

SELBSTHILFE

Alle sind willkommen



Unser Leitgedanke:

Selbsthilfe

Das release Netzwerk für psychosoziale Hilfen bietet verschiedene Selbsthilfegruppen für Menschen in schwierigen Lebenssituationen an.

Im Vorwort:

Die Metapher „Pinguine können fliegen“

zeigt uns: Vieles wird leichter, sobald wir in unserem Element sind!

Jahresbericht 2025

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)

SELBSTHILFE

Alle sind willkommen!

Unser Leitbild 04

Vorwort 06

Das Jahr in Zahlen 10

Statistik, Zahlen und Tabellen 10

Aus dem Leistungsspektrum 16

Prävention 16

Ambulante Rehabilitation 20

Ambulant Betreutes Wohnen 22

reta Tagesstätte 24

RETAplus 27

Schwangerenberatung 28

Selbsthilfe 29

Unsere Fachstellen 32

Stuhr . Brinkum 32

Syke . Bruchhausen-Vilsen 37

Bassum 40

Weyhe . Leeste 42

Menschen 44

Vorstand 44

Team 45



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 Selbstständigkeit, 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.





Der Pinguin, der fliegen lernte...

In seinem Buch „Der Pinguin, der fliegen lernte“, erklärt Eckart von Hirschhausen, was wir von den Pinguinen über das Glückseligsein lernen können – und ich frage mich: „Was hat das mit release zu tun?“

**Liebe Mitglieder und Vereinsförderer,
sehr geehrte Damen und Herren!**

Wie in jedem Jahr stellen wir in diesem Bericht unsere Arbeit, unsere inhaltlich-fachlichen und betriebswirtschaftlichen Ergebnisse sowie personellen Entwicklungen des letzten Haushaltsjahres hier und auf der Jahreshauptversammlung 2026 vor.

Hirschhausen schreibt:

„Pinguine sind für mich ein wunderbares Symbol dafür, wie wichtig die richtige Umgebung ist. An Land wirken sie unbeholfen, fast tollpatschig – aber im Wasser sind sie wahre Meister der Bewegung, schnell, elegant und voller Energie. Das zeigt uns: Vieles wird leichter, sobald du in deinem Element bist!“

Fremdbestimmung blockiert

Können wir aus diesem Pinguin-Symbol ableiten, dass release sich in unserer Region im „seinem Element“ befindet, ob wir „Meister in der Suchtprävention, Suchtberatung, Rehabilitation, Selbsthilfeförderung sind?“

„Selbsthilfe“ soll auch das Leitthema unseres Jahresberichts sein, denn die begrenzten finanziellen Spielräume sind von den Strömungen der Qualitätssicherung sowie der Optimierung von Integration und Arbeitsfähigkeit vielfach fremdbestimmt. Da bleibt nicht viel Zeit für den fließenden Übergang aus der Rehabilitationszeit ins ungewisse Element unserer derzeit angekratzten Demokratie.

Selbsthilfegruppen begleiten

Die Teilnahme an Selbsthilfegruppen kann diesen Übergang lange begleiten und dazu beitragen, sich trotz gesellschaftlicher Unsicherheiten im neuen suchtmittelfreien Element glücklich zu fühlen.

Die 2024 auch im Nordkreis Diepholz gefeierte niedersächsische Gebietsreform, die maßgeblich am 1. März 1974 in Kraft trat, reduzierte die Anzahl der selbstständigen Gemeinden, Landkreise und kreisfreien Städte drastisch. Durch Zusammenlegungen und Eingemeindungen wurden viele Kleinstkommunen aufgelöst, um die Effizienzsteigerung der Verwaltung zu erzielen.

Alexandre Peruzzo
1. Vorsitzender



Dennoch, release ist im richtigen Element

Release ist zwar schon 1970 gegründet worden und besteht nunmehr bereits 55 Jahre. Die release-Existenz ist also in der gleichen Zeit gereift, wie unser Wirkungsbereich im Nordkreis Diepholz sich nach der Gemeindereform entwickelt hat. Im Rückblick betrachtet haben wir uns in einem überschaubaren und „handhabbaren“ Element der fünf Nordkreiskommunen mit unserer Energie engagiert.

In diesem „gemeindenahen Element“ fühlten wir uns wohl und konnten dadurch über ein halbes Jahrhundert wie die Pinguine zuverlässig eine flächendeckende Gesundheitsförderung beispielhaft umsetzen.

Dabei haben zwei Elementarteile uns sozusagen als „Dankeschön“ getragen

- Das sind die fünf Kommunen selbst, die „freiwillig“ mit ihrer Förderung und Vereinsmitgliedschaft ihr Vertrauen in die Loyalität und Wertschöpfung „gewinnbringend“ investierten.
- Und es ist DER PARITÄTISCHE NIEDERSACHSEN, unser Spitzenverband, in dem wir uns wie in einem „Familien-Element“ sozialpolitisch, fachlich, materiell und zwischenmenschlich nunmehr 40 Jahre aufgehoben fühlten und unsere Besonderheiten einbringen konnten.

Wertschätzung und Bedeutsamkeit

Wie „bedeutsam“ ein Element ist, in dem wir unsere Energie einbringen, wurde uns in diesem Jahr 2025 besonders deutlich.

Nach unserer „Pionierzeit“ mit Dr. Eberhard Hesse, war es 1990 relativ fließend, eine Nachfolge zu finden. Mit Wilfrid Sondag konnte die kombinierte Geschäftsführung und die Beratung in eine neue über 20-jährige professionelle Phase starten.

Die Anerkennungen der Krankenkassen und Rentenversicherungen für ambulante medizinische Rehabilitationsangebote ergänzten unsere „Elemente“ und das wichtige betriebswirtschaftliche Fahrwasser. Nach seinem Abschied 2011 in die Selbständigkeit dauerte es aber ein paar Jahre bis wir unsere langjährige Dipl. Sozialarbeiterin Marion Bödeker aus Bruchhausen-Vilsen für die Geschäftsführung 2019 begeistern konnten und diese zu übernehmen.

War sie doch in den 35 Jahren in Bruchhausen-Vilsen wie ein „Felsenpinguin“ hier in ihrem stets anerkannten, geschätzten und gut vernetzten Element.

Aufbruch

**Marion
Bödeker**
Geschäftsführerin
i. Ruhestand



**Zeit haben.
Familie leben.
Loslassen dürfen.**

Aufgaben mit Hürden

„Marions“ größte Herausforderung in den letzten Jahren war die Anerkennung und Einrichtung unserer Tagesstätte „reta“ im Bassumer Bahnhof.

Lange wurde uns die Anerkennung der Kostenübernahme für „Bürgergeldempfänger“ vorenthalten, die Auslastung verursachte erhebliche Unterdeckungen. Deshalb haben wir 2025 ein einjähriges Integrations-Leader-Projekt benachteiligter Menschen durch beschäftigungsorientiertes Training von Schlüsselqualifikationen für gastorientiertes Handeln in der W.I.N. Region Bassum/Syke/Twistringen/Bruchhausen-Vilsen gestartet.

Frau Bödeker beendete ihr 41-jähriges Engagement mit der erfolgreichen Durchsetzung der ersten Leistungszusagen für die Eingliederungsmaßnahme „Tagesstätte“ auf der Grundlage des Bundesteilhabegesetzes.

Neue Elemente entdecken

Aber: jede Veränderung in den Elementen bringt ein gewisses Risiko mit sich. Deshalb habe ich Verständnis dafür, dass ein Auftauchen und Verlassen eines so lange geliebten Elements nicht leicht fällt.

Ihre Nachfolgerin, *Frau Susanne Thiemann* haben wir gemeinsam aus den Bewerbern ausgewählt und die vielen kleinen und großen Aufgaben sind übergeben.

„Marion“ darf im Sinne von Hirschhausen „glücklich“ über das Vollbrachte sein!

In Verbundenheit

Das „Dankeschön“ des Paritätischen zu unserer 40-jährigen Verbandsmitgliedschaft hat uns gefreut, wir geben es gerne an Marion Bödeker weiter und an alle unsere MitarbeiterInnen, Ehrenamtlichen, Mitglieder, Förderkommunen, den Landkreis Diepholz und die vielen weiteren überregionalen Leistungsträger.

Bleiben Sie gesund und „suche (das Element) Frieden und jage ihm nach.“

Alexandre Peruzzo

1. Vorsitzender

**Susanne
Thiemann**
Gesamtleitung u.
Geschäftsleitung



**Impulse setzen.
Stärken fördern.
Selbsthilfe weiterdenken.**

Das Jahr 2025 war für mich persönlich ein Jahr des Neubeginns – und zugleich ein Jahr der Weiterentwicklung für release e.V.

Mein Name ist Susanne Thiemann, ich bin 37 Jahre alt, Pädagogin und lebe in Stuhr.

Zum 1. August 2025 habe ich die Gesamtleitung von release e.V. übernommen.

Mit großer Freude, Respekt vor der gewachsenen Struktur und viel Motivation bin ich in diese verantwortungsvolle Aufgabe gestartet.

Unterstützung für neue Handlungsspielräume

Release e.V. ist historisch aus der Selbsthilfe entstanden – und dieser Ursprung prägt unsere Arbeit bis heute. Selbsthilfe bedeutet für mich nicht nur gegenseitige Unterstützung, sondern vor allem die Stärkung der eigenen Kräfte. Gerade im Suchtbereich ist es entscheidend, Menschen nicht nur zu begleiten, sondern sie dabei zu unterstützen, ihre eigenen Ressourcen zu erkennen und neue Handlungsspielräume zu entwickeln. Hilfe zur Selbsthilfe ist dabei kein Schlagwort, sondern eine Haltung, die unsere tägliche Arbeit trägt.

Ich freue mich darauf, gemeinsam mit unserem engagierten Team und unseren vier Außenstellen Syke, Bruchhausen-Vilsen, Bassum, Weyhe-Leeste, sowie unserer Hauptstelle in Stuhr-Brinkum neue Impulse zu setzen und Bewährtes weiterzuentwickeln. Mein Anliegen ist es, unsere Mitarbeitenden in ihren individuellen Stärken zu fördern, unsere Angebote in Prävention und Beratung weiter auszubauen und release e.V. als verlässliche, starke Institution im Nordkreis Diepholz weiter zu festigen.

Kontinuität und neue Perspektiven

2025 war geprägt von Veränderungen, neuen Perspektiven und gleichzeitig von Kontinuität in unserer fachlichen Arbeit. In der Prävention wie auch in der Beratung standen wir Menschen zur Seite, die Unterstützung suchten – immer mit dem Ziel, Selbstwirksamkeit zu fördern und nachhaltige Wege aus der Abhängigkeit zu ermöglichen.

Ich sehe in release e.V. eine einzigartige und großartige Arbeit, die mit viel Engagement, Fachlichkeit und Herz geleistet wird. Diese Arbeit weiterzuführen, weiterzuentwickeln und gemeinsam zukunftsfähig zu gestalten, ist mir ein besonderes Anliegen.

Ich danke allen Mitarbeitenden, Kooperationspartnerinnen und -partnern sowie Unterstützenden für ihr Vertrauen und ihre Zusammenarbeit im Jahr 2025 – und freue mich auf alles, was wir gemeinsam in den kommenden Jahren bewegen werden.



Susanne Thiemann

Gesamtleitung / Geschäftsleitung

Pädagogin

Telefon:

0421 89 32 33

Mail:

s.thiemann@release-netz.de

Daten gesammelt und analysiert

Systemische Erkenntnisse

Im Jahr 2025 ist die Inanspruchnahme der Leistungen der Suchtkrankenhilfe weiter angestiegen. Mit insgesamt 988 erreichten Klient*innen (2024: 947; +4,3 %) bestätigt sich die anhaltend hohe und weiter wachsende Bedeutung der Angebote für die regionale Versorgungsstruktur.

Insbesondere die deutliche Zunahme niedrigschwelliger Hilfen sowie von Beratungsleistungen unterstreicht die zentrale Rolle frühzeitig zugänglicher Unterstützungsangebote. Diese tragen wesentlich dazu bei, Problemlagen früh zu erkennen, Eskalationen zu vermeiden und weitergehende Hilfen anzubahnen. Damit leisten sie einen wichtigen Beitrag zur präventiven Stabilisierung und zur Entlastung angrenzender Hilfesysteme, insbesondere im Gesundheits- und Sozialbereich.

Gleichzeitig weisen die Daten auf eine zunehmende Komplexität der Problemlagen hin. Der Anstieg multiplen Substanzkonsums sowie die wachsende Zahl von Klient*innen mit familiärer Verantwortung verdeutlichen einen steigenden Bedarf an differenzierten und längerfristig angelegten Unterstützungsangeboten.

Die positive Entwicklung bei den regulären Betreuungsabschlüssen belegt die Wirksamkeit der eingesetzten Ressourcen und die Stabilität der vorhandenen Angebotsstrukturen.

Vor dem Hintergrund der dargestellten Entwicklungen bleibt die Sicherstellung und Weiterentwicklung der bestehenden Angebote eine zentrale Voraussetzung für eine bedarfsgerechte Versorgung und einen nachhaltigen Mitteleinsatz.

Die Datengrundlage bildet die anonymisierte Erfassung im standardisierten Dokumentationssystem der Fachstellen für Sucht und Suchtprävention.

Nicht vollständig abgebildet sind niedrigschwellige Kontakte, insbesondere im offenen Cafébetrieb (Café Consido in Stuhr-Brinkum, Café Pause in Bassum) sowie digitale Anfragen, sofern daraus keine dokumentierte Betreuung resultiert. Die tatsächliche Inanspruchnahme liegt daher erfahrungsgemäß über den ausgewiesenen Fallzahlen.

ANZAHL DER KLIENTEN	2025	2024
Klienten Einmalkontakt (nicht dokumentiert)	388	365
Klienten mit eigener Suchtproblematik	464	423
Angehörige	63	70
Schwangerenberatung	44	65
Sozialberatung SGB II (Agentur für Arbeit)	22	21
Wohnraumsicherung Bruchhausen-Vilsen	7	3
GESAMT	988	947

Die Gesamtzahl der erreichten Klient*innen stieg von 947 auf 988. Parallel dazu nahmen Beratungs- und Betreuungsleistungen (329 auf 361) sowie niedrigschwellige Hilfen (25 auf 47) deutlich zu. Auch die Zahl einmaliger Kontakte ohne weiterführende Betreuung erhöhte sich (365 auf 388).

Diese Entwicklung unterstreicht die zentrale Bedeutung niedrigschwelliger Angebote für die Sicherstellung der Versorgung. Sie ermöglichen einen frühzeitigen Zugang zum Hilfesystem, insbesondere für Zielgruppen, die reguläre Angebote zunächst nicht oder noch nicht vollständig in Anspruch nehmen können. Gleichzeitig entfalten sie eine wichtige präventive Wirkung, indem sie zur Stabilisierung beitragen und weitergehende Hilfen vorbereiten.

Die Zahl der Klient*innen mit eigener Suchtproblematik ist von 423 auf 464 gestiegen, während Angehörigenkontakte leicht zurückgingen. Dies deutet auf eine verstärkte direkte Inanspruchnahme der Hilfen durch Betroffene hin.

ANGEBOTE	2025	2024
Art der Betreuung / Behandlung		
Beratung / Betreuung	361	329
Niedrigschwellige Hilfen	47	25
Psychosoziale Begleitung	64	62
Suchtbehandlung	66	64
Ambulant betreutes Wohnen	27	24
Selbsthilfe	170	161

Mit dieser Entwicklung geht ein erhöhter Bedarf an fachlich differenzierter, kontinuierlicher Beratung und Begleitung einher. Für die Sicherstellung der Versorgungsqualität sind stabile personelle und strukturelle Rahmenbedingungen erforderlich.

Die Anforderungen an kontinuierlich verlässliche Hilfesysteme sind gestiegen

Suchtmittel

Alkohol bleibt die häufigste Hauptdiagnose (218 Fälle). Gleichzeitig zeigt sich ein deutlicher Anstieg bei Cannabinoiden (61 auf 73) sowie insbesondere beim multiplen Substanzkonsum (65 auf 89).

SUCHTMITTEL		
Vorliegende Diagnosen nach Substanzklassen	2025	2024
Alkohol	218	207
Opioide	78	76
Cannabinoiden	73	61
Tabak	35	35
Stimulanzien	15	15
Kokain	45	45
Pathologisches Glückspiel	8	13
Medien	5	2
Essstörungen	2	7
Medikamente	14	16
Multipler Substanzkonsum	89	65

Diese Entwicklung weist auf komplexere Problemlagen hin, die regelmäßig mit erhöhtem Unterstützungsbedarf, intensiverer Begleitung und größerem Koordinationsaufwand verbunden sind.

Damit steigen sowohl die Anforderungen an die fachliche Ausgestaltung der Angebote als auch an deren strukturelle Ausstattung.

Alter bei Betreuungsbeginn

Die Altersverteilung zeigt insbesondere einen deutlichen Anstieg bei jungen Erwachsenen im Alter von 20–24 Jahren (28 auf 50). Gleichzeitig bleiben mittlere Altersgruppen stark vertreten, insbesondere die 30–39-Jährigen sowie zunehmend die 40–49-Jährigen.

ALTER BEI BETREUNGSBEGINN	2025	2024
Bis 14 Jahre	4	1
15 - 17 Jahre	6	10
18 - 19 Jahre	6	15
20 - 24 Jahre	50	28
25 - 29 Jahre	47	43
30 - 39 Jahre	118	118
40 - 49 Jahre	108	89
50 - 59 Jahre	112	123
60 Jahre und älter	74	66
Nicht dokumentiert	388	365

Diese Entwicklung verdeutlicht die Notwendigkeit, sowohl präventive und frühinterveniierende Angebote für jüngere Zielgruppen als auch stabile, längerfristige Unterstützungsstrukturen für etablierte Problemlagen vorzuhalten.

Kinder aus suchtbelasteten Familien

Die Zahl der Klient:innen mit minderjährigen Kindern ist deutlich gestiegen. Sowohl eigene minderjährige Kinder (99 auf 121) als auch im Haushalt lebende Kinder (98 auf 111) haben zugenommen.

KINDER	2025	2024
Schwangerschaft in der Betreuung	0	1
Eigene Kinder insgesamt	243	236
Eigene minderjährige Kinder	121	99
Minderjährige Kinder im Haushalt	111	98
Minderjährige eigene Kinder im Haushalt	83	73
Nicht im Haushalt lebende minderj. Kinder	26	16

Diese Entwicklung ist versorgungspolitisch besonders relevant: Unterstützungsbedarfe betreffen nicht nur die betroffene Person, sondern wirken unmittelbar in familiäre Systeme hinein. Angebote der Suchtkrankenhilfe leisten hier einen wichtigen Beitrag zum Schutz und zur Stabilisierung von Familien und tragen damit mittelbar zur Entlastung weiterer Hilfesysteme, insbesondere der Kinder- und Jugendhilfe, bei.

Art der Beendigung

Die Zahl regulärer Beendigungen stieg deutlich von 105 auf 159, während Abbrüche nahezu konstant blieben. Dies ist als Hinweis auf stabile und erfolgreiche Betreuungsverläufe zu bewerten.

ART DER BEENDIGUNG	2025	2024
Regulär	159	105
Vorzeitig auf therapeutische Veranlassung	6	3
Vorzeitig mit therapeutischem Einverständnis	4	2
Abbruch durch Klienten	44	45
Disziplinarisch	4	1
Außerplanmäßige Verlegung	4	1
Planmäßige Wechsel in andere Behlg.formen	22	27
Verstorben	1	1

Die Ergebnisse belegen die Wirksamkeit der eingesetzten Mittel und die Leistungsfähigkeit der bestehenden Angebotsstruktur. Gerade vor dem Hintergrund zunehmender Komplexität der Problemlagen ist dies ein wesentlicher Indikator für die Qualität der Versorgung.

Psychosoziale Substitutionsbegleitung

Die psychosoziale Substitutionsbegleitung bleibt mit leicht steigenden Zahlen stabil (62 auf 64). Dieses Angebot stellt weiterhin einen wichtigen Baustein der Versorgung dar und trägt zur gesundheitlichen Stabilisierung sowie zur sozialen Integration der Klient:innen bei.

KLIENTEN	2025	2024
Weiblich	15	13
Männlich	49	49
GESAMT	64	62
Von dieser Gesamtzahl ausgehend		
Vermittlung in Entwöhnungsbehandlg.	0	1
Verstorben	0	0

Komplexe Hilfesysteme entlasten und ausbauen

Die Entwicklung im Jahr 2025 verdeutlicht eine steigende und sich ausdifferenzierende Nachfrage bei gleichzeitig zunehmender Komplexität der Problemlagen. Niedrigschwellige Zugänge, kontinuierliche Beratungsangebote und familienorientierte Unterstützungsstrukturen übernehmen dabei eine zentrale Funktion für die Sicherstellung einer bedarfsgerechten Versorgung.

Die Zahlen belegen die Inanspruchnahme effizienter Betreuungsangebote

Die Daten zeigen zugleich, dass die eingesetzten Mittel wirksam eingesetzt werden: Die steigende Zahl regulärer Betreuungsabschlüsse sowie die hohe Inanspruchnahme der Angebote belegen die Relevanz und Effizienz der bestehenden Strukturen.

Vor diesem Hintergrund ist die kontinuierliche Absicherung und Weiterentwicklung der Angebote nicht nur fachlich geboten, sondern auch im Sinne eines nachhaltigen und wirtschaftlichen Mitteleinsatzes erforderlich. Frühzeitige Intervention, Stabilisierung und Begleitung tragen dazu bei, kostenintensivere Folgemaßnahmen zu vermeiden und andere Hilfesysteme zu entlasten.

Die Suchtkrankenhilfe erfüllt damit eine zentrale Funktion innerhalb der regionalen Versorgungsstruktur und leistet einen wesentlichen Beitrag zur gesundheitlichen und sozialen Stabilität der Bevölkerung.



Dr. Patrick Ehnis
 Präventionsberater
 Telefon:
 0421 89 32 33
 Mail:
 patrick.ehnis@release-netz.de

Betriebliche Suchtprävention: Langjährige Kontinuität und neue Kooperationen

release e.V. kann auf eine langjährige Erfahrung beim Thema betriebliche Suchtprävention zurückblicken. Das Angebot reicht von Grundausbildungen zur betrieblichen Ansprechperson Sucht, über Führungskräfteworkshops und Suchtprävention für Beschäftigte bis hin zur Beratungsleistungen bei der Einführung oder Überarbeitung einer Betriebs- oder Dienstvereinbarung.

Unsere Fachstelle ist u.a. seit über 25 Jahren zuständig für die Grundausbildung der betrieblichen Ansprechpersonen Sucht von IKEA Deutschland. Mit sehr guter Resonanz konnte in diesem Jahr eine weitere Ausbildungsgruppe erfolgreich entlassen werden. Motivierte Kolleginnen und Kollegen, die eine wichtige Funktion in ihren Häusern übernehmen werden.



2025
 Den neuen Ausbildungsgang zum Thema:
 „Betriebliche Handlungskompetenzen stärken“,
 haben die Teilnehmenden erfolgreich abgeschlossen

Betriebliche Handlungskompetenzen stärken

„Wir übernehmen wichtige Funktionen in der Präventionsbegleitung. Das kommt den Kollegen:innen in den Häusern zugute.“

Präventionskompetenzen sollen gestärkt und vermittelt werden

Vorträge in den Medien und neue Unternehmens-Partnerschaften haben die Notwendigkeit von Präventions-Arbeit weiterhin etabliert

Ziel ist es, diese betriebliche Suchtpräventions-Kompetenz noch stärker im Landkreis zu verankern. Release freut sich daher über verlässliche Kooperationsvereinbarungen mit Gemeinden oder Betrieben. Hierfür ist u.a. geplant, ein jährliches Reflexionstreffen vor Ort zu realisieren, um einen kollegialen überbetrieblichen Austausch über konkrete Anliegen zu ermöglichen. In diesem Jahr kam eine Kooperation mit der Krankenkasse hkk hinzu. Das freut uns sehr. Die release Angebote werden für teilnehmende Betriebe als Leistung innerhalb des hkk Angebots „Betriebliches Gesundheitsmanagement“ gefördert.



2025
 Immer mehr Unternehmen erkennen und wünschen die Vorteile von präventiven Maßnahmen



2025
 Die VHS war eine weitere Station zur Verankerung von Präventionsarbeit in den Gemeinden

Zahlen in Kürze

2025 führte release 84 zum Teil mehrtägige, suchtpreventive Maßnahmen durch. Mit den Workshops, Elternabenden, Fortbildungen, Beratungen und Vorträgen wurden insgesamt 1995 Personen erreicht. Acht Maßnahmen fanden digital statt. 59 Veranstaltungen fanden im schulischen Kontext statt. Insgesamt konnten so 1601 Kinder- und Jugendliche im Landkreis erreicht werden. Einen Schwerpunkt bildete auch in diesem Jahr die betriebliche Suchtprävention. Im betrieblichen Kontext fanden 32 Maßnahmen statt. Daneben wurden auch Workshops für Lehrkräfte, Schulsozialarbeiter*innen und pädagogischem Personal in der Kinder- und Jugendhilfe angeboten. Insgesamt konnten so 394 Multiplikator*innen erreicht werden.

PRÄVENTION	2025	2024
Endadressaten	1601	1225
Multiplikatoren	394	394
GESAMT	1995	1619

Mediensucht-Prävention bekommt einen immer höheren Stellenwert

Einen besonderen Schwerpunkt stellte 2025 jedoch das Thema Medien dar. 43 Veranstaltungen berührten dieses Thema. Überwiegend ging es in der Umsetzung der Maßnahmen nicht allein um Suchtmittel, sondern auch um Lebenskompetenzen.

Zwischen 3 und 5% der Kinder und Jugendlichen nutzen ihr Smartphone pathologisch, so eine Studie der DAK. Etwa 25% nutzten Social Media riskant oder problematisch. Der Bedarf an Prävention scheint offensichtlich. Das release in diesem Bereich mehr Veranstaltungen durchführen konnte, gelang nur, weil verstärkt auch auf Teamer*innen gesetzt werden konnte, die gegen Honorar Präventionsmaßnahmen umsetzen. Möglich wurde dies u.a. durch eine Förderung der Stiftung Abriporta, die interne Qualifizierungsmaßnahmen in diesem

Bereich ermöglichte. Insbesondere die Medientage in den fünften und sechsten Klassen konnten so gezielt ausgebaut werden. Für die qualifizierte Durchführung sei vor allem Carla Böger und Jana Heins ausdrücklich gedankt. Darüber hinaus gab es auch Medienprojekte für Grundschulen und Auszubildende.

Leider ist ein solch verstärktes Engagement abhängig von Förderungen. Release versucht aber auch im nächsten Jahr das Angebot aufrechtzuhalten, denn gerade das Thema Medien ist für Kinder und Jugendliche und ihre Eltern eines mit zunehmender Bedeutung.

STUHR

Gesund aufwachsen mit Medien
Vortrag der Reihe Werkstatt Erziehung morgen in der Grundschule Brinkum



Ein gesondertes Angebot

Alkohol, Tabak und Cannabis. Mit evidenzbasierten und evaluierten Programmen hat release hier ein überzeugendes Angebot.

Für Vapes und E-Zigaretten konnte in diesem Jahr ein gesondertes Angebot entwickelt werden. Während die Zigaretten- und Tabaknutzung über die letzten Jahre rückläufig war, haben Vapes und E-Zigaretten steigende Zahlen und sind nicht zuletzt auch für Jugendliche attraktiv.

Hand in Hand für Norddeutschland – Leben ohne Sucht

In der diesjährigen Spendenaktion Hand in Hand für Norddeutschland sammelte der NDR für den Paritätischen Dachverband unter dem Motto „Leben ohne Sucht“. Auch eine Präventionsveranstaltung von release wurde medial begleitet. Ein social-Media Team vom NDR filmte über 90 Minuten unsere Präventionsfachkraft bei der Umsetzung eines 1000-Schätze Moduls aus unserem Lebenskompetenzprogramm für Grundschulen.

Herausgekommen ist ein etwa 90-Sekunden (!) Beitrag zum Thema Suchtprävention in der Grundschule. Eine interessante Erfahrung. Vielen Dank an dieser Stelle an die Eltern, Kinder und Verantwortlichen der Grundschule Brinkum, die die Filmaufnahmen ermöglichten.

Die Teilnahme an der Hand in Hand Spendenkampagne erlaubte es release, Projektanträge für Spendengelder zu stellen und so hoffentlich die Finanzierung für die Prävention im nächsten Jahr weiter zu sichern und zu stärken.

2025
Ein öffentlich rechtlicher Sender strahlte unsere Arbeit in einem Beitrag aus.
Er zeigte die hohe Gewichtung von Prävention



Mehr, als wünschenswert . . .

. . . eine verlässliche Grundfinanzierung statt Projektfinanzierung

So lobenswert und wichtig Aktionen wie Hand in Hand für Norddeutschland oder auch Projektförderungen durch Stiftungen oder persönliche Spenden sind, bleibt es ein Grundproblem, dass die Suchtprävention keine ausreichende Finanzierung erfährt. Alle öffentlichen Zuwendungen zusammen sichern für release noch nicht mal eine volle Präventionsstelle. Gerade beim Thema Sucht braucht es jedoch verlässliche und kontinuierliche Angebote. Projektförderungen folgen leider ihrer eigenen Logik. Es können in einem Jahr Angebote gemacht werden, die im nächsten Jahr dann aufgrund fehlender Finanzierung nicht mehr durchgeführt werden können. In diesem Jahr traf es erneut den Versuch, eine Ferienfreizeit anzubieten. Leider gelang es uns so nicht, ein spezielles Angebot für Kinder aus suchtbelasteten Familien zu machen. Dies ist insofern besonders bedauerlich, weil Kinder aus suchtbelasteten Familien statistisch gesehen die Gruppe sind, die am wahrscheinlichsten selbst eine Suchtkrankheit entwickeln.



Petra Flemig
 Klinische Psychologin
 Suchttherapie und Beratung
 Telefon:
 0421 89 32 33
 Mail:
 p.flemig@release-netz.de

Schnittmengen hervorheben und sichtbar machen

In diesem Beitrag sollen Gemeinsamkeiten und Ergänzungen hervorgehoben werden. Es soll hier der inhaltliche und soziale Kontext von Reha und Selbsthilfe einer kurzen Betrachtung unterzogen werden.

Streng vertraulich

Sowohl in den Reha- als auch in den Selbsthilfegruppen werden Erfahrungen von Solidarität und gegenseitiger Unterstützung gemacht. Beide verpflichten sich, die Personen und ihre Beiträge nicht zu bewerten und bieten damit einen geschützten Raum und Rahmen für einen offenen Austausch. Relevante Themen, biografische Ereignisse und Erfahrungen werden in der Behandlung und der Selbsthilfe miteinander geteilt und dringen nicht nach außen.

Die Therapie ist zeitlich begrenzt, kann aber dort ergänzen, vertiefen und professionell helfen, wo die Selbsthilfe möglicherweise an Grenzen stößt. Unterstützung und Kontinuität ohne zeitliche Begrenzung kann hingegen die Selbsthilfe bieten und wird damit zu etwas wiederkehrendem im Alltag der Teilnehmenden oder, um bildlich zu sprechen, zu so etwas wie einem sicheren Hafen oder auch einem Anker in stürmischen Verhältnissen.

Zugehörigkeit schafft Freiräume

Zahlreiche Studien zur Wirkweise von Selbsthilfe weisen darauf hin, dass Selbsthilfegruppen einen für die Genesung und Aufrechterhaltung der Gesundheit signifikanten Effekt haben. Die Bedürfnisse nach Zugehörigkeit und Bindung können in der Selbsthilfe befriedigt werden. Sie ermöglicht Begegnungen und schafft einen Raum, in dem keine Erwartungen an soziale Rollen erfüllt werden müssen. Die Selbsthilfe fördert die soziale Kompetenz, die Selbstreflexion und kommunikative Fähigkeiten. Jährliche Rituale und die regelmäßige Teilnahme stärken den Zusammenhalt und wirken identitätsbildend. Die Selbsthilfe bildet einen Anteil des Individuums ab und das Individuum einen Teil der Selbsthilfe.

Selbsthilfe unterstützt die Therapieziele

Ein wiederkehrendes relevantes Thema stellt die Selbsthilfe in der Behandlung dar.

Regelmäßig besuchen engagierte Vertreterinnen und Vertreter der Selbsthilfe unsere Reha Gruppen. In dem lebendigen und sehr persönlichen Austausch finden Begegnungen statt und wird das Interesse der Rehabilitandinnen und Rehabilitanden an der Selbsthilfe geweckt. Nicht wenige haben sich bereits einer Gruppe angeschlossen. Die Hilfen, die den Teilnehmenden in der Selbsthilfe zur Verfügung gestellt werden, sind in anderen Kontexten kaum leistbar.

Selbsthilfe entlastet damit auch die Behandlung. Denn viele Therapieziele benötigen ein soziales Übungsfeld, in dem sich die Teilnehmenden ausprobieren können.

Hafen oder auch ein Anker in stürmischen Verhältnissen.

Auswertungen aus dem Jahr 2025

Im Jahr 2025 hat es in der Reha eine größere Entlassungswelle gegeben. Viele Rehabilitandinnen und Rehabilitanden, die sich über einen längeren Zeitraum begleitet haben, wurden recht zeitnah aus der Reha entlassen.

Somit gabe es größere Veränderungen in der Zusammensetzung der Gruppen: 28 Rehabilitanden wurden entlassen, davon wurden 5 aus dem Jahr 2023 übernommen und 15 aus dem Jahr 2024, sowie 8 Rehabilitanden, die 2025 aufgenommen und wieder entlassen wurden.

Zahlen in Kürze

AMBULANTE REHABILITATION	2025	2024
Arbeitsfähig entlassen	20	17
Verrentet	3	0
Behandlung abgebrochen	5	6
Behandlung dauert an	16	32
GESAMT	44	55

Verweildauer

in der Reha von 28 Rehabilitanden, die 2025 entlassen worden sind:

12 Personen 0,5 Jahr

3 Personen 1,0 Jahr

13 Personen 1,5 Jahre



Nils Tecklenborg
 Diplom Sozialarbeiter
 Koordinator
 Telefon:
 0176-62304752
 Mail:
 n.tecklenborg@release-netz.de

Neustart in die Selbstbestimmung

Im ABW sind wir ein gemischtes Team aus fünf Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern und verstehen uns als Assistenten unserer Klienten, die dort unterstützen, wo diese Unterstützung benötigen. Die Hilfe kann je nach Einzelfall ganz unterschiedlich aussehen und beinhaltet unter anderem die Unterstützung bei Behördenangelegenheiten, die Begleitung zu Ärzten, den Aufbau einer Tagesstruktur, die Pflege sozialer Kontakte und vieles mehr.

Unser Angebot des Ambulant Betreuten Wohnens (ABW) der Eingliederungshilfe richtet sich an suchtkranke Menschen, die aufgrund eines langjährigen Suchtmittelgebrauchs unter dessen Folgen leiden und Unterstützung im Alltag benötigen. Die Betreuung orientiert sich immer am individuellen Hilfebedarf des Einzelnen.

Wir besuchen unsere Klienten größtenteils in ihrer eigenen Wohnung, so dass wir große Strecken mit dem Auto hinter uns bringen müssen. In Zeiten, in denen das Geld immer knapper wird, führt dies zu einem erhöhten Kostenfaktor, den release nur zum Teil vom Kostenträger zurückerstattet bekommt. Getreu dem Motto „Hilfe zur Selbsthilfe“ ist es aus unserer Sicht jedoch wichtig, die weiten Wege auch weiterhin auf uns zu nehmen, um unseren Klientinnen und Klienten nicht nur theoretische Werkzeuge an die Hand zu geben, sondern ganz praktisch dort zu unterstützen, wo sie leben. Denn unser Ziel ist es, die Selbstständigkeit und Eigenverantwortung jedes Einzelnen zu fördern und sie darin zu bestärken, ihr Leben wieder eigenständig zu gestalten.

Teamwork

Anke Gerken
 Diplom Sozialpädagogin

Axel Heil
 Suchtberater

Michael Krienert
 Diplom Sozialarbeiter

Team-Mobil-Nr.:
 0176 62 304 752

Zahlen in Kürze

AMBULANT BETREUTES WOHNEN	2025	2024
Neu aufgenommene Personen	4	6
Arbeitsverhältnis aufgenommen	0	0
Verstorbene Personen	0	2
Altersdurchschnitt	50 Jahre	52 Jahre
Weibliche Personen	8	8
Männliche Personen	13	12
GESAMT	21	20

Eine Tagesstätte für: Zurück ins normale Leben

Die reta-Tagesstätte im Bahnhof in Bassum ist ein Treffpunkt für psychisch- und suchterkrankte Menschen mit einem erhöhten Unterstützungsbedarf. Ziel der Arbeit ist es, den Teilnehmenden eine verlässliche Alltagsstruktur zu vermitteln, lebenspraktische Fähigkeiten zu fördern und sie bei der schrittweisen Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu unterstützen.



**Wir freuen uns,
zuversichtlich in die Zukunft blicken zu können**

Das Jahr 2025 war insgesamt von einer stabilen und positiven Entwicklung geprägt. Die Angebote der Tagesstätte wurden kontinuierlich genutzt und weiterentwickelt. Besonders hervorzuheben ist die zunehmende Aktivierung der Teilnehmenden im Alltag sowie die wachsende Bereitschaft, sich in Projekte und gemeinschaftliche Aktivitäten einzubringen.

Ein klar strukturierter Tagesablauf bildet die Basis der Arbeit in unserer Tagesstätte. Jeder Tag beginnt mit einer gemeinsamen Runde, in der aktuelle Themen besprochen und der Tagesablauf geplant wird. Diese Struktur bietet Orientierung und Sicherheit.

Treffpunkt Werkstatt

Ein besonderer Schwerpunkt lag im Werkstattbereich. Hier entstanden unter anderem Insektenhotels und Vogelfutterhäuser, die sowohl innerhalb der Einrichtung als auch extern auf ein großes Interesse stießen und viele Abnehmer fanden.

Darüber hinaus wurden kreative Projekte wie das Färben von T-Shirts oder die Gestaltung von Frühstücksbrettchen umgesetzt.

Im Nähstübchen konnten individuelle Arbeiten realisiert werden – darunter Handytaschen, Kissenbezüge sowie Änderungen und Reparaturen an Kleidung. Diese Angebote ermöglichen es den Teilnehmenden, praktische Fähigkeiten zu entwickeln und eigene Ideen umzusetzen.

Symphatisch emphatisch

*Die hochqualifizierten
Kollegen:innen
unseres reta-Teams
stehen allen
Teilnehmer:innen
bei der Umsetzung
ihrer Projekte
emphatisch zur Seite.*



*Die Kombination aus Insektenhotel
und Vogelfutterhaus
kam bei vielen sehr gut an*

*Praktisch gemacht und schön dazu
Das Kräuterhochbeet findet
Anklang
Besonders, wenn gekocht wird*



Immer wieder gut:

Zuerst gemeinsam kochen, dann gemeinsam essen

Ein weiterer zentraler Bestandteil ist das gemeinsame Kochen. In der Tagesstättenküche werden Mahlzeiten geplant, dafür eingekauft und gemeinsam zubereitet. Dabei werden wichtige alltagspraktische Kompetenzen wie Haushaltsführung, Umgang mit Lebensmitteln und nachhaltiges Wirtschaften vermittelt.

Unsere Herangehensweisen haben gut geklappt

Die positive Entwicklung zeigt sich auch in den Teilnehmerzahlen:

Während im Jahr 2024 fünf Personen das Angebot nutzten, stieg die Zahl im Jahr 2025 auf sieben Teilnehmende. Zusätzlich liegen seit dem Spätsommer sechs weitere Anträge vor.

Die Gewinnung neuer Teilnehmender erfolgte im Jahr 2025 vor allem über bestehende Strukturen und die gute Zusammenarbeit innerhalb des Trägers. Die interne Vernetzung funktionierte verlässlich und trug dazu bei, interessierte Personen an die Tagesstätte heranzuführen und erste Kontakte zu ermöglichen.

Hierbei boten Hospitationstage eine wichtige Möglichkeit, unsere Tagesstätte kennenzulernen und Vertrauen aufzubauen. Hier bilden wir nach wie vor ein großes Alleinstellungsmerkmal, in dem die Teilnehmenden bis zur Genehmigung Anbindung bei uns finden.

Auch die Möglichkeit für Bürgergeldempfänger, einen Antrag zu stellen, erweitert den Zugang zur Tagesstätte. Das Geschlechterverhältnis hat sich im Vergleich zum Vorjahr verändert (2025: fünf Männer, zwei Frauen), und das Durchschnittsalter ist auf etwa 25 Jahre gesunken.

Wir wollen etwas bewegen

Unsere reta-Tagesstätte hat sich im Jahr 2025 als ein verlässlicher Ort etabliert, der Struktur, Orientierung und Entwicklungsmöglichkeiten für unsere Besucher:innen bietet.

Mit den geplanten Weiterentwicklungen im Jahr 2026 sollen diese Ansätze weiter gestärkt und neue Perspektiven für die Teilnehmenden eröffnet werden.

Nach vorne schauen, und es kommt Bewegung ins Spiel

Für das Jahr 2026 sind mehrere Weiterentwicklungen geplant. Ein Schwerpunkt liegt auf dem Ausbau des Bewegungsangebots, unter anderem durch eine Kooperation mit dem Bassumer Hallenschwimmbad.

Alle packen mit an

Auch räumliche Veränderungen sind vorgesehen: Die Tagesstätte soll gemeinsam mit den Teilnehmenden weiter gestaltet und funktional verbessert werden, um eine noch angenehmere und alltagsnahe Umgebung zu schaffen.

Gelebte Teilhabe

Seit Januar 2026 wird das Team im Haushalts- und Küchenbereich durch unsere Fachkraft Juliane Koschade aus dem Gastronomie- und Hotelfach ergänzt, die neue Impulse in die praktische Arbeit einbringt.

Wir netzwerken weiter . . .

Ein zentraler Entwicklungsschwerpunkt unter der neuen Gesamtleitung ist zudem der Ausbau der externen Vernetzung. Ziel ist es, über die bisherigen Strukturen hinaus ein tragfähiges Netzwerk mit Kooperationspartnern aufzubauen und zu intensivieren – beispielsweise mit dem Jobcenter, dem Landkreis sowie weiteren Institutionen im psychosozialen Bereich.

Dadurch sollen Teilnehmende künftig noch gezielter unterstützt und passgenaue Perspektiven entwickelt werden.

Offen für alle

Darüber hinaus ist geplant, die Tagesstätte stärker als offenen Begegnungsort zu nutzen. In Verbindung mit Veranstaltungen – etwa im Rahmen von Angeboten des Café Pause – sollen auch Teilnehmende aus Selbsthilfegruppen und weitere Interessierte eingebunden werden. Die vorhandenen Räumlichkeiten bieten hierfür eine gute Grundlage, die im kommenden Jahr weiter ausgebaut werden soll.

Los geht's:
Gelerntes zum
Wiedereinstieg in einen
neuen Job anwenden



Plus-Perspektiven

Menschen mit Suchterfahrungen haben es nicht immer leicht, wieder im Arbeitsmarkt Fuß zu fassen. Darum unterstützten wir seit Juli 2025 parallel zum Angebot der Tagesstätte Bassum mit unserem Projekt „reta plus“ Menschen, die sich Unterstützung bei der beruflichen Eingliederung wünschten – und konzentrierten uns hier besonders auf den gastronomischen Bereich. Reta plus ist durch LEADER finanziert und in Zusammenarbeit mit dem Jobcenter und regionalen sozialen Einrichtungen realisiert.

Gemeinsam konnten wir interessierte Teilnehmer erreichen, die sich in der Küche der Tagesstätte unter Anleitung des Küchenmeisters praktisches und theoretisches Wissen über die Arbeit in Restaurants aneigneten und gleichzeitig täglich frisch kochten – mit einem reichhaltigen und abwechslungsreichen Portfolio an Speisen. Auch das gemeinsame Einkaufen und die Lagerung der Lebensmittel waren Teil des Programms, genau wie Hygienevorgaben und Verhalten im Kundenkontakt.

Zusätzlich bekamen unsere Teilnehmer Unterstützung beim Erstellen ihrer Bewerbungen und Lebensläufe sowie Begleitung zu Vorstellungsgesprächen bei lokalen Praktikumsbetrieben. Ein Teilnehmer absolvierte ein sehr erfolgreiches Praktikum im Hotel und Café Frida in Bassum und konnte dabei in Küche und Gastraum hineinschnuppern. Er erwägt nun eine Ausbildung zum Hotelfachmann. Auch unsere anderen Teilnehmer konnten Fortschritte in ihrer beruflichen (Wieder-) Eingliederung verzeichnen und bewarben sich gleich auf mehrere regionale Stellen.

Unser Team

Ursula de Graaff
Erzieherin
Anke Gerken
Diplom Sozialarbeiterin
Juliane Koschade
Hauswirtschafterin
Tim Stender
Ergotherapeut
Erik Walsemann
Diplom Sozialpädagoge
Fon:
04241 92 10 88 7

Nachgefragt . . .

Wie hat dir reta plus bisher weitergeholfen?

reta plus hat mir dabei geholfen, eine bessere Tagesstruktur zu bekommen. Außerdem war die Erfahrung sehr gut für meine Berufsorientierung – ich konnte viel über mich selbst lernen.

Wie geht es dir, seit du an dem Projekt teilnimmst?

Es geht mir besser. Der tägliche Kontakt hilft mir, im Alltag besser klar zu kommen. Meine psychische Verfassung ist immer noch belastend, aber ich fühle mich stabiler.

Was planst du im Anschluss an reta plus?

Ich möchte im Sommer eine Ausbildung anfangen. Dafür schreiben wir jetzt gerade Bewerbungen.

Neu im Team für RETA+

Mona Brümmer
Juliane Koschade
Fon: 04241 92 10 88 7



release ist eine anerkannte Schwangeren- und Schwangerschaftskonflikt-Beratungsstelle

Angebot der Selbsthilfegruppe Release Stuhr-Brinkum



release bietet 2026 zuzüglich zu den festen Gruppenterminen in unseren Fachstellen mehrere Selbsthilfe-Veranstaltungen an

Respektvolle Ansprache mit sensibler Beratung

Wir geben konkrete Hilfestellung

Die Schwangerschaftskonfliktberatung bei release ist seit vielen Jahren eine anerkannte und verlässliche Anlaufstelle für Frauen in schwierigen Lebenssituationen. Im Rahmen der gesetzlich geregelten Konfliktberatung stellen wir den für einen Schwangerschaftsabbruch erforderlichen Beratungsnachweis aus.

Beratung wird in allen Fachstellen angeboten

Aktuell bieten wir die Schwangerschaftskonfliktberatung an allen Standorten an: in Stuhr-Brinkum, Bassum, Weyhe-Leeste, Syke und Bruchhausen-Vilsen.

Unser Team besteht aus vier qualifizierten Mitarbeiterinnen, die Frauen professionell, vertraulich und ergebnisoffen begleiten. Durch regelmäßige Fortbildungen sowie eine enge Vernetzung im Landkreis Diepholz stellen wir sicher, dass unsere Beratung stets auf dem aktuellen fachlichen Stand ist und regionale Unterstützungsangebote optimal einbezogen werden können.

Über grundlegende Reformen wurde diskutiert

Im Jahr 2025 wurde auf politischer Ebene intensiv über eine mögliche Reform oder Abschaffung des § 218 diskutiert. Im Zentrum der Debatte stand unter anderem die Frage, ob die verpflichtende Schwangerschaftskonfliktberatung weiterhin bestehen bleiben soll oder ob Frauen künftig ohne diesen gesetzlich vorgeschriebenen Schritt eine Entscheidung treffen können.

Trotz der umfassenden gesellschaftlichen und politischen Diskussionen wurde letztlich keine grundlegende Reform beschlossen. Insbesondere die Beratungspflicht blieb bestehen und ist weiterhin ein fester Bestandteil der gesetzlichen Regelung. Damit bleibt die Schwangerschaftskonfliktberatung auch künftig ein wichtiger und verpflichtender Baustein im Entscheidungsprozess.

Vor diesem Hintergrund setzen wir unsere Arbeit unverändert fort und stehen Frauen weiterhin unterstützend, respektvoll und kompetent zur Seite.

Der Selbsthilfe-Gedanke will gelebt werden

Selbsthilfe als soziale Bewegung

Der Verein release wurde 1970 von sozial engagierten Menschen, zu denen auch unser Ehrenmitglied, der Arzt Dr. Eberhard Hesse gehörte, gegründet. Im Laufe der Jahre entstanden bei release viele, viele Selbsthilfegruppen als ein wesentlicher Baustein unserer Arbeit. Alles das fiel zusammen mit der Entwicklung der Selbsthilfebewegung, die sich als eine Alternativ- oder sogar Gegenbewegung in Kritik an und Abgrenzung von etablierten Systemen der gesundheitlichen und sozialen Versorgung, die von Fachleuten wie den „Halbgöttern in Weiß“ dominiert wurden und den Betroffenen wenig Mitsprache einräumten, verstand.

Sie war eine von etlichen „sozialen Bewegungen“ aus den „nach 68er“ Jahren (neben z.B. Frauen-, Friedens- und Umweltbewegung), in denen sich Menschen emanzipieren wollten von herkömmlichen, oft autoritären Verhältnissen. Seither ist „die Selbsthilfe“ in der Mitte der Gesellschaft angekommen, hat einen ausgesprochen guten Klang und wird im Allgemeinen positiv bewertet.

Definition von Selbsthilfegruppen

Der Fachverband Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. verabschiedete 1987 folgender Text, der heute noch sehr gut zur Orientierung dienen kann:

„Selbsthilfegruppen sind freiwillige, meist lose Zusammenschlüsse von Menschen, deren Aktivitäten sich auf die gemeinsame Bewältigung von Krankheiten, psychischen oder sozialen Problemen richten, von denen sie – entweder selber oder als Angehörige – betroffen sind. Sie wollen mit ihrer Arbeit keinen Gewinn erwirtschaften. Ihr Ziel ist eine Veränderung ihrer persönlichen Lebensumstände und häufig auch ein Hineinwirken in ihr soziales und politisches Umfeld. In der regelmäßigen, oft wöchentlichen Gruppenarbeit betonen sie Authentizität, Gleichberechtigung, gemeinsames Gespräch und gegenseitige Hilfe. Die Gruppe ist dabei ein Mittel, die äußere (soziale, gesellschaftliche) und die innere (persönliche, seelische) Isolation aufzuheben. Die Ziele von Selbsthilfegruppen richten sich vor allem auf ihre Mitglieder und nicht auf Außenstehende; darin unterscheiden sie sich von anderen Formen des Bürgerengagements. Selbsthilfegruppen werden nicht von professionellen Helfern geleitet; manche ziehen jedoch gelegentlich Experten zu bestimmten Fragestellungen hinzu.“

SELBSTHILFE

Ein Interview mit einem Besucher unserer Selbsthilfe-Gruppen

- release:** Können sich sie daran erinnern, wann sie das erste Mal Kontakt mit der Selbsthilfegruppe aufgenommen haben?
Das war Anfang 2021. Im Mai des Jahres bin ich zu Hause zusammengebrochen. Ich wurde dann in ein Krankenhaus gebracht. Ich wusste, dass der Alkohol, der zunehmend zum Problem geworden war, ursächlich für meinen Zusammenbruch war. Zu diesem Zeitpunkt ist es mir jedoch schwer gefallen, mir meine Suchterkrankung einzugestehen. Ich hatte die Hoffnung, dass mich die Ärzte im Krankenhaus auf meine Suchterkrankung ansprechen würden. Allerdings ist diese dort nicht aufgefallen.
- release:** Hatten sie selbst Schwierigkeiten, sich ihre Suchterkrankung einzugestehen?
Ja, lange Zeit. Ich habe gedacht, dass es nicht so schlimm sei. Mein Leben hat ja auch noch funktioniert. Ich bin meiner Arbeit nachgegangen und war gesellschaftlich integriert. Kurz vor meinem Zusammenbruch habe ich die Kontrolle zunehmend verloren. Ich habe bereits morgens getrunken und körperliche Entzugserscheinungen wurden spürbar.
- release:** Wie lange haben sie rückblickend problematisch getrunken?
Ca. 35 Jahre lang.
- release:** Wie ist es nach ihrem Krankenhausaufenthalt weiter gegangen?
Dort hat man eine Depression diagnostiziert und mir eine Psychotherapie empfohlen. Nach längerer Suche fand ich Mitte 2021 einen Therapeuten. Von meiner Suchterkrankung wusste der Therapeut jedoch nichts und ich klärte ihn aus Scham auch nicht darüber auf. Ich hatte die Hoffnung, dass ich die Suchterkrankung allein in den Griff bekommen würde.
- release:** Warum haben sie sich einer Selbsthilfegruppe angeschlossen?
Mir wurde bewusst, dass die Suchterkrankung nicht ohne Hilfe verschwinden wird und das ich Hilfe benötige. Ich kam auf die Idee, mir eine Selbsthilfegruppe anzuschauen. Zu diesem Zeitpunkt habe ich noch getrunken. Als ich dort ankam, war ich erleichtert, dass die Menschen nicht den gesellschaftlichen Vorurteilen entsprachen. Ich habe mich sofort verstanden und gesehen gefühlt, was mir dabei half, meine Schamgefühle zu reduzieren. Folgend gelang es mir, mich meinem Therapeuten zu öffnen, so dass wir aktiv an der Bewältigung der Suchterkrankung arbeiten konnten. Hätte ich mich nicht für eine Abstinenz entschieden, hätte die Therapie beendet werden müssen.
- release:** Wissen sie, warum sie suchtkrank geworden sind?
Ja. Der Alkohol war wie ein Medikament. Ich war in meiner Familie prägenden Ereignissen ausgesetzt. Ich habe zwar gelernt hilfsbereit zu sein, Leistung zu zeigen und über meine eigenen Grenzen zu gehen, aber gut für mich sorgen, um Hilfe zu bitten und

Grenzen setzen konnte ich nicht. Ich wurde depressiv und fühlte mich wertlos. Alkohol half zunächst, führte jedoch zu einer Verschlimmerung meiner Probleme, so dass es mir immer schlechter ging.

- release:** In welcher Selbsthilfegruppe sind sie aktiv?
Ich besuche regelmäßig die release Selbsthilfegruppe am Standort Stuhr.
- release:** Wieviele Teilnehmer hat die Selbsthilfegruppe?
Die Selbsthilfegruppe wird derzeit von ca. 10-14 Teilnehmern besucht.
- release:** Ist die Selbsthilfegruppe thematisch auf ein Suchtmittel begrenzt?
Nein, wir arbeiten substanzübergreifend. Nicht das Suchtmittel, sondern die Gründe für den Konsum stehen im Vordergrund.
- release:** Würden sie sagen, dass es Unterschiede zwischen therapeutischen Angeboten und Angeboten der Selbsthilfe gibt?
Ja, die gibt es. Die Therapie hat mir geholfen, zu verstehen, warum ich suchtkrank geworden bin. Hier standen frühe und/oder prägende Lebensereignisse im Vordergrund, die ich mit meinem Therapeuten aufgearbeitet habe. Die Selbsthilfe ist für mich ein soziales Übungsfeld. Ich kann mich ausprobieren und neue Erfahrungen im Umgang mit anderen machen. Zum Beispiel: „Nein“ sagen üben. Außerdem fühle ich mich dort verstanden. Die anderen Teilnehmer wissen, wie sich Suchtdruck und Schamgefühle bzgl. der Suchterkrankung anfühlen. Mit manchem Teilnehmen pflege ich mittlerweile ein gutes freundschaftliches Verhältnis. Außerdem kann man eine Selbsthilfegruppe dauerhaft besuchen. Eine Therapie endet irgendwann, die Suchterkrankung bleibt ein Leben lang, auch wenn man abstinent lebt. Eine Selbsthilfegruppe hilft Betroffenen dabei, achtsam und wachsam zu bleiben.
- release:** Möchten Sie dem Leser noch etwas Wichtiges sagen?
*Ja, zwei Sachen möchte ich noch sagen:
„Traut euch, probiert verschiedene Selbsthilfegruppen aus und stattet den Gruppen mehrere Besuche ab, bevor ihr euch entscheidet“ . . . und:
„Entscheidet euch für eine Abstinenz. Am Anfang ist es schwer und manchmal vermisst man das Suchtmittel, aber es wird immer besser und irgendwann ist die Abstinenz ein großes Geschenk!“*

Ein aufrichtiges Dankeschön . . .

. . . für Ihre Offenheit, dass sie sich bereit erklärt haben, den Leser:innen unseres Jahresberichtes einen Einblick in ihre Krankheitsgeschichte zu geben! Damit helfen sie Menschen, Selbsthilfe als eine Möglichkeit wahrzunehmen, die ein Aufbruch aus ihrem persönlichen Dilemma sein kann.



Zusammenhalt in einem kleinen Team. . .

Das Jahr 2025 war für den Standort Stuhr-Brinkum ein Jahr voller Bewegung, Herausforderungen und spürbarer Entwicklung.

Im Mittelpunkt stand dabei vor allem eines:

Das gemeinsame Arbeiten als Team und die Frage, wie wir unsere Abläufe, Angebote und Strukturen weiter stärken können.



Von links nach rechts:

Annegret Terwitte

Petra Flemig

Dr. Patrick Ehnis

Susanne Thiemann

Ilona Drescher

Erik Walsemann (nicht auf dem Foto)

Bereit, Verantwortung zu übernehmen

Im Team Brinkum war das Jahr 2025 geprägt von einem Mix aus Kontinuität und Veränderung. Nachdem die Leitung wieder von Frau Marion Bödeker übernommen wurde, musste das Team zunächst zur Ruhe kommen. Überdies fielen durch längere Krankheit Kolleg:innen im Bereich Suchtberatung und Prävention aus.

Im erstgenannten Bereich mussten wir uns neu abstimmen, um weiterhin kurze Wartezeiten für Termine zu gewährleisten. Gleichzeitig zeigte sich gerade in anspruchsvollen Phasen ein großer Zusammenhalt: Die Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen und sich gegenseitig zu unterstützen, war ein entscheidender Faktor dafür, dass wir als Standort stabil durch das Jahr gekommen sind.

Im August hat Frau Susanne Thiemann die Gesamtleitung als Nachfolgerin von Frau Bödeker übernommen.

Spezifische Herausforderungen in Stuhr-Brinkum

Im Mitgliederbereich ergaben sich nur geringe Veränderungen. Gleichzeitig ist eine deutliche Zurückhaltung gegenüber neuen Vereinsmitgliedschaften erkennbar. Während frühere Klientinnen und Klienten oder deren Angehörige ihre Wertschätzung für die Arbeit des Vereins häufig durch einen Beitritt ausdrückten, ist diese Entwicklung inzwischen rückläufig.



Der alte Brinkumer Bahnhof

STUHR . BRINKUM

Das Durchschnittsalter der Mitglieder beträgt derzeit rund 69 Jahre.

Die Bemühungen, neue Ehrenamtliche sowie Interessierte für die Vorstandsarbeit zu gewinnen, blieb auch im Berichtsjahr weitgehend ohne den erhofften Erfolg.

Dies gilt trotz der gezielter Aktivitäten, darunter ein vom Vorstand im Vorjahr initiiertes Ehrenamtsevent.

Konkrete Arbeit in vielen Bereichen

In den unterschiedlichen Arbeitsbereichen wurde 2025 in Brinkum viel umgesetzt: Im operativen Alltag lag der Fokus auf der Sicherstellung stabiler Abläufe und der Weiterentwicklung von Routinen.

- In der Zusammenarbeit mit unseren Kooperationspartnern, wie dem Syker JobCenter, den Rentenversicherungsträgern sowie anderen Leistungsträgern wurden Kontakte gestärkt und ausgebaut.
- In der internen Organisation ging es darum, Zuständigkeiten klarer zu definieren und Schnittstellen besser zu gestalten, um das kleine Team weiter am Laufen zu halten. Es gelang uns Wartezeiten in der Beratung gering zu halten.
- Inhaltlich wurden bestehende Angebote weitergeführt (MPU), gleichzeitig aber auch neue Impulse gesetzt, um auf aktuelle Bedarfe, wie gute Erreichbarkeit, besser reagieren zu können.
- Die Anzahl an Beratungsanfragen war unverändert im Vergleich zum Vorjahr. Die Anträge für Schwangerenberatung im Bereich Mutter und Kind blieb konstant. Vermehrt wurden zudem Gesprächstermine für den späten Nachmittag von Berufstätigen nachgefragt.
- Seit 20 Jahren trifft sich in Brinkum eine Selbsthilfegruppe. Erfreulicherweise hat sich im Frühjahr eine weitere SHG gegründet, auf Initiative der Klienten:innen der ambulanten Reha. In der Gründungsphase wurde die Gruppe von Herrn Erik Walsemann unterstützt. Getroffen wird sich im Gruppenraum am **Donnerstag, 18:00 Uhr** und vormittags, was für ältere Teilnehmer:innen passender ist, **am Freitag um 10:00 Uhr**. Bei Interesse kann man ohne Anmeldung an diesen Terminen teilnehmen.

„Snacken und Schnacken...“

Unser niedrigschwelliges Angebot im Café Consido

Das Café Consido erfreute sich einer hohen Besucherzahl, insbesondere mittwochs, wenn die ambulante Rehagruppe nach ihrer Therapiesitzung zum gemütlichen Ausklang ins Café einkehrte.

Der Betrieb wird vollständig von ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern getragen.



Täglich, in der Zeit von 10:00 bis 13:00 Uhr werden ein kleines Frühstück sowie heiße Getränke angeboten.

Darüber hinaus finden regelmäßig besondere Aktionen statt. Zudem wird der gemeinschaftliche Aspekt durch regelmäßige Kochaktionen gestärkt, bei denen gemeinsam gegrillt oder themenbezogen gekocht wird.

In den Sommermonaten steht ein überdachter Außenbereich zur Verfügung, der zum gemeinsamen Frühstück im Garten einlädt. Um diesen Bereich weiterhin attraktiv und nutzbar zu gestalten, werden jedoch zusätzliche Fördermit-

tel bzw. Spenden benötigt, insbesondere für die Erneuerung der Bestuhlung auf der Terrasse.

Das Angebot im Café Consido ist bewusst niedrigschwellig gestaltet:

Die Gäste kommen ohne vorherige Anmeldung und haben die Möglichkeit, sich nach Interesse, aktiv in die Abläufe einzubringen. Bei Veranstaltungen wie dem traditionellen Flohmarkt unterstützen alle ehrenamtlich Engagierten gemeinsam den Cafébetrieb.

release
0421 89 32 33

Ansprechpartner für Menschen in Not

Susanne Thiemann s.thiemann@release-netz.de

Als Gesamtleiterin von release hat Frau Thiemann alles im Blick. Das Arbeiten auf Augenhöhe mit dem gesamten Team ist eines ihrer großen Anliegen.

Dr. Patrick Ehnis patrick.ehnis@release-netz.de

In Sachen schulische und betriebliche Suchtprävention entwickelt Herr Ehnis bedürfnis- und themenorientierte Konzepte, die er in Workshops und Seminaren mit Kompetenz sowie dem notwendigen Feingefühl umsetzt.

Ilona Drescher i.drescher@release-netz.de

Bei Frau Drescher laufen in der Verwaltung „alle Fäden zusammen“. Mit ihrem ausgeprägten Organisationstalent und einer engagierter Öffentlichkeitsarbeit unterstützt Frau Drescher unser gesamtes Netzwerk.

Petra Flemig p.flemig@release-netz.de

Unsere Klinische Psychologin setzt ihr Knowhow in der Suchttherapie und Beratung ein. Dabei geht sie individuellen Prozessen auf den Grund und begleitet Menschen in der ambulanten Rehabilitation.

Erik Walsemann e.walsemann@release-netz.de

Herr Walsemann ist Diplom Sozialpädagoge und leistet bei unseren Kernaufgaben fundierte Beratungsarbeit in der Suchttherapie.

Annegret Terwite a.terwite@release-netz.de

Als Diplom Sozialpädagogin ist Frau Terwite seit vielen Jahren in allen Bereichen der psychosozialen Beratungsangebote eine kompetente Unterstützerin für unser Team und unsere Klienten.

Kontakt Daten in Stuhr . Brinkum

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 – 14:00 Uhr
Montag + Dienstag und nach Vereinbarung 14:00 – 17:00 Uhr

Offene Selbsthilfegruppe

Donnerstag ohne Anmeldung 18:00 Uhr
Freitag ohne Anmeldung 10:30 Uhr

Ambulante Therapiegruppe für Abhängigkeitskranke

Montag 18:00 Uhr
Mittwoch 10:30 Uhr

Zahlen in Kürze

ANZAHL DER KLIENTEN	2025	2024
Weiblich	101	92
Männlich	151	141
Divers	0	0
Klienten insgesamt	252	233

Jahr für Jahr,
immer wieder gerne . . .



Unser Begegnungsflohmarkt wurde 43 . . .

. . . und hat nichts an Anziehungskraft verloren. Sein buntes Markttreiben lud am 23. August rund um den alten Brinkumer Bahnhof zum Stöbern, Feilschen, Genießen, Snacken und Schnacken ein.



Schon lange mit von der Partie:
„Stangenkürbisbrot“ der Brinkumer
Traditionsbäckerei Brüne Meyer



Aus Norderney angereist:
Die Band wir:so!
sorgte für musikalische Unterhaltung
und kam bei den Besuchern,
unter ihnen der Stuhler Bürgermeister
Stephan Korte, gut an



Unsere Fachstelle im Haus der Hilfe in Syke

Syke . Bruchhausen Vilsen

Eine breite Beratungspalette

In den Beratungsstellen Syke und Bruchhausen-Vilsen werden folgende Beratungsangebote durchgeführt:

Suchtberatung, Angehörigenberatung, psychosoziale Begleitung, Schwangerenberatung und Schwangerenkonfliktberatung. In Bruchhausen Vilsen wird darüber hinaus die Wohnungslosenhilfeberatung angeboten.

In der Beratungsstelle Syke wird jeden Dienstag in der Zeit von 09.30 bis 11:00 Uhr eine angeleitete Angehörigengruppe angeboten. Hier kann jede/jeder Angehörige ohne Anmeldung nach Zeit und Bedarf teilnehmen. Die Teilnahme ist kostenlos.

Hilfe für Angehörige

Das Angebot der Angehörigengruppe wird von den Betroffenen mal langfristiger, teilweise nach Bedarf oder nur 1 bis 2 Mal genutzt. Die Teilnehmenden nutzen die Gruppe zum Austausch und erhalten Anregungen, wie sie mit den meist belastenden Situationen durch das suchtkranke Familienmitglied, trotzdem auf eine ausreichende Selbstsorge achten können und einen guten Umgang mit der Suchtproblematik im Familienalltag finden.

Für Angehörige besteht auch die Möglichkeit, sich im Rahmen der Suchtberatung in Einzelgesprächen beraten zu lassen.

Die Suchtberatung nimmt einen hohen Stellenwert ein

Einen großen Teil der Beratungsangebote nimmt die Suchtberatung ein. In die Beratung kommen die Menschen mit unterschiedlichen Bedürfnissen. Bei einigen geht es zunächst darum, dass sie sich darüber klar werden wollen, ob eine Abhängigkeit besteht. Bei anderen wiederum ist eindeutig, dass eine Suchtproblematik besteht. Hier geht es darum, zu erarbeiten, wie die Betroffenen ihre Abhängigkeitsproblematik überwinden können. Bei einigen reichen mehrere Einzelberatungsgespräche aus, andere nehmen an der Selbsthilfegruppe, die in den Räumen der Beratungsstelle stattfindet, teil.

Bei den meisten ist eine medizinische Rehabilitation erforderlich. Über den Verlauf einer REHA-Maßnahme, über geeignete Kliniken und der Antragstellung werden die KlientInnen beraten und informiert und bei der Antragstellung unterstützt. Die ratsuchenden Personen können das Angebot der Beratungsstellen mehrfach und je nach Bedarf nutzen.

Beispielsweise kam Herr S., ein 41jähriger berufstätiger Vater über mehrere Jahre immer wieder Mal in die Beratungsstelle. Er hatte versucht aus eigenem Antrieb und durch die Teilnahme an der Selbsthilfegruppe, seine Abhängigkeitsproblematik zu überwinden. Dies ist ihm nicht gelungen, daher hat er sich 2025 für eine stationäre medizinische Rehabilitationsbehandlung entschieden. Die Therapie hat Herr S. erfolgreich abgeschlossen; er ist seitdem abstinent. Um seine Abstinenz weiter zu vertiefen und zu erhalten, nimmt Herr S. weitere Beratungsgespräche im Rahmen der ambulanten Suchtnachsorge in unserer Beratungsstelle wahr.

Psychosoziale Beratung

Bei der Psychosozialen Beratung in den Fachstellen Syke und Bruchhausen-Vilsen geht es um eine Kooperation mit dem Jobcenter Syke. Klientinnen des Jobcenter werden hier zu den unterschiedlichsten Themen beraten und unterstützt. Hier geht es auch oft um die Themen Sucht und psychische Erkrankung. Die Klientinnen werden vom Jobcenter Syke vermittelt. Es wird von dort eine Betreuungsempfehlung ausgestellt.

Das Angebot der Schwangerenberatung / Schwangerenkonfliktberatung wird ebenfalls in beiden Beratungsstellen von Frauen in den unterschiedlichsten Lebenssituationen genutzt.

In der Beratung wird auf einen wertschätzenden und gleichberechtigten Umgang geachtet. Es wird individuelle Bedürfnisse und die Persönlichkeit der Ratsuchenden eingegangen und nach passenden Lösungen gesucht.

Selbsthilfgruppe

In Bruchhausen-Vilsen findet jeden Montag von 19:00 bis 20:30 Uhr in den Räumen der Beratungsstelle eine Selbsthilfgruppe statt. Die Teilnahme ist unverbindlich, jede/jeder kann ohne Anmeldung teilnehmen.

Wenn Wohnungslosigkeit droht

Zwischen der Gemeinde Bruchhausen-Vilsen und der release Beratungsstelle BruVi besteht eine Vereinbarung, dass Menschen der Gemeinde BruVi, die von Wohnungslosigkeit betroffen oder von Wohnungslosigkeit bedroht sind, Unterstützung und Beratung finden. Im Jahr 2025 nahmen 7 Personen dieses Angebot in Anspruch. Davon wurden 5 Personen in neue Wohnformen vermittelt.

Zahlen in Kürze

SYKE		
Anzahl der Klienten	2025	2024
Weiblich	38	37
Männlich	51	46
Klienten insgesamt	89	83

BRUCHHAUSEN-VILSEN		
Anzahl der Klienten	2025	2024
Weiblich	34	29
Männlich	30	29
Klienten insgesamt	64	58

Präsenz und Fachwissen vermitteln Vertrauen

Um in der Öffentlichkeit präsent zu sein, nehmen die Mitarbeiterinnen der Fachstellen an verschiedenen Arbeitskreisen und Veranstaltungen in der jeweiligen Gemeinde teil. Die Kooperation und Kontakte mit Fachkliniken, Ärzten und anderen Fachstellen ist für eine gute Beratung und Unterstützung hilfreich und erforderlich.

Auf dem neusten Stand bleiben

Um auch zukünftig für die Menschen mit ihren unterschiedlichen Hilfebedarfen als zuverlässige Fachstelle vor Ort zur Verfügung zu stehen, erscheinen mehr Öffnungszeiten der Fachstellen sinnvoll. Um immer gut und aktuell informiert für die Beratungsarbeit zur Verfügung zu stehen, ist eine kontinuierliche Weiterbildung der BeraterInnen, der Einsatz von digitalen Medien und die Zusammenarbeit mit den verschiedenen Kooperationsstellen als Perspektive erstrebenswert.

Kontakt Daten in Syke

Bremer Weg 2	28857 Syke
Telefon	04242 60 433
Mail:	info@release-netz.de
Net	www.release-netz.de
Sprechzeiten	
Montag + Dienstag	14:00 – 17:00 Uhr und nach Vereinbarung
Ansprechpartnerinnen	
Anke Gerken	Diplom Sozialpädagogin Sozialarbeiterin, Beratung
Nicole Prehn	Sozialarbeiterin

In Bruchhausen-Vilsen

Bassumer Straße 2a	27305 Bruchhausen-Vilsen
Telefon	04252 15 41
Mail:	info@release-netz.de
Net	www.release-netz.de
Sprechzeiten	
Montag	13:00 – 19:00 Uhr
Mittwoch	9:00 – 13:00 Uhr sowie nach Vereinbarung
Ansprechpartnerin	
Anke Gerken	Diplom Sozialpädagogin Sozialarbeiterin, Beratung



Bassum

Direkte Anbindung

Die Fachstelle Bassum befindet sich gut erreichbar im Bahnhofsgebäude in Bassum. Die Aufgabe der Fachstelle ist die Beratung und Begleitung von Betroffenen und deren Angehörigen, die Vermittlung in weitergehende Hilfeangebote und die Substitutionsbegleitung von Opiatabhängigen.

Im Rahmen der Substitutionsbegleitung arbeiten wir eng mit Herr Dr. Lanzendörfer vor Ort zusammen.

Ein Café für die Seele

An die Fachstelle ist neben der „reta-Tagesstätte zur Förderung und Integration suchtkranker Menschen“, auch das „Café-Pause“ angegliedert.

Das Café lädt zum Verweilen ein und bietet die Möglichkeit zum regen Austausch der Besucher der Fachstelle und Interessierte.

Neben den Öffnungszeiten der Fachstelle, wird das Café **montags um 19:00 Uhr** von der ortsansässigen Selbsthilfegruppe besucht.

Hier sind Menschen mit Suchterkrankungen und Angehörige von Suchterkrankten willkommen. Für eine Teilnahme an der Selbsthilfegruppe ist eine Anmeldung nicht erforderlich.

Das Bassumer Team freut sich über . . .

... im Jahr 2025 gab es an Standort Bassum im Arbeitsfeld der Suchtberatung und psychosoziale Substitutionsbegleitung personelle Veränderungen.

Seit November 2025 unterstützen Frau Gerken und Herr Walsemann das Team der Fachstelle.

Treffpunkt Café Pause



Pause vom Stress des Alltags

Einmal abschalten, den Kopf frei kriegen. Am besten geht das mit einer kleinen Auszeit im Café Pause. Hier treffen sich Menschen auf einen kurzen Schnack, manchmal auch auf ein längeres Gespräch.

Wenn dann der Kaffee auch noch schön heiß ist, fühlt sich die Welt wieder ein bisschen besser an.

Zusätzlich:

Montags um 19:00 Uhr

lädt die ortsansässige Selbsthilfegruppe Menschen ein, ihr Sorgen und Nöte miteinander zu teilen.

Kontaktdaten in Bassum

Am Bahnhof 1 27211 Bassum

Telefon

04241 92 10 823

Mail

info@release-netz.de

Net

www.release-netz.de

Sprechzeiten

Montag

10:00 - 16:00 Uhr

Dienstag

13:00 - 18:00 Uhr

Mittwoch

9:00 - 13:00 Uhr

Offene Selbsthilfegruppe

Montag

19:00 Uhr

Unterstützung für das Bassumer Team



Erik Walsemann e.walsemann@release-netz.de

Diplom Sozialpädagoge, Suchttherapie und Beratung

04241 92 10 823

Anke Gerken a.gerken@release-netz.de

Diplom Sozialpädagogin, Sozialarbeiterin und Beratung

04252 15 41

Zahlen in Kürze

BASSUM	2025	2024
Anzahl der Klienten		
Weiblich	28	21
Männlich	55	44
Klienten insgesamt	83	65

Weyhe . Leeste

Helga Friemel

Suchtberaterin . Telefon . 0421 89 50 50

Mail . h.friemel@release.netz.de



Wir sind einfach da

Die Fachstelle ist seit vielen Jahren ein fester Bestandteil der sozialen Infrastruktur in der Gemeinde Weyhe und arbeitet eng mit verschiedenen lokalen Akteurinnen und Akteuren zusammen.

Diese gute Vernetzung bildet eine wichtige Grundlage für die Weiterentwicklung unserer Angebote und für eine bedarfsgerechte Unterstützung der Ratsuchenden vor Ort.

Unser Beratungsangebot bleibt konstant

Das Angebot der Fachstelle in Weyhe konnte auch im Jahr 2025 in der bewährten Form fortgeführt werden. Das Leistungsspektrum reicht von Erst- und Beratungsgesprächen für Betroffene und Angehörige über die Vermittlung in weiterführende therapeutische Hilfen bis hin zu begleitenden Nachsorgegesprächen. Ein besonderer Schwerpunkt der Arbeit liegt weiterhin in den Problembereichen Alkohol- und Medikamentenkonsum.

Darüber hinaus gehört auch die Schwangerschaftskonfliktberatung zum Angebot unserer Fachstelle. Ratsuchende erhalten hier eine ergebnisoffene Beratung sowie Unterstützung bei der Klärung persönlicher, sozialer und rechtlicher Fragen in belastenden Lebenssituationen.

Die Rahmenbedingungen sind nicht optimal

Gleichzeitig stellt die derzeitige räumliche Situation eine Herausforderung dar. Die Fachstelle ist ausschließlich über eine Außentreppe erreichbar und damit nicht barrierefrei zugänglich.

Aufgrund der baulichen Gegebenheiten – unter anderem der sehr schmalen Treppe – sind Anpassungen am aktuellen Standort leider nicht möglich. Vor diesem Hintergrund wurde bereits im Jahr 2025 intensiv nach alternativen Räumlichkeiten gesucht. Erste Gespräche mit möglichen Vermietern sowie Ortsbegehungen haben stattgefunden. Die Gemeinde Weyhe unterstützt diesen Prozess und hat ihre Hilfe bei der Suche nach geeigneten, barrierefreien Räumlichkeiten zugesagt.

45 Jahre Selbsthilfe in Leeste

Ein wichtiger Bestandteil unserer Arbeit in Weyhe ist zudem die Selbsthilfegruppe Leeste. Diese konnte im Jahr 2025 ein kleines Jubiläum feiern: Seit mittlerweile 45 Jahren finden die Treffen regelmäßig montags statt. Die Gruppe tagte zunächst in der Leester Straße 44, später in der Hauptstraße 55 und seit 1995 in den Räumen der Fachstelle in der Leester Straße 95. Die sogenannte „Montagsgruppe“ trifft sich seit ihrer Gründung kontinuierlich am gleichen Wochentag und ohne Unterbrechungen – ein außergewöhnliches Zeichen für Verlässlichkeit und Engagement, auf das wir sehr stolz sind.

Der Ausblick

Für das Jahr 2026 ist neben der Suche nach geeigneten, barrierefreien Räumlichkeiten auch eine inhaltliche Weiterentwicklung des Angebots am Standort Weyhe vorgesehen. Ziel ist es, die bestehenden Beratungsangebote weiter auszubauen und zusätzliche Unterstützungsformate zu entwickeln.

Dabei soll insbesondere die enge Zusammenarbeit mit der Gemeinde Weyhe sowie mit lokalen Netzwerkpartnerinnen und -partnern weiter intensiviert werden. Gemeinsam sollen neue Möglichkeiten der Prävention, Beratung und Unterstützung für unterschiedliche Zielgruppen geschaffen werden. Erste Ideen und Planungen für eine Erweiterung des Angebots befinden sich bereits in Vorbereitung

Kontakt Daten in Weyhe

Leester Straße 95 28244 Weyhe

Telefon

0421 89 50 50

Mail

info@release-netz.de

Net

www.release-netz.de

Sprechzeiten

Montag

9:00 – 11:00 Uhr

Donnerstag

15:30 – 19:30 Uhr

Offene Selbsthilfegruppe

Montag

20:00 Uhr

Zahlen in Kürze

WEYHE		
Anzahl der Klienten	2025	2024
Weiblich	22	19
Männlich	27	26
Klienten insgesamt	49	45

Hinweis: Insgesamt wurden 98 Menschen aus Weyhe betreut, davon 49 Personen in unserer Fachstelle Stuhr.

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

Es gibt weiterhin viel zu tun, und wir bleiben dran



Der Vorstand von links nach rechts:

Gernot Braatz

Uwe Agena

Ingo Kupillas

Uta Amelung

Michael Elsner

Susanne Thiemann

Alexandre Peruzzo

Wilfrid Sondag

Anne Kaupisch nicht auf dem Foto

Immer wieder im Einsatz für die Menschen unserer Gemeinden



Gemeinsam für eine gute Sache



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



Niedersächsisches Landesamt
für Soziales, Jugend und Familie



Landkreis Diepholz
... gut miteinander leben.



Stadt Bassum



SYKE



GEMEINDE WEYHE



ZEB IHR BILDUNGSPARTNER

Aktion
MENSCH

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: freepik,

Seite 4: freepik,

Seite 22: Pixabay

Seite 28: 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 2026