

Pressemitteilung

KWA Stift am Parksee feiert 30. Geburtstag

Grußworte und Festansprache

Unterhaching, 16. Mai 2014. – „Wie müsste denn ein Haus aussehen, in dem wir selbst gerne wohnen würden?“ – Diese Frage hat den Gründer von KWA Hermann Beckmann vor allem beschäftigt und dem Entwurf eines neuartigen Konzepts für Wohnen im Alter vorangestellt – laut Stiftdirektorin Gabriele Franke-Lechner, die den Festakt zu 30 Jahre KWA Stift am Parksee mit einer Begrüßung eröffnet hatte. „Maximale Individualität solange wie möglich, Begleitung und Stütze wo nötig“ sei die Antwort gewesen und die Initialzündung für alle KWA Häuser, innovative Wohnformen zu entwickeln, die älteren Menschen ein selbstbestimmtes Leben ganz nach ihren Wünschen und Bedürfnissen ermöglichen. Doch was ist nach 30 Jahren KWA Stift am Parksee daraus geworden?

„Beckmanns Leitidee der individuellen Freiheit spüren wir auch heute noch in jedem Winkel unseres Hauses“, sagte Franke-Lechner und ergänzte: „Hier sind wir daheim, im Originalton: Do bin i dahoam!“ Das sei ein kostbares Gut. Heimatgefühl vermittele Sicherheit. Überdies prägen Begegnungen den Tagesablauf im Stift. Der Philosoph Martin Buber habe beobachtet, dass Menschen sich oft an der Vergangenheit festhalten. Er möchte Menschen jedoch ermutigen, durch Begegnungen mit anderen mehr Gegenwart, mehr Neuanfang zu wagen. Buber sagt: „Alt sein ist eine herrliche Sache, wenn man nicht verlernt hat anzufangen.“ Laut Franke-Lechner erfüllt die Offenheit für Neuanfänge das Haus. Und der Geist des kreativen Gestaltens von Begegnungen im Alltag durch vielfältige kulturelle Veranstaltungen wecke auch das Interesse der Menschen im Umfeld des Hauses.

KWA Vorstand Dr. Stefan Arend: Auch Hundertjährige finden ihr Leben lebenswert

„Was für ein schöner Tag“, mit diesen Worten überbrachte KWA Vorstand Dr. Stefan Arend die Glückwünsche „der ganzen KWA-Familie“ zum 30. Geburtstag und bedankte sich für die Umsetzung der Visionen vor 30 Jahren in Unterhaching bei den „Pionieren von KWA“, allen voran beim anwesenden „Herrn Direktor Beckmann“.

Auch wenn sich in 30 Jahren in der Branche einiges getan habe, möchte KWA bis heute den unterschiedlichen Bedarfen und Bedürfnissen einer älter werdenden Gesellschaft mit einem differenzierten Angebot gerecht werden, betonte Arend. „Leben so wie ich es will“, sei das KWA Motto und das spiegle sich im KWA Stift am Parksee in exzellenter Weise wider. Die ganze Bandbreite von selbstständigem, barrierefreiem Wohnen, über hauswirtschaftliche Dienste, über Hilfestellungen durch den ambulanten Dienst bis hin zur Pflege bei Schwerstpflegebedürftigkeit werde sichergestellt, „hier im Haus mit einem einzigartigen gerontopsychiatrischen Schwerpunkt“, abgerundet von gastronomischen Angeboten, Restaurant, Café und vielen kulturellen Angeboten, und auch Möglichkeiten, sich sportlich zu betätigen – verbunden mit nachhaltig konstruierten Sorgestrukturen. Das Konzept sei modern wie nie zuvor. In Zeiten, in denen eher über Standardisierungen und Rationierungen von Gesundheits- und Pflegeleistungen nachgedacht werde, denn über Differenzierung, sei das Haus eine hochmoderne Einrichtung.

Arend bedankte sich bei den Bewohnern des Wohn- und Pflegestifts für die Identifikation mit dem Haus, beim Stiftsbeirat für das außergewöhnliche Engagement. Franke-Lechner, ihren Mitarbeitern, „allen guten Geistern“ dankte er für ihr Engagement zum Wohl der Bewohner, zu dem „neben aller Professionalität auch ein großes Herz“ gehöre. Auch dem Betriebsrat, der im Parkstift ja mit der Vorsitzenden des Gesamtbetriebsrats Peggy Schade vertreten ist, dankte der Vorstand ausdrücklich. Arends Dank richtete sich zudem an die Gemeinde Unterhaching, an Nachbarn und Bürger des Ortes, an den Landkreis München, und an alle Vertreter des öffentlichen Lebens, die das Haus unterstützen.

Der KWA Vorstand trug aber auch seine Gedanken zum Alter und zum Altern vor: basierend auf dem Buch „Alternde Gesellschaft – eine Bedrohung?“ des Heidelberger Gerontologen Andreas Kruse. Hier einige Kernaussagen: Das Lebensalter allein sagt nichts, aber auch gar nichts über Leistungsfähigkeit aus. Pflege ist nur ein Aspekt des Alters und des Alterns. Der Anstieg der Zahl der Pflegebedürftigen auf nunmehr 2,5 Millionen Menschen ist einzig und allein demografisch begründet. Die Wahrscheinlichkeit dafür, in einem bestimmten Alter pflegebedürftig zu werden, ist in den letzten 12 Jahren nicht gestiegen. Auch Hundertjährige haben Ziele und eine positive Zukunftsperspektive. Und: Die „Heidelberger Hundertjährigen-Studie“ zeigt, dass zwar sämtliche Betrachtete Gesundheitsprobleme haben. Aber: Eine erstaunlich große Anzahl der Hundertjährigen ist mit dem Leben zufrieden und findet ihr Leben lebenswert.

Landrat Christoph Göbel: „Die Idee, die KWA trägt, muss weiterverfolgt werden“

Im Namen des Landkreises München gratulierte Landrat Christoph Göbel zum Geburtstag – „ein junger Geburtstag eigentlich!“ – und zur „benedictenwerten Lage dieser Oase am Parksee“. Mit einem „Campus der Ruhe und Geborgenheit“ habe KWA schon vor 30 Jahren erkannt, dass es bei der Frage von Altenwohnen und Altenpflege nicht um eine Last geht und nicht um eine Optimierung beim Einsatz von Personal, Material und Kosten, sondern umgekehrt darum, all denjenigen, die die Gesellschaft über Jahrzehnte hinweg aufgebaut und geprägt haben, ein Zuhause zu geben. „Diejenigen, die unser größter Schatz sind, sollen mitten im Ort, in einem Schloss am Park, am schönsten Platz zu Hause sein“, sagt Göbel.

Es gebe ein hohes Bedürfnis der Menschen, solange wie möglich, zu Hause zu bleiben. Aber das bedeute nicht zwangsläufig, dort zu bleiben, wo man jahrzehntelang gewohnt hat – „weil diese Wohnung ja möglicherweise nicht barrierefrei oder zu groß ist, oder weil sie infrastrukturell nicht günstig gelegen ist oder weil ich sie mir nicht mehr leisten kann – sondern es bedeutet, dass dort, wo ich wohne, mein Zuhause sein muss und dass ich mich dort wohlfühlen muss“.

Es gehe nicht nur um Pflege, „sondern die Menschen möchten Sicherheit und Geborgenheit und auch wohnen und leben.“ Die Idee, die KWA trägt, müsse gemeinsam oder parallel zueinander weiterverfolgt werden. Sein Ziel sei es, barrierefreien Wohnraum, betreutes Wohnen und Einrichtungen zu schaffen, in denen es möglich ist, im Alter zu leben, aber gleichzeitig auch Versorgungsstrukturen zu entwickeln: „Für all diejenigen Dinge, die ich nicht mehr tun will oder kann.“ Es gehe auch zunehmend um hauswirtschaftliche Leistungen, bis hin zu medizinischen Pflegeleistungen, ambulant oder stationär.

Er wolle aber auch pflegende Angehörige unterstützen. Sie sollen in Interaktion mit Einrichtungen betreut, versorgt und beraten werden, damit sie sich um ihre Eltern kümmern können. Kurzzeit-, Tages- und Nachtpflegeangebote müssten aufgebaut werden. Dazu sei die Kooperation der öffentlichen Hand mit Betreibern notwendig. Die Altenpflegeausbildung muss aus seiner Sicht praxisbezogener werden. Als er vor wenigen Wochen das Stift am Parksee besucht habe, habe er

jedoch Großartiges gesehen, „völlig ungeschminkt, genauso wie man es sich in der Praxis wünscht.“ In einem Kuvert übergab der Landrat ein Geldgeschenk „für einen besonderen Wunsch“.

Stimmkreisabgeordnete Kerstin-Schreyer Stäblein hat einen Landtagsbeschluss zur Begrenzung der Pflegedokumentation erwirkt

Schreyer-Stäblein kennt das Stift am Parksee bereits seit 26 Jahren. Kennengelernt hat sie es als Aushilfskraft in Cafeteria und Wohnbereich – viele Gesichter seien ihr aus dieser Zeit noch bekannt. Insgesamt hatte sie „elf Jahre Innenansicht“, ein Dreivierteljahr hat sie sogar im Haus gewohnt. Später dann hat sie das Haus in unterschiedlichen Rollen besucht: als Gemeinderätin und als Kreisrätin. Zu ihrer Arbeit im Kreistag führte Schreyer-Stäblein aus: Früher habe es einen „Altenhilfeplan“ gegeben, heute spreche man von einem „Seniorenbedarfsplan“. Und genau um diesen Blickwinkel gehe es. Sie freue sich, dass es dem Haus gelingt, nicht nur auf Schwächen zu schauen, sondern auch darauf, wo die Stärken jedes Einzelnen liegen. Im Kreistag hätten sie bei Altenpflege nie diskutiert, ob sie fördern, sondern was sie fördern und welche Richtung. Dass alle drei Bürgermeister beim Festakt anwesend waren, wertete die Landtagsabgeordnete als „ein Zeichen der Wertschätzung für diese Einrichtung“.

Als Kreisrätin kenne sie ganz viele Häuser, sagte Schreyer-Stäblein und: „Sie haben hier schon eine Perle“. Natürlich gebe es auch betriebswirtschaftliche Faktoren, aber beim Arbeitsansatz sei schon ein Unterschied. Egal ob Putzkräfte, ob Leitung, ob Pflegekräfte, ob in der Küche, ob an der Rezeption oder in der Cafeteria: Sie habe hier immer Menschen gefunden, die mit viel Herz arbeiten. Und entscheidend sei, dass man als Mensch gesehen werde. Das habe sie im Haus immer erlebt.

Als Stimmkreisabgeordnete hat sie gemeinsam mit dem Landrat einen Brief gegen die Schließung der Schalterstunden im Stift am Parksee geschrieben. Die Antwort sei nur „mittel zufriedenstellend“, sie werde diesbezüglich noch telefonieren. Sie wisse zwar, dass man nicht alles vorhalten könne, hofft aber auf eine pragmatische Zwischenlösung.

Ein Geschenk hatte Schreyer-Stäblein dann freilich doch noch im Gepäck: Sie ist in der Landtagsfraktion für den Bereich Pflege und Gesundheit zuständig, hat am Vortag des Festaktes einen Antrag im Plenum eingebracht, die Pflegedokumentation zu begrenzen – und konnte einen einstimmigen Landtagsbeschluss bewirken. Schreyer-Stäblein sagte: „Auch wenn so ein Beschluss nicht heißt, dass sich alles heute oder morgen ändert. Aber ich glaube schon, dass es ein Zeichen ist, wenn ein Landtag einstimmig sagt: Wir wollen hier ran und wir wollen hier etwas verändern.“ Ziel der Fraktionsvorsitzenden ist, dass gut ausgebildete Pflegekräfte mehr Zeit am Menschen verbringen können.

Erster Bürgermeister von Unterhaching Wolfgang Panzer: „Wie ein Baum aus gutem Holz tiefe Wurzeln geschlagen hat, so ist auch das Wohnstift am Parksee in Unterhaching fest verankert“

Der erste Bürgermeister der Gemeinde Unterhaching Wolfgang Panzer wies in seinem Grußwort darauf hin, dass das KWA Stift am Parksee im gleichen Jahr eingeweiht wurde wie das neue Rathaus, gleich gegenüber. Rathaus und Wohnstift sind daher von der ersten Stunde an Nachbarn in der neuen Ortsmitte. „Manche Nachbarn muss man jahrelang ertragen. Manche aber lernt man sehr schätzen. Das KWA Wohnstift ist ein geschätzter Nachbar geworden.“

Panzer verwies auf die enge Bindung durch gemeinsame Aktivitäten: Die Unterhachinger Bürgerschaft in Gestalt der lokalen Agenda 21 veranstaltet regelmäßig ihre Vollversammlungen im

Wohnstift, die Nachbarschaftshilfe ist ebenfalls im Stift untergebracht, die Musikschule Unterhaching nutzt den Festsaal für Konzerte. Panzers Resümee: „Damit bieten Sie nicht nur den Bewohnern Heimat, sondern leisten auch einen Beitrag zum gelebten Miteinander und zur kulturellen Vielfalt.“ Gerade beim sozialen Engagement und bei kulturellen Veranstaltungen habe sich das Wohnstift am Parksee und die ebenfalls in Unterhaching angesiedelte Hauptverwaltung von KWA Kuratorium Wohnen im Alter immer intensiv eingebracht. Damit sei KWA mitten in der Gemeinde angekommen. Umgekehrt habe die Gemeinde sich bemüht, die Ortsmitte attraktiv zu gestalten und in den letzten Jahren den Ortspark aufgewertet: mit neuen, seniorenrechtlichen Bänken, neuen Stegen und einer neuen Fontäne im See.

Ein weiteres Bindeglied zwischen Kommune und Wohnstift ist für Panzer der Vorsitzende des Stiftsbeirats Berthold Ott: Dieser ist gleichzeitig stellvertretender Ratsvorsitzender der Bürgerstiftung „Lebenswertes Unterhaching“. Das Motto des Jubiläums „Aus gutem Holz“ nahm Panzer in seinem Schlusswort auf: „Wie ein Baum aus gutem Holz tiefe Wurzeln geschlagen hat, so ist auch das Wohnstift am Parksee in Unterhaching fest verankert.“ Er wünsche sich, dass dieser Baum noch viele Früchte trage, zum Wohle der älteren Generation. Mit der Übergabe einer Urkunde an Franke-Lechner überbrachte er den schriftlichen Glückwunsch der Gemeinde Unterhaching.

Der Vorsitzende des Stiftsbeirats im KWA Stift am Parksee Berthold Ott: Ad multos annos!

Mit einem Rückblick startete der Vorsitzende des Stiftsbeirats Berthold Ott: „Unser schönes Domizil wurde bis zum Herbst '84 von vielen älteren Menschen bezogen, die fortan eine neue, etwas andere Wohngemeinschaft bildeten“. Einige Erstbezieher seien erst kürzlich verstorben, haben somit fast 30 Jahre im Haus gewohnt. Sie waren laut Ott „im Einklang mit sich und dem Haus, sie waren zufrieden“. Alle von ihm Genannten waren hochbetagt, eine Seniorin war 104 geworden. Interessant auch: Ein Ehepaar aus dem Kreis der Erstbewohner wurde häufig von Sohn und Schwiegertochter besucht. „Es gefiel so sehr, dass diese 25 Jahre später ebenfalls hier anklopften. Und es fügte sich, dass die beiden in dieselbe Wohnung ziehen konnten, in der sie früher die Eltern besucht hatten.“

Ott verwies auf die vortreffliche Lage am Ortspark, mitten in der Gemeinde, und doch im Grünen, am Rande der Fußgängerzone und in der Nähe vom S-Bahnhof, neben der Gemeindeverwaltung und den Ufern des Parksees, mit schöner Seepromenade und vielen Bänken zum kurzen Verweilen und Ausruhen. „Im Hause selbst werden wir immer wieder überrascht von reichlich Blumenschmuck und Grünpflanzen. Vor allem aber kommen uns immer wieder die Beschäftigten des Hauses hilfsbereit und stets freundlich sowie zuvorkommend entgegen, wenn wir Fragen und Probleme irgendwelcher Art haben.“

Für diese liebevolle Zuwendung und der Mitsorge um das Wohlergehen aller Bewohner bedankte Ott sich ausdrücklich bei allen Beschäftigten mit einem „Vergelt's Gott“. Die Bewohnerschaft wisse zu würdigen, dass hier viele kleine Rädchen ineinander greifen. Ott beendete seine Ansprache mit dem Zuruf „Ad multos annos!“

Festvortrag von Professor Dr. Martin Halle: „Ein bewegtes Haus“

„Mann, was war das für ein Auftakt zu meinem Vortrag!“, stieg Professor Dr. Martin Halle in seinen Festvortrag ein. – Halle ist Ordinarius und Ärztlicher Direktor des Lehrstuhls für Präventive und Rehabilitative Sportmedizin an der Medizinischen Universitätsklinik sowie Ärztlicher Direktor des Medizinischen Präventionszentrums am Klinikum rechts der Isar, zudem Principle Investigator der

Munich Heart Alliance. – Halles Kompliment galt einem Musikstück von Evelyn Huber und Mulo Francel. Mit Harfe und Saxophon beziehungsweise Harfe und Klarinette begeisterten die beiden sowohl Redner als auch Festgäste. „Roter Mohn“ von Michael Jary, „Cäsar“ von Peter Ludwig, „El Choclo-Tango“ von Angel Villoldo und „Ich bin von Kopf bis Fuß auf Liebe eingestellt“ von Friedrich Hollaender trafen den Geschmack des Publikums – Instrumentalmusik vom Feinsten.

Halle hat sich laut eigener Aussage in den letzten zehn Jahren damit beschäftigt, wie man Bewegung und Sport in der Prävention und bei Erkrankungen einsetzen kann. Zunächst ging er jedoch auf den demografischen Wandel ein. In Bayern sei die Zahl der über 65-Jährigen zwischen 1990 und 2009 um über 45 Prozent gestiegen, in Brandenburg sogar um 80 Prozent. Die über 85-Jährigen machten im Jahr 2009 in Deutschland 2 Prozent der Bevölkerung aus, im Jahr 2060 geht man von 9 Prozent aus. In Schweden und Japan habe sich zwischen den 70er und den 90er Jahren die Zahl der Hundertjährigen verdoppelt – und seitdem verzehnfacht.

„Wir haben also insgesamt eine Veränderung in der Gesellschaft und eine Verbesserung der medizinischen Möglichkeiten, auf der anderen Seite das Problem, dass fast die Hälfte der Kosten im medizinischen Gesundheitssystem von den über 65-Jährigen in Anspruch genommen werden“, führte Halle aus. Er benannte Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs, Demenz und Stürze mit Brüchen als Krankheiten älterer Menschen. „Wie kann da Bewegung günstig wirken?“, stellte Halle in den Raum. Er beschrieb es anhand von Beispielen. „In meine Ambulanz kommen immer wieder auch 75-Jährige oder Ältere, die aussehen wie 55-Jährige, braungebrannt, in Fahrradkleidung. Und wenn man sich die Spitzenzeiten der über 50-Jährigen bei Marathonläufen anschaut, dann sind die heute so schnell wie 1936 ein Olympiasieger.“

Auf der anderen Seite habe man Übergewicht im Kindesalter, verminderte Bewegung und Krankheiten, die damit vergesellschaftet sind. Übergewicht gehe mit Diabetes einher, mit erhöhtem Blutdruck sowie mit Herz-Kreislauf-Risikofaktoren. Auch zu einigen Krebsarten gebe es Verbindungen. Während die Festgäste nun negative Beispiele erwarteten, überraschte Halle mit einem positiven: Ein Inder, der jetzt in London lebt, sei als Hundertjähriger in seiner Altersklasse Marathon-Weltmeister geworden – obwohl er erst im 89. Lebensjahr mit Marathon-Training begonnen habe.

Übergewicht und fehlende Bewegung bringen den Körper aus dem Gleichgewicht

Man habe verstanden, dass all die Krankheiten, die er beschrieben hat, chronische Erkrankungen sind, die mit einer erhöhten Entzündungsreaktion einhergehen. Das seien unterschwellige Entzündungsreaktionen, die durch entsprechende Laboranalysen nachgewiesen werden können. Diese seien „getriggert“ durch zwei wesentliche Faktoren: erstens durch Übergewicht und zweitens durch fehlende körperliche Bewegung. Durch Gewichtsreduktion sei das Gleichgewicht wieder herzustellen, vor allem jedoch durch das Gegengewicht regelmäßiger körperlicher Bewegung.

Die Bedeutung körperlicher Betätigung wolle er an drei konkreten Beispielen darstellen: an Herz-Kreislauf-Erkrankungen, bei Demenz und bei der Problematik Sturz und Fallen. Zunächst ging er auf das Thema Herz-Kreislauf-Risikofaktoren ein. Übergewicht sei bei verminderter Aktivität ganz eng mit diesem Risikofaktor verbunden: Nicht nur Diabetes, sondern auch erhöhter Blutdruck und erhöhte Cholesterinwerte spielen laut Halle ganz eng zusammen. Und wenn man sich vergegenwärtige, dass diese Risikofaktoren die Funktion des Gehirns ganz entscheidend beeinflussen, bereits ab dem 30. Lebensjahr, werde verständlich, warum man auch auf die Kinder achten muss.

Das Volumens des Gehirns und die Funktion, also die Vernetzung der Nerven, nehme ab Mitte dreißig ab, auch die Gefäßfunktion sowie die Leistungsfähigkeit der Zellen und Organe. „Herz-Kreislauf-Risikofaktoren beschleunigen diesen Prozess um ein Vielfaches!“, betonte Halle. Für jeden genannten Faktor steige das Risiko um fast 25 Prozent an. Diabetes bewirke zunächst eine milde kognitive Funktionsstörung, später Demenz. Halle empfahl deshalb: „Bringen Sie die Dinge in Ordnung. Bewegen Sie sich! Werden Sie erst gar nicht übergewichtig! Und vor allem: Nehmen Sie Ihre Medikamente ein!“ Wer beispielsweise Blutdrucktabletten über zehn, fünfzehn Jahren nicht regelmäßig einnehme, erhöhe dadurch sein Risiko für milde kognitive Funktionsstörungen um ein Vielfaches.

Durch körperliches Training kann sich die Durchblutung des Gehirns wieder normalisieren

Der Titel seines Vortrags „Das Bewegte Haus“ solle dazu anregen, sich mehr und vor allem gezielt zu bewegen. „Wir wissen, dass Diabetes mit einem Eiweißstoff im Gehirn vergesellschaftet ist. Wenn dieser sich in einer bestimmten Region im Gehirn ansammelt und diese Region geschädigt ist – der Hippocampus – dann kommt es zur Ausprägung der Vorstufe einer Alzheimererkrankung oder von Alzheimer selbst.“ Mit täglicher, etwa dreißigminütiger, körperlich anstrengender Belastung könne man das in den Griff bekommen, auch Entzündungsprozesse. Ein erhöhter Blutdruck führt dazu, dass sich die Gefäße im Gehirn zusammenziehen und damit die Durchblutung des Gehirns eingeschränkt ist. Bei körperlichem Training nehme die Steifigkeit dieser Gefäße ab, damit könne sich die Durchblutung des Gehirns wieder normalisieren. Halle sagt: „Je mehr Vernetzungen Sie haben, desto besser und schneller können Sie denken, und Sie sind mehr Multi-Tasking.“ Deshalb sei es wichtig, diese Funktion aufrechtzuerhalten.

Eine in Finnland bei einer großen Anzahl von Patienten durchgeführte Alzheimer-Erkrankungs-Untersuchung habe gezeigt, dass sich Patienten mit körperlichem Training viel besser gefühlt haben, weil sich ihre Lebensqualität verbessert hat und weniger Stürze zu verzeichnen waren. Zudem konnte eine Einsparung der Krankheitskosten von 30 Prozent registriert werden.

Auch an der TU München werde eine große Studie mit älteren Menschen durchgeführt: Es werden bestimmte Trainingsprogramme evaluiert, um zu sehen, welches Training das richtige sei. „Jedes Altenheim, jedes Pflegeheim, jedes Krankenhaus, jeder Kindergarten, jedes Rathaus, jedes Landratsamt, jedes Ministerium braucht ein Fitnessstudio!“, forderte Halle, und: „Ein gezieltes Training soll und muss in unseren Alltag eingehen, damit wir die Probleme unserer älter werdenden Gesellschaft auch in der Zukunft bewältigen können.“

Mit gezielten Übungen lässt sich das Sturzrisiko bei alten Menschen deutlich senken

Zum Thema Sturz beschrieb Halle ein konkretes Projekt: In Zusammenarbeit mit bayerischen Hausarztpraxen wurden Personen identifiziert, die im vergangenen Jahr mehr als einmal gestürzt waren. 500 wurden in ein Programm aufgenommen. Die eine Gruppe bekam in Arztpraxen durch Arzthelferinnen gezieltes Training: ein bisschen Ausdauertraining, leichtes Krafttraining und Koordinationsübungen. Die anderen nicht. In letztgenannter Gruppe kam es zu 367 Stürzen, in der Trainingsgruppe zu 191. Somit wurde das Risiko für Sturz durch Training um fast 50 Prozent gesenkt.

Wenn man Risiken herausfiltert, kann man laut Halle extreme Effekte erzielen, die Betroffenen auch gesundheitlichen Nutzen bieten. Durch einfache Maßnahmen könne man viel erreichen, auch bei Menschen über 70 oder über 80. Allerdings gebe es für die über 65-Jährigen nur ganz wenige Studien. „Ein Fitnessstudio gehört in jedem Fall in eine Einrichtung wie diese, vielleicht auch mit

einem Flügel nach draußen: so dass auch andere hier Sport machen können. – Stellen Sie sich nur vor: Da haben Sie dieses Stift hier, und Unterhaching, und die ganzen anderen Stifte, ganz Bayern, ganz Deutschland.“ Seine Idee mit der Bewegung sei freilich nicht ganz neu. Der Ordinarius zitierte zum Abschluss Mephistos Rat an Faust, der sich Verjüngung wünscht: Begib dich gleich hinaus aufs Feld, fang an zu hacken und zu graben ...“ – Das heißt für Professor Dr. Martin Halle: Bewege dich!

Für den engagierten, kurzweiligen Festvortrag wurde der Ordinarius mit großem Applaus belohnt, und mit einem sorgsam gewählten Geschenk. Was er bekam? Einen „Equilibristen“ aus der Künstlerwerkstatt von Peter Frisch – also einen „Gleichgewichtskünstler“.

Anlagen: Pressefotos

PM Festakt 30 Jahre KWA Stift am Parksee Hauseingang

PM Festakt 30 Jahre KWA Stift am Parksee Festredner Professor Martin Halle

PM Festakt 30 Jahre KWA Stift am Parksee Landrat Christoph Göbel

PM Festakt 30 Jahre KWA Stift am Parksee Publikum

KWA Kuratorium Wohnen im Alter ist ein gemeinnütziges Dienstleistungsunternehmen im Bereich der Altenhilfe und Altenpflege. Als Träger von 14 Altenwohnstiften, zwei Pflegestiften, einer Klinik für Neurologische und Geriatrische Rehabilitation sowie einem Bildungszentrum mit staatlich anerkannten Berufsfach- und Fachschulen ist KWA in mehreren Bundesländern vertreten. KWA ist Mitglied im Paritätischen. Durch Publikationen, Foren und Symposien zu aktuellen Fachthemen beteiligt sich KWA an der öffentlichen Diskussion. Mit wissenschaftlich fundierten Konzepten entwickelt KWA sich nachhaltig weiter.

KWA Club wurde im Jahr 2004 ins Leben gerufen. Er ergänzt das Leistungsspektrum von KWA um soziale Dienstleistungen außerhalb seiner Einrichtungen und bietet potenziellen Bewohnern die Möglichkeit, schon vor Einzug in ein KWA Wohnstift an Aktivitäten und Angeboten der Häuser teilzunehmen.

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