



ALTERSZENTRUM
GUGGERBACH DAVOS

10/09

Guggerbach-Zeitung

Monatszeitung des Alterszentrums Davos

In dieser Ausgabe:

Unsere Dienstleistungen	2
Herzlich willkommen	3
Geburtstag Ch. Rieder	3
Heiterer Abendcafé	3
Irmgard Hofmann	4
Veranstaltungen	4

Aktivierung neu an jedem Werktag



Die Aktivierung im Guggerbach ist auf die Bewohner zugeschnitten.

Mitte Oktober verändern wir unser Aktivierungs- und Beschäftigungsangebot, im Speziellen werden die Zeiten angepasst.

Die Aktivierung wird ab Montag, 19. Oktober, jeweils jeden Montag bis Freitag von 14 bis 17 Uhr angeboten. Hanny Gut ist für die Planung und Durchfüh-

rung zuständig und stellt ein auf die Bedürfnisse der Bewohner zugeschnittenes Programm zusammen. Das fixe wöchentliche Veranstaltungsprogramm wird in das Aktivierungsprogramm integriert. Externe Gäste sind natürlich willkommen: Für die Anmeldungen und erste Auskünfte (Prospekt) wenden Sie sich an unsere Rezeption.

Zimmer-Erweiterung kommt voran

Die Baukommission hat ihre Arbeit für die Ausschreibung (Projektphase II) im September aufgenommen.

Susi Teufen (Präsidentin der Baukommission/Stiftung), Marlis Zimmermann (Vizepräsidentin/Stiftung), Ursina Farrèr (Mitglied/Stiftungsrat), Cornelia Dera-gisch (Leitung Bauamt Davos), Markus Liesch (Architekt/Beratung), Urs Tobler (Zentrumsleitung), Maya Knobel (Leitung Betreuung/Pflege) und Markus Lehmann (Technik) werden die Unterlagen und Vorgaben für den Architekten-Wettbewerb zusammenstellen.

Basis für die Zimmer-Erweiterung ist die Guggerbach-Strategie und -Philo-

sophie: Normales zeitgerechtes und angenehmes Wohnen und Leben mit Dienst- und Serviceleistungen an zentraler Lage in Davos, mit einem diskreten Sicherheitsnetz im Hintergrund und umfassender Infrastruktur für die Betreuung und Pflege sowie Hotellerie und Wohlbefinden – kurz: ein «Leben wie zu Hause».

Neben den kantonalen Vorgaben haben wir folgende Eckpunkte festgelegt: 24 Einzelzimmer mit Dusche/WC, Bewohneraufenthalts- und Speisesaal, Personalaufenthaltsraum, Personal-WC, Optimierung Wäscheversorgung, Prüfung Demenzbereich sowie weitere Dienst- und Serviceräume nach Bedarf.

Liebe Leserin, Lieber Leser

Guggerbach = Davoser Kompetenz-, Dienstleistungs- und Beratungszentrum für die Generation 65+: Wir freuen uns, diese Leistung im Auftrag der Gemeinde Davos auch für die Bevölkerung, die nicht im Guggerbach lebt, kostenlos anzubieten! Im Zentrum steht die Unterstützung unter Wahrung der Selbständigkeit und das Sicherheitsbedürfnis der älteren Menschen - wo und wie sie es brauchen und wollen! Trotzdem treten keine Gefühle des «Eingeengt-Seins» auf. Es ist vergleichbar mit dem Airbag im Auto: Man weiss, dass er da ist, aber man sieht ihn nicht. Sicherheit soll unauffällig sein.

Unsere Beratungen, Veranstaltungen und Restaurants sind für alle zugänglich. Die Generationendurchmischung fördert den Kontakt und sorgt für noch mehr Lebensqualität.

Nutzen Sie die Möglichkeit des abrufbaren Services, kommen Sie vorbei oder kontaktieren Sie unsere Damen am Empfang. Auf Seite 2 stellen wir Ihnen unsere Dienstleistungen gerne vor.

Unsere Philosophie, die weitsichtige Guggerbach-Strategie und das Vertrauen bilden die Basis für unsere Arbeit. Werte wie Glaubwürdigkeit und Wertschätzung sind Ziele, die wir im Guggerbach leben und umsetzen. Alter soll ein interessanter Lebensabschnitt mit Freude, Lebensqualität und Zufriedenheit sein. Eine Herausforderung, der wir uns mit Freude stellen!

Fazit: Dass viele Gäste, Bewohner und Angehörige unsere Dienst- und Serviceleistungen nutzen oder bei uns einziehen wollen, ist nicht allein die «Schuld» der zunehmenden älteren Bevölkerung, sondern ist vielmehr auf das Wissen und die Erwartungen von einem schönen, angenehmen Leben und Wohnen im Guggerbach zurückzuführen.

Urs Tobler, Zentrumsleiter

Im Guggerbach lässt es sich perfekt leben

Im Alterszentrum Guggerbach wird Lebensqualität durch unbeschwertes, sicheres und selbständiges Wohnen und Leben mit Dienst- und Serviceleistungen nach Ihren Wünschen geboten. Unsere Damen an der Rezeption helfen Ihnen gerne weiter und erteilen Auskünfte - allen Personen und allen Generationen!



Beratung/Administration:

Wir helfen und unterstützen bei administrativen Angelegenheiten und Kontakten zu diversen Stellen wie Krankenkasse, Sozialversicherung, Ergänzungsleistung, etc.



Reinigung/Wäscheversorgung:

Wir übernehmen die Haushaltsarbeiten nach Wunsch und Bedarf: Wohnungsreinigung, Wäscheversorgung, Fensterreinigung etc.



Veranstaltungen/Kontaktpflege:

Wir organisieren Veranstaltungen und Anlässe, fördern die Kontakte, sorgen für Lebensqualität und Wohlbefinden sowie die Durchmischung der Generationen.



Wohnung- und Zimmerservice:

Unser Serviceteam bringt die Mahlzeiten, Getränke etc. gemäss Bestellung gerne in die Wohnung. Zimmer/Pension: Der Service erfolgt durch die Betreuung und ist im Pensionspreis inbegriffen.



Bistro/Restaurant:

Ihr Besuch freut uns! Offen und bedient von 9 bis 17 Uhr / Donnerstag bis 21 Uhr. Mittagessen zu günstigen Konditionen – ein «Versuch» lohnt sich!



Guggerbach-Taxi:

Wir holen und bringen Sie wohin auch immer. Die Transporte bieten wir zu günstigen Konditionen an. Unser Rollstuhltaxi steht auch externen Personen zur Verfügung.



Sicherheit und gut behütet:

Unser Notrufsystem an 365 Tagen/24 Stunden gibt Sicherheit rund um die Uhr. Alle Zimmer und Wohnungen sind mit der Notrufanlage verbunden. Gerne schliessen wir auch externe Personen an unser Sicherheitssystem an.



Fit im Guggerbach:

Trainieren Sie im öffentlichen, gut eingerichteten Guggerbach-Fitnessraum. Jeden Donnerstag-nachmittag mit Anleitung von Physiotherapeuten. Günstige Abonnemente für externe Personen.



Wocheneinkauf, «Posten»:

Wir besorgen einmal wöchentlich für alle Bewohner unentgeltlich die Einkäufe. Der Bestellzettel bis Donnerstagabend genügt!



Technik:

Wir beheben technische Mängel und helfen beim Zügeln, übernehmen das Bilderaufhängen etc.

Lebenslanges Lernen im Guggerbach:



Heidi Saluz, Sprachlehrerin, bietet auch diesen Herbst eine weitere Staffel der beliebten Englisch- und Französisch-Sprachkurse im Guggerbach-Schulungsraum an. Der Französischkurs wird nur einmal geführt, jeweils am Dienstag von 10 bis 11 Uhr. Neu bietet Frau Saluz auch einen Kurs in Englisch Konversation an. Dies am Montag von 10 bis 11 Uhr.

Kursbeginn: Montag, 26. Oktober

Kurstage: Montag, Dienstag und Mittwoch

Kurskosten: Fr. 80.— pro Kurs (10 Lektionen)

Am Freitag, 9. Oktober, findet um 10 Uhr eine Informationsveranstaltung im Mehrzwecksaal statt. Heidi Saluz beantwortet Fragen und erteilt gerne Informationen zu den Kursen.

Informationen erhalten Sie auch telefonisch von Heidi Saluz unter Tel. 081 416 23 41, oder vom Guggerbach-Rezeptionsteam, Tel. 081 415 25 25.

Öffentliche Dienstleistungen

Bistro «Guggerzyt»: Jeden Tag offen von 8 bis 19 Uhr, bedient von 9 bis 17.30 Uhr, am Donnerstag «Abendcafé» bis 21 Uhr. Jeden 3. Freitag im Monat um 17 Uhr: «Fiirabed-Hock» mit Unterhaltung.

Angebot: Mittagessen-Tagesmenü inkl. Salat/Dessert Fr. 14.—, Sonntagsmenü inkl. Salat/Dessert Fr. 18.— Znüni, diverse Kaffees, Kuchen, Patisserie und Getränke.

Wir organisieren Ihre Familienessen, Anlässe und 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, Rolllatoren, 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

Neueintritte: Herzlich willkommen



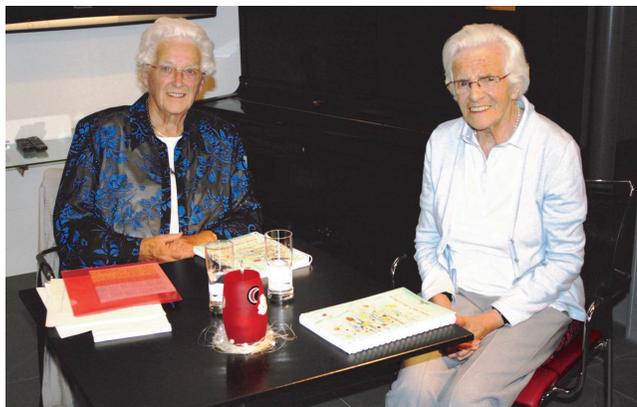
Wir begrüßen herzlich unsere neue Bewohnerin Emmy Deplazes (links) sowie unsere neuen Mitarbeiter Charly Schmed und Dunya Berisha, Betreuung.

90. Geburtstag Chatharina Rieder



Chatharina Rieder konnte mit ihren Kindern und Verwandten auf den 90. Geburtstag anstossen und nahm die Gratulationen von Urs Tobler, Zentrumsleitung, und Christian Stiffler, Kleiner Landrat, freudig entgegen.

Abendcafé mit Kurzgeschichten



Das Abendcafé mit heiteren Kurzgeschichten, vorgetragen von Agnes Schilling, fand bei den Guggerzyt-Besuchern grossen Anklang. Zwischen den Lesebeiträgen wurden von Marili Badrutt Lieder angestimmt und alle Anwesenden sangen fröhlich mit. Herzlichen Dank.

Musikgesellschaft am Fiirabed-Hock



Immer wieder ein Leckerbissen für unsere Bewohner, aber auch für viele Gäste, sind die Konzerte der Musikgesellschaft Davos. Bereits zum zweiten Mal in diesem Sommer, diesmal bei herrlichem Wetter, konnten wir ein tolles «Ständli» geniessen.

Irmgard Hofmann: «Ich hatte alles, was ich mir wünschte»

«1923 kam ich in Wiedenbrück (D) zur Welt. Mein Vater betrieb eine Futtermittelfabrik. Er starb, als ich 16 Jahre alt war. Wir wohnten nahe der Grenze, und als die Deutsche Wehrmacht in die Tschechei einmarschierte, erlebten wir den Krieg hautnah mit. Unsere Familie hielt zusammen, und mit Gottes Hilfe schafften wir es durch die schwere Zeit.

Als ich 19 Jahre alt war, verlor mein Verlobter im Krieg in Russland sein Leben. Noch im selben Jahr lernte ich auf einem Bahnhof einen jungen Akademiker und Maler kennen. Er hatte einen

Kopfschuss und trug einen dicken Verband. Nach Kriegsende heirateten wir. Mein Mann illustrierte Schulbücher, entwarf Plakate und das Eingangstor zum Münchner Oktoberfest. Ich arbeitete als Sekretärin für denjenigen Architekten, welcher die Dresdner Bank wiederaufbaute. Dann kam unser erstes Kind zur Welt.

Mein Mann wurde ein erfolgreicher Industriedesigner und wir hatten alles, was wir uns wünschten: Drei Kinder - eines ist 1999 leider verstorben - ein Haus, ein Auto, ein Ferienhaus auf Sylt... 1990 holte uns die Fir-



Irmgard Hofmann präsentiert ein Designerstück ihres Mannes.

ma Leica nach Davos. Mein herrlichen Guggerbach meinen Lebensabend verbringen zu dürfen.» (md)

Veranstaltungen im Oktober

Do, 1.10., 18.30 Uhr: Abendcafé, **19 Uhr:** Musikschule «Herbstkonzert», im Foyer

Fr, 2.10., 15 Uhr: Diavortrag: Mit Fredel Beetschen in Tibet, 1. Teil, Mehrzwecksaal

Mo, 5.10., 11 Uhr: Apéro zum 99. Geburtstag von Hil-da Frigg und Begrüssung der neuen Bewohner, Musik: Guggerbächler, im Bistro

Do, 8.10, 18.30 Uhr: Abendcafé, **19 Uhr:** Diavortrag von Desirée Meng: «Australien», im Bistro Guggerzyt

Fr, 9.10., 10 Uhr: Info-Veranstaltung von Heidi Saluz über Sprachkurse im Guggerbach, Mehrzwecksaal

Fr, 9.10., 15 Uhr: Mühle-Turnier mit dem Mühle-Weltmeister Markus Schaub, im Mehrzwecksaal

Do, 15.10., 18.30 Uhr: Abendcafé, **19 Uhr:** Film «Lebensräume Wälder», im Bistro Guggerzyt

Fr, 16.10., 15 Uhr: Singen, Guggerbach-Chörli mit Jürg Wasescha, Mehrzwecksaal

Fr, 16.10., Fiirabed-Hock, Musik: Corina und Sereina Wilhelm am Schwyzerörgeli, im Bistro Guggerzyt

Sa, 17.10., 10.30 Uhr: Apéro zum 99. Geburtstag von Berthy Schwarzenbach, zum 95. von Frieda Hack und zum 90. von Lily Roffler. Musik: Anette Dannecker und Daniel Hofmänner, im Bistro

Do, 22.10., 18.30 Uhr: Abendcafé, **19 Uhr:** Lesung, Quiz und Singen mit Agnes Schilling und Marili Badrutt

Fr, 23.10.: Wanderung mit Severin Schellenberg: Von der Duchli zum Café Weber. Abfahrt: 14.05 Uhr Bahnhof Dorf mit VBD Linie 13

Mi, 28.10., 10 Uhr: Herbstfahrt nach St. Moritz

Do, 29.10., 18.30 Uhr: Vortrag der Sprachschule J. Ramirez «Kakao als Schatz der Azteken», Mehrzwecksaal, anschliessend Abendcafé bis 21 Uhr, im Bistro Guggerzyt

Fr, 30.10., 15 Uhr: Lesung und Klavierrezitals: Aldo Huwyler und Christina Videki

Wochenprogramm

Montag, 10 Uhr: Kath. Gottesdienst

Montag, 15 Uhr: Besuch Frauenverein oder Bündnerinnen

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

Dienstag, 16.45 Uhr: Turnen

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

Mittwoch, 16 Uhr: Guggerbach-Hausmusik spielt auf

Do, 9.15 Uhr: Atemtherapie mit Myriam Perrelet

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

Do, 18.30 Uhr: Abendcafé im Bistro Guggerzyt

Monatsprogramm Aktivierung

Dienstag, 6.10., 11 Uhr: Zeitung vorlesen, Gespräche
14 Uhr: Spielnachmittag

Mittwoch, 7.10., 14 Uhr: Geschichten, Singen

Dienstag, 13.10., 11 Uhr: Zeitung vorlesen, Gespräche
14 Uhr: Lotto mit schönen Preisen

Mittwoch, 14.10., 14 Uhr: Bewegung und Koordination

Dienstag, 20.10., 14 Uhr: Zeitung vorlesen, Gespräche

Mittwoch, 21.10., 14 Uhr: «Rüschtetä»

Donnerstag, 22.10., 14 Uhr: Bewegung, Tänze

Freitag, 23.10., 14 Uhr: Kreativer Umgang mit Farben und Formen

Dienstag, 27.10., 14 Uhr: Zeitung vorlesen, Gespräche

Mittwoch, 28.10., 10 Uhr: Herbstfahrt ins Engadin

Donnerstag, 29.10., 14 Uhr: Bewegung, Tänze

Freitag, 30.10., 14 Uhr: Kreativer Umgang mit Farben und Formen

Die Aktivierung/Beschäftigung ist ab 19. Oktober von Mo – Fr jeweils von 14 – 17 Uhr offen. Am Montag sind die Besuchstage der Bündnerinnen und des Frauenvereins Davos Dorf Bestandteil der Aktivierung, an den anderen Tagen wird das Veranstaltungsprogramm in die Aktivierung/Beschäftigung integriert.