



ALTERSZENTRUM
GUGGERBACH DAVOS

4/10

Guggerbach-Zeitung

Monatszeitung des Alterszentrums Davos

In dieser Ausgabe:

Computer hält Einzug	2
Herzlich willkommen	3
Zwei 90. Geburtstage	3
Heiteres Abendcafé	3
Porträt Agnes Schilling	4
Veranstaltungen	4



Im Guggerbach bieten wir unseren Bewohnern und Gästen verschiedene Verpflegungsmöglichkeiten und Treffpunkte an.

Restauration im Guggerbach

An verschiedenen Restaurations- und Begegnungsorten bieten wir unseren Bewohnern die Möglichkeit, mit Besuchern Mahlzeiten einzunehmen. Ausserdem freuen wir uns, viele auswärtige Gäste zu bedienen zu dürfen.

- **Bistro Guggerzyt:** öffentliches täglich geöffnetes Bistro mit «Live-Küche»
- **Guggerbachstube:** Restaurant für unsere Bewohner mit Vollpension
- **Cafeteria:** öffentliches Restaurant mit Frühstücks- und Mittagsservice
- **Etagen-, Zimmer- und Wohnungsservice** für unsere BewohnerInnen

«Mit Gästen gehe ich gerne auswärts ins Bistro Guggerzyt zum Mittagessen». Dies ist die Aussage einer sichtlich stolzen Bewohnerin.

Unsere Live-Küche im Bistro Guggerzyt - hier sehen Sie dem Koch zu - hat sich bestens bewährt. Die dreimonatige Testphase veranlasst uns, das Angebot weiterzuführen. Wir werden die «Schauküche» mit Abzug sowie Kuchen- und Salatbuffet erweitern.

So können wir unseren Gästen in schönem Rahmen, mit modernen Hilfsmitteln und hochwertigen Produkten wie Swiss Prim wunderbare Mahlzeiten zubereiten und servieren. Das Label Swiss Prim Beef garantiert für Schweizer Fleisch allererster Güte, sei es vom Kalb oder vom Rind.

Das Bistro ist 365 Tage von 9 bis 19 Uhr und am Do bis 22 Uhr geöffnet. Holen Sie den Menüplan gleich selber ab und/oder verbinden Sie dies mit einem Kaffee- oder Znünihalt.

Kulinarische April-Höhepunkte

- **Mo, 5. April: Brunch im Guggerzyt:** Frühstück 9 - 11 Uhr, Mittagessen 11.30 - 13.30 Uhr
- **Do, 15. April, 19 Uhr: Bündner Abend** mit Spezialitäten von Scarnuz Grischun und Kaufmann Weine, mit Musik
Reservation: Tel. 081 415 25 25

Highlights - bitte vormerken

- **4. April, 11 Uhr:** Konzert, Oster- Apéro
- **5. April, 9 - 13.30 Uhr:** Brunch im Bistro
- **8. April, 19 Uhr:** Musikschule Davos
- **15. April, 19 Uhr:** Abendcafé mit Bündner Abend
- **23. April, 16.30 Uhr:** Fiirabed-Hock

Liebe Leserin, lieber Leser

«Winter ade! Scheiden tut weh. Aber dein Scheiden macht, dass mir das Herz lacht.» Dem langen Winter geht langsam die Puste aus. Der nahende Frühling sorgt dafür, dass das Leben nicht nur in der Natur, sondern auch bei uns Menschen allmählich erwacht.

Nach unserm Motto «Leben und Leben lassen» werden wir im Guggerbach alles daran setzen, dass wir die positiven Signale der Natur aufnehmen, um mit unseren Dienstleistungen und Angeboten unsere Bewohner und Gäste zu verwöhnen.

Die in dieser Ausgabe vorgestellten Angebote des Bistro Guggerzyt, der hauseigenen Guggerbach-Spitex sowie der auch im Alterszentrum Einzug haltenden Computerisierung sind gute Beispiele für unsere bewohnerorientierten, vielfältigen Leistungen. Wir freuen uns, dass viele unserer Angebote rege genutzt werden. Die Entscheidung, wann, was und wie Sie etwas machen, nicht machen oder nutzen wollen, liegt immer bei Ihnen.

Die gleiche Zielsetzung verfolgen wir auch bei speziellen Anliegen wie Beratung in administrativen Fragen, palliativer Betreuung, Sterbebegleitung usw. Bei Problemen gehen wir die Angelegenheit gemeinsam an. Mit Visionen und Leitbildern sind wir gerüstet - bei der Lösung von Problemen legen wir grossen Wert auf die Individualität jedes Einzelnen.

Fazit: Geniessen Sie Ihr Leben, es ist nie zu spät. Machen Sie, was Sie wollen - für Ihr Tun und Handeln sind «nur» Sie verantwortlich. Man darf auch mit gutem Gewissen ein bisschen Egoist sein. Gerne sorgen wir für das entsprechende Umfeld im Guggerbach. Danke, dass wir Sie begleiten dürfen.

Ich wünsche allen schöne Ostern und einen hübschen Frühling!

Urs Tobler, Zentrumsleiter

Der Computer hält Einzug im Guggerbach

Die vor rund zwei Jahren eingebaute moderne IP-Telefonanlage kombiniert mit WLAN-Funktelefonie, drahtloser Alarmierung und Internet-Zugang hat sich bewährt.

Die «neuen» Guggerbach-Bewohner kommen mehr und mehr mit ihrem PC und Laptop ins Alterszentrum. Der vor zwei Jahren installierte kabellose Internet-Zugang im gesamten Guggerbach-Gebäude wird von diversen Bewohnern schon rege genutzt. Zurzeit surfen fünf BewohnerInnen im Internet und sind mit dem Anschluss hochzufrieden. Für 10 Franken pro Monat können sie unlimitiert im Internet surfen oder E-Mails verschicken.

Wir sind froh, dass wir uns damals für diese sehr zukunftsorientierte Lösung entschieden haben. Obwohl es einige kritische Stimmen gab - „was will der Guggerbach-Bewohner mit einem PC?“ - war die Investition in eine sehr moderne IP-Telefonanlage goldrichtig.

Die Grundeinrichtung übernimmt unser Markus Lehmann. Er steht den Bewohnern auch beratend zur Seite. Bei



Markus Lehmann mit unserer Bewohnerin Cori Baumann an der Arbeit.

Guggerbach-Netzproblemen bringt er die Sache für die Bewohner natürlich kostenlos wieder in Ordnung. Bei indivi-

duellen Problemen wie persönlichen E-Mails etc. verrechnen wir den Aufwand und einen minimalen Ansatz.

* * * * *

Spitex-Leistungen in den Wohnungen bewähren sich

Seit einem Jahr (1. März 2009) bieten wir die Spitex-Leistungen in unseren Wohnungen selber an. Es hat sich bestens bewährt, alle sind zufrieden.

In der Absicht, einen fachgerechten und bedarfsorientierten Betrieb der Spitex



Petra Weygandt bei der Pflegeplanung.

AZG sowie eine optimale Betreuung der Bewohnerinnen und Bewohner in allen durch das Alterszentrum Guggerbach betriebenen Wohnungen zu gewährleisten, hat die Gemeinde als Auftraggeberin der Stiftung Alterszentrum Guggerbach den im Krankengesetz definierten Auftrag für die Sicherstellung eines ausreichenden Angebots an Diensten der häuslichen Pflege und Betreuung übertragen.

Die Guggerbach-Spitex ist ein integrierter Bestandteil des Alterszentrums Guggerbach. Dadurch entsteht eine sehr enge Zusammenarbeit mit allen Bereichen des Alterszentrums.

Die eigene Spitex hat sich bewährt. Aufgrund der sehr kurzen Wege und der guten Zusammenarbeit mit dem Pflegedienst auf den Stationen können die Leistungen kundenorientiert, auf den Bewohner ausgerichtet, kompetent und sehr effizient erbracht werden.

Infolge der grossen Nachfrage an Zimmern haben wir in diversen Wohnungen eine grössere Pflegeleistung (Abrechnung nach BESA-Punkten) erbracht, was aufgrund der Fachkompetenz nun möglich ist. Dadurch konnte auch der enorme Druck der mangelnden Zimmer abgeschwächt werden, was in der Übergangsphase bzw. bis zur Erweiterung (+ 30 Zimmer) enorm wichtig ist.

«Die Leistungen werden kundenorientiert erbracht»

Petra Weygandt, Dipl. Pflegefachfrau, oder Maya Knobel, Pflegedienstleitung, nehmen den Pflege-Betreuungsbedarf auf. Eine Krankenschwester erbringt aufgrund der Bedarfserfassung die entsprechenden Leistungen, die dann mit den Krankenkassen über die Spitex Davos abgerechnet werden.

Öffentliche Dienstleistungen

Bistro «Guggerzyt»: Jeden Tag offen von 8 bis 19 Uhr, bedient von 9 bis 17.30 Uhr, am Donnerstag «Abend-Café» bis 21 Uhr. Jeden 3. Freitag im Monat um 16.30 Uhr: «Fiirabed-Hock» mit Unterhaltung.

Angebot: Mittagessen-Tagesmenü inkl. Salat/Dessert Fr. 14.—, Sonntagsmenü inkl. Salat/Dessert Fr. 18.—

Mo - Fr: «Bistro-Menü», live zubereitet, Fr. 14.— inkl. Salat/Dessert. Znüni, diverse Kaffees, Kuchen, Patisserie und Getränke. Gerne organisieren wir Familienessen und private Feste.

Fitnesszentrum «Fit im Guggerbach»: Öffnungszeiten täglich von 8 bis 20 Uhr. Jahres- und Halbjahresabos inkl. Gymnastikangebot «Fit im Guggerbach» jeden Do-Nachmittag. Weitere Infos erhalten Sie am Empfang.

Guggerbach-Beratungs- und Anlaufstelle für Altersfragen:

Gerne beraten wir Sie bezüglich Guggerbachleistungen und Angeboten sowie Veranstaltungen und Anlässen und unterstützen Sie bei:

- Anträgen Ergänzungsleistungen, Hilflosenentschädigung
- Abrechnung und Rückforderung Krankenkassen etc.
- Organisation von Transporten inkl. Rollstuhltaxi
- Vermietung von Rollstühlen, Rollatoren, Notruf-Geräten etc.
- Organisation Umzug usw.

Besprechungstermine mit Urs Tobler, Zentrumsleitung, können Sie telefonisch oder direkt am Empfang vereinbaren. Elsbeth Kluker oder Ruth Wilhelm helfen Ihnen gerne weiter.

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

Öffnungszeiten Rezeption:
Mo - Fr 8 - 11.30 Uhr / 14 - 17.30 Uhr

Telefon 081 415 25 25
info@guggerbach.ch
www.guggerbach.ch

Wir begrüßen herzlich...



... unsere neuen Bewohner:

Leni Waechter (links) sowie

Verena und Edwin Zollinger

Zweimal 90. Geburtstage gefeiert



Anna Messmer (links) und Charlotte Blaser feierten ihren 90. Geburtstag. Beide Jubilarinnen durften die Glückwünsche der Gemeinde Davos, überbracht von Landrat Christian Stiffler, entgegennehmen. Im Kreis der Familien und Bekannten feierten sie ihren runden Geburtstag bei einem feinen Essen im Bistro Guggerzyt.

Lustiges Abendcafé



Marili Badrutt, Agnes Schilling und Verena Garbardi führten anlässlich des Abendcafés, das einmal im Monat von den Bewohnern gestaltet wird, einen lustigen Sketch auf. Die Damen wurden, ihrer super Kostüme wegen, bereits mit viel Gelächter empfangen und es wurde ein unterhaltsamer, heiterer Abend für alle Anwesenden.

Musikschulen Davos und München



Die Musikschule München-Garching spielte anlässlich des Besuches bei der Musikschule Davos zum Fröhschoppenkonzert im Guggerbach auf. Die Bewohner und die zahlreichen Gäste waren von den vielfältigen Darbietungen, darunter auch Musical-Ausschnitte, begeistert.

Agnes Schilling (88): «Ich hatte lange Zeit Heimweh»

«Ich schreibe viel und gerne auf meiner Hermes 3000. Für den Notfall habe ich noch eine weitere Schreibmaschine im Keller.

Damit angefangen habe ich bereits im Krieg: Ich wohnte damals in Zürich und organisierte und koordinierte Hilfsgüter für Flüchtlinge. Bett- und Frotteewäsche war be-

«Die wohltätige Arbeit erfüllte mich mit Zufriedenheit»

sonders beliebt. Ich sammelte sie und schickte sie nach Portugal und Polen, wo grosse Armut herrschte. Bis heute pflege ich Kontakte dorthin.

Diese wohltätige Arbeit machte ich bis vor etwa zwei Jahren, als ich ins Alterszentrum Guggerbach zog. Sie erfüllte mich mit grosser Zufriedenheit, und das Echo war jeweils sehr gross. Ich habe viele Leute kennen gelernt.

Aufgewachsen bin ich in Winterthur. 1946 - es war ein schreckliches Grippejahr - kam ich nach Davos. Ich arbeitete bei Adank und im Konsum. Eigentlich wollte ich nur eine Saison bleiben, bin dann aber «hängengeblieben». Ich traf hier nämlich meinen späteren Mann wieder, mit welchem ich schon zusammen zur Schule gegangen bin. 1949 haben



Agnes Schilling liest auch gerne Zeitung.

wir geheiratet und kriegten einen Sohn und zwei Töchter. Lange Zeit hatte ich Heimweh nach dem Unterland.

Mein Mann arbeitete beim

EW Davos. 21 Jahre lang führten wir ausserdem die Sektion der Krankenkasse Concordia. Leider ist mein Mann vor 19 Jahren gestorben». (md)

Veranstaltungen im April

Do, 1.4., 18.30 Uhr: Abend-Café, **ab 19 Uhr:** Film «Australien, der vielfältige Süden», Bistro Guggerzyt

So, 4.4., 11 Uhr: Kleines Osterkonzert mit Osterapéro, Musik: Teddy Launer, Foyer

Mo, 5.4., 9 - 13.30 Uhr: Brunch im Bistro

Do, 8.4., 19 Uhr: Musikschule «Frühlingskonzert» im Foyer, anschliessend Abendcafé im Bistro

Fr, 9.4., 15 Uhr: Kino-Nachmittag, Liebesfilm «Casa-blanca», im Mehrzwecksaal

Mi, 14.4., 15 Uhr: Singen mit Jürg Wasescha, im Mehrzwecksaal

Do, 15.4., 19 Uhr: Abendcafé mit Bündner Abend: Bündner Spezialitäten von Scarnuz Grischun und Kaufmann Weine, im Bistro Guggerzyt

Fr, 16.4., 15 Uhr: Dia-Vortrag von Fredel Beetschen:

«Trekking in Nepal», im Mehrzwecksaal

Do, 22.4., 18.30 Uhr: Abendcafé, **ab 19 Uhr:** Dia-Schau: «Griechische Inseln», Bistro Guggerzyt

Fr, 23.4., 16.30 Uhr: Fiirabed-Hock, Bistro Guggerzyt

Sa, 24.4., 17 Uhr: Andacht mit der Heilsarmee

Mi, 28.4., 10.30 Uhr: Geburtstags-Apéro zum 90. Geburtstag von Paul Engi, Bistro Guggerzyt

Do, 29.4., 18.30 Uhr: Abend-Café, **ab 19 Uhr** liest Elsi Berri Bündner Saga, im Bistro Guggerzyt

Fr, 30.4.: Guggerbach-Wanderung mit Severin Schellenberg: Wandern von der Duchli zum Restaurant Spar, Treffpunkt/Abfahrt: 14.05 Uhr beim Bahnhof Davos Dorf mit VBD Bus Linie 13

Wochenprogramm

Montag, 10 Uhr: Kath. Gottesdienst

Montag, 15 Uhr: Besuchsnachmittag Frauenverein oder Bündnerinnen

Montag, 17 - 19 Uhr: Einführung und Betreuung im Fitnesszentrum

Dienstag, 16.45 Uhr: Turnen

Mittwoch, jeden 2., 10 Uhr: Evang. Gottesdienst

Mittwoch, 15.30 Uhr: Guggerbach-Hausmusik spielt auf

Donnerstag, 9.15 Uhr: Atemtherapie mit Frau Myriam Perrelet

Donnerstag, 14 - 15.30 Uhr: «Fit im Guggerbach», Bewegungs- und Gymnastikprogramm, im Fitnessraum

Donnerstag, 18.30 Uhr: Abend-Café im Bistro Guggerzyt

Aktivierung / Beschäftigung

Mo - Fr von 14.30 - 17 Uhr

Montag, 15 Uhr: Frauenverein Dorf / Bündnerinnen: Gemütlicher Nachmittag

Dienstag, 14.30 Uhr: Erzählcafé: Zeitung vorlesen, Geschichten, Wahrheiten, Erinnerungen, Diskussionen

Mittwoch, 14.30 Uhr: Aktiver Umgang mit Farben, Formen und diversen Materialien: Malen, Backen, Gestalten

Donnerstag, 14.30 Uhr: Bewegungs-, Koordinations- und Gedächtnisspiele: Sitztanz, Übungen, Rätsel, Spazieren

Freitag, 14.30 Uhr: Bunter Nachmittag: Spiele, Filme, Vorträge, Singen etc.