



ALTERSZENTRUM
GUGGERBACH DAVOS

8/2011

Guggerbach-Zeitung

Monatszeitung des Alterszentrums Davos

In dieser Ausgabe:

Tierbilder-Ausstellung	2
Calamares verzögert sich	2
Die Patientenverfügung	2
Herzlich willkommen	3
Sandra Frischknecht	4
Veranstaltungen	4



Herzliche Gratulation zum Lehrabschluss

Unsere Lernenden Lilly Bruggmann, Noemi Stiffler, Rahel Dermon (Fachangestellte Gesundheit FAGE) und Yvonne Welz (Fachkraft Hauswirtschaft) haben ihre Lehrabschlussprüfung bestanden – herzliche Gratulation! Zusammen mit Bewohnern und Angehörigen haben sie dies vor kurzem gefeiert.

Bester Lehrabschluss in Graubünden

Yvonne Welz (2. von links) hat die Abschlussprüfung mit der hervorragenden Note von 5.5 bestanden und damit den besten Abschluss als Fachfrau Hauswirtschaft EFZ im Kanton Graubünden gemacht. Sie wird die kommenden Monate in Paris verbringen.

Lilly Bruggmann (2. von rechts) hat als über 50-Jährige die FAGE-Ausbildung

erfolgreich abgeschlossen. Sie darf mächtig stolz sein, so schnell macht ihr das niemand nach! Sie wird als Fachfrau im Guggerbach tätig sein.

Noemi Stiffler und Rahel Dermon werden sich weiterbilden. Rahel wird im August noch im Guggerbach angestellt bleiben und danach die Ausbildung HF starten. Noemi Stiffler wird sich in Amerika weiterbilden.

Wir wünschen allen Absolventinnen eine erfolgreiche Zukunft. Wir sind überzeugt: Sie werden ihren Weg machen! Ein besonderer Dank geht an alle Mitarbeitenden, die sich für die gute Ausbildung eingesetzt haben, insbesondere an die Lehrmeisterinnen Maya Knobel (rechts), Pflegedienst, und Bosa Suta (links), Hauswirtschaft.

Liebe Leserin, lieber Leser

Eine gute allgemeine und berufliche Bildung hat eine wachsende Bedeutung für die Lebenschancen der Menschen, für die wirtschaftliche Entwicklung und die Sicherung der Unternehmungen, speziell im stark wachsenden Altersbereich. Im Guggerbach haben wir die Aus- und Weiterbildung als zukunftsgerichtete, langfristige Investition erkannt: Sie ist der Erfolgsgarant für die zukünftigen Herausforderungen und für die Zukunftssicherung einer alternden Gesellschaft. In den kommenden Jahren werden deutlich weniger junge Menschen für eine Ausbildung bereitstehen. Unsere Aus- und Weiterbildungsaktivitäten zahlen sich bereits aus – dank dieser Investitionen verfügen wir über fachkompetente Mitarbeitende. Unsere Lehrlingsausbildung ist dabei ein Schwerpunkt und eine zusätzliche Herausforderung für die Lehrmeisterinnen Bosa Suta und Maya Knobel.

Guggerbach-Erweiterung: Wir benötigen die neuen Zimmer und die Angebote inklusive der Demenzstation. Die Tragweite des demografischen Wandels wurde über Jahrzehnte hinweg unterschätzt. Dies liegt wohl auch daran, dass der demografische Wandel kein plötzlich auftretendes Ereignis ist, kein spektakulärer «Paukenschlag». Die demografischen Veränderungen vollziehen sich ganz im Gegenteil als eine Art «Revolution auf leisen Sohlen», schleichend und geräuschlos. Zugleich schreitet der demografische Veränderungsprozess jedoch stetig voran.

Fazit: Das «Uhrwerk Demografie» tickt ohne Unterlass. Wir brauchen Berufsfachleute und wir brauchen genügend Angebote. Die Investitionen in Menschen und in Angebote und Bauten für die kommende Generation zahlen sich wie bei kaum einer anderen Investition aus!

Urs Tobler, Zentrumsleiter

Danke TCS und AMAG Davos

Bei wunderschönem Sommerwetter hat der TCS-Ausflug für unsere Bewohner stattgefunden. Nach der Busfahrt an den Walensee standen eine Schifffahrt und ein feines Mittagessen auf dem Programm. Wir danken Albert Kleeli, TCS Sektion Davos-Prättigau, für den grosszügigen Ausflug. Ebenfalls bedanken wir uns bei Marco Müller von der Firma AMAG Davos für die Einladung in den Circus Nock.

Höhepunkte im August

Mo, 1.8., 10.30 Uhr: 1. August-Rede von Landrat Peter Engler mit Apéro und Begrüssung der Bewohner

Fr, 5.8., 14 Uhr: Ausflug/Spaziergang Davoser See

Fr, 12.8., 15 Uhr: Dias von Walter Haldimann: «Alpenflora der Region»

Fr, 19.8., 16.30 Uhr: Fiiirabed-Hock mit Cedric Steiner am Akkordeon

Di, 23.8., 14 Uhr: Ausflug/Spaziergang Grünenbödeli

Jetzt im Guggerbach: Farbenfrohe Tierbilder von Hanny Lehmann



Hanny Lehmann (rechts) aus Davos stellt zur Zeit ihre farben- und ausdrucksstarken Tierbilder im Guggerbach-Bistro (Airbrush) und im Foyer (Acryl) aus. Die Ausstellung dauert bis Ende August. Für Frau Lehmann ist dies die erste Ausstellung, sie malt schon seit über 20 Jahren. Airbrush ist eine spezielle Maltechnik, bei welcher die Erfahrung eine grosse Rolle spielt. Hanny Lehmann verwendet dazu eine Spritzpistole, welche an einen Kompressor angeschlossen wird. Mit Hilfe von Druckluft sprüht sie die Farben auf. Wir freuen uns, dass wir die schönen Tierbilder von Hanny Lehmann in unseren Räumen präsentieren dürfen.

Patientenverfügung: Entscheidungshilfe für schwierige Situationen am Lebensende

Der medizinische Fortschritt von heute ermöglicht vielen Menschen ein längeres Leben bei besserer Lebensqualität. Diese positive Entwicklung kann jedoch eine Kehrseite haben und zu neuen Problemsituationen führen. Daher ist es sinnvoll, sich rechtzeitig mit diesem Thema zu befassen. Falls Sie beabsichtigen, eine Patientenverfügung zu verfassen, sind wir Ihnen gerne behilflich. Im Guggerbach begrüßen wir es, wenn eine Patientenverfügung vorhanden ist. Diese dient als Entscheidungshilfe in schwierigen Situationen am Lebensende, falls Sie selber nicht mehr in der Lage sein sollten, Ihren Willen zu äussern. Es werden grundsätzlich alle angemessenen medizinischen Massnahmen ausgeschöpft, solange die Möglichkeit auf eine Besserung des gesundheitlichen Zustandes in absehbarer Zeit besteht.

Was ist und kann eine Patientenverfügung (PV)? Eine PV ist eine Willensäusserung, in ihr äussert man sich unter anderem zu folgenden Fragen:

- Wünscht man sich eine seelsorgerische Betreuung?
- Welche medizinischen Massnahmen am Lebensende sollen nicht mehr ergriffen werden oder welche wären erwünscht?
- Welche Vertrauensperson soll darauf achten, dass der Wille respektiert

wird?

- Wird allenfalls einer Entnahme von Organen zu Transplantationszwecken eingewilligt?

Eine Patientenverfügung dient nicht dazu:

- uneingeschränkt medizinische Therapien einzufordern
- eine Beihilfe zum Freitod einzufordern
- materielle Fragen zu regeln, dies muss mit einem Testament gemacht werden

Art/Form: Sie können Ihren Willen handschriftlich festhalten und unterschreiben, eine Beglaubigung ist nicht notwendig. Verschiedene Organisationen stellen vorgedruckte Formulare zur Verfügung (www.fmh.ch; www.spo.ch). Aufbewahrung: Je eine Kopie beim Hausarzt, daheim/im Alterszentrum oder bei der Vertrauensperson (Original).

Anpassung: Eine Patientenverfügung kann jederzeit verfasst und angepasst werden. Deshalb die Patientenverfügung regelmässig überprüfen.

Auskünfte: Haben Sie Fragen oder benötigen Sie Hilfe beim Ausfüllen? Nehmen Sie bitte mit Ihrem Hausarzt, der Zentrumsleitung, der Pflegedienst- und Stationsleitung oder den Damen an der Guggerbach-Rezeption Kontakt auf.

Zimmererweiterung Calamares verzögert sich um ein halbes Jahr

Leider wird die Einsprache an das Verwaltungsgericht weitergezogen. Schade für die Verzögerung um ein weiteres halbes Jahr.

Wir hoffen, das Verwaltungsgericht entscheidet bis Ende 2011, damit wir im Frühling 2012 mit dem Bau beginnen können. Vielleicht ist es erlaubt, einmal die Frage zu stellen, **wer zuerst war** – das Alterszentrum Guggerbach oder das Nachbarhaus. Unsere Vorgänger waren, obwohl sie den Nachbarbau «bewilligt» haben (keine Einsprachen eingereicht haben), weise genug, gewisse Vereinbarungen auszuhandeln. Die Demografie entwickelt sich weiter – die Baby-Boomer-Generation (geburtstarke Jahrgänge) kommen in die Jahre. Die Erweiterung muss sein.



Mit dem Erweiterungsbau soll im Frühling 2012 begonnen werden.

Öffentliche Dienstleistungen

Bistro «Guggerzyt»: Jeden Tag offen von 8 bis 19 Uhr, bedient von 9 bis 17.30 Uhr, am Donnerstag «Abend-Café» bis 21 Uhr. Jeden 3. Freitag im Monat um 16.30 Uhr: «Fiirabed-Hock» mit Unterhaltung.

Angebot: Mittagessen - tägliche Auswahl zwischen zwei Tagesmenüs und einem zusätzlichen «Bistro-Menü». Mo - Sa: Fr. 15.-, Sonntag: Fr. 19.- inkl. Salat/Suppe/Dessert. Znüni, diverse Kaffees, Kuchen, Patisserie und Getränke. Tageszeitungen. Gerne organisieren wir Familienessen und private 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

Wir begrüßen herzlich...



... unsere neuen Bewohner:
 Brunhilde und Guido
 Wagner

Zwei hohe Geburtstage gefeiert



Rösli Accola feierte den 95. Geburtstag gut gelaunt mit ihrer Familie bei einem Apéro. Sie freute sich über die vielen Glückwünsche und besonders über den Besuch ihrer Urenkelin.



Auch Elsy Loop jubilierte: Sie feierte kürzlich den 90. Geburtstag. Sie freute sich sehr über die musikalischen Klänge an ihrem Apéro und nahm die zahlreichen Gratulationen mit Freude entgegen.

Aktivitäten im Guggerbach



Die wöchentlichen Angebote wie Abendcafé, Guggerbach Hausmusik, Filme/Vorträge, Backen, Basteln, Spielen, Turnen etc. finden grossen Anklang. Hier sehen wir eine illustre Runde beim «Elfer raus» Spielen. Bitte beachten Sie unsere Veranstaltungsagenda.

Sandra Frischknecht (39): «Hier lerne ich viele nette Leute kennen»

«Seit Mai 2009 bin ich im Alterszentrum Guggerbach als Pflegefachfrau im Tagdienst tätig. Die Arbeit gefällt mir sehr gut: Ich mache viele nette Bekanntschaften, das ist schön. Mein Partner sagt, ich würde mehr Leute kennen als

«Meine Söhne mussten früh Verantwortung übernehmen»

er - dabei arbeitet er bei der Bahn und ist schon seit 20 Jahren in Davos.

Vorher war ich in der Alpinen Kinderklinik tätig. Als es zu kriseln begann, habe ich ins Alterszentrum gewechselt. Ich könnte mir nichts Besse-

res vorstellen, denn hier, im Guggerbach, kommt viel zurück von den Betreuten. Auch das Arbeitsklima ist sehr gut.

Ich bin in Chur aufgewachsen und habe dort die Lehre zur Krankenpflegerin absolviert. Noch während der Ausbildung wurde ich schwanger, und trotzdem habe ich die Lehre fertig gemacht.

Als alleinerziehende Mutter war ich danach jeweils in der Nachwache tätig. Meine beiden Söhne mussten früh Verantwortung übernehmen. Jetzt sind sie schon 15 und 18 Jahre alt.

Wegen meiner zweiten Liebe bin ich im Jahr 2002 nach Davos gezogen. Es gefällt mir gut hier.»



Sandra Frischknecht bei der Arbeit auf der Station.

Veranstaltungen im August

Mo, 1.8., 10.30 Uhr: 1. August Ansprache von Landrat Peter Engler und Apéro mit Begrüssung der neuen Bewohner

Mo, 1.8., 16 Uhr: Konzert von Vladimir Ciolkovitch, russische Sakral- und Volkslieder

Di, 2.8., 14.30 Uhr: Backen

Do, 4.8., 18.30 - 21 Uhr: Bistro-Abendcafé; **ab 19 Uhr:** Irmgard Beusch zeigt den Film «E.L. Kirchner, Teil 2» und liest Kurzgeschichten vor

Fr, 5.8., 14 Uhr: Ausflug / Spaziergang Davoser See

Di, 9.8., 14.30 Uhr: Karte basteln

Do, 11.8., 18.30 - 21 Uhr: Bistro-Abendcafé; **ab 19 Uhr:** Film «Davos zwischen Bergzauber und Zauberberg»

Fr, 12.8., 15 Uhr: Diavortrag von Walter Haldimann: «Alpenflora aus der Region»

Di, 16.8., 14.30 Uhr: Blumentöpfe bemalen

Do, 18.8., 18.30 - 21 Uhr: Bistro-Abendcafé; **ab 19 Uhr:** «Shuffle Board» spielen

Fr, 19.8., 14.30 - 16.30 Uhr: Computerkurs: Einführung ins Internet

Fr, 19.8., 16.30 Uhr: Fiirabed-Hock: Cedric Steiner spielt auf dem Akkordeon

Di, 23.8., 14 Uhr: Ausflug / Sparziergang Grünenbödeli

Mi, 24.8., 15 Uhr: Singen mit Jürg Wasescha

Do, 25.8., 18.30 - 21 Uhr: Bistro-Abendcafé; **ab 19 Uhr:** Film «Ausflug Bernina Express» von B. Bernet

Fr, 26.8.: Guggerbach-Wanderung mit S. Schellenberg: Von der Ortolfi zur Mühle Glaris. Abfahrt/Treffpunkt: 13.44 Uhr beim Postplatz/VBD-Linie 7

Fr, 26.8., 14.30 Uhr: «Lotto» spielen

Di, 30.8., 14.30 Uhr: Backen

Aktivierung / Betreuung: Wochenprogramm

Montag, 9.15 Uhr: Atemtherapie mit Myriam Perrelet, Mehrzwecksaal

Montag, 15 Uhr: Besuchsnachmittag Frauenverein Dorf oder Bündnerinnen

Montag, 17 - 19 Uhr, jeden 1. im Monat: Geräte-Einführung im Fitnesszentrum

Dienstag, 10.30 Uhr: Zeitung vorlesen, Foyer

Dienstag, 14.30 Uhr: «Beschäftigung» - Basteln, Kochen/Backen etc., in der Guggerbachstube

Dienstag, 16.45 Uhr: Turnen, Mehrzwecksaal

Mittwoch, 10 Uhr, jeden 2.: Evangelischer Gottesdienst

Mittwoch, 14.30 Uhr: «Gedächtnistraining» - Erzählcafé im Mehrzwecksaal

Mittwoch, 15.30 Uhr: Guggerbach-Hausmusik spielt auf, im Bistro

Donnerstag, 10 Uhr: Katholischer Gottesdienst

Donnerstag, 14 - 15.30 Uhr: «Fit im Guggerbach» - Bewegungsprogramm, Treffpunkt im Fitnessraum

Donnerstag, 18.30 Uhr: Bistro-Abendcafé, im Guggerzyt

Freitag, 14.30 Uhr: «Unterhaltung/Kultur» - Spielnachmittag oder ab 15 Uhr Film-Diavortrag

Freitag, 16.30 Uhr, jeden 3. im Monat: Fiirabed-Hock im Bistro Guggerzyt

Samstag, 17 Uhr, 1 x pro Monat: Andacht mit der Heilsarmee, im Mehrzwecksaal