

# Guggerbach-Zeitung

Monatszeitung des Alterszentrums Davos

## Willkommen im Guggerbach!



**Bilder aus den neuen Guggerbach-Räumen – alle sind glücklich und zufrieden!**  
**Links: Bosa Suta, Leiterin Hotellerie und Maria Rebelo, Stellvertreterin, beim Beziehen der Betten. Rechts: Eine Veranstaltung im Saal.**

In der ersten Woche im Februar ziehen 22 Personen ins Guggerbach-Zentrum ein! Die «Neuen» können kommen – die Guggerbächler freuen sich! Die Zimmer, die allgemeinen Wohnräume, der Guggerbach-Veranstaltungssaal, das Fitnesszentrum und die Wäscherei sind bereit. Das Tageszentrum für externe Personen wird im März in Betrieb

genommen. Der Guggerbach Saal konnte bereits am 1. Januar musikalisch eröffnet werden. Mit Alphornklängen von Erika Rageth, Stöff Rageth, Dölf Fischer, Kurt Hofstetter sowie mit Stefan Zitnik (Orgel) und Ruedi Thöny (Schwyzerörgeli) wurde der erste Apéro im neuen Jahr musikalisch begleitet.

### Guggerbach-Fitnesszentrum

Am Samstag, 6. Februar von 13 bis 17 Uhr wird das Fitnesszentrum mit einem «Tag der offenen Tür» eröffnet. Alle sind herzlich willkommen, das öffentliche, moderne und helle Fitnesszentrum zu besichtigen und ab 7. März zu nutzen. Die Fitness-Abos werden an diesem Tag mit 10 % Rabatt angeboten! Für unsere Guggerbach-BewohnerInnen aus den Wohnungen und den Zimmern ist das Fitnessangebot im Pensionspreis inklusive.

### Guggerbach-Tageszentrum

Das Guggerbach-Tageszentrum für externe Personen, die «Tagesgäste», wird im März 2016 mit einem Infoanlass und einem «Tag der offenen Tür» eröffnet. Das Datum wird rechtzeitig publiziert.

### Höhepunkte im Februar

**Fr, 5.2., 12.30 Uhr:** Kurzkonzert des Davos Festival Kammerorchesters

**Fr, 5.2., 15 Uhr:** Davos Festival: Workshop Werkeinführung und Künstlergespräch

**Sa, 6.2., 14 Uhr:** Tanzmusik mit Marek Gracki im Bistro Guggerzyt

**Mi, 10.2., 15 Uhr:** Nachmittagskonzert: Klavier zu vier Händen mit Ulrich und Annegret Weissert

**Mi, 17.2., 14 Uhr:** Kutschenfahrt

**Mo, 22.2., 10.30 Uhr:** 96. Geburtstag von Anna Messmer mit Apéro und Musik von Marek Gracki

### In dieser Ausgabe:

Erneuerungen im Haus A	2
Tanznachmittag	2
Bewohner-Interviews	2
Herzlich willkommen	3
Rückblick Neujahrsapéro	3
Veranstaltungen	4

*Liebe Bewohnerinnen, liebe Bewohner, werte Gäste und Freunde*

**Die Guggerbach-Erweiterung ist betriebsbereit - wir nehmen den Betrieb auf.** Wir sind stolz, denn das Haus ist bereits im Februar voll belegt. Somit leben rund 150 Personen im Guggerbach. In den 1- und 2-Zimmer-Wohnungen mit Dienst- und Serviceleistungen nach Bedarf rund 60 Personen und in den Zimmern mit Pflege, Betreuung & Aktivierung inklusive Wohngruppe 92 Personen.

Das Bauen und Renovieren ist noch nicht beendet, es gibt viel zu tun. **Im Detail liegt der Teufel.** Die Renovationsarbeiten im Haus A haben bereits begonnen. Die Bodenbeläge sind bald ersetzt. Es ist eine Augenweide zu sehen, wie die Parkett-Profis von Pfister Professional arbeiten. **Effizienz, Schnelligkeit, Qualität - ich habe schon viel gesehen, aber was diese Männer leisten - Hut ab!**

Die Bau- und Sanierungsarbeiten werden im Sommer 2016 abgeschlossen sein. Voraussichtlich wird der grosse **Tag der offenen Türe** anfangs September stattfinden. Die Erweiterung der Postfächer (Rezeption) sowie der Ausbau der Bewohnerkühlschränke (Stationen) verzögern sich etwas. Ich bitte bei den neuen BewohnerInnen um Verständnis, sie werden diese Angebote mit etwas Verspätung nutzen können. Die Post wird während dieser Zeit persönlich verteilt.



**Das Zentrum Guggerbach lebt im wahrsten Sinne des Wortes. Es freut mich, ich höre so viel Gutes und Positives über das erweiterte Guggerbach-Zentrum. Die angelaufenen Renovationsarbeiten (z.B. Parkettböden) stossen auf Begeisterung.**

**Urs Tobler,  
Zentrumsleitung**

## Erneuerungen im Haus A



### Die Parkett-Bodenleger von Pfister Professional in Aktion

#### «Cooking Center»:

Die in die Jahre gekommenen Küchengeräte (Kipper etc.) werden durch ein hochmodernes, leistungsfähiges Cooking Center und einen Combisteamer ersetzt.

#### Etagen-Erneuerung:

Die Renovationsarbeiten im Haus A haben mit der Erneuerung der Bodenbeläge (Parkett im ganzen Haus) begonnen. Nach der Bodensanierung werden die Wände gestrichen und die Zimmer neu beschriftet. Als Nächstes folgen die neuen Nachtvorhänge für die Bewohnerzimmer.

#### Umnutzung Mehrzwecksaal:

Der Eingangsbereich (Umbau Mehrzwecksaal) mit der Rezeption, den rund 160 Postfächern und den diversen Büros Personalbüro, Büro Administration-Belegungszentrale, Büro Hotellerie-Restaurationsphase. Es ist vorgesehen, dass dieser Umbau bis anfangs Sommer realisiert werden kann.

## Öffentlicher Musik- und Tanznachmittag



Bewegung ist ein Zeichen des Lebens. Beim Tanzen werden die Lebensgeister geweckt und auch gesundheitliche und soziale Effekte erzielt.

Einmal monatlich werden die Guggerbach-BewohnerInnen und Gäste zu einem Tanz- und Bewegungsnachmittag oder einfach zu einem gemütlichen, musikalischen Nachmittag ins Bistro Guggerzyt eingeladen. Nächstes Mal findet er am **Samstagnachmittag, 6.**

**Februar, von 14 bis 16 Uhr statt und wird musikalisch begleitet von Marek Gracki.**

Strukturierte Bewegung: Die Bewegung selbst ist zunächst das Wichtigste beim Tanzen. Dabei müssen die Beine trainiert und das Gleichgewicht beibehalten werden. Durch den Rhythmus der Tanzschritte wird die Bewegung strukturiert. Die Bewegung im musikalischen Rhythmus sorgt für eine heitere Stimmung.

**«Schliesslich ist der Tango ein dynamisches Liebesspiel entzückter Körper: Tango sagt nicht ‚Liebe mich‘, sondern ‚Kämpfe mit mir, oder gegen mich‘».**  
(Ramón Regueira)

## Bewohner-Interviews letzte Seite



Monika Degiacomi (Mitte) im Interview mit Ruedi Kummler und Margreth Mathis. Die BewohnerInnen berichten aus ihrem Leben und Moni macht eine interessante Story daraus.

Monika Degiacomi redigiert unsere Guggerbach-Zeitung seit 2008 und bereitet sie für den jeweiligen Druck auf. Vielen Dank – sie macht es stets ausgezeichnet.

## Anlass der Kunstgesellschaft im Guggerbach Saal

Der erste Anlass der Kunstgesellschaft am 14. Januar mit Flurin Caviezel (Bild) im ausverkauften Guggerbach Saal (127 Personen) war ein grosser Erfolg. Alle waren begeistert vom Saal, von der Atmosphäre, von der Akustik und der Ausstattung.

Das Zentrum Guggerbach vermietet den Guggerbach Saal gerne ausserhalb der Guggerbach-Betriebszeiten oder einfach dann, wenn der Saal nicht von den öffentlichen Veranstaltungen und den diversen internen Guggerbach-Anlässen belegt ist. Der Saal wird zu «anständigen» Konditionen vermietet, mit der Auflage, dass bei öffentlichen, gesellschaftlichen Anlässen (Theater- und Musikaufführungen etc.) die Guggerbach-Bewohnerinnen und -Bewohner kostenlos teilnehmen können.



## Öffentliche Dienstleistungen

**Bistro «Guggerzyt»:** Täglich geöffnet von 8.30 bis 17.30 Uhr.

Donnerstag «Abendcafé» bis 21 Uhr.  
Jeden 3. Freitag im Monat um 15.30 Uhr: «Fiirabed-Hock» mit Musik.

Mittags Auswahl zwischen 3 Tagesmenüs. Preis Mo - Sa: Fr. 17.—, So: Fr. 21.— inkl. Salat, Suppe und Dessert.

Jeden Samstag Guggeli- oder Bratwursttag. Znüni, Kaffees, Kuchen, Patisserie, Getränke, Tageszeitungen.

### Cafeteria «Guggerbachstube»:

Täglich geöffnet für Frühstück, Mittagessen und Nachtessen. Mittags Auswahl zwischen 2 Tagesmenüs. Preis Mo - Sa: Fr. 14.—, So: Fr. 17.— inkl. Salat, Suppe und Dessert.

### Fitnesszentrum «Fit im Guggerbach»:

Öffnungszeiten täglich von 8 bis 20 Uhr.

Jeden Donnerstag-Nachmittag Fitnessprogramm.

Weitere Infos erhalten Sie am Empfang.

### Davoser Beratungs- & Anlaufstelle für Altersfragen:

Beratungen und Unterstützung bezüglich Guggerbachdienstleistungen und bei Fragen/Anträgen zu Ergänzungsleistungen, Transporte, Rollstuhltaxi, medizinische Geräte, Organisation Umzug etc.

Besprechungstermine mit Urs Tobler, Zentrumsleitung, können Sie telefonisch oder direkt am Empfang vereinbaren.

**Ruth Wilhelm und Bianca Hardegger helfen Ihnen gerne weiter.**

### Alterszentrum Guggerbach

**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 Mitarbeitenden:

(1. Reihe von links): Fabian Hammerl, Andreja Neto, Snezana Marugg und Maria Larcher; (2. Reihe von links): Monika Morandi und Ljiljana Pavelic

... sowie unseren neuen Bewohner: Peter Menzi (unten rechts)

## Neujahrsapéro im neuen Saal



Zum Neujahrsapéro im neuen Guggerbach Saal fanden sich viele Bewohner, Gäste und Personal ein. Fröhlich wurde auf das neue Jahr angestossen.

## Unbekannte Klänge kennenlernen



Monica Fopp sorgte für eine besondere Abwechslung bei unseren Bewohnern. Sie brachte eine Vielzahl von «exotischen» Instrumenten mit, erklärte sie den Bewohnern, machte Musik und selbstverständlich durfte auch auf den Instrumenten gespielt werden.

## Peter-Frank Wintsch (82): «Bin der geborene Junggeselle»

«Zusammen mit meiner Schwester und meinem Bruder bin ich in der Stadt Zürich aufgewachsen. Unser Vater war Bankbeamter bei der Kantonalbank. Wir hatten eine schöne Kindheit. Doch als ich zehn Jahre alt war, erkrankte ich an Tuberkulose. Auch meine Geschwister waren betroffen. Ich war furchtbar geschwächt und kam für elf Monate nach Davos in die Kinderklinik Laret zur Kur. In Zürich absolvierte ich eine Lehre zum Herren- und Damenschneider. Bis im Alter von 35 Jahren wohnte ich bei den Eltern, ich bin der geborene Junggeselle. Ende der 1960er-Jahre zog ich nach Basel und absolvierte eine

Ausbildung zum Krankenpfleger FA SRK. Ich arbeitete in verschiedenen Institutionen, auch in der Psychiatrie. Schreckliche Dinge habe ich gesehen - junge, drogensüchtige Menschen und vieles mehr.

Dann führte mich mein Job wieder nach Davos: 1979 trat ich eine Stelle an der dermatologischen Klinik im Alexanderhaus an. Ich pflegte hautkranke Kinder ab 5 Jahren und habe Therapien und Bestrahlungen mit UVB-Licht durchgeführt, ohne irgendwelche Schutzkleidung wohlverstanden. Deshalb leide ich heute an Hautkrebs im Gesicht, und durch den ständigen Kontakt mit Kortisonsalbe, welche in



der Kinderklinik eingesetzt wurde, habe ich zudem Probleme mit den Händen. Doch ich will nicht klagen. Seit bald zwei Jahren wohne ich in einer 1-Zimmer-Wohnung mit

Vollpension im Guggerbach. Der Umzug war schon eine Umstellung. Aber es gefällt mir. Es läuft so viel hier, schade, dass ich nicht teilnehmen kann.»

### Veranstaltungen im Februar

**Di, 2.2., 14.30 Uhr:** Backen: Pfaffenbohnen

**Mi, 3.2., 14.30 Uhr:** Singen mit Jürg Wasescha

**Do, 4.2., 18.30 Uhr:** Abendcafé, ab 19 Uhr: B. Bernet zeigt den Film: «Es kracht, es zischt, zu seh'n ist nischt»

**Fr, 5.2., 12.30 Uhr:** Kurzkonzert des Davos Festival Kammerorchesters

**Fr, 5.2., 15 Uhr:** Davos Festival: Workshop Werkeinführung und Künstlergespräch

**Sa, 6.2., 14 Uhr:** Tanzmusik im Bistro mit Marek Gracki

**Sa, 6.2., 17 Uhr:** Andacht mit der Heilsarmee

**Di, 9.2., 14.30 Uhr:** Basteln zum Valentinstag

**Mi, 10.2., 15 Uhr:** Nachmittagskonzert: Klavier zu vier Händen mit Ulrich u. Annegret Weissert

**Do, 11.2., 18.30 Uhr:** Abendcafé, ab 19 Uhr: musikalische Unterhaltung mit Ruedi Thöny

**Fr, 12.2., 15 Uhr:** Ch. Heldstab u. B. Pfeufer zeigen den Film: «550 km bis ans Meer»

**Di, 16.2., 14.30 Uhr:** Backen: Bergler Chüechli

**Mi, 17.2., 14 Uhr:** Kutschenfahrt

**Do, 18.2., 18.30 Uhr:** Abendcafé, ab 19 Uhr: Lotto spielen

**Fr, 19.2., 15.30 Uhr:** Fiiirabed-Hock mit Ruedi Thöny

**Mo, 22.2., 10.30 Uhr:** 96. Geburtstag von Anna Messmer mit Apéro und Musik von M. Gracki

**Di, 23.2., 14.30 Uhr:** Basteln: Winterkarte

**Mi, 24.2., 14.30 Uhr:** Singen mit Jürg Wasescha

**Do, 25.2., 19 Uhr:** Musikschule: Volksmusikkonzert, danach Abendcafé im Bistro

**Fr, 26.2.:** Guggerbach-Wanderung zum Restaurant Bünda. Treffpunkt/Abfahrt: 14.06 Uhr Postplatz mit VBD Bus 4

**Fr, 26.2., 14.30 Uhr:** Lotto spielen im Guggerbach Saal

### Aktivierung/Betreuung: Wochenprogramm

**Mo, 9.15 Uhr:** Atemtherapie mit Myriam Perrelet im Saal

**Mo, 15 Uhr:** Besuch des Frauenvereins Dorf oder der Bündnerinnen im Saal

**Di, 10 Uhr:** Gemüse rüsten, Aktivierungsküche 1. OG

**Di, 14.30 Uhr:** Basteln im Saal oder Backen im 1. OG

**Di, 16.45 Uhr:** Turnen im Saal

**Mi, 10 Uhr, alle 2 Wochen:** Evangelischer Gottesdienst im Mehrzweckraum

**Mi, 14.30 Uhr, 2 x pro Monat:** Erzählcafé im Saal

**Mi, 14.30 Uhr, 2 x pro Monat:** Singen im Saal

**Mi, 15.30 Uhr:** Guggerbach-Hausmusik spielt im Bistro

**Do, 10 Uhr:** Gemüse rüsten, Aktivierungsküche 1. OG

**Do, 14 - 15.30 Uhr:** «Fit im Guggerbach», Bewegungsprogramm, im Fitnessraum

**Do, 14 Uhr:** Gedächtnstraining mit M. Heimgartner, Saal

**Do, 18.30 Uhr:** Bistro-Abendcafé im Guggerzyt

**Fr, 10 Uhr:** Kath. Gottesdienst im Mehrzweckraum

**Fr, 11 Uhr:** Zeitung vorlesen im Saal

**Fr, ab 13.30 Uhr, jeden 4. im Monat:** Wanderung mit Minah Heimgartner

**Fr, 14.30 Uhr:** Spielnachmittag oder ab 15 Uhr: Film-/Diavortrag im Saal

**Fr, 15.30 Uhr, jeden 3. im Monat:** Fiiirabed-Hock im Bistro Guggerzyt

**Sa, 14 Uhr, jeden 1. im Monat:** Tanzmusik im Bistro

**Sa, 14 Uhr, ohne 1. im Monat:** Gedächtnstraining mit M. Heimgartner, im Saal

**Sa, 17 Uhr, 1 x pro Monat:** Andacht mit der Heilsarmee im Saal

**So, 14 Uhr, ohne 1. im Monat:** Gedächtnstraining mit M. Heimgartner, im Saal