19 Jahre	13	16
20 - 24 Jahre	34	31
25 - 29 Jahre	38	42
30 - 39 Jahre	102	88
40 - 49 Jahre	100	103
50 - 59 Jahre	115	99
60 Jahre und älter	59	64
Nicht dokumentiert	311	290

## Alter bei Betreuungsbeginn

Im Vergleich zum Vorjahr gab es, außer in der Altersgruppe 30 - 39 Jahre, keine großen Verschiebungen.

Die jüngeren Altersgruppen werden insbesondere durch unsere vielen Präventionsprojekte erreicht (siehe Bericht Prävention).

KINDER	2023	2022
Schwangerschaft in der Betreuung	1	1
Eigene Kinder insgesamt	244	226
Eigene minderjährige Kinder	112	96
Minderjährige Kinder im Haushalt	107	97
Minderjährige eigene Kinder im Haushalt	85	69
Nicht im Haushalt lebende minderj. Kinder	19	19

ART DER BEENDIGUNG	2023	2022
Regulär	79	97
Vorzeitig auf therapeutische Veranlassung	6	8
Vorzeitig mit therapeutischem Einverständnis	4	2
Abbruch durch Klienten	48	33
Disziplinarisch	2	2
Außerplanmäßige Verlegung	1	3
Planmäßige Wechsel in andere Behlg.formen	34	22
Verstorben	3	0

KLIENTEN	2023	2022
Weiblich	13	10
Männlich	48	45
<b>GESAMT</b>	<b>61</b>	<b>55</b>
<b>Von dieser Gesamtzahl ausgehend</b>		
Vermittlung in Entwöhnungsbehandlg.	0	3
Verstorben	0	0

## Kinder aus Suchtfamilien

Sucht wirkt sich auf die ganze Familie aus. Kinder sind besonders gefährdet, z.B. später selbst suchtkrank zu werden. Von den 244 Betroffenen waren 112 minderjährig. Die Zielgruppe Kinder aus suchtbelasteten Familien ist ein wichtiger Teil unserer Arbeit. Die 2023 mangels Projektfinanzierung ausgefallene Kinderfreizeit wäre wichtig gewesen..

## Art der Beendigung

Im Jahr 2022 beendeten 44,6 Prozent der betreuten Personen die Behandlung/Beratung regulär. 19,2 Prozent wechselten planmäßig in eine andere Behandlungsform. Damit ergibt sich eine Erfolgsquote von über 63,8 Prozent. Um unser Angebot kontinuierlich aufrecht erhalten zu können, bedarf es einer auskömmlichen Finanzierung.

## Psychosoziale Substitutionsbegleitung

Im Rahmen der psychosozialen Begleitung werden Schritte für einen strukturierten Alltag, eine Substitution ohne Beikonsum und eine drogenfreie Zukunft erarbeitet.

## 2023 Suchtprävention: Klare Perspektiven?!

### Cannabis quo vadis?

#### Legalisierung ohne Stärkung der Fachstellen für Sucht- und Suchtprävention vor Ort?

Wie weiter mit Cannabis? So könnte die freie Übersetzung eines aktuellen Präventionsprogramms lauten, das release für Jugendliche anbietet. Cannabis ist das meistgenutzte illegale Rauschmittel. Es ist gerade für Kinder und Jugendliche auch besonders schädlich. Auch das Risiko, süchtiges Verhalten zu entwickeln, steigt deutlich bei einem frühen Konsum. Kinder und Jugendliche präventiv zu erreichen ist daher sehr wichtig. Da sind sich in Politik und Gesellschaft eigentlich alle einig. Gerade wenn Cannabis nun für Erwachsene legalisiert werden soll.

Nur mehr Geld gibt es für die Aufgabe nicht. Jedenfalls nicht für die Fachstellen für Sucht- und Suchtprävention vor Ort. Im Gesetz zur Legalisierung ist dazu nichts zu finden. Kaum zu glauben eigentlich.

Mit dem Programm „Cannabis quo vadis“, dem grünen Koffer zur Cannabis-Prävention, Suchtexpertise und Gruppeninterventionsprogrammen für jugendliche Konsument\*innen wäre release fachlich und methodisch gut dafür vorbereitet. Ohne zusätzliches Personalstunden ist eine strukturelle, flächendeckende, gute und umfangreiche Präventionsarbeit zum Thema Cannabis allerdings für die Fachstelle kaum leistbar.

#

release

ist fachlich und  
methodisch gut  
vorbereitet

# Kinder stärken!

## Das 1000 Schätze Programm für Grundschulen

Mit der Mühlenkampfschule in Diepholz begann 2023 die dritte Grundschule im Landkreis das 1000 Schätze Programm. In zehn abwechslungsreichen Modulen wird viel gesungen, gemalt, gelacht und gemacht. Die Kinder sprechen über ihre Fähigkeiten, Vorlieben, Gefühle. Sie lernen wie man Konflikte gut lösen und ein starkes Miteinander gestaltet kann. Gegen Ende der zweiten Klasse feierten die Kinder der Grundschule Brinkum mit einem Projekttag einen gemeinsamen Abschluss. Hier mussten sie u.a. gemeinsam eine gefährliche Schlucht überwinden. Auch das Faultier Paul, welches ein wichtiger Bestandteil des Projekts ist, wurde sehr herzlich verabschiedet. Man geht davon aus, dass mehr als 2,9 Millionen Kinder im Laufe ihres Kindseins Eltern haben, die zu viel Rauschmittel konsumieren. Release ist es daher sehr wichtig, schon früh in Grundschulen präventiv ein Angebot zu machen, das auch diese Kinder stärkt.



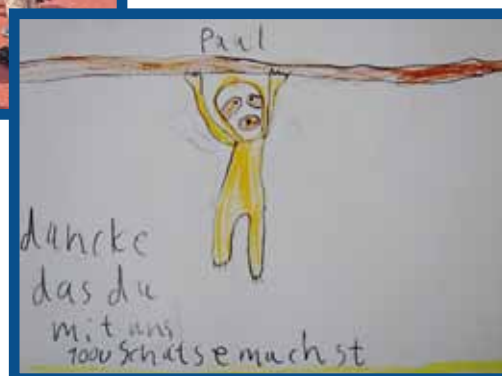
2023

Aktiver Abschluss

Grundschule Brinkum

Tschüß, Paul...

*mach's gut!*



## Medienprävention...

### Voll ins Schwarze getroffen

„Riskante“ Mediennutzung nahm bei Kindern- und Jugendlichen in den Coronajahren sehr stark zu. Nach einer Studie von DAK-Gesundheit und UKE Hamburg stieg die Zahl abhängiger Kinder und Jugendlicher bei Computerspielen von 2,7 Prozent im Jahr 2019 auf 6,3 Prozent. Hochgerechnet haben damit rund 330.000 Jungen und Mädchen nach den Kriterien der Weltgesundheitsorganisation (WHO) eine krankhafte Gaming-Nutzung mit schweren sozialen Folgen. Ähnlich hoch sind die Zahlen beim Thema Social Media Nutzung.

Insgesamt nutzten rund 2,2 Millionen Kinder und Jugendliche Gaming, Social Media oder Streaming problematisch, das heißt sie sind suchtgefährdet oder bereits betroffen.

Auch vor diesem Hintergrund führte release in diesem Jahr wieder zahlreiche Präventionstage zum Thema Medien durch: in erster Linie für die Schuljahrgänge 5 und 6.

Unter dem Titel „Chancen und Risiken von Medien“ geht es dabei um Themen wie Gamingsucht, Cybermobbing, Influencer und Social Media: Wie möchte ich mit eigenen Daten im Netz umgehen? Was ist überhaupt erlaubt, was verboten? Wie möchte ich Konflikte führen? Was schützt mich vor Mediensucht?

Die Rückmeldungen zu dem methodisch sehr abwechslungsreichen, interaktiven Programm (Quiz, Film, Positionierung, Kleingruppenarbeit etc.) sind bisher durchgehend sehr positiv.

Release möchte diesen Schwerpunkt im nächsten Jahr gerne weiter ausbauen, indem es mit externen Teamer\*innen zusammenarbeitet und so eine größeres Angebot für Schulen schaffen kann. Das Thema Umgang mit Medien, aber auch Mediensucht wird sicherlich absehbar weiter sehr relevant bleiben.

## Betriebliche Prävention...

### Hierbei kommen Unternehmen voll auf ihre Kosten

Die Arbeit mit Betrieben, Unternehmen oder Gemeinden hat für release eine lange Tradition. Rein statistisch ist die Wahrscheinlichkeit hoch, dass sich auch in der Arbeitswelt Personen befinden, die von einer Suchterkrankung betroffen sind oder Rauchmittel missbräuchlich konsumieren. Insbesondere Führungskräfte stehen hier oft vor der Frage: was kann ich tun? Den konstruktiven Umgang mit Suchtproblemen am Arbeitsplatz kann man lernen. Die release-Seminare und Workshops vermitteln Handlungskompetenzen und Handlungssicherheit im Umgang mit betroffenen Personen.



Release freut sich, dass im Jahr 2023 die Zusammenarbeit mit örtlichen Betrieben ausgebaut werden konnte. Sowohl Führungskräfte-seminare als auch Präventionsseminare für z.B. Auszubildende konnten angeboten werden. Auch in diesem Jahr wurden in einer umfassenden online-Schulung „betriebliche Ansprechpersonen Sucht“ für IKEA Deutschland ausgebildet. Zudem gab es ein großes, bundesweites Reflexionstreffen, in dem aktuelle Fälle besprochen wurden.



# Abhängig von Projektfinanzierung

## release-Ferienfreizeit

Leider konnte 2023 keine Ferienfreizeit stattfinden, da entsprechende Anträge diesmal nicht genehmigt worden sind. Wir lassen uns dadurch nicht entmutigen und probieren für 2024 wieder eine Freizeit auf die Beine zu stellen. Grundsätzlich wäre es jedoch wünschenswert, wenn dieses Angebot nicht abhängig sein müsste von Projektfinanzierungszusagen.

2023 organisierte release jedoch ein Nachtreffen der Ferienfreizeitgruppe 2022. Es war ein schöner Abend mit gemeinsamem Pizzabacken und Salat machen in der release Tagesstätte in Bassum. **Danke an alle Beteiligten!**



Dr. Patrick Ehnis

Präventionsberater

Telefon:

0421 89 32 33

Mail:

patrick.ehnis@release-netz.de

## Zahlen in Kürze

Im Jahr 2023 konnten 88 zum Teil mehrtägige suchtpreventive Maßnahmen durchgeführt werden. Mit Ihnen wurden insgesamt 1805 Personen erreicht. Die Auswirkungen der Corona-Pandemie für die Durchführung von Präventionsveranstaltungen waren kaum relevant. Zwölf Maßnahmen fanden dennoch digital statt. Der Großteil der Maßnahmen jedoch in Präsenz. Dies gilt insbesondere für die Veranstaltungen mit Schulen. 1149 Schülerinnen und Schüler konnten im nördlichen Landkreis Diepholz von der Prävention profitieren. Mit einer Anzahl von 656 Personen konnten in diesem Jahr besonders viele Multiplikator\*innen (Betriebliche Ansprechpersonen, Lehrer\*innen, Schulsozialarbeiter\*innen etc.) erreicht werden. Dies zeigt die gute Vernetzung der release Suchtprevention und den zunehmenden Ausbau von Schulungsangeboten in diesen Bereichen.

PRÄVENTION	2023	2022
Endadressaten	1149	1240
Multiplikatoren	656	280
<b>GESAMT</b>	<b>1805</b>	<b>1520</b>



Gut besucht!

Blick in

die Werkstatt

## Rahmenbedingungen für ein Bestehen sind sehr eng gesteckt . . .

*reta heißt: release tagesstätte und ist ein weiterer Baustein von uns, Menschen mit Suchtproblemen die Integration in die soziale Gemeinschaft wieder zu ermöglichen. Mit einem verbindlichen Wochenprogramm helfen wir ihnen bei der Entwicklung einer sinnvollen Tagesstruktur.*

### reta-Auslastung leider noch nicht auskömmlich

Um eine Versorgungslücke mit den Zielsetzungen des Bundesteilhabegesetzes zu schließen, wurde in Kooperation mit dem Landkreis Diepholz und insbesondere mit der Stadt Bassum die Tagesstätte „reta“ in den Räumen des Bassumer Bahnhofs gegründet und in Betrieb genommen. Obwohl alle unsere Dienstleistungen eine enorme Auslastung bewältigen, ist dies bei reta in den ersten 18 Monaten der Arbeit noch nicht auskömmlich gelungen. So gilt unser Einsatz auch weiterhin, reta in sicheres Fahrwasser zu bringen.

### Tag der offenen Tür

Am 19.04.2023 lud unsere reta Tagesstätte viele Unterstützer, Kooperationspartner und Freunde zu einem „Tag der offenen Tür“ ein. Nach mehreren Jahren des Umbaus feierten auch die Mitarbeitenden und der Vorstand die Eröffnung der Werkstatt, die hinter dem Küchenbereich umgebaut worden war. Bei einem kleinen Imbiss und Getränken gab es die Gelegenheit, sich im Gespräch über das neue Angebot von release zu informieren.

„Die Umbauarbeiten liefen nicht immer wie geplant. So mussten mehr als 30 Meter des Fußgängerwegs vor dem Gebäude aufgerissen werden, um neue Ver- und Entsorgungsleitungen zu installieren“, berichtete z. B. Klaus-Dieter Sprenger als Geschäftsführer der Wiseg (Wirtschaftsförderungs- und Stadtentwicklungsgesellschaft) und Vermieter von release in Bassum. Letztendlich sei es aber gelungen, release diese sehr gelungenen Räumlichkeiten übergeben zu können, um die wichtige Arbeit so zu unterstützen.

# Gut beschirmt und viel Lob . . .

Bürgermeister Christian Porsch lobte „die Hilfe zur Selbsthilfe“. „Ich bin sehr froh über die Entwicklung von release“.

Zum Zeichen der Anerkennung für die Arbeit von release, übergab der Bürgermeister einen großen Schirm an Alexandre Peruzo mit dem Versprechen, dass die Stadt Bassum den Verein immer gut beschirmen wolle.

Auch der Bassumer Arzt Dr. Christoph Lanzendörfer, der den Bassumer Bahnhof als Domizil für die Tagesstätte ins Gespräch brachte, wies in seinem Redebeitrag auf die Jahrzehnte lange wichtige Arbeit von release und die gute Zusammenarbeit mit ihm hin.

Mittlerweile (Stand, März 2024) blicken wir durch die leicht steigende Anzahl der Teilnehmenden, verbunden mit der zügigen Antragsabwicklung mit dem Landkreis, zuversichtlich in die Zukunft.

## ICE 107 strandet am Bassumer Bahnhof

Im 18. Dezember strandete ein ICE mit 450 Fahrgästen in Bassum. Eine Überraschung für unser reta-Team. Mit viel Humor und Heißgetränken wurde die Herausforderung angenommen und die 3-stündige Wartezeit für die Fahrgäste angenehm verkürzt.

### Unser reta Team

Ursula de Graaf, Erzieherin

Ulf Helmstedt, Küchenmeister

Tim Stender, Ergotherapeut

Fon: 04241 92 10 88 7



*Bassums  
Bürgermeister Porsch  
bei der Schirmübergabe*



*Emsiges Treiben  
im  
Küchenbereich*

# Ambulant Betreutes Wohnen



Unser  
neuer Mitarbeiter:  
Nils Tecklenborg hat die  
Koordination des Teams  
ABW übernommen.

Das  
gesamte Team:  
Nils Tecklenborg  
Axel Heil  
Michael Krienert  
Andrea Wolff

Mobil:  
0176 62 304 752

## Unterstützung für ein selbstbestimmtes Leben



Unser Angebot des Ambulant Betreuten Wohnens (ABW) der Eingliederungshilfe richtet sich an suchtkranke Menschen, die unter den Folgen eines langjährigen Suchtmittelmissbrauchs leiden und eine ambu-

lante Unterstützung benötigen. Die Betreuung richtet sich nach dem konkreten Hilfebedarf.

### Wechsel im Team

Im Frühjahr verließ uns unsere Mitarbeiterin Käthe Blankenhorn, die es sich aber nicht nehmen ließ, uns noch im Sommer bei unserem Flohmarkt ehrenamtlich zu unterstützen. Vielen Dank dafür und wir wünschen Käthe alles Gute.

Neben unserem neuen Koordinator Nils Tecklenborg konnten wir auch noch Michael Krienert als zusätzlichen Mitarbeiter gewinnen. Unsere beiden neuen Kollegen haben während ihres Berufslebens bereits viel Erfahrung im Bereich ABW sammeln können. Herzlich willkommen.

AMBULANT BETREUTES WOHNEN	2023	2022
Neu aufgenommene Personen	7	5
Arbeitsverhältnis aufgenommen	0	0
Verstorbene Personen	0	0
Altersdurchschnitt	52 Jahre	52 Jahre
Weibliche Personen	4	6
Männliche Personen	14	14
<b>GESAMT</b>	<b>18</b>	<b>20</b>

## Immer wieder neu: Individuelle Prozesse erforschen

Wie die unten stehende Tabelle zeigt, weisen die Zahlen wenig Neuerungen auf. Aber was sagen schon die Zahlen? Hinter jeder Statistik verbirgt sich der größere Teil des nicht zu Erfassenden. Und mit diesem Erfassen und Erschließen beschäftigen wir uns in der Reha. Jede Rehabilitandin und jeder Rehabilitand erzählt ihre oder seine ganz eigene Geschichte auf ganz individuelle Weise. Das zu begleiten und gemeinsam zu erforschen, ist dann doch jedesmal wieder neu.

Entwicklungen, Entlassungen und Neuaufnahmen sind sich wiederholende Prozesse und Ereignisse mit jedoch einhergehenden Veränderungen und Dynamiken in den Gruppen und ihren Beziehungen. In diesen Prozessen wird Altes in Neues überführt, entwickeln sich neue Erkenntnisse und Verständnisse.

### Ambulante Reha in gutem Zustand

Allgemein befand sich die Reha auch 2023 in einem Zustand hoher Auslastung mit guter Haltequote. Der überwiegende Anteil der Patienten lässt sich bis zu 78 Wochen bei uns behandeln, was auf eine hohe Behandlungsmotivation hinweist. Für die Gruppen bedeutet das die für die therapeutische Arbeit so wichtige Kontinuität. Auf dieser Basis entwickeln sich auch einige – über die Reha hinausgehende – stabile Beziehungen und Kontakte.

Immer wieder lässt sich auch beobachten, dass die Selbsthilfe aus den Gruppen viel Zulauf bekommt. Auch das ist eine erfreuliche Nachricht.



Petra Flemig

*Klinische  
Psychologin  
Suchttherapie und  
Beratung*

*Telefon:*

*0421 89 32 33*

*Mail:*

*p.flemig@release-netz.de*

AMBULANTE REHABILITATION	2023	2022
<b>GESAMT</b>	<b>48</b>	<b>42</b>
Arbeitsfähig entlassen	13	14
Verrentet	3	3
Behandlung abgebrochen	7	3
Behandlung dauert an	25	22



## Unser Netzwerk psychosozialer Hilfen

*Im nördlichen Landkreis Diepholz*

*haben wir ein Netzwerk mit fünf Fachstellen aufgebaut. Mit seinem weitgefächerten Angebot psychosozialer Leistungen hat sich dieses Netzwerk gut etabliert und kommt allen Gemeindemitgliedern zu Gute. So wird sichergestellt, schnellstmöglich Hilfe anbieten zu können... für Betroffene und deren Angehörige. Seit über 50 Jahren sind wir Anlaufstelle für Menschen in unseren Gemeinden.*

## Hauptstelle Stuhr



*Der alte  
Brinkumer Bahnhof*

### **Ansprechpartner für Menschen in Not**

Unsere Hauptstelle befindet sich in Stuhr, im alten Brinkumer Bahnhof, in der Bahnhofstraße 29.

Wir dürfen ihn inzwischen unser Eigentum nennen. Nach dem Kauf im Jahr 2005 haben wir ihn mit Hilfe vieler Menschen und Unterstützer:innen über Jahre hinweg zu dem gemacht, was er heute ist. Ein kleines Schmuckstück, mitten in Brinkum. Darauf dürfen alle stolz sein.

# STUHR . BRINKUM

## Annegret Terwite

ist neben Frau Flemig und Herrn Walsemann unsere Ansprechpartnerin in unserer Hauptstelle Stuhr. Frau Terwite ist seit vielen Jahren in allen Bereichen unserer psychosozialen Beratungsangebote eine kompetente Unterstützerin.

## Ilona Drescher

Bei Frau Drescher laufen in der Verwaltung „alle Fäden zusammen“. Mit ihrem ausgeprägten Organisationstalent unterstützt Frau Drescher unser gesamtes Netzwerk. Darüberhinaus ist sie bei release für die Öffentlichkeitsarbeit zuständig.



Annegret Terwite  
Diplom  
Sozialpädagogin  
Suchttherapie und  
Beratung

Telefon:

0421 89 32 33

Mail:

a.terwite@release-netz.de

### Unsere Kontaktdaten

Alter Bahnhof Bahnhofstraße 29 28816 Stuhr  
Telefon 0421 89 32 33  
Mail: info@release-netz.de  
Net www.release-netz.de

### Sprechzeiten

Montag – Freitag 9:00 – 13:00 Uhr  
Montag + Dienstag 14:00 – 17:00 Uhr

### Offene Selbsthilfegruppe

Donnerstag 18:00 Uhr

### Ambulante Therapiegruppe

Montag 18:00 Uhr  
Mittwoch 10:30 Uhr



Ilona Drescher  
Verwaltung  
Öffentlichkeitsarbeit

Telefon:

0421 89 32 33

Mail:

i.drescher@release-netz.de

ANZAHL DER KLIENTEN	2023	2022
Weiblich	85	98
Männlich	134	123
Divers	0	0
Klienten insgesamt	219	221

# BASSUM



Gaby Helmstedt

Psychosoziale Begleitung

Suchtberaterin

Telefon

04241 92 10 823

Mail:

[g.helmstedt@release-netz.de](mailto:g.helmstedt@release-netz.de)

## Gaby Helmstedt

ist seit vielen Jahren in der Fachstelle Bassum zuständig für die psychosoziale Substitutionsbegleitung und die Suchtberatung. Bei Frau Helmstedt finden Sie immer ein offenes Ohr für Ihre Sorgen. Die Fachstelle hat ein integriertes Café mit dem Namen „Café-Pause“.



Unsere Fachstelle

in Bassum Am Bahnhof 1

Mit einem

integrierten „Café- Pause“

## Unsere Kontaktdaten

Am Bahnhof 1 27211 Bassum

Telefon

04241 92 10 823

Mail

[info@release-netz.de](mailto:info@release-netz.de)

Net

[www.release-netz.de](http://www.release-netz.de)

## Sprechzeiten

Montag

9:00 – 12:00 Uhr

Dienstag

14:00 – 17:00 Uhr

Mittwoch

9:00 – 12:00 Uhr

## Offene Selbsthilfegruppe

Montag

19:00 Uhr

## BASSUM

### Anzahl der Klienten

	2023	2022
Weiblich	32	21
Männlich	46	39
Klienten insgesamt	78	60



# BRUCHHAUSEN-VILSEN

## Anke Gerken

ist seit 01.09.2023 unsere Ansprechpartnerin in Bruchhausen-Vilsen. An zwei festen Tagen in der Woche unterstützt Anke Gerken Menschen der Samtgemeinde in Sachen Suchtberatung sowie in der psychosozialen Beratung.



Die Fachstelle  
in der  
Bassumer Straße 2a

## Unsere Kontaktdaten

Bassumer Straße 2a 27305 Bruchhausen-Vilsen

Telefon 04252 15 41  
Mail [info@release-netz.de](mailto:info@release-netz.de)  
Net [www.release-netz.de](http://www.release-netz.de)

## Sprechzeiten

Montag 13:00 – 18:00 Uhr  
Mittwoch 9:00 – 13:00 Uhr

## Offene Selbsthilfegruppe

Montag 19:00 Uhr

Anke Gerken

*Diplom  
Sozialpädagogin  
Sozialarbeiterin  
Beratung*

Telefon:  
04252 15 41

Mail:  
[a.gerken@release-netz.de](mailto:a.gerken@release-netz.de)

Unterstützt durch:

Jana Heins

*Studentin  
Duales Studium  
Soziale Arbeit  
(Internationale  
Hochschule Bremen)  
Telefon:  
04252 15 41  
Mail:  
[j.heins@release-netz.de](mailto:j.heins@release-netz.de)*

## BRUCHHAUSEN-VILSEN

Anzahl der Klienten	2023	2022
Weiblich	23	17
Männlich	41	34
Klienten insgesamt	64	51

# SYKE



Erik Walsemann

Diplom  
Sozialpädagoge  
Suchttherapie und  
Beratung

Telefon:  
04242 60 43 3

Mail:  
e.walsemann@release-netz.de

## Erik Walsemann

ist montags für unsere Klienten in Syke persönlich vor Ort. Als Suchttherapeut ist Herr Walsemann ein kompetenter Ansprechpartner, wie auch in Stuhr-Brinkum. Er bietet zusammen mit Frau Gerken in Syke an zwei Tagen in der Woche Beratung und Unterstützung an.



Die Fachstelle  
im Haus der Hilfe

## Unsere Kontaktdaten

Bremer Weg 2 28857 Syke

Telefon 04242 60 43 3  
Mail info@release-netz.de  
Net www.release-netz.de

## Sprechzeiten

Montag (Herr Walsemann) 10:00 – 17:00 Uhr  
Dienstag (Frau Gerken) 10:00 – 15:00 Uhr

## Offene Selbsthilfegruppen

Montag 19:00 Uhr  
Donnerstag 19:30 Uhr  
Dienstag Angehörigengruppe 9:30 Uhr *Voranmeldung!*  
*Leitung: Andrea Wolff*  
Mittwoch Motivationsgruppe 19:00 Uhr *Voranmeldung!*  
*Leitung: Anke Gerken*

SYKE	2023	2022
Anzahl der Klienten		
Weiblich	34	40
Männlich	29	26
Klienten insgesamt	63	66

# WEYHE . LEESTE

## Helga Friemel

ist seit über 40 Jahren Ansprechpartnerin in unserer Fachstelle im Weyher Ortsteil Leeste. Frau Friemel führt Erst- und Kooperationsgespräche, vermittelt Menschen in Therapien sowie Selbsthilfegruppen. Durch die räumliche Nähe zur Hauptstelle besteht eine enge Verzahnung in der Arbeit der beiden Fachstellen. Insgesamt wurden 90 Menschen aus Weyhe betreut, davon 31 Personen in der Stuhler Fachstelle.



Die Fachstelle  
Leester Straße 95



Helga Friemel

Suchtberaterin

Telefon:

0412 89 50 50

Mail:

[h.friemel@release-netz.de](mailto:h.friemel@release-netz.de)

## Unsere Kontaktdaten

Leester Straße 95 28844 Weyhe

Telefon 0421 89 50 50

Mail [info@release-netz.de](mailto:info@release-netz.de)

Net [www.release-netz.de](http://www.release-netz.de)

## Sprechzeiten

Montag 9:00 – 11:00 Uhr

Donnerstag 15:30 – 19.30 Uhr

## Offene Selbsthilfegruppe

Montag 20:00 Uhr

WEYHE		
Anzahl der Klienten	2023	2022
Weiblich	29	19
Männlich	30	25
Klienten insgesamt	59	44

## Teamgeist und Ihre Unterstützung sind Motivation . . .

*... und für unsere Arbeit nicht wegzudenken!*

*Darum möchten wir uns an dieser Stelle herzlich beim Land Niedersachsen, dem Landkreis Diepholz und bei allen Standortgemeinden bedanken! Darüber hinaus bedanken wir uns beim Paritätischen Niedersachsen, der Aktion Mensch und der Ländlichen Erwachsenenbildung für die freundliche Unterstützung.*

*Ebenso gilt unser Dank den vielen privaten Sponsoren und Firmen, die uns mit Sach- und Geldspenden unterstützt haben. Dadurch konnten Projekte und Aktionen realisiert und teilweise nachhaltig fortgesetzt werden.*

*Besonders gefreut hat uns, dass wir über die Landesgrenze hinaus Unterstützung erfahren haben... unser Netzwerk zeigt Wirkung!*

*Wir hoffen auf eine weitere gute Zeit mit Ihnen allen.*

*Der Vorstand, die Mitarbeiter:innen und alle Ehrenamtlichen*





Wir sind weiterhin  
im Einsatz für die Menschen  
unserer Gemeinden . . .

**release**  
▶ Netzwerk  
psychosozialer Hilfen



## Das Ehrenamt . . . Motor der Demokratie

Eine starke Demokratie lebt von aktiven Bürgerinnen und Bürgern, die im Sinne des Gemeinwohls mitgestalten. Ehrenamt kann zu individueller Teilhabe, gesellschaftlicher Integration oder sozialen Bindungen, zum kulturellen Leben oder zur Gesundheit, und damit zu stabilen demokratischen Strukturen beitragen.

Eines haben die verschiedenen ehrenamtlich Tätigen gemeinsam: Sie alle unterstützen Menschen in ganz unterschiedlichen Lebenssituationen und bereichern das Zusammenleben und den Zusammenhalt unserer Gesellschaft. Dabei gibt ein Ehrenamt eine zusätzliche Möglichkeit, sich wirklich wichtig und gebraucht zu fühlen. Eng verknüpft mit dem letzten Punkt ist auch das Thema soziale Gemeinschaft. Im Ehrenamt trifft man Gleichgesinnte und Leute aus der Nachbarschaft oder Community, mit denen man sich austauschen und vernetzen kann. Über die Zeit entsteht so eine starke Gemeinschaft aus Menschen, auf die man sich verlassen kann.

### Der release-Ehrenamtstag

Der release-Ehrenamtstag hatte das Ziel, das Ehrenamt bei release zu würdigen und wertzuschätzen und gleichzeitig über die Bedingungen und Motivation für ehrenamtliches Engagement bei release e.V. zu reflektieren. Finanziell gefördert wurde der Tag durch die Deutsche Stiftung für Engagement und Ehrenamt. Vielen Dank dafür.

Der Tag, der im Dreimädelhaus in Kirchseelte stattfand, war in zwei Teile gegliedert. In einem Workshop wurde nachmittags über die ehrenamtlichen Bedingungen gesprochen. Beim gemeinsamen Abendessen stand die persönliche Würdigung im feierlichen Rahmen im Mittelpunkt. Hier bekam jeder Teilnehmende persönliche Dankesworte sowie passend zum Nikolaustag Schokonikoläuse als kleines Geschenk.

### Zwölf Ehrenamtliche nahmen teil

Insgesamt gab es 12 Anmeldungen aus verschiedenen ehrenamtlichen Tätigkeitsfeldern von release. So kamen die Teilnehmenden sowohl aus der ehrenamtlichen Vorstandsarbeit als auch als Aktive aus der ehrenamtlich geführten Teestube, als Flohmarktmitwirkende in Stuhr-Brinkum, als Unterstützer\*innen der Tagestätte in Bassum und aus der Selbsthilfeorganisation. Zum Teil kannten sich die Teilnehmenden noch nicht untereinander.

## Es gibt vielfältige Zugangswege

Alle Teilnehmenden sollten zunächst mit einer Skizze malen, wie sie mit release in Verbindung geraten sind. Die Geschichten zu den Skizzen waren sehr vielfältig. Zum Teil lag ein Erstkontakt mit release bereits Jahrzehnte zurück, zum Teil fand der Kontakt auch erst im letzten Jahr statt. Zum Teil entstand die Verbindung durch die Hilfestellung des Vereins bei einer eigenen Suchterkrankung, teils aber auch eher zufällig auf dem Flohmarkt oder beim Kaffeetrinken („Ich wurde gefragt, ob ich für die Klienten mal einen Frisörtermin anbieten kann. Und nun mache ich das!“).



Gerade von den Personen mit eigener Suchterkrankung wurde betont, dass es bei ihrem Engagement auch darum gehe, dem Verein etwas zurückzugeben. Dankbarkeit spielte hier eine große Rolle auch für ein sehr langfristiges Engagement, auch das Gefühl in den Fachstellen immer wieder Unterstützung zu erhalten. Freude bereite auch die offene Kultur und die Möglichkeit, bestimmte Dinge zum Beispiel im Café selbst zu gestalten.

## Ehrenamtliches Engagement ist attraktiv

Ehrenamtliches Engagement bleibt grundsätzlich dann attraktiv, wenn es an den Ressourcen der Person, die Ehrenamt tätigen möchte, anknüpft, wenn es die Möglichkeit bietet, eigene Ideen und Fähigkeiten einzubringen. Dafür ist es wichtig von Person zu Person zu schauen, welche Ressourcen sie mitbringt und diese wertzuschätzen.

## release – Umzug in Bruchhausen-Vilsen

Nach vielen Jahren in der Heimatstube hat unsere Fachstelle einen neuen Standort gefunden. Seit dem 01. Juli 2023 sind wir unter der Adresse Bassumer Straße 2a in Bruchhausen-Vilsen zu finden. Ein wichtiger Grund für den Umzug: Die neuen Räume sind barrierefrei zu erreichen.



### Umzug in ehrenamtlicher Selbsthilfe

Ein großer Dank geht dabei an unsere örtliche Selbsthilfegruppe, deren Mitglieder mit viel ehrenamtlichem Engagement den Umzug an einem Samstag reibungslos organisiert und durchgeführt haben. Unsere Selbsthilfegruppe in Bruchhausen-Vilsen trifft sich bereits seit 1984 einmal wöchentlich in den Räumlichkeiten von release. Die Gruppe ist offen für Betroffene und Angehörige und suchtmitelübergreifend. Auch Menschen in Lebenskrisen sind herzlich willkommen.

**Die Gruppe trifft sich jeden Montag um 19.00 Uhr in der Bassumer Straße 2a.**

**Kontakt kann auch über unsere Fachstelle geknüpft werden.**

**Fon: 04252 1541**

# Verabschiedung Ingrid



*Ingrid,  
eine „releaserin“  
der ersten Stunde*

## „Jeder hier hat ein Stück von meinem Herzen...“

Im Gemeindehaus an der Christuskirche in Syke verabschiedeten wir am 15.12.2023 unsere Ingrid nach insgesamt mehr als 45 Jahren haupt- und ehrenamtlicher Tätigkeit.

Eine große Anzahl von Wegbegleiterinnen und Wegbegleitern hatte den Weg nach Syke gefunden. Neben den vielen Redebeiträgen rundeten musikalische Darbietungen von Dietmar Hatesuer und unserem Ehrenmitglied Frank Reglin den Nachmittag ab. Für die „gute Küche“ sorgte unser bewährtes Team der Tagesstätte.

Für viele Kollegen, aber auch für einige Klientinnen und Klienten ist Ingrid zur engen persönlichen Freundin geworden, obwohl bei einigen Festredner/-innen der erste persönliche Kontakt gemischte Gefühle auslöste („Was will die blöde Kuh von mir?“).

### Der Weg in die Sucht- und wieder heraus

Ein Kriegskind 1941 in Gumbinnen im damaligen Ostpreußen geboren, wuchs Ingrid in Ristedt, wo die Familie nach der Vertreibung unterkam, auf. „Meine Mutter ist früh gestorben“, berichtet sie. Schlachtereiverkäuferin hatte sie nach der Schule gelernt, wollte aber früh schon etwas anderes machen und hat dann in einem Schiffsmaklerbüro in Bremen gearbeitet. Da ging es ihr schon nicht mehr gut: „Ich konnte nachts nicht schlafen.“ Also verordnete ihr ein Arzt Tabletten. Und weil sie dann morgens immer so müde war, verordnete er ihr die Aufputschmittel gleich hinterher. Das war damals durchaus normal, führte Ingrid aber in die Abhängigkeit. Ein Alkoholproblem kam noch hinzu, und so saß Ingrid eines Tages bei Alexandre Peruzzo im Besprechungszimmer in der Praxis Dr. Hesse.

### „Liebe Ingrid...“

... mit dem „Ehrenamt“ als Sprecherin unserer ersten Selbsthilfegruppe hast du deinem eigenen Genesungsverlauf eine erste Krone aufgesetzt, deine eigenen Erfahrungen als „Heilmittel“ anderen Gruppenmitgliedern zur Verfügung gestellt. Vor ca. fünf Jahren hat unser paritätischer Dachverband dich auch dafür mit einer „Ehrenurkunde“ gewürdigt.



„Frau Plump hat infolge ihrer damals eigenen Betroffenheit eine besondere Gabe, die eigenen Rehabilitationsschritte mit ihrem beruflichen Wirken zu verbinden“. Mit dir entstand in einem Wartezimmer die erste release-Selbsthilfegruppe unter anfänglicher Anleitung durch mich. Nach Gründung weiterer Gruppen übernahmst du Ende 1978 ehrenamtlich die Funktion der Gruppensprecherin und die Organisation von ersten praxisunabhängigen Räumlichkeiten in der Nachbarschaft. Daraus entwickelte sich zunächst eine geringfügige Beschäftigung bei release. 1981 absolviertest du erfolgreich die Ausbildung zur Suchtkrankenhelferin und später zur Suchtberaterin. Mit der Anerkennung von release als staatlich anerkannte Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle kamen regelmäßig auch in diesem Fachgebiet viele Weiterbildungen hinzu, und dein Beratungsengagement nahmst du auch hier kompetent wahr.

Du entwickeltest dich so zum geachteten Teammitglied in der Zusammensetzung von Arzt, Sozialarbeiter und Suchtkrankenhelferin/Suchtberaterin und übernahmst mit der Gründung des Hauses der Hilfe in Syke im Jahr 1988 zunächst hier die Beratungsstunden und die Selbsthilfeunterstützung, um dann die Hausleitung zu übernehmen.

Auch nach dem wohlverdienten Rentenbeginn im Jahr 2006 bliebst du bis heute als Vereinsmitglied von release e. V., der ehrenamtlichen Selbsthilfeförderung und der Mitwirkung in der Angehörigen- und der Motivationsgruppe treu. Du nahmst weiterhin an Dienstbesprechungen und Netzwerkveranstaltungen teil und vertrittst seit vielen Jahren release im Syker Netzwerk ProSenio. So kommen wir auf über 45 Jahre mit einer Mischung aus beruflichem und ehrenamtlichem Engagement im Nordkreis Diepholz. Ob das irgendjemand dir nachmachen kann?“



„Ich bin sehr froh und dankbar, dass ich das alles erleben durfte“, sagte Ingrid.

„Jeder hier hat ein Stück von meinem Herzen, und es kommt so viel zurück.“



Viele Erinnerungen  
wurden ausgetauscht

## Es ist und bleibt viel zu tun



*Der Vorstand.*

*Von links nach rechts:*

*Gernot Braatz*

*Uta Amelung*

*Wilfrid Sondag*

*Michael Elsner*

*Alexandre Peruzzo*

*Anne Kaupisch*

*Ingo Kupillas*

*Meike Feulner (leider ohne Foto)*

Auch im Jahr 2023 haben uns viele gemeinsame Sitzungen, Gruppentreffen in kleinerer Runde sowie etliche Termine außerhalb von release stark gefordert. Die ehrenamtliche Vorstandsarbeit funktioniert nur in einer starken Gemeinschaft. Somit gilt unser Dank allen Vorstandsmitgliedern. Und natürlich unserer Geschäftsführerin Marion Bodeker für ihren unermüdlichen Einsatz sowie dem gesamten Team.

## Ich bin schon ewig ein releaser...

Seit über 40 Jahren bin ich Mitglied im Verein

**release**

► Netzwerk  
psychosozialer Hilfen

Ich fühle mich sehr gut dabei.

Mir war schon immer bewusst, dass ein gutes soziales Miteinander dazu beiträgt, den Menschen ein hoffnungsvolles Lebensgefühl zu geben. Dazu braucht es Empathie und vor allem Anlaufstellen für Menschen in Not.

Damit das weiterhin klappt, sind viele Mitglieder für release von enormer Hilfe.

Das kommt allen zu Gute.

Den Betroffenen, den Angehörigen, den Menschen unserer Gemeinden.

Das ist mir wichtig.

(A. Sobing)

# Gemeinsam für eine gute Sache



Niedersächsisches Landesamt  
für Soziales, Jugend und Familie



Landkreis Diepholz  
... gut miteinander leben.



Stadt Bassum



SYKE

 **W**  
GEMEINDE WEYHE

 **LEB** IHR BILDUNGSPARTNER

**Aktion**  
MENSCH

 **DER PARITÄTISCHE**  
UNSER SPITZENVERBAND

Seit 1985 sind wir Mitglied im  
Paritätischen Wohlfahrtsverband,  
Landesverband Niedersachsen.

*release e.v.*

*Netzwerk psychosozialer Hilfen*

*Bahnhofstraße 29*

*28816 Stuhr*

*Telefon: 0421 89 32 33*

*Fax: 0421 89 34 38*

*info@release-netz.de*

*www.release-netz.de*

*Grafik:*

*Gestaltungskonzepte Anette Elsner*

*Titelfoto:*

*i-Stock,*

*Seite 2: i-Stock,*

*Seite: 20 Pixabay*

*Alle anderen Fotos: release Archiv*

*Gedruckt auf:*

*Bio Top*

*Haftungsausschluss:*

*Die in diesem Bericht aufgeführten Inhalte und Zahlen wurden nach aktuellen Informationen zusammengestellt. Änderungen bleiben vorbehalten. Trotz sorgfältiger Bearbeitung und Prüfung sind Fehler nicht auszuschließen.*

*Im April 2024*