ALTERSZENTRUM
GUGGERBACH DAVOS

6/09

# Guggerbach-Zeitung

Monatszeitung des Alterszentrums Davos

In dieser Ausgabe:

| | |
|---|---|
| Hauswirtschafts-Team | 2 |
| Neueintritte | 3 |
| Jubiläum Urs Tobler | 3 |
| Abendcafé Musikschule | 3 |
| Lino Compagnoni | 4 |
| Veranstaltungen | 4 |

## Guggerbach - Ort der Begegnung

***Mittagessen am runden «gemeinsamen» Tisch macht Freude und fördert die Kontakte.***

Selber Kochen erhält zwar die Selbständigkeit, aber ab und zu soll man sich auch bedienen lassen. Gäste sind herzlich willkommen! Anstelle der «Lieferung» ihres Essens (Mahlzeitendienst) holen wir Sie gerne zu Hause ab. Neben der Freude am gemeinsamen Essen ist auch eine ausgewogene Ernährung wichtig. In einer der nächsten Guggerbach-Zeitungen widmen wir uns im speziellen dem Thema Ernährung. Für den Hol- und Bringdienst jeden Mittwoch verlangen Sie unseren Prospekt oder melden Sie sich an der Rezeption.

Das Bistro Guggerzyt ist täglich durchgehend von 9 bis 19 Uhr geöffnet. Als Besonderheiten zu erwähnen sind das wöchentliche Abendcafé am Donnerstagabend von 18.30 bis 21 Uhr und der monatliche Fiirabed-Hock jeden dritten Freitag im Monat um 17 Uhr. Beachten Sie bitte unseren Veranstaltungskalender auf der letzten Seite oder die Ausschreibungen in der Davoser Zeitung.

### Aktivitäten im Guggerbach

Die folgenden Angebote unserer Betreuung sind öffentlich und für externe Gäste zum Teil kostenpflichtig.
**Montagabend:** Fitnesszentrum mit Betreuung/Anleitung.
**Dienstag und Mittwoch:** Aktivitäten im Tageszentrum (Programm Guggerbach-Zeitung letzte Seite).
**Donnerstagvormittag:** Atemtherapie.
**Donnerstagnachmittag:** «Fit im Guggerbach», Fitness- und Gymnastikprogramm mit Physiotherapeutinnen.
Für nähere Auskünfte und Informationen wenden Sie sich an unsere Rezeption.

### Besonderes im Bistro Guggerzyt

**Fiirabed-Hock:**
Freitag, 19. Juni, 17 Uhr: Mit Ständli der Musikgesellschaft Davos

**Abendcafé:**
Donnerstag, 18. Juni, 18.30 Uhr: Eröffnung der Bilderausstellung von Helga Matrisotto Handvest.
19 Uhr: Geigenkonzert der Musikschule.

### Neues Ferien-Übergangszimmer

Im Sommer eröffnen wir ein zusätzliches Ferien-Übergangszimmer mit Pflege und Betreuung auf der Station.

*Liebe Leserin, Lieber Leser*

*Im Guggerbach bieten wir Begegnungen und Kontaktpflege. Nutzen Sie diese Möglichkeiten. Sich austauschen, diskutieren, Meinungen vertreten, Vorträge und Veranstaltungen besuchen oder sich einfach unbeschwert treffen können ist etwas, das wir uns alle möglichst lange wünschen, denn Begegnung ist Leben!*

*Im Guggerbach gehört Humor zu unserer täglichen Beziehung zueinander. Wir streben an, dass das Leben interessant und anregend und der Ton zwanglos, unverkrampft und humorvoll ist.*

*Es ist erwiesen, dass Begegnungen und Kontakte erheblich zur Lebensfreude und Lebensqualität beitragen.*
*Der Austausch zwischen den Generationen gehört im Guggerbach zur Basis, gemäss unserem Leitspruch*

***«Hier bin ich Mensch - hier darf ich sein!»***

*Wir unterstützen und fördern die Kontakt- und Kommunikationsmöglichkeiten mit diversen Veranstaltungen und Anlässen. Wer alt wird, muss nicht einsamer werden, weil die Gleichaltrigen wegsterben.*

*Dennoch sollten wir nicht naiv sein. Die Natur kann nicht viel ausrichten gegen die Barrieren, die wir uns selber schaffen, wenn wir vor allem die älteren Menschen oder Personen mit Integrationsproblemen ausgrenzen oder sogar Alterszentren ausserhalb der Dörfer und Städte bauen.*

***Urs Tobler, Zentrumsleiter***

*Das Guggerbach-Hauswirtschafts-Team (von links): Doris Kübler, Vreni Geiser, Theresa Batista, Yvonne Welz, Bosa Suta, Ljubica Medar, Amelia Marques, Silvina Libanio, Manuel Libanio und Maria Rebelo.*

# Das Hauswirtschafts-Team - wir sind für Sie da

Unser freundliches, flexibles, topmotiviertes und verantwortungsbewusstes Hauswirtschafts-Team ist für die Reinigung im gesamten Haus, die Wäscheversorgung und die Dekorationen zuständig.

Geleitet wird das Team von Bosa Suta, ihre Stellvertreterin ist Maria Rebelo. «Wir sind für Sie da - Bewohner und Gäste sollen sich rundum wohlfühlen», lautet unser Motto. Wir respektieren unsere Bewohnerinnen und Bewohner mit ihren Eigenheiten und gehen wenn immer möglich gerne auf ihre Wünsche, Anliegen und Bedürfnisse ein.

## Reinigung

Unsere Zimmer werden täglich gereinigt. In den Zimmern gehört auch ein Mal pro Jahr eine gründliche Reinigung zum Service. Den Mietern in den Wohnungen stellen wir gerne unseren Dienst zur Verfügung, ihre Wohnung nach Wunsch täglich, wöchentlich oder nach Bedarf zu reinigen.

Selbstverständlich erledigen wir auf Wunsch auch die Fensterreinigung. Wir gehen bei allen Arbeiten auf die individuellen Anliegen der Bewohner ein.

***

## Dekorationen

Bosa Suta und Maria Rebelo dekorieren das Haus auf den Etagen und in den Korridoren.

Das angenehme, freundliche Erscheinungsbild und das saubere Haus ist der Verdienst des gesamten Hauswirtschafts-Teams und unterstreicht eindrücklich deren Wichtigkeit.

## Wäscheversorgung

In unserer Wäscherei waschen wir die persönliche Wäsche der Zimmerbewohnerinnen und –Bewohner sowie die Frottéewäsche, Tischsets, Servietten und Putzlappen. Die Wohnungsmieter können ihre gesamte Wäsche in die Wäscherei bringen, um sie von uns fachgerecht reinigen zu lassen.

Gerne stellen wir auch unseren Näh- und Flickservice zur Verfügung.

Unsere Waschküche verfügt über Maschinen mit dem Wet-Clean-Verfahren, d.h. moderne und empfindliche Textilien können äusserst schonend gepflegt und gereinigt werden. Wet-Clean eignet sich besonders, weil es den hohen Ansprüchen betreffend Sauberkeit und Hygiene in unserem Haus gerecht wird.

Die Bewohner unserer Wohnungen können gemäss unserem Dienstleistungsangebot à la carte die Reinigung, Wäscheversorgung und weitere Angebote nach Aufwand beanspruchen.

## Portier - Fahrdienst

Manuel Libanio und aushilfsweise die Mitarbeiter vom Technischen Dienst sind für die Taxifahrten unserer Bewohner und Gäste (Behindertentransport) besorgt. Das rollstuhlgängige Fahrzeug hat sich bestens bewährt. Gerne bieten wir diesen Dienst (Rollstuhltaxi) auch ausserhalb vom Guggerbach an. Reservationen an der Rezeption.

## Guggerbach-Dienstleistungen

**Bistro «Guggerzyt»:** Jeden Tag offen von 9 bis 19 Uhr inkl. Donnerstagabend «Abendcafé».
Jeden 3. Freitag im Monat «Fiirabed-Hock» mit Unterhaltung.
Angebot: Diverse Kaffees, Getränke, Znüni, Dessert.
Bei Familien-Gruppenanlässen und Gesellschaften servieren wir Ihnen das Mittagessen gerne im Bistro (Bitte um Reservation).

**Restaurant «Guggerbachstube»:**
Geniessen Sie ein feines, preiswertes Mittag- oder Abendessen. Wir freuen uns, Sie täglich von Montag bis Sonntag bedienen zu dürfen.

Anmeldung / Reservation:
Tel. 081 415 25 15 (Restaurant) oder 081 415 25 25 (Rezeption).

**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 Hilfsmitteln wie Rollstühle, Rollatoren, Notrufgeräte etc.
- Organisation Umzug ins Guggerbach 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

# Wir begrüssen herzlich...

**... unsere neuen Bewohner**:
Nevenka Speck, Andreas und Maria Sprecher (oben, von links)

sowie

**unsere neuen Mitarbeiter:**
Sandra Frischknecht und Vincent Morkkalil

# Fiirabed-Hock - Jubiläum Urs Tobler

Am Fiirabed-Hock vom 15. Mai war auch der Guggerbach-Stiftungsrat vollzählig anwesend: Urs Tobler hat genau vor fünf Jahren seine Stelle als Zentrumsleiter angetreten. Der Stiftungsrat dankte ihm für seine grosse und überaus wertvolle Arbeit fürs Guggerbach, beschenkte ihn reich und feierte mit ihm das kleine Jubiläum.

# Abendcafé mit der Musikschule

Die Schüler der Musikschule Davos, unter der Leitung der Musiklehrer Stephan Brot und Walter Beltrami, erfreuten die Zuhörer mit Orgel- und Gitarreklängen. Die Zuhörer kamen in den Genuss des wunderschönen Programms «Ein Strauss voll Musik».
Vielen Herzlichen Dank!

# Lino Compagnoni (86): «Ich war in Bern interniert»

«Während dem Zweiten Weltkrieg leistete ich Militärdienst am Matterhorn. Das waren harte Zeiten. Ich bin zu Fuss nach Visp in die Schweiz gegangen und war danach in Bern interniert. Für fünf Franken pro Woche habe ich im Lager gearbeitet. Aber das war besser, als gar nichts zu tun.

***«Im Krieg war ich am Matterhorn - das waren harte Zeiten»***

Ursprünglich stamme ich aus Bormio (Italien). Nach dem Krieg bin ich nach Davos gezogen, hier hatte ich einen Onkel. Ich habe bei einem Bauern und im Hotel Flüela gearbeitet. Danach war ich 40 Jahre lang im Sanatorium du Midi tätig. Ich war Portier und Chauffeur und habe den Nachtdienst übernommen.

Meine Frau Pierina (82) ist ebenfalls gebürtige Italienerin. Sie stammt aus Tirano und ist 1945 nach Davos gereist. Eigentlich wollte sie nur ein Jahr lang hier bleiben. Dann haben wir uns kennen gelernt. 1949 haben wir geheiratet und drei Kinder bekommen. Das älteste ist leider verstorben. Wir haben noch einen Sohn und eine Tochter, sie ist verheiratet und hat zwei Söhne.

Seit sechs Jahren wohnen wir nun in einer Zweieinhalb-Zimmer-Wohnung im Alterszentrum Guggerbach. Es gefällt uns sehr gut hier. Meine Frau macht alles noch selber - einkaufen, kochen und putzen. So bleibt uns kaum Zeit, am vielfältigen Unterhaltungsprogramm teilzunehmen.

***Seit sechs Jahren im Alterszentrum Guggerbach: Pierina und Lino Compagnoni geniessen ihren Lebensabend.***

Pierina geht gerne in den Wald Pilze suchen. Leider bin ich nicht mehr so gut zu Fuss. Bis vor drei Jahren war ich noch sportlich: Im Winter bin ich jeden Tag auf den Skiern nach Davos Glaris und retour gelaufen.»

*(md)*

## Veranstaltungen im Juni

**Mo, 1.6., 16 Uhr:** Lesung von Angelika Rötting «Als Strassenmusikantin auf Reisen», Mehrzwecksaal

**Do, 4.6., 18.30 Uhr:** Abendcafé, **19 Uhr:** Film «Fuerteventura, Gomera, wo die Welt am schönsten ist», im Bistro Guggerzyt

**Fr, 5.6., 15 Uhr:** Kino-Nachmittag , Film «Wasser und Eis», im Mehrzwecksaal

**Do, 11.6., 18.30 Uhr:** Abendcafé, **19 Uhr:** Film: «Die schönsten Nationalparks der Welt: Amerika», im Guggerzyt

**Fr, 12.6., 15 Uhr:** Kino-Nachmittag , Film «Versunkene Kulturen: Mayas und Inkas», im Mehrzwecksaal

**Di, 16.6., 19 Uhr:** Musikschule Querflötengruppe, im Foyer

**Mi, 17.6., 14.30 Uhr:** Offenes Singen mit Maria Widmer, im Mehrzwecksaal

**Do, 18.6, 18.30 Uhr:** Eröffnung der Bilderausstellung von Helga Matrisotto Handvest, im Bistro Guggerzyt

**Do, 18.6., 18.30 Uhr:** Abendcafé, **19 Uhr:** Musikschule Geigenkonzert, im Bistro Guggerzyt

**Fr, 19.6., ab 17 Uhr:** Fiirabed-Hock mit Musikgesellschaft Davos, im Guggerzyt

**Di, 23.6., 19 Uhr:** Konzert Landwasserchor, im Foyer

**Mi, 24. - Fr., 26.6.:** Zivilschutz im Guggerbach gem. separatem Programm

**Do, 25.6., 18.30 Uhr:** Abendcafé, **19 Uhr:** Guggerbach-Diaschau im Bistro Guggerzyt

**Fr., 26.6.:** Guggerbach-Wanderung mit Heidi Vonrüti: Von der Stilli zum Seebüel. Abfahrt: Postplatz um 13.54 Uhr mit VBD Linie 4

**Di, 30.6., 19 Uhr:** Konzert Kinderchor und Chor St. Johann, im Foyer

## Wochenprogramm

**Montag, 10 Uhr:** Kath. Gottesdienst

**Montag, 15 Uhr:** Besuchsnachmittag Frauenverein Dorf oder Bündnerinnen

**Dienstag, 16.45 Uhr:** Turnen

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

**Mittwoch, 16 Uhr:** Guggerbach-Hausmusik spielt auf

**Donnerstag, 9.15 Uhr:** Atemtherapie mit Myriam Perrelet

**Do, 14 - 15.30 Uhr:** «Fit im Guggerbach», Bewegungs- und Gymnastikprogramm, Treffpunkt im Fitnessraum

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

## Monatsprogramm Tageszentrum

**Dienstag, 2.6., 11 Uhr:** Zeitung vorlesen, Gespräche **14.30 Uhr:** Thema: Gartengespräche

**Mittwoch, 3.6., 10 Uhr:** «Rüschtetä» **14.30 Uhr:** Thema: Schmetterlinge fliegen durch die Luft

**Dienstag, 9.6., 11 Uhr:** Zeitung vorlesen, Gespräche **14.30 Uhr:** Thema: Frieden im Herzen

**Mittwoch, 10.6., 10 Uhr:** «Rüschtetä» **14.30 Uhr:** Thema: Lebensrhythmus

**Dienstag, 16.6., 11 Uhr:** Zeitung vorlesen, Gespräche **14.30 Uhr:** Spazieren, Spielen

Lotto, Spiele

**Mittwoch, 17.6., 10 Uhr:** «Rüschtetä» **14.30 Uhr:** Geschichten erzählen, Singen

**Dienstag, 23.6., 11 Uhr:** Zeitung vorlesen, Gespräche **14.30 Uhr:** Aktivierung der Sinne

**Mittwoch, 24.6., 10 Uhr:** «Rüschtetä» **14.30 Uhr:** Spielnachmittag

**Dienstag, 30.6., 11 Uhr:** Zeitung vorlesen, Gespräche **14.30 Uhr:** Gedächtnistraining «Juni-Rückblick»

Designed by Monika Degiacomi, Bonaduz