



# Guggerbach-Zeitung

Monatszeitung des Alterszentrums Davos

## Heute lesen Sie:

- Personal-Weihnachtsfeier
- Aktuelles in Kürze
- 101. Geburtstag Greta Stiffler
- Bewohner-Weihnachtsfeier
- Ein Tag im Leben von Max Thierschfeld

## Viel Spass beim Lesen!



Zentrumsleiter Urs Tobler (rechts) und Walter Bani freuen sich über die neue Zeitung. Foto mk.

Mit Stolz und grosser Freude dürfen wir Ihnen hiermit die erste Ausgabe der Guggerbach-Zeitung präsentieren. Walter Bani, den viele von Ihnen durch seine langjährige Tätigkeit als Redaktor kennen, wird zusammen mit dem Guggerbach-Team dafür sorgen, dass jede Ausgabe informativ und unterhaltsam zugleich sein wird.

Mit der jeden Monat erscheinenden Zeitung wollen wir Sie, liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Mitarbeitende, werte Angehörige, Gäste und Guggerbachfreunde darüber in Kenntnis setzen, was im und um den Guggerbach alles läuft.

Allgemeine Informationen, Berichte, aktuelle Trends und Entwicklungen inter-

essieren uns genauso wie die zukünftige Ausrichtung unseres Alterszentrums Guggerbach, dem Davoser Kompetenzzentrum der Generation 65+.

Sie können die »Guggerbach-Zeitung« in elektronischer Form (PDF) abonnieren. Bitte schicken Sie uns ein Mail auf [info@guggerbach.ch](mailto:info@guggerbach.ch).

### Alter, der Mega-Markt und die Herausforderung der Zukunft

Im Guggerbach sind wir uns unserer grossen Aufgabe und Verantwortung bewusst, unsere zukunftsorientierten Aktivitäten sind im vollen Gange. Die grosse Nachfrage einerseits nach Wohnungen à la carte mit individuellen Dienstleistungen, Sicherheit und Autonomie und

andererseits die Nachfrage nach Einzelzimmern mit umfassender Pflege-, Betreuungs- und Hotellerieleistung steigt analog der demografischen Davoser Entwicklung (Altersentwicklung). Der Anteil der älteren Bevölkerung nimmt in den kommenden Jahren massiv zu, es kommt zu einer Verdoppelung der Generation 65+!

### Wechsel ins Heim mit Folgen?

Bei vielen Menschen wecken die Alters- und Pflegeheime Assoziationen wie Spitalbetrieb, Abgeschobenheit etc. In den nächsten Ausgaben der »Guggerbach-Zeitung« wird dieses Thema immer wieder aufgegriffen werden. Zur »ersten Klärung« sind nachfolgend die Begriffe für die Bezeichnung von Wohnräumen für ältere Menschen kurz zusammengefasst:

• **Alterswohnung:** Ist eine altersgerechte Wohnung ohne eigene Infrastruktur für Pflege, Betreuung und Hotellerie. Die Pflege inkl. Mahlzeitendienst wird durch die Spitex erbracht.

• **Altersheim (Guggerbach Pension/Zimmer):** Ist ein auf den Daueraufenthalt ausgelegter Hotel- und Restaurationsbetrieb mit umfassenden Pflege-

und Betreuungsleistungen sowie weiteren Dienstleistungen (Beratung, Freizeitgestaltung, Veranstaltungen etc).

• **Altersresidenz (Guggerbach, 1- und 2-Zimmerwohnungen):** Ist ein altersgerechtes Zentrum mit umfassenden individuellen Dienstleistungen (Restauration und Hotelservice, Veranstaltungen etc.) und Infrastruktur für Pflege und Betreuung, die durch die Pflege-Betreuungsabteilung des Zentrums erbracht werden können.

### Pflegeleistungen in Wohnungen

Im Guggerbach erbringt noch die Spitex die Pflegeleistung in den Wohnungen, mit Ausnahme der Notfälle/Notrufe, die vom Guggerbach-Pflege-Betreuungsdienst wahrgenommen werden. Inskünftig wird der Pflege-Betreuungsdienst des Alterszentrums Guggerbach auch für die Wohnungen (Residenz) die gesamten Pflege-Betreuungsleistungen erbringen wollen. Ich wünsche Ihnen viel Freude mit der Guggerbachzeitung. Ihre Anregungen und Rückmeldungen freuen uns.

**Mitdenkende,** interessierte Bewohner, Mitarbeiter und Gäste bringen uns weiter!

Urs Tobler, Zentrumsleiter

# Eine tolle Stimmung wars



Elsbeth Klucker, Esther Stoffel und Ruth Wilhelm (v.l.) amüsieren sich prächtig.  
Fotos wb.



Urs Tobler (Mitte) hat mit den Ballons des Zauberkünstlers seine liebe Mühe.



Jakob Vetschs Idee mit den Kristallen kam gut an.



Susi Teufen, Stiftungsrats-Präsidentin, begrüßte die Gäste.



Magic Luzio (Mitte) sorgte mit seinen Tricks nicht nur bei Willi Lüdke (links) und Christopher Wellauer für Staunen und Verwirrung.

## Aktuelles in Kürze

• **Beleuchtung:** Sanierung und Modernisierung der Beleuchtung in der Guggerbachstube und in den Korridoren Haus A (A1 – A2). Durch diese Sanierung können wir die Energiekosten und die Beleuchtungsqualität massiv optimieren und verbessern.

• **Lifanlage Haus A:** Sanierung Lifanlage Haus A. Mitte Januar bis Mitte Februar muss mit kleinen Einschränkungen gerechnet werden. Ein Lift wird jedoch immer in

Betrieb sein. Durch die neue, moderne Lifanlage können wir den täglichen Liftengpass massiv entspannen. Unsere Lifte bewegen sich rund 1000 Mal pro Tag!

• **Notrufanlage Haus A:** Die Notrufanlage (Zimmer) wird gemäss der Planung 2007 im Januar fertig gestellt und somit den neusten Bedürfnissen und Anforderungen angepasst. Zukünftig sind wir auch in der Lage, Sturzmatten etc. auszulegen. Die Bewohner-Sicherheit

rund um die Uhr ist unser Auftrag, und wir können diesem mit dieser Erweiterung nachkommen.

• **Beratungsstelle:** Eröffnung der öffentlichen Davoser Anlaufstelle für Altersfragen. Die öffentliche Informationsveranstaltung wird am Freitag, 25. Januar, 14.30 Uhr, im Guggerbach-Vortragssaal stattfinden. Dort werden auch die Guggerbach-Neuigkeiten und die Einflüsse der gesetzlichen Richtlinien und Vorgaben der Teilrevision der Krankenversicherung und der Neuerungen bei

der Ergänzungsleistung vorgestellt.

• **Informationsveranstaltung:** Die jährliche Guggerbach-Bewohner Informations-Veranstaltung bezüglich Angeboten, Preisen 2008 und erweiterten Dienstleistungen findet am Dienstag, 15. Januar, 10.00 Uhr statt. Gerne veweisen wir Sie auf den Veranstaltungskalender.

• **Neueintritte Dezember 2007:**  
Bewohner: 1.12. Heidi und Albert Grassl.  
Personal: 1.12. Esther Stoffel (Pflege).



## Greta Stifflers 101. Geburtstag würdig gefeiert

wb. Am Donnerstag, 6. Dezember, war Greta Stifflers grosser Tag. Bild links: Landrat Christian Stiffler überbrachte die Glückwünsche der Gemeinde. Bild rechts: Greta Stiffler lauscht zusammen mit Hitti Marugg den Klängen der Steelband „Steel4ever“.



## Verschiedene Konzerte erfreuten das Herz

wb. Der Dezember war reich an musikalischen Leckerbissen. Die Darbietungen der Musikgesellschaft Davos stiessen ebenso auf Anklang (links) wie die Lieder des Landwasserchors (rechts).



## Der „Tag der Angehörigen“ war ein Erfolg

ek. Am 17. November folgten zahlreiche Angehörige und Freunde der Guggerbach-Bewohner der Einladung zu einem Begegnungstag. Sie genossen das gemütliche Beisammensein sowie den Austausch bei Kaffee und Kuchen. Lüpfige Musik, gespielt von den „Prättigauer Stubahöcklern“, Informationen durch Urs Tobler und Maya Knobel über die Guggerbach-Pläne und weitere News stiessen auf reges Interesse. Ein Fotorückblick über das Guggerbachjahr 2007 rundete den Nachmittag ab.



## Am 23. Dezember war die Weihnachtsfeier

### Dienstleistungen

Unsere öffentliche Cafeteria ist täglich von 09.00 bis 19.00 Uhr geöffnet. Reservationen unter Tel. 081 415 25 15.

Mittagstisch für Senioren (täglich); Hol- und Bringdienst jeden Mittwoch.

Besuchen Sie unsere Fotoausstellung (Durchgang Haus B).

### Dienstleistungs- und Beratungszentrum für Altersfragen:

Gerne beraten und unterstützen wir Sie:

Kosten – Leistungen (Wohnung, Pension, Hotellerie, Pflege/Betreuung, etc).

Sozialversicherungen (AHV, Ergänzungsleistung, Hilflosenentschädigung, Finanzierung Guggerbach-Aufenthalt etc.); Organisation Umzug ins Guggerbach und vieles mehr.

### Besprechungstermine

mit der Guggerbachleitung können Sie telefonisch oder direkt am Empfang vereinbaren. Elsbeth Klucker oder Ruth Wilhelm helfen Ihnen gerne weiter.

Alterszentrum Guggerbach, Kompetenzzentrum Generation 65+, Obere Strasse 20, 7270 Davos Platz.

**Öffnungszeiten Reception:** Montag bis Freitag, 8.00 bis 11.30 und 14.00 bis 17.30 Uhr.

Telefon 081 415 25 25

info@guggerbach.ch

www.guggerbach.ch

# Ein Tag im Leben von Max Thierschfeld

Aufgezeichnet von Walter Bäni

Ich stamme aus St. Gallen, und das hört man heute noch, obwohl ich seit der Schulzeit in Davos bin. Am 6. April 2001 zog ich in den Guggerbach. Vorher lebte ich allein in meiner Wohnung im Haus Xenia. Ich kannte das Alterszentrum, weil ich an den Wochenenden jeweils dort zu Mittag ass. Hier zu leben, das konnte ich mir lange Zeit nicht vorstellen. Der Gedanke, unter lauter alten Menschen zu sein, bedrückte mich.

Mein Hausarzt, Dr. Flury, ermunterte mich aber dazu. Er fand, es sei zu gefährlich für mich, weiterhin allein zu wohnen. Nachdem ich zweimal darüber geschlafen hatte, kam ich zum Schluss, dass er Recht hatte. Ich kann mich zum Glück überall schnell anpassen, und so habe ich mich auch im Guggerbach rasch eingelebt. Es gefällt mir hier! Mein Zimmer hat zwar keine Aussicht, aber das spielt keine Rolle, weil ich



Max Thierschfeld kann auf ein reiches und erfülltes Leben zurückblicken Foto wb.

sowieso fast nichts mehr sehe. Es geht mir wie so vielen älteren Menschen: Mein Schlaf ist nicht mehr besonders gut. Ungefähr um sieben Uhr morgens stehe ich auf. Nach dem Frühstück versuche ich in meinem Zimmer die Post anzuschauen. Dabei muss ich jeden Buchstaben einzeln entziffern. Und auch das geht nur Dank einer sehr starken Lichtlupe. Wenn die Sinne nachlassen, dann wird die Langeweile zu einem grossen

Problem. Es gibt immer weniger Dinge, mit denen man sich beschäftigen kann. Leider habe ich zwei „linke Hände“, wie man so sagt. Deshalb kann ich mir nicht mit handwerklichen Dingen die Zeit vertreiben. Ich habe früher sehr gerne Bücher gelesen. Es waren sicher 40 pro Jahr. Heute bin ich froh, dass es Hörbücher gibt. Ich höre am liebsten Reiseliteratur und geschichtliche Sachen. Romane interessieren mich nicht. Ich finde, in der Wirklichkeit passiert schon genug. Da muss ich mir keine erfundenen Geschichten anhören.

Leider ist auch bei den Hörbüchern mein Genuss eingeschränkt. Ich höre nicht mehr gut und muss mich deshalb sehr stark konzentrieren. Und natürlich bin ich mit meinen 98 Jahren nicht mehr so aufnahmefähig wie früher. Sehr gerne gehe ich an die frische Luft. Früher war ich ein begeisterter

Wanderer. Die Beine machen zwar noch gut mit, aber meine schwachen Augen erschweren das Spazieren. Nach dem Mittagessen gehe ich für eine Weile hinaus, und dann lege ich etwas hin. Nicht aus Müdigkeit, sondern um die Zeit totzuschlagen. Dann höre ich wieder meine Bücher. Gerne sitze ich auch im Durchgang und unterhalte mich mit anderen Bewohnern. Schade ist halt, dass unsere Gesprächsthemen sehr stark eingeschränkt sind, weil wir alle nicht mehr viel erleben.

Ich habe keinen Grund, in meinem Leben etwas zu bereuen. Es ist sehr gut verlaufen. Aber ich würde versuchen, Rega-Pilot zu werden, denn Helikopterfliegen ist phantastisch! Alles ist vergänglich! Der Tod gehört zum Leben und ist für mich etwas natürliches. Ich habe keine Angst davor. Ob danach etwas kommt? Nein, das glaube ich nicht.

## Kommende Veranstaltungen

**Montag, 1. Januar, 11.00:** Neujahrsapero für Bewohner und Personal sowie Begrüssung der neuen Bewohnerinnen und Bewohner, Foyer.

**Sonntag, 6. Januar, 11.15:** Besuch der Sternsinger, Foyer.

**Mittwoch, 9. Januar, 19.00 bis 22.00:** Senioren- Tanzabend mit dem «Atlanta Quintett» im Foyer.

**Freitag, 11. Januar, 14.30:** Super-8 Tonfilm-Vorführung von Christine Heldstab und Bert Pfeufer zum Thema Australien, Vortragssaal.

**Samstag, 12. Januar, 08.00 bis 12.00:** «Compi-Sternli», Schnuppertag und Vorstellung der verschiedenen Kurse, Vortragssaal.

**Dienstag, 15. Januar, 10.00:** Guggerbach-

Bewohner-Orientierung, Vortragssaal.

**Freitag, 18. Januar, 14.00:** Kleine Guggerbachwanderung vom Dorf über den Golfplatz zu Hänggi's. Treffpunkt: 14.00 Uhr Bahnhof Dorf.

**Sonntag, 20. Januar, 16.00:** Vortrag von Brasov Miklos zum Thema «Leben im Altersheim in Rumänien», Vortragssaal.

**Donnerstag, 24. Januar, 19.00:** Konzert Musik-

schule Davos, Foyer.

**Freitag, 25. Januar, 14.30:** Neuigkeiten vom Guggerbach. Thema: «Dienstleistungen, Beratung, Tageszentrum, Restaurant», Vortragssaal.

**Mittwoch, 30. Januar, 14.30:** Offenes Singen mit Maria Widmer, Vortragssaal.

**Freitag, 1. Februar, 14.30:** Lottonachmittag mit Emmi Thöny, Cafeteria.