



ALTERSZENTRUM
GUGGERBACH DAVOS

7/10

Guggerbach-Zeitung

Monatszeitung des Alterszentrums Davos

In dieser Ausgabe:

Betreuung und Pflege	2
Fahrt nach Rapperswil	3
Öffentliche Anlässe	3
Frühlingsfest-Rückblick	3
Porträt Anabela Marujo	4
Veranstaltungen	4

Bistro Guggerzyt erhält Theodulpreis



Zentrumsleiter
Urs Tobler
(3. von rechts)
nimmt den
Theodulpreis
entgegen.

Unser Bistro Guggerzyt wurde von der evangelisch-reformierten Kirchgemeinde Davos/Laret mit dem Theodulpreis ausgezeichnet.

Der Preis wird für besondere Verdienste verliehen und prämiert Projekte, die wirtschaftlich erfolgreich und sozial und ökologisch nachhaltig sind. Er bedeutet eine grosse Anerkennung für die Arbeit im Guggerbach und gibt Energie und Motivation für weitere «Taten». Das Bistro Guggerzyt ist ein

«Produkt» unserer Philosophie des offenen Hauses und Treffpunkts für alle Generationen. Wir freuen uns, dass es sehr gut besucht wird. Dies ist der Verdienst unseres Serviceteams unter der Leitung von Rina Sellitto.

Die Basis unseres Erfolges sind zufriedene Bewohner, Gäste und Mitarbeiter sowie gute betriebswirtschaftliche Zahlen. Die Laudatio von Grossrätin Elisabeth Mani ist auf unserer Homepage www.guggerbach.ch publiziert.

Zimmererweiterung nimmt Formen an

Aufgrund der erfreulich grossen Nachfrage erweitern wir unser Angebot um 30 Zimmer inklusive Demenzbereich.

Nach intensiver Beurteilung durch das Preisgericht wurde das Projekt «Calamares» von den Dipl. ETH-Architekten Sibylle Küpfer und Harald König als Sieger ausgewählt. Es zeigt eine Fortführung des Hauses A und hat durch seine klaren Formen und die optimale Betriebsorganisation überzeugt. Zudem ist die Betriebseinschränkung während der Bauphase für Bewohner und Mitarbeiter vertretbar. Nach der Erweiterung verfügen wir über 87 Zimmer und 50 Wohnungen. Der Mitarbeiterbestand wird um 20 Stellen erhöht.

In Davos wird der Zimmerbedarf mit diesem Erweiterungsbau grundsätzlich



Das Siegerprojekt «Calamares» überzeugt mit klaren Formen.

abgedeckt sein, weitere Angebote werden im Bereich Wohnungen mit Dienstleistungen und Sicherheiten nach Bedarf geprüft, entsprechende Marktabklärungen/Umfragen sind im Gange.

Liebe Leserin, lieber Leser

Die Basis für die Umsetzung der Betreuungs- oder Führungsmodelle ist die Fähigkeit der Fachkräfte oder Vorgesetzten, die Bewohner und Mitarbeiter angemessen zu motivieren, was durch das positive oder pessimistische Menschenbild geprägt wird. Durch das **pessimistische Menschenbild**, in dem der Bewohner weder etwas machen kann noch will und dadurch seine «normale» Selbständigkeit verliert; der träge Mitarbeiter drückt sich bei der Arbeit und ist somit für nichts zu gebrauchen. Im Gegensatz dazu steht das **positive Menschenbild**: Der Bewohner braucht bzw. sucht zwar Unterstützung, aber nur so viel wie nötig und kann somit seine Selbständigkeit lange bewahren; der Mitarbeiter bringt Leistung und übernimmt gerne Verantwortung.

Beispiele für das positive Menschenbild im Guggerbach sind das Bistro Guggerzyt, welches den Theodulpreis gewonnen hat, und die aktiven Bewohner, die Lebensfreude ausstrahlen. Im Zentrum der Bewohner-Aktivierung, Erhaltung der Selbständigkeit, Personalerhaltung und Leistung steht die Motivation. Darunter verstehe ich die Erhöhung der Bereitschaft eines Menschen, bestimmte Ziele, welche auf eine Bedürfnisbefriedigung ausgerichtet sind, zu erreichen. Damit es zu einer solchen Bereitschaft kommt, sind Anreize notwendig.

Fazit: Alle Theorien sind letztlich darauf ausgerichtet, die Zusammenhänge zwischen Bedürfnissen, Motiven, Leistung und Zufriedenheit des Bewohners wie auch des Mitarbeiters aufzuzeigen. Ob Mitarbeiterführung oder Bewohnerbetreuung – die Bedürfnispyramide fängt bei den Grundbedürfnissen an (Nahrung, Schlaf, Sicherheit) und geht über die sozialen Bedürfnisse (Freundschaft, Anerkennung) zur Selbstverwirklichung.

Urs Tobler, Zentrumsleiter

Lebens- und Betreuungsmodell im Guggerbach



Im Guggerbach betreuen und pflegen wir den Menschen, nicht seine Diagnose.

Betreuung/Pflege bedeutet, den Bewohnern zu helfen und Probleme im Zusammenhang mit den Lebensaktivitäten zu vermeiden, zu lösen, zu lindern oder zu bewältigen.

Ausgangspunkt unseres Pflege-/Betreuungsmodells (nach Nancy Roper) ist ein handlungsorientiertes Menschenbild. Es richtet nicht nur den Blick auf medizinische Diagnosen, sondern orientiert sich zunehmend an den Bedürfnissen und Fähigkeiten des Menschen, der ins Guggerbach kommt und Unterstützung braucht. Wir nehmen den Menschen in seiner Individualität an und berücksichtigen seine Lebensumstände und gegenwärtige Situation. Wenn Krankheit den Menschen beeinträchtigt, so hat doch jeder auch gesunde Anteile, denen besondere Aufmerksamkeit gilt.

Das bedeutet für uns, dem Bewohner behilflich zu sein, seine Fähigkeiten zu entwickeln und Schwierigkeiten zu bewältigen. Lebensaktivitäten sind: Bewegen; Ausscheiden; Waschen und Kleiden; Ernährung; Ruhen und Schlafen; sich beschäftigen; Kommunizieren; für Sicherheit sorgen; Vitale Funktionen; sich als Frau/Mann fühlen; Sinn finden. Mit diesen so genannten «Aktivitäten des täglichen Lebens» (ATLs) erhält der Mensch seine Gesundheit. Das bedeutet nicht nur «Abwesenheit von Krankheit», sondern ein Streben nach Wohlbefinden.

Es bedeutet aber auch, Lebenslust zu verspüren und allen Problemen gewachsen zu sein. Der Mensch besitzt Fähigkeiten, die er zur Gestaltung seines Lebens einsetzen kann. Neben den ATLs gehören die Lebenskraft und die Dynamik des Lebens dazu. Die Lebenskraft sorgt für den Spannungsausgleich. Spannung bzw. Lösung erfolgt über die ATLs, der Motor

«Ziel unserer Pflege ist es, Menschen jene Unterstützung zu geben, die sie benötigen, um ihre Gesundheit zu erhalten oder wieder zu erlangen»

dieses Geschehens ist die Dynamik des Lebens. Dynamik bedeutet Wachstums-, Entwicklungs- und Sterblichkeitsprozess, der ohne Schmerzen, Krisen und Auseinandersetzungen nicht möglich ist.

• **Pflegegrundsätze:** Unser Leitsatz lautet: **Soviel Selbständigkeit wie möglich, soviel Hilfe wie nötig.** Wir sind darauf bedacht, die Gesundheit der Bewohner zu erhalten. Die Pflege ist individuell und kompetent. Dazu eignen wir uns in Weiterbildungen aktuelles Fachwissen an. Die Bewohner/innen sollen bis an ihr Lebensende im Guggerbach bleiben können. So begleiten wir sie auch in Krisensituationen und während des Sterbens.

Im Vordergrund steht immer ein grösstmögliches Wohlbefinden. Falls eine intensivere Behandlung nötig wird, bleibt der Entscheid dem Hausarzt zusammen mit der Leiterin des Pflegedienstes vorbehalten, die Bewohner in eine andere Institution zu überweisen.

• **Pflege-Betreuungsleistung:** Sie orientiert sich an den Bedürfnissen, Fähigkeiten und Problemen der Bewohner. Ressourcen sollen erkannt, erhalten und gefördert werden. Wenn möglich wird gemeinsam mit den Bewohnern festgelegt, in welchen Bereichen sie gefördert werden möchten.

• **Handlungskonzepte:** Kinästhetik ist ein Handlungskonzept in der pflegerischen Arbeit, das sowohl der Gesundheit des Bewohners als auch der Gesundheit der Pflegeperson dient. Das Konzept der Kinästhetik beschreibt die Bedeutung der Sensomotorik und der kinästhetischen Empfindung in (Selbst-)Wahrnehmung und Interaktion.

• **Angehörige:** Es ist uns ein Anliegen, mit den Angehörigen eng zusammenzuarbeiten und die Verantwortung gemeinsam zu tragen. So können in schwierigen Situationen Entscheidungen gemeinsam getroffen und getragen werden.

• **Fachpersonen:** Für ein verantwortungsbewusstes Handeln ist uns eine konstruktive Zusammenarbeit mit verschiedensten Fachpersonen wie Hausärzten, Seelsorgern usw. wichtig.

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: Tägliche Auswahl zwischen zwei Tagesmenüs und einem zusätzlichen «Bistro-Menü». Werkstage: Fr. 14.-, Sonntage: Fr. 18.- inkl. Salat/Suppe/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

Fahrt ins Blaue nach Rapperswil



Die gut gelaunten Teilnehmerinnen der «Fahrt ins Blaue» liessen es sich trotz kühlem Wetter nicht nehmen, nach einem feinen Mittagessen einen Spaziergang in die schönen, berühmten Rosengärten in Rapperswil zu machen.

Anlässe im Bistro Guggerzyt



Das Abendcafé jeden Donnerstag, die Guggerbach-Hausmusik jeden Mittwoch sowie der Fiirabed-Hock jeden 3. Freitag im Monat erfreuen sich grosser Beliebtheit. Unsere Veranstaltungen sind alle öffentlich. Bild: Fröhliche Bewohner und Gäste anlässlich des Juni-Fiirabed-Hocks.

Vielfältiges Guggerbach-Frühlingsfest



Das Guggerbach-Frühlingsfest war ein voller Erfolg. Viele Interessierte besuchten die Projektausstellung (Modelle/Pläne) der Guggerbacherweiterung sowie die Bilderausstellung von Franziska Capol. Die Ausstellung dauert bis Herbst 2010. Für gute Stimmung sorgten die Guggerbächler, das Trio Atlanta, das Jodelduett Jost/Edel mit Peter Jost sowie die Steel Band Davos. Guggerbach-Küche und -Service waren für die gute Verpflegung zuständig. Besten Dank an alle, die zum guten Gelingen dieses schönen Tages beigetragen haben.

Anabela Marujo (42): «In Portugal sah ich keine Zukunft»

«Mit 18 Jahren bin ich aus Portugal nach Davos gereist. In meiner Heimat sah ich keine Zukunft mehr. Also bin ich in den Bus gestiegen und in die Schweiz gefahren — ohne ein Wort Deutsch zu sprechen! Mein Traumberuf war Journalistin.

«Jeder Bewohner hat eine spannende Geschichte zu erzählen»

Zwei Jahre danach folgte mir mein Mann, den ich später heiratete, in die Schweiz. Heute haben wir eine 14-jährige Tochter und einen 9-jährigen Sohn. Sie sind in Davos geboren und gehen hier

zur Schule.

Seit zehn Jahren arbeite ich in der Guggerbachstube im Service, als Stellvertreterin von Rina Sellitto, der Restaurationsleiterin. Ich arbeite gerne hier, fühle mich sehr wohl und bin dankbar für diesen Job: Ich kann trotz der Kinder arbeiten - in Teilzeit und während der Randzeiten, wenn mein Mann zu Hause ist. Ausserdem gefällt mir der Kontakt zu den Bewohnerinnen und Bewohnern, ich spreche gerne mit ihnen. Alle haben eine andere Geschichte zu erzählen, das ist spannend.

Zur Zeit bin ich zu 70 Prozent berufstätig. Daneben arbeite ich als Dolmetscherin



Anabela Marujo ist die gute Fee in der Guggerbachstube.

für die Caritas. Ein entsprechendes Sprachdiplom habe ich bereits abgeschlossen. Und ich werde noch weitere Sprachkurse besuchen. Mit

meinen 42 Jahren ist das eine neue Herausforderung, auf die ich mich sehr freue.»

(md)

Veranstaltungen im Juli

Do, 1.7., 18.30 Uhr:
Abendcafé, **ab 19 Uhr:**
Guggerbach-Diaschau: Rückblick April - Juni mit Frühlingstfest, im Bistro Guggerzyt

Fr, 2.7., 15 Uhr:
Kino-Nachmittag, Film: «Weil es dich gibt», Liebeskomödie, im Mehrzwecksaal

Do, 8.7., 18.30 Uhr:
Abendcafé, **ab 19 Uhr:**
Lotto im Bistro Guggerzyt

Fr, 9.7., 15 Uhr: Film gezeigt von Bernhard Frunz: Portugiesische Inseln Madeira & Porto Santo, Mehrzwecksaal

Mi, 14.7., 15 Uhr:
Singen mit Jürg Wasescha, im Mehrzwecksaal

Do, 15.7., 18.30 Uhr:
Abendcafé, **ab 19 Uhr:** Film: «Australien: Der tropische Norden», im Bistro Guggerzyt

Fr, 16.7., 16.30 Uhr: Fiirabed-Hock im Bistro Guggerzyt

So, 18.7., 19.30 Uhr:
Besuch im Zirkus Nock, Anmeldung bis 2. Juli am Empfang

Do, 22.7., 18.30 Uhr:
Abendcafé, **ab 19 Uhr:**
Lesung, Quiz und Singen mit Agnes Schilling & Marili Badrutt, im Bistro Guggerzyt

Fr, 23.7., 15 Uhr: Diavortrag von Rosmarie Rupff, Thema: Märkte, im Mehrzwecksaal

Do, 29.7., 18.30 Uhr:
Abendcafé, **ab 19 Uhr:**
Musikalische Unterhaltung von Adriano Minelli, im Bistro Guggerzyt

Fr, 30.7.:
Guggerbach-Wanderung mit Severin Schellenberg: Wandern im Sertig, Treffpunkt/Abfahrt um 14.00 Uhr beim Bahnhof Platz mit VBD Bus Linie 8

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.