

# Sabine Heimes nach 40 Jahren im Ruhestand Mit Rat und Tat für Frauen im Einsatz

Von Chrismie Fehrmann

---



40 JAHREN LANG LEITETE SABINE HEIMES DIE BERATUNGSSTELLE „RAT UND HILFE“ DES SOZIALDIENSTES KATHOLISCHER FRAUEN (SKF). FOTO: ANDREAS BISCHOF

Seit 40 Jahren leitet Sabine Heimes die Beratungsstelle „Rat und Hilfe“ des Sozialdienstes katholischer Frauen (SkF). In dieser Zeit sind Angebot und Nachfrage immer größer geworden. Sie weiß: Alleinerziehende Mütter haben es schwer. Die heute 65-Jährige hat stets mit Tatkraft, Sachverstand und oftmals auch mit viel Humor geholfen, manch schweres Schicksal zu mildern. Jetzt geht sie in den Ruhestand und wurde in einer Feierstunde mit prominenten Gästen in der Pax-Christi-Kirche verabschiedet.

Die Beratungsstelle ist in Heimes' Zeit sozusagen von Null auf Hundert gegangen, die Zahl der Klientinnen von 47 auf 660 im Jahr angewachsen. „Ungezählte Umzüge“ brachten den immer wieder benötigten Platz fürs umfangreiche Angebot des Erfolgsmodells, das heute im Haus der Region am Dionysiusplatz untergebracht ist. Sie alleine hat in den vier Jahrzehnten rund 6000 Frauen betreut. Zuerst war die Sozialpädagogin alleine zuständig, betrat Neuland. Nun gibt es noch vier Mitarbeiterinnen. Man bedenke: „Es war gerade drei Jahre her, dass Männer nicht mehr bestimmten, ob die Frauen arbeiten oder ein eigenes Kontor haben durften“, erinnert sich Heimes an die Anfänge. „Ich kam damals aus dem Jugendamt der Stadt Viersen und hatte den Entschluss gefasst, dass Verwaltungsabläufe mein Leben nicht bestimmen sollten.“ Sie übernahm in Krefeld beim SkF eine Stelle, die vorher stets wechselnde Leiterinnen hatte und die sie sich selbst erobern und mit Leben füllen musste. Das gelang. „Mit jedem Fall lernte ich hinzu.“ Sie steht voll hinter der Aufgabe, die Frauen in schwierigen Situationen nicht nur zu beraten, sondern auch praktische Hilfen an die Hand zu geben und den Weg, wie es laufen kann, aufzuzeigen. „Das war besonders in den Jahren von 2015 bis 2017 stressig, als die vielen Flüchtlingsfrauen kamen, oftmals schwanger waren und die Sprache nicht verstanden.“ Heimes arbeitet in ihrer Stelle mit Arabisch sprechenden Dolmetscherinnen, mit Hebammen und viel Know How. „Wir helfen Anträge auszufüllen und bei der Kita-Suche oder Tagespflege, vermitteln finanzielle Hilfen oder Krankenschwestern oder bringen die Frauen in unserem Café zusammen.“ Kurz: Der SkF bietet umfassende Information, individuelle Beratung und konkrete Hilfe vor, während und nach einer Schwangerschaft bis zum dritten Lebensjahr des Kindes an. Das kostenlose Beratungsangebot ist unabhängig von Geschlecht, Nationalität, Kultur, Religion und Weltanschauung. Es gibt den Frauen nicht weniger als Lebensperspektiven. Die Schicksale sind vielfältig. „Da gab es die aktive Krankenschwester, die ihr drittes Kind nicht bekommen wollte. Der Mann war dafür. Sie entschied sich – dem Mann zuliebe – gegen den Abbruch und wurde von ihm drei Monate nach der Geburt alleine gelassen. Da galt es, den Unterhalt einzufordern.“ Oder: Viele junge Frauen wünschen sich eine Familie, bekommen ein Kind, um den Freud zur Heirat zu „überreden“, und stehen dann schnell alleine da. Ebenso ist es, wenn die Frau ein Kind bekommt, um den Mann

zu halten. Heimes: „Das geht meistens schief.“ Es sei heute glücklicherweise nicht mehr solch ein großer Makel, alleinerziehend zu sein, sagt Heimes weiter. Durch Prävention, den „frühen Hilfen“, versuchen es die engagierten Frauen, es erst gar nicht zu den „Fällen“ kommen zu lassen, den Kreis zu durchbrechen. „Wir möchten, dass die Frauen erst gar nicht in ein Loch fallen, aus dem wir sie wieder herausholen müssen.“ Und ganz wichtig: „Es galt damals wie heute, den Frauen vor allem Selbstbewusstsein zu geben.“

---