

KWA in Bewegung: mit Frank Thömmes und einer neuen Pflegeschule im Landkreis München

„Wer länger sitzt, ist früher tot“

Die KWA Vorstände Dr. Stefan Arend und Horst Schmieder konnten beim Neujahrsempfang viele Gäste sowie die Aufsichtsräte Wolf-Dieter Krause und Professor Dr. Roland Schmidt begrüßen.

Unterhaching, 25. Januar 2018. – Der Star des Abends kam in Jeans, Pulli und Sportschuhen: Frank Thömmes. Der Diplom-Sportlehrer und DFB-Fußballlehrer ist in Firmen und Institutionen durch Fachvorträge und Seminare zu moderner Gesundheitsförderung weltweit bekannt, zudem als Buchautor; in der Region München außerdem als Cheftrainer im Nachwuchsleistungszentrum der Spielervereinigung Unterhaching. „Wer länger sitzt, ist früher tot“ – mit diesem Hammer stieg er in seinen Vortrag ein und brachte damit die Gäste des KWA Neujahrsempfangs gleich mal in Bewegung: Etliche drängten nach hinten. Doch entgegen ihrer Erwartung wurde nicht zum Vor- oder Mitturnen aufgefordert. Es wurde einfach ein packender Vortrag, der unter anderem dazu animierte, sich viel zu bewegen und Bequemlichkeit zu vermeiden. Dazu brauche man weder ein Sportgerät noch eine Sportstätte.

Ihn selbst habe das Leben der Eltern nachdenklich gestimmt. Beide hätten sich schlecht ernährt, zudem geraucht und viel Stress gehabt. Weder der Vater noch die Mutter konnten den 70. Geburtstag feiern, verstarben mit Mitte 60. Die Großmutter hingegen sei zwanzig Jahre älter geworden. Auch wenn die Lebenserwartung stetig steigt: Thömmes' Einschätzung nach ist es heute schwerer, alt zu werden. Arbeit ist heute ganz anders als noch vor 50 Jahren – er sieht die Digitalisierung als „das“ Problem. „Sie arbeiten mehr, bewegen sich weniger. Und wer sich nicht bewegt, fängt an, sich zu verändern. Zunächst werden die Muskeln schwächer, dann Gelenke und Knochen. Später dann auch das Herz-Kreislauf-System und die Gefäße.“ Und am Ende lasse auch die Leistung des Gehirns nach.

Schlüssel für besseres Altern: intensive und regelmäßige Bewegung, die mit Spaß verbunden ist

Viele Berufstätige haben längst erkannt, dass sie sich im Alltag zu wenig bewegen und gehen abends ins Fitness-Studio. Doch manchen Fitness-Studio-Gängern sei der Capuccino und das ganze Drumherum wichtiger als der Sport selbst. Das ist für Frank Thömmes ein Horrorszenario. „Wenn Sie sich nicht anstrengen wollen, profitieren Sie auch nicht. – Suchen Sie sich Sachen, die Ihnen Spaß machen und mit viel Bewegung verbunden sind.“ Sich intensiv und regelmäßig zu bewegen – darin liegt für ihn der Schlüssel zu Fitness und Gesundheit. Er versprach dem Publikum: „Mit Bewegung werden Sie besser altern!“ Dazu brauche man aber nicht unbedingt ein Fitness-Studio. Dass man sich auch ohne besonderen Aufwand fit halten beziehungsweise fit machen kann, zeigt Thömmes im Buch „Wer länger sitzt, ist früher tot“ mit mehr als 40 Übungen, die sich auch fürs Büro eignen.

Um eben diese Botschaft in die KWA Welt zu tragen, hatte der KWA Vorstand Frank Thömmes für den KWA Neujahrsempfang engagiert. Neben Gesundheit, Zufriedenheit, Mut, Kreativität, Durchhaltevermögen und Freude am Gestalten in der täglichen Arbeit wünschte KWA Vorstand Dr. Stefan Arend auch im Namen seines Vorstandkollegen Horst Schmieder allen Mitarbeitern und Gästen „weniger Rauchen, weniger Stress, mehr Zeit für die Familie – und genug Bewegung, auch am Arbeitsplatz.“

Bei KWA im Fokus des Jahres 2018: Mitarbeiter, Immobilien – und eine neue Altenpflegeschule

Arend sieht KWA in einer Aufbruchsstimmung, konstatierte: „Wir sind in Bewegung.“ Im Wirtschaftsplan 2018 seien neben vielen kleineren Aufgabenstellungen vor allem zwei Schwerpunkte enthalten: die weitere Ertüchtigung vorhandener Immobilien und der Bereich Mitarbeiter – dazu gebe es mehrere konkrete Projekte. Um die Pflegeausbildung in Bezug auf den schulischen Part zu sichern, wird KWA noch in diesem Herbst in Haar eine Altenpflegeschule eröffnen, zunächst in Interimsräumen. Die Weichen dazu werden bereits gestellt. In diesem Zusammenhang begrüßte der KWA Vorstand als neue Mitarbeiterin die künftige Schulleiterin Heidemarie Schrötter. Nicht nur KWA Auszubildende, sondern auch Auszubildende von anderen Trägern können sich bei KWA für die Altenpflegeschule anmelden. Weitere Informationen dazu wird es in Kürze geben.

Doch man habe nicht nur den Nachwuchs im Blick, sondern werde auch vieles andere tun, um KWA Mitarbeitern gute Perspektiven zu bieten und neue Mitarbeiter zu gewinnen. Dazu werde man sich neben der weiteren Verbesserung der Arbeitsbedingungen auch mit einer Pflegeleitbildentwicklung, auf KWA zugeschnittene Personalmarketingmaßnahmen und der Prozessentwicklung befassen. Dass man im vergangenen Jahr nicht alle offenen Stellen besetzen konnte, sei ein großer Wermutstropfen im sonst sehr erfolgreichen Geschäftsjahr. Noch vor ein paar Jahren war der Wettbewerb um Mitarbeiter auf Ballungszentren beschränkt, doch inzwischen gebe es auch in kleineren Städten und in allen Arbeitsbereichen einen regelrechten Wettbewerb um Personal, wobei vor allem Pflege ein besonders umkämpfter Arbeitsmarkt sei. Eine Erhebung der Agentur für Arbeit habe gezeigt, dass es in Deutschland durchschnittlich 167 Tage dauert bis eine Stelle in der Altenpflege wiederbesetzt ist.

Eine Auswirkung der Pflegereform: Mehr Menschen bekommen Leistungen, teils jedoch niedrigere

Eine andere große Herausforderung im Jahr 2017 waren die ganzen mit der Pflegereform verbundenen Änderungen. Die Umsetzung der neuen Anforderungen sei bei KWA im Großen und Ganzen sehr gut gelungen, obwohl es eine sehr tiefgreifende Reform war, die in alle Arbeitsbereiche hineinwirkte. Eine überraschende Erkenntnis, die sich im Lauf des Jahres herauskristallisierte: Obwohl versprochen war, dass mit der Reform alles besser werde, trifft dies nur bedingt zu. Seit der Einführung der Pflegegrade bekommen zwar mehr Menschen Leistungen aus der Pflegekasse als vorher. Aber die Höhe der Leistungen sei teils zurückgegangen. Gerade einmal 2 % aller Menschen mit Pflegegrad haben die höchste Einstufung – den Pflegegrad 5.

Das erstaunte so manchen Zuhörer im Publikum. Unter den Gästen die KWA Aufsichtsräte Wolf-Dieter Krause und Prof. Dr. Roland Schmidt, eine Reihe von Geschäftspartnern sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Hauptverwaltung, Stiftsdirektorinnen und -direktoren von verschiedenen KWA Standorten und auch einige Stiftsbewohnerinnen und –bewohner. Das Monaco Swing Trio mit Julia Hornung am Kontrabass, Daniel Fischer an der Gitarre und Jakob Lakner an Klarinette beziehungsweise Saxophon unterhielt mit Gypsy und Swing sowie Klezmer und Weltmusik – viele Stücke aus dem Album „Marais“.

Pressekontakt:

KWA Kuratorium Wohnen im Alter
Sieglinde Hankele
Biberger Str. 50
82008 Unterhaching

Tel. 089 66558-565
Fax 089 66558-547
E-Mail: hankele-sieglinde@kwa.de
Website: www.kwa.de