



ALTERSZENTRUM
GUGGERBACH DAVOS

10/08

Guggerbach-Zeitung

Monatszeitung des Alterszentrums Davos

In dieser Ausgabe:

Kostenlose Beratungen	2
Sprachkurse (E/F)	2
Unsere Neueintritte	3
96 Jahre Anna De Boni	3
Porträt Manuel Libanio	4
Veranstaltungen	4

Guggerbach-Bistro: Der neue Treff für Jung und Alt

Am Samstag, 4. Oktober 2008, eröffnen wir unser öffentliches Bistro. Von 11 bis 15 Uhr sind alle herzlich eingeladen, das neue Bistro zu besuchen. Speis und Trank werden an der Eröffnungsfeier offeriert. Ausserdem finden eine Namenwahl und Taufe statt.

Die Menschen werden zwar immer älter, sind aber deswegen nicht weniger unternehmungslustig und vital. Integration und Kommunikation gehören ebenso zu den existentiellen Bedürfnissen wie die Grundversorgung, die Sicherheit und die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben. Mit dem neuen Guggerbach-Bistro soll die Brücke zu allen Generationen bezüglich Kommunikation, Integration und Teilnahme am vitalen Leben gebaut werden.

Möchten Sie im neuen Bistro ein Geburtstagsfest oder Familienessen feiern? Bitte kontaktieren Sie uns.

Das Guggerbach wird immer mehr zur beliebten und belebten Begegnungsstätte. Wir gestalten regelmässig Höhepunkte der besonderen Art und bauen mit Veranstaltungen Verbindungen zwischen Menschen, Kulturen und Vorlieben. So schaffen wir Begegnungsmöglichkeiten und die Chance zu ungezwungener Geselligkeit. Auch ohne Konsumation sind Sie herzlich willkommen!

Begegnungsort und Newsecke

Das Guggerbach-Bistro als Cafeteria, Newsecke (Tageszeitungen), Treff, Begegnungs- und Unterhaltungsort mit diversen Veranstaltungen ist 7 Tage die Woche von 9 bis 19 Uhr geöffnet. Jeden Donnerstag und bei Anlässen ist das Bistro auch abends geöffnet.



Auch ohne Konsumation sind Sie im Guggerbach herzlich willkommen.

«Fiiirabed-Hock für Jung und Alt»

Besuchen Sie zudem den «Fiiirabed-Hock für Jung und Alt» jeden 3. Freitag im Monat ab 18 Uhr, erstmals am 17. Oktober 2008.

Zvieri-Plättli und Gratis-Apfelkorb



Rina Sellitto serviert in freundlicher Atmosphäre Znüni-Plättli und feine Leckereien.

In den Randzeiten betreiben wir das Bistro als Selbstbedienung, in den Hauptzeiten am Abend mit Bedienung. Rina Sellitto serviert Ihnen mit ihrem Team in moderner, freundlicher Atmosphäre Getränke, Säfte, Kaffee, Tee, verführerische Leckereien, Znüni-Zvieri-Plättli, Gratis-Apfelkorb und vieles mehr.

Urs Tobler, Zentrumsleiter

Eröffnung 4.10.2008, 11 - 15 Uhr:

- Brötli-, Dessert- und Getränke-Buffer, Bier vom Fass - offeriert zur Eröffnungsfeier!
- Musikalische Unterhaltung/Tanz mit dem Atlanta-Quartett
- Bilderausstellung «Verwirrende Welt»
- Namenwahl um 13.30 Uhr, 2. offener Wahlgang aus den 3 Meistgewählten

Wichtiges in Kürze

- **Fitness im Guggerbach:** Am 1. November 2008 eröffnen wir den Guggerbach-Fitnessraum. Er ist offen für Bewohner, Mitarbeiter und externe Gäste.
- **Coiffure:** Heidi Battaglia und Therese Baumgartner betreiben ab 1. November einen öffentlichen Salon im Guggerbach.
- **Spitexleistungen in den Wohnungen:** Ab 1. Januar 2009 werden die Spitexleistungen in den von uns betriebenen Wohnungen von unserem Pflegepersonal übernommen. Weitere Infos folgen im Dezember.

Kostenlose Davoser Beratungsstelle für alle Altersfragen

Der Kleine Landrat hat dem Alterszentrum Guggerbach den Auftrag zur Führung der Davoser Beratungs- und Koordinationsstelle für die Generation 65+ erteilt. Die Beratung ist für die Guggerbach-Bewohner und die gesamte Davoser Bevölkerung kostenlos.

Wir beraten und unterstützen Sie persönlich und fachkompetent bei allen Fragen rund um das Alter und die Sozialversicherungen wie: AHV, Ergänzungsleistungen/Hilflosen-Entschädigung etc. Zudem erledigen wir in Zusammenarbeit mit Ihnen Ihre Zahlungen, Krankenkassenrückvergütung und Rechnungsüberwachung.

Gerne geben wir Ihnen auch Informationen und Auskünfte über das Alterszentrum. Bei Fragen bezüglich Patien-

Ob Bewohner/innen, Angehörige, Senioren/innen oder Interessierte - nutzen Sie diese für Sie absolut unentgeltliche und unverbindliche Dienstleitung

tenverfügungen, Testamente, Vormund- und Beistandschaften verweisen wir Sie an die richtigen Stellen.



Ursula Ambühl im Beratungsgespräch mit Ruth Wilhelm (rechts).

Diese Leistung steht allen offen, Sie müssen weder im Guggerbach wohnen noch angemeldet sein. Wir freuen uns, Ihnen weiterhelfen zu dürfen.

Melden Sie sich bei Elsbeth Klucker oder Ruth Wilhelm am Guggerbach-Empfang, per Telefon 081 415 25 25 oder E-Mail: info@guggerbach.ch / www.guggerbach.ch.

Wir erteilen Ihnen Auskünfte und/oder vereinbaren für Sie einen persönlichen Besprechungstermin mit dem Zentrumsleiter Urs Tobler, der als Eidgenössischer Sozialversicherungs-Fachmann über die nötige Fachkompetenz verfügt.

Bildung im Guggerbach - wir leben unsere Philosophie

Neben der Pflege des sozialen Netzes trägt auch die körperliche und geistige Aktivität dazu bei, dass man im Alter vital und gesund bleibt.

Durch eine aktive Zusammenarbeit mit diversen Anbietern werden wir immer mehr Angebote auch im Bildungsbereich organisieren.

Die Sprachschule, geleitet von Heidi Saluz, ist ein schönes und gut funktionierendes Beispiel. Wie schon in den vergangenen Jahren führt die studierte Sprachlehrerin auch heuer wieder die beliebten Englisch- und Französisch-Sprachkurse im Guggerbach-Schulungsraum durch. Sie sollen die Fremdsprachenkenntnisse auffrischen, den Alltag lockern und die Geselligkeit fördern.

Vor Kursbeginn führt Heidi Saluz Anfang Oktober im Guggerbach eine Informationsveranstaltung durch. Datum und Zeitpunkt werden in der Davoser Zeitung publiziert. Informationen und An-

meldung am Guggerbach-Empfang bei Elsbeth Klucker oder Ruth Wilhelm unter Telefon 081 415 25 25. Oder melden Sie sich direkt bei Heidi Saluz unter Telefon 081 416 23 41.

- **Kursbeginn:** Dienstag, 28.10.2008 und Mittwoch, 29.10.2008
- **Kurskosten:** 80 Franken pro Kurs (10 Lektionen)



Unsere Dienstleistungen

Unser Restaurant bietet feine, preiswerte Mittagessen, Kaffee und Kuchen und ist täglich von 9 bis 19 Uhr geöffnet. Mittagstisch für Senioren (täglich), Hol- und Bringdienst jeden Mittwoch. Reservationen unter Tel. 081 415 25 15.

Besuchen Sie unsere wechselnden Ausstellungen im Foyer und Durchgang zum Haus B.

Beratungs- und Anlaufstelle für Altersfragen:

Gerne beraten und unterstützen wir Sie:

- Anträge Ergänzungsleistungen, Hilflosenentschädigung, Abrechnung mit Krankenkassen etc.
- Organisation von Transporten
- Vermietung von medizinischen Hilfsmitteln
- Organisation Umzug ins Guggerbach usw.

Alterszentrum Guggerbach
7270 Davos Platz

Öffnungszeiten Rezeption:
Mo - Fr 8 - 11.30 Uhr
und 14 - 17.30 Uhr
Telefon 081 415 25 25
info@guggerbach.ch
www.guggerbach.ch

Unsere Neueintritte



Wir begrüßen herzlich unsere neuen Bewohner:
Jrmgard Hofmann
und
Kurt Meierhans.

Senioren-Modeschau



Unsere hauseigenen Models Anita Eschmann und Verena Garbardi präsentierten mit viel Charme und Freude die Kleider der Seniorenmode Glattbrugg. Den zahlreichen Gästen und Bewohnern gefiel die unterhaltsame Präsentation auf dem «Laufsteg» in der Guggerbach-Stube.

Offenes Singen



Maria Widmer singt einmal pro Monat mit unseren Bewohnern und Gästen. Sie begleitet die begeisterten Sängerinnen und Sänger auf dem Klavier. Das offene Singen wird immer gerne und rege besucht. Wir danken Maria Widmer herzlich für ihr freiwilliges Engagement.

96. Geburtstag Anna De Boni



Anna De Boni konnte mit ihren Kindern, Verwandten und vielen Gästen auf ihren hohen 96. Geburtstag anstossen. Sie genoss die Feier und den Guggerbach-Apéro, der von Marian Brousek musikalisch umrahmt wurde.

Manuel Libanio: «An Schnee und Kälte bin ich gewöhnt»

«Seit acht Jahren arbeite ich im Alterszentrum Guggerbach als Chauffeur und Portier. Ich erledige Taxi- und Chauffeurdienste in der Region Davos. Ausserdem putze ich Böden und shampoooniere Teppiche. Auch meine Frau ist seit kurzem hier im Hausdienst tätig. Wir sind zufrieden: Die Leute und das Arbeitsklima gefallen uns sehr gut.

Wir haben drei Söhne und eine Tochter im Alter zwischen sieben und 29 Jahren. Der Jüngste, Alessandro, besucht in Davos die Schule. Claudia, unsere einzige Tochter,

«Als Kind musste ich oftmals Hunger leiden»

arbeitet im Altersheim in Domat/Ems. Und die beiden erwachsenen Söhne Helio

und Rui sind als Metallbauer und Maler tätig.

1989 sind wir aus Portugal in die Schweiz gekommen. Zuerst arbeitete ich in einem Hotel in Sils Maria, danach rund zehn Jahre lang im Alexanderhaus.

In Portugal hatte ich eine schwere Kindheit: Ich durfte nur vier Jahre lang zur Schule. Schon als 11-Jähriger musste ich als Steinhauer und Maurer arbeiten. Zusammen mit meinem Vater erstellte ich Steinplätze und -Mauern und führte Reparaturen aus.

Als Kind musste ich oftmals Hunger leiden. Meine Familie brauchte viel Geld für Medikamente, denn meine zwölf Geschwister waren häufig krank. Zehn meiner Brüder und Schwestern sind schon im frühen Kindesalter gestorben. Jetzt sind wir nur noch



Bekanntes Gesicht im Guggerbach: Manuel Libanio, 49.

zu dritt - zwei Schwestern und ich. Jeweils im Juli fahren wir in die Ferien nach Portugal. Im Norden des Landes haben wir ein Haus. Wir freuen uns jedes Jahr darauf. Das Klima dort ist ähnlich wie hier: Im Winter wird es häufig

kälter als minus zehn Grad. Ich bin mir Schnee und Kälte also gewöhnt.

In Davos gefällt es uns sehr gut. Wir leben seit einem Jahr hier. Vorher hatten wir eine Wohnung in Klosters.»

(md)

Veranstaltungen im Oktober

Mi, 1.10., 15.30 Uhr: Ausdruckstanz mit Tajana Adank	Fr, 17.10.: Wanderung begleitet von Heidi Vonrüti: Auf die Höf zum neuen Alpenhof.
Do, 2.10., 19 Uhr: Auftritt Trachtentanzgruppe und Oldie's	Fr, 17.10., 18 Uhr: «Ffirabed-Hock für JUNG und ALT» im Guggerbach-Bistro
Sa, 4.10., ab 11 Uhr: Eröffnung Bistro mit Festwirtschaft	Fr, 24.10., 14.30 Uhr: Lesung mit Klavier-Rezitals. Lesung: Aldo Huwyler, Klavier: Christine Videki
Fr, 10.10., 15 Uhr: Kino-Nachmittag: Film «Heidi»	Mi, 29.10., 14.30 Uhr: Offenes Singen mit Maria Widmer
Di, 14.10., 19.15 Uhr: Vortrag von Dr. Astrid Czock: Hautpflege im Alter, Apéro im Bistro	Do, 30.10., 19 Uhr: Konzert Musikschule «Kleines Herbstkonzert»
Mi, 15.10., 15.30 Uhr: Ausdruckstanz mit Tajana Adank	Fr, 31.10., 15 Uhr: Kino-Nachmittag: Film «Heidi und Peter»
Do, 16.10., 18.30 Uhr: Vortrag «Die Kartoffel, ein Schatz der Inkas», mit Kartoffel-Degustation im Bistro	

Wochenprogramm

Montag, 10 Uhr: Kath. Gottesdienst
Montag, 15 Uhr: Besuchsnachmittag Frauenverein Dorf oder Bündnerinnen
Dienstag, 16.45 Uhr: Turnen
Mittwoch, jeden 2., 10 Uhr: Evang. Gottesdienst
Donnerstag, 9.15 Uhr: Atemtherapie mit Myriam Perrelet
Donnerstag, 16 Uhr: Guggerbach-Hausmusik spielt auf
Donnerstag, 18.30 Uhr: Abendcafé im Bistro

Monatsprogramm Tageszentrum

Mi, 1.10., 14.30 Uhr: Spielnachmittag	Di, 21.10., 11 Uhr: Zeitung vorlesen, Gespräche
Do, 2.10., 14.30 Uhr: Singen und Bewegen	14.30 Uhr: Thema: Texte und Gedichte
Di, 7.10., 11 Uhr: Zeitung vorlesen, Gespräche	Mi, 22.10., 14.30 Uhr: Thema: Gedächtnis-Training
14.30 Uhr: Thema: Rucksack leeren und neu packen	Do, 23.10., 14.30 Uhr: Thema: Bewegung und Koordination
Mi, 8.10., 14.30 Uhr: Thema: Aufbruch und Ausblick	Di, 28.10., 11 Uhr: Zeitung vorlesen, Gespräche
Do, 9.10., 14.30 Uhr: Thema: Unterwegs	14.30 Uhr: ☀ Spazieren 🎲 Spielnachmittag
Di, 14.10., 11 Uhr: Zeitung vorlesen, Gespräche	Mi, 29.10., 14.30 Uhr: ☀ Spazieren 🍞 Backen
14.30 Uhr: Thema: Hobbies	Do, 30.10., 14.30 Uhr: Thema: Geschichten und Singen
Mi, 15.10., 14.30 Uhr: Lotto	
Do, 16.10., 14.30 Uhr: Thema: Sitztanz und Singen	