



ALTERSZENTRUM  
GUGGERBACH DAVOS

12/09

# Guggerbach-Zeitung

Monatszeitung des Alterszentrums Davos

## In dieser Ausgabe:

Unsere Lehrlinge	2
Herzlich willkommen	3
Trachtengruppe im AZG	3
Gemütlicher Fiiirabed	3
Porträt Hiti Marugg	4
Veranstaltungen	4



**Die ältesten Davoser geniessen ihren Lebensabend im Guggerbach: Max Thierschfeld (100) und Greta Stiffler (bald 103) sind immer noch vital.**

## Die ältesten Davoser im Guggerbach

Am 3. November feierte Max Thierschfeld mit seiner Familie, vielen Gästen und Bewohnern seinen 100. Geburtstag. Er genoss seine Feier und freute sich über die vielen Gratulanten, die ihm im Guggerzyt die Ehre erwiesen. Der Geburtstags-Apéro wurde musikalisch von den Oldi's umrahmt. Alle staunten über das originelle Geburtstagsgeschenk, das er sich selber und dem Guggerbach zum 100. schenkte – eine Holzbank – die er

im Guggerbach-Garten platziert hat!

Zu den Gratulanten gehörte natürlich auch Greta Stiffler, die am Sonntag, 6. Dezember, ihren 103. Geburtstag feiert. Gretas grossen Tag feiern wir ab 16 Uhr im Guggerbach. Für die Musik werden Marian Brousek und die Musikgesellschaft Davos sorgen. Es werden viele Bewohner, Bekannte, Politiker und bestimmt auch der Samichlaus sowie weitere Überraschungsgäste kommen.

### Weihnachten im Guggerbach

Am **Sonntag, 20. Dezember**, laden wir alle Bewohner und viele geladene Gäste zum Weihnachtssessen ein. Um 11 treffen wir uns im Bistro Guggerzyt zum Weihnachts-Apéro und ab 11.45 Uhr feiern wir Weihnachten und lassen uns von Küche und Service verwöhnen. Am späteren **Nachmittag des 24. Dezembers** treffen wir uns an einem speziellen Ort (Überraschung) und feiern den Heiligabend.

### Höhepunkte im Guggerzyt

**6.12., 16 Uhr:** Geburtstags-Apéro zum 103. Geburtstag von Greta Stiffler  
**8.12., 19 Uhr:** Konzert Landwasserchor  
**10.12., 19 Uhr:** «Weihnachtskonzert» der Musikschule - Abendcafé  
**17.12., 19 Uhr:** Konzert Outsiders  
**18.12., 17 Uhr:** Fiiirabed-Hock mit dem Duo Etienne  
**22.12., 19 Uhr:** Weihnachtskonzert der Musikgesellschaft Davos  
**23.12., 16 Uhr:** Kosaken-Chor

Liebe Leserin, Lieber Leser

### Altern ohne Ausgrenzung!

Das Leben zu den älteren Menschen hinführen ist neben der Wertschätzung, dem Wohlergehen im Alter und der Sicherheit im Hintergrund unsere zentrale Zielsetzung im Guggerbach. Die älteren Menschen von heute sind nicht mehr überwiegend arm und unterstützungspflichtig, viele sind unternehmungslustig und freuen sich über eine schöne unterhaltsame dritte Lebensphase.

Die Generation 65+ wird zwar - nicht zuletzt aufgrund der Alterung der Gesellschaft - vermehrt zur Kenntnis genommen. Aber wird sie auch genügend geschätzt? Gemäss Untersuchungen besteht seitens der Wirtschaft und Politik grosser Handlungsbedarf, um die älteren Menschen mit ihren Bedürfnissen und Wünschen zu erreichen. Die Politik, weil die Gruppe der Älteren eine wichtige Wählergruppe geworden ist, und die Wirtschaft, weil die Konsumausgaben der über 50-Jährigen mittlerweile die Hälfte aller Konsumausgaben ausmachen. Doch der Weg ist offenbar weit – die «Betroffenen» haben einen eher negativen Eindruck von der Wertschätzung, die ihnen seitens der Politik und der Wirtschaft entgegengebracht wird.

*Fazit: Das Alterszentrum Guggerbach mit seinem grossen Angebot mitten in Davos ist ein attraktiver Treffpunkt mit der Durchmischung von Jung und Alt sowie der mehr als verdienten Wertschätzung für die ältere Generation.*

### Schöne Weihnachten

*Ich wünsche allen, auch im Namen meiner Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, eine wunderbare, besinnliche und zufriedene Advents- und Weihnachtszeit!*

**Urs Tobler,**  
Zentrumsleiter

# Die Guggerbach-Lehrlinge sind unsere Zukunft

## Noemi Stiffler

Fachfrau Gesundheit, 2. Lehrjahr



**Grund/Freude:** Das Thema Gesundheit interessiert mich schon lange. Ich arbeite gerne mit Menschen zusammen, besonders von den älteren Menschen kann man immer wieder etwas lernen. Im Gegensatz zu einem Spital ist das Alterszentrum wie eine grosse Familie, denn es gibt nicht ständige Wechsel.

**Herausforderung:** Es läuft nicht immer alles nach Plan und man muss ein wenig improvisieren. Das, was ich in der Schule gelernt habe, hier ins Praktische umzusetzen, ist auch immer wieder eine Herausforderung.

**Zukunft:** Später würde ich mich im Ausland gerne in diesem Beruf weiter ausbilden.

## Yvonne Welz

Fachfrau Hauswirtschaft, 2. Lehrjahr



**Grund/Freude:** Meine Lehre besteht aus folgenden Bereichen: Küche, Service, Wäscherei, Hausdienst und Büro. Ich liebe die Vielseitigkeit in dieser Lehre und mag es, anderen Menschen zu helfen. Die Arbeit mit älteren Menschen gefällt mir sehr gut. Mir gefällt auch, wenn ich ein bisschen Verantwortung übernehmen darf.

**Herausforderung:** Die Herausforderung dieser Lehre ist für mich, sich in den verschiedenen Bereichen immer wieder neu einzuarbeiten.

**Zukunft:** Was ich nach der Lehre machen werde, weiss ich noch nicht genau. Doch da ich gerne Fremdsprachen und andere Kulturen habe, werde ich sicher mal im Ausland tätig sein.

## Rahel Dermon

Fachfrau Gesundheit, 2. Lehrjahr



**Grund/Freude:** Ich arbeite gerne mit Menschen zusammen und mich interessiert das Thema Gesundheit. Dieser Beruf hat eine gute Zukunft - in diesem Bereich wird es immer Leute brauchen.

**Herausforderung:** Kein Tag ist wie der andere, und die Arbeit ist abwechslungsreich.

**Zukunft:** Da ich auch sehr gerne Pferde habe, würde ich nach dieser Lehre gerne eine zweite Ausbildung als Bereiterin absolvieren. So könnte ich vielleicht später Gesundheit und Pferde miteinander verbinden und mich zu einer Heilpädagogischen Reittherapeutin weiterbilden.

## Sarina Marugg

Fachfrau Gesundheit, 3. Lehrjahr



**Grund/Freude:** Es war schon als Kind mein Wunsch, diesen Beruf zu lernen. Ich helfe gerne Menschen.

**Herausforderung:** Die Verantwortung, die man trägt. Es ist schon nicht einfach, mit Leuten zu arbeiten, die mal krank sind oder im Sterben liegen.

**Zukunft:** Nach der Lehre möchte ich mich in diesem Beruf weiterbilden.

## Mirco Schiegg

Koch Attest, 2. Lehrjahr



**Grund/Freude:** Ich wählte diesen Beruf, weil ich gerne koche und es auch eine sehr kreative Arbeit ist.

**Herausforderung:** Für mich ist es eine Herausforderung beim Kochen zu merken, wann die Speise bereit ist, damit sie nicht verkocht oder zuwenig durch ist.

**Zukunft:** Ich möchte auch nach der Lehre gerne als Koch weiterarbeiten.

## Willkommene Bereicherung im Arbeitsalltag

Der Personalengpass im Gesundheitswesen wird sich in den nächsten Jahren weiter verschärfen. Deshalb ist und war es noch nie so wichtig wie heute, Jugendliche für das Gesundheitswesen zu begeistern. Im Guggerbach beschäftigen wir fünf Lehrlinge, und für das kommende Lehrjahr werden es sechs Lehrlinge sein: 3 als Fachangestellte Gesundheit, 2 in der Hauswirtschaft und 1 in der Küche.

So zeitintensiv und aufwendig das Engagement auch sein mag: Lehrlinge sind nicht nur die zukünftigen Mitarbeitenden vom Guggerbach, sondern – indem sie Unbeschwertheit und frischen Wind in unser Haus bringen – auch eine willkommene Bereicherung des Arbeitsalltags.

## 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, 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

## Herzlich willkommen



Wir begrüssen herzlich...

... unseren neuen Bewohner:  
Walter Staffler

sowie

... unsere neue Mitarbeiterin:  
Pina Pagani,  
Bistro Guggerzyt

## 90. Geburtstag von Sibilla Jenny



Sibilla Jenny feierte den 90. Geburtstag zusammen mit ihrer grossen Familie. Sie freute sich über die vielen Gratulanten und auch über den Besuch von Landrat Christian Stiffler, der Blumen und die Glückwünsche der Gemeinde überbrachte.

## Trachtengruppe im Guggerbach



Die Trachtengruppe Davos unter der Leitung von Christine Hartmann sorgte mit ihrem fröhlichen Auftritt bei vielen Bewohnern und Gästen für grosse Freude und einen wunderschönen Abend.

Herzlichen Dank!

## Gemütlicher Fiirabed-Hock



Das Duo Vreni Edel & Christian Jost sorgte mit schönen Jodelklängen für einen gemütlichen «Fiirabed».

Die Gäste im vollbesetzten Bistro Guggerzyt genossen die Jodelklänge und waren total begeistert.

## Christian Marugg (89): «Je älter, desto verrückter»

«Am 22. Dezember werde ich 90 Jahre alt, und ich bin immer noch am Musizieren: Ich spiele Mundharmonika und Schwyzerörgeli und lerne Panflöte. Auf der Panflöte

### «Das Didgeridoo hat mir das Leben gerettet»

kann ich bald alle Lieder. Ausserdem versuche ich, zum Schwyzerörgeli zu jodeln - je älter, desto verrückter.

Mein Schwyzerörgeli ist fast so alt wie ich, 85-jährig. Es war auf der ganzen Welt, auch in Australien. Die Aborigines, die australischen Ur-

einwohner, haben zu meiner Schwyzerörgeli-Musik Didge-ridoo gespielt.

Vor einiger Zeit habe ich ein Schweizer Didgeridoo erfunden, das Swizeridoo. Ich spiele jeden Abend darauf. Das ist gut für meine Asbest-lunge: Das Musikinstrument hat mir das Leben gerettet. Die Swizeridoos werden immer noch verkauft wie warme Weggli. Nun habe ich noch ein kleines Hosensack-Didgeridoo entworfen. Auch kleine Kinder können es benutzen. Ich werde darauf spielen, solange ich lebe.

Kürzlich hatte ich zwei schwere Operationen. Aber



Hiti Marugg spielt auf seiner selber entworfenen Trompete.

jetzt geht es mir schon wieder besser - the old man kommt wieder!

Seit über 20 Jahren wohne

ich nun im Guggerbach. So eben bin ich in ein Studio umgezogen, und es gefällt mir sehr gut hier.» (md)

### Veranstaltungen im Dezember

**Do, 3.12., 19 Uhr:** Dia-Vortrag von Peter Flury: «Kuba», anschliessend Abendcafé

**Fr, 4.12., 15 Uhr:** Film von Bert Pfeufer und Christine Heldstab «Entstehung Schulweihnachtsfeier 2008 Glaris», Musik: Adriano Minelli

**So, 6.12., 16 Uhr:** Feier zum 103. Geburtstag von Greta Stiffler, Musik: Marian Brousek und Musikgesellschaft

**Di, 8.12., 15 Uhr:** Lustspiel des Vereins pro Audit, «Di noi Magd vom Hinderschächä»

**Di, 8.12., 19 Uhr:** Konzert Landwasserchor, im Foyer

**Do, 10.12., 19 Uhr:** Musikschule «Weihnachtskonzert», anschliessend Abendcafé

**Fr, 11.12., 15 Uhr:** Lesungen und Singen mit Agnes Schilling und Marili Badrutt

**Mi, 16.12., 15 Uhr:** Singen/Guggerbach-Chörli mit Jürg Wasescha, im Mehrzwecksaal

**Do, 17.12., 19 Uhr:** Konzert Outsiders im Bistro, anschliessend Abendcafé

**Fr, 18.12., 17 Uhr:** Fiiirabed-Hock, Musik: Duo Etienne, im Bistro Guggerzyt

**So, 20.12., ab 11 Uhr:** Guggerbach-Weihnachten für Bewohner und geladene Gäste

**Di, 22.12., 11 Uhr:** Apéro zum 90. Geburtstag von Hiti Marugg, Musik: Guggerbächler, im Bistro

**Di, 22.12., 19 Uhr:** Weihnachtskonzert der Musikgesellschaft Davos, Foyer

**Mi, 23.12., 16 Uhr:** Auftritt Kosaken-Chor, im Foyer

**Do, 24.12., 16 Uhr:** Kleine Weihnachtsfeier, an einem schönen Ort?

**Sa – Do, 26. - 31.12.:** Spengler Cup-Liveübertragung gemäss Programm, im Bistro

**Fr, 1.1., 11 Uhr:** Neujahrs-Apéro und Begrüssung neue Bewohner

### 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, 16 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:**  
Abendcafé im Bistro

### 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.