



ALTERSZENTRUM
GUGGERBACH DAVOS

02/2014

Guggerbach-Zeitung

Monatszeitung des Alterszentrums Davos

In dieser Ausgabe:

Rückblick 2013	2
Ausblick 2014	2
Bewohnerstamm	2
Herzlich willkommen	3
Porträt Anja Pinggera	4
Veranstaltungen	4



Lassen Sie es sich gut gehen in unserem Bistro «Guggerzyt».

«Guggerzyt» - ein Besuch lohnt sich

Unser Bistro ist der öffentliche Treffpunkt für alle Generationen zum Znüni, Mittagessen, Kaffee, Zeitung Lesen und vor allem, um sich auszutauschen und gemütlich zusammen zu sein.

Jeden Mittwochnachmittag gibt es Apfelstrudel mit Vanillesauce und musikalische Unterhaltung, jeden Samstag ab 11

Uhr Guggeli auch zum Mitnehmen und jeden Donnerstag ab 18.30 Uhr ist Abendcafé mit Unterhaltung.

Es läuft noch vieles mehr im Guggerbach. Beachten Sie unseren Veranstaltungskalender auf Seite 4 oder auf unserer Homepage www.guggerbach.ch.

Liebe Bewohnerinnen, liebe Bewohner, werte Gäste und Freunde

«**Unternehmen Sie möglichst viel**» - Einsamkeitsgefühle können Unruhe und Stress erzeugen und gemäss einer Studie der Uni Chicago kann sogar ein Zusammenhang zwischen Einsamkeit und Bluthochdruck bestehen. Wir helfen, der Einsamkeit vorzubeugen. Ob Sie schon im Guggerbach daheim sind oder ob Sie ausserhalb wohnen, spielt keine Rolle. Gerne können Sie an allen unseren Anlässen, Aktivitäten und Ausflügen (siehe Schlittenfahrt) teilnehmen. In unserem monatlichen Veranstaltungskalender und dem Aktivierungs-Wochenprogramm stehen alle Termine.

Alter ist schliesslich keine Krankheit. Halten Sie Ihren Geist rege und ziehen Sie sich nach Möglichkeit nicht schon früh in Ihre vier Wände zurück. Wir möchten Sie mit unseren Anlässen motivieren. Im Guggerbach gibt's Unterhaltung und Sie können überall mitmachen, wenn Sie mögen. Wir bieten viel und freuen uns, wenn das Angebot wahrgenommen wird.

2014 haben wir einiges vor. «Wer rostet, der rostet» gilt auch für unsere MitarbeiterInnen. Wir werden uns stets auf die Gegebenheiten und die zukünftigen Anforderungen ausrichten und sie umsetzen. Die Zimmererweiterung Calamares steht zwar im Mittelpunkt, daneben geht noch einiges mehr – lesen Sie in dieser Ausgabe! Wir bleiben auch als «Grossbetrieb» unserer Linie der Bewohner- und Kundennähe treu!

Fazit: Ich freue mich, Sie im Guggerbach begrüssen zu dürfen. Ob Alt oder Jung, ob Handwerker oder Banker, wir bieten Allen etwas. Ein Besuch lohnt sich. Das Erfüllen der Bewohner-Kundenbedürfnisse ist unsere Herausforderung!

Urs Tobler, Zentrumsleiter

Raclette à discrétion: Samstag, 8. Februar ab 11 Uhr im Guggerzyt

Dazu servieren wir Kartoffeln, Cornichons, Perlzwiebeln und Maiskölbchen. Preis: Fr. 25.00. Ihr Besuch freut uns! Reservation: 081 415 25 45 / 25

Konzert Gemischter Bündner Seniorenchor CANZIANO

Im Rahmen der Pro Senectute-Konzerte besucht der Gemischte Bündner Seniorenchor CANZIANO Davos. Das Konzert findet am Sonntag, 16. Februar um 17 Uhr in der Kirche St. Johann Davos statt. Der Eintritt ist frei, mit Kollekte zur Deckung der Unkosten. **Das Alterszentrum offeriert den Sängern Sandwiches. Im Gegenzug sind für unsere Bewohner Sitzplätze in der ersten Bankreihe reserviert.** Wir organisieren den Transport in die Kirche und sind für eine Begleitung der Bewohner besorgt.

Pferde-Schlittenfahrt

Am **Mittwoch, 19. Februar**, laden wir unsere Bewohner zur Pferdeschlittenfahrt ein. Um 14 Uhr ist Abfahrt beim Eingang Obere Strasse. Gäste können für Fr. 15.00 pro Person gerne auch mitfahren. Anmeldung bis am 14. Februar an der Rezeption. Zum Abschluss wird allen Teilnehmern Punsch und Glühwein offeriert.

Höhepunkte im Februar

Do, 6.2., 10.30 Uhr: 90. Geburtstag Hilde Rottensteiner mit Apéro

Mi, 19.2., 14 Uhr: Pferdeschlittenfahrt (Anmeldung bis am 14.2.)

Do, 20.2., 19 Uhr: Musikschule – Volksmusikkonzert

Fr, 21.2., 15.30 Uhr: Fiirabed-Hock mit Teddy Launer am Klavier

Rückblick und Ausblick

Neben unserem Grossprojekt, dem Guggerbach-Zimmererweiterungsbau «Calamares», werden wir diverse Projekte in Angriff nehmen und umsetzen.

Rückblick 2013: Folgende Investitionen wurden realisiert:

- Neue Gesamtheizung: Pellets-Ölheizung
- Frühling 2013: Spatenstich Zimmererweiterung Calamares
- Rückzahlung Guggerbach-Darlehen an Gemeinde Davos (1,7 Mio.)
- Ablösung der Heimsoftware: Buchhaltung, Lohnbuchhaltung, Abrechnung

Zahlen/Belegung:

- 67 BewohnerInnen mit Pflege-Betreuung; 40 MieterInnen Wohnung «Betreutes Wohnen»
- Betreuungs-Pflegeminuten: 2013: 1,40 Mio Min. / 2012: 1,76 Mio Min.
- Austritte/Eintritte/Todesfälle: 14 BewohnerInnen
- Personalstellen: Pflege/Betreuung 21,7; Restaurant/Küche 12,3; Dienste/Unterhalt 10,9; Verwaltung 3,7

Ausblick 2014: Investitionen/Projekte

- Anpassung Aufbau-Organisation Ausrichtung 2015; Schwerpunkte: Pflege/Betreuung, Weiterbildung, Belegungszentrale
- Erweiterung Calamares, Fertigstellung bis und mit Saal
- Umbau Empfang/Rezeption, Eingang Bistro; Erweiterung Anzahl Briefkästen
- Ausbau Telefonie/Notrufsystem, Leistungserfassung (Smartphone)
- Auftritt, Anpassung, Erscheinung Guggerbach (Logo, Homepage etc.)
- Neue Rechnungslegung gemäss Vorgabe Kanton
- Ernährungskonzept, Verpflegungsablauf
- Zusammenarbeit/Unterstützung Klinik Wolfgang bei der elektronischen Pflege-dokumentation

Zahlen/Planungsbasis:

- 65 Bewohner im Zimmer mit Pflege-Betreuung
- 42 Mieter Wohnungen «Betreutes Wohnen»
- Stellen: Pflege/Betreuung 21,7; Restaurant/Küche 12,3; Dienste/Unterhalt 10,9; Verwaltung 3,7

Preise/Tarife 2014

Zimmer-Pension (Wohnen/Verpflegung):	Fr. 100.00
Betreuung (individuelle Angebote):	Fr. 31.20 – 73.30 (Stufe 1-12)
Pflege (gemäss Bedarf):	Fr. 0 – Fr. 21.60 (Stufe 1-12)
Investitions-/Erneuerungsbeiträge:	Fr. 25.00

Die vollen Kosten sind Ergänzungsleistungsberechtigt – gerne beraten wir Sie!

Wohnungen:

Mietpreise pro Monat in 1- und 2-Zi-Wohnungen gemäss indiv. Mietvertrag Pauschale für «Betreutes Wohnen» Fr. 30.00/Monat und Person; individuelle, persönliche Dienstleistung nach Aufwand

Internetzugang WLAN: kostenlos; Preise Restauration, Dienste etc. bleiben gleich

Bewohnerstamm 1/2014

Zum ersten «Stamm» im 2014 trafen sich die BewohnerInnen mit Zentrumsleiter Urs Tobler, der Pflegedienstleiterin Maya Knobel und der Leiterin Dienste, Bosa Suta. Urs Tobler informierte über die Zielsetzungen und Investitionsplanung 2014 sowie über den Erweiterungsbau Calamares (Einschränkungen im Parterrebereich) und die Taxen 2014 (siehe Kasten oben). Im Anschluss



ergab sich bei Kaffee und Kuchen ein reger, gegenseitiger Austausch.

Öffentliche Veranstaltungen

Alle unsere öffentlichen Veranstaltungen und Aktivitäten in der Gruppe werden ab 1.2.2014 jeden Dienstag-, Mittwoch-, Freitag- sowie Samstag- und Sonntagnachmittag ab 14 Uhr in der Cafeteria angeboten.

Im Foyer finden Konzerte und andere Darbietungen statt. Im Mehrzwecksaal sind die Bündnerinnen oder der Frauenverein aktiv, und auch das Turnen, Singen und die Atemtherapie finden im Mehrzwecksaal statt.



Beliebt: Aktivitäten in der Gruppe

Grossartiges Geschenk - vielen Dank!



Klavierstimmer Florian Kamnik in Aktion.

Die Kinder von Jutta Kleinert - Claudine Kleinert, Beatrice Cramer-Kleinert und Eduard Kleinert - schenkten dem Guggerbach im Sinne ihrer Mutter ein wunderbares Klavier. Die kürzlich verstorbene Jutta Kleinert war eine begeisterte Klavierspielerin, sie verbrachte rund zehn Jahre im Guggerbach, zuerst in einer 2-Zimmer-Wohnung und anschliessend in einem schönen Einzelzimmer. Auf dem Klavier werden wir bestimmt noch viele schöne Konzerte zu hören bekommen. Wir werden eine Spendertafel anbringen und so Frau Kleinert bei uns verewigen.

Öffentliche Dienstleistungen

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

Angebot: Mittagessen: täglich Auswahl zwischen zwei Tagesmenüs, Mo - Sa: Fr. 15.—, So: Fr. 19.— inkl. Salat, Suppe und Dessert. Bistro-Menüs und Preise gemäss Karte. Samstag: Güggelitag (Take away). Znüni, div. Kaffees, Kuchen, Patisserie und Getränke. Tageszeitungen. Guggerzyt Säli: Familienessen, Geschäftsessen 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 sowie Veranstaltungen 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. Ruth Wilhelm oder Manuela Dolf 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:

Rösli Meisser
 und
 Peter-Frank Wintsch

Neujahrs-Apéro



Zum Neujahrs-Apéro fanden sich viele Bewohner, Gäste und Personal ein. Fröhlich wurde auf das neue Jahr angestossen, musikalisch umrahmt von Marek Gracki, Klavier, und Kurt Hostettler, Alphorn.

90. Geburtstag von Hilka Nägeli



Hilka Nägeli feierte am 3. Januar ihren 90. Geburtstag. Im Kreise der Verwandten genoss sie ihren Apéro und nahm die Gratulationen freudig entgegen.

Konzert der «Yellow Birds»



Mit ihren Liedern und Musikvorträgen bescherten die Musiker der Gruppe «Yellow Birds» den Zuhörern eine fröhliche, unterhaltsame Stunde. Dafür wurden sie mit viel Applaus belohnt. Herzlichen Dank!

Anja Pinggera (19): «Team-Zusammenarbeit macht Spass»

«Im Guggerbach absolviere ich zurzeit die Ausbildung zur Fachfrau Gesundheit (FaGe). Ich bin im 3. Lehrjahr, die Zeit geht schnell vorbei, und es gefällt mir sehr gut. Vor allem die tolle Zusammenarbeit im Team macht mir Spass, und natürlich der Umgang mit den

«Ich bin ein richtiger Familienmensch»

Bewohnerinnen und Bewohnern. Ich helfe gerne, und jeder Tag bringt etwas Neues. Anders als in einem Spital kann man hier im Alterszentrum Guggerbach eine Beziehung zu den Leuten aufbau-

en. Nach der Lehre möchte ich gerne Berufserfahrungen sammeln und später dann die Weiterbildung zur dipl. Pflegefachfrau HF machen. Ich bin in Österreich geboren und schon als kleines Kind in die Schweiz gezogen. Die Schulen habe ich in Davos besucht, danach absolvierte ich das 10. Schuljahr in Schiers.

Eine Zeit lang spielte ich in meiner Freizeit Volleyball. Jetzt bin ich viel mit meinem Freund und der Familie unterwegs. Ich bin ein richtiger Familienmensch.

Gerne verbringe ich auch viel Zeit draussen mit Skifahren, Snowboarden und Langlau-



Im Sommer Skifahren, im Sommer chillen am See - Anja Pinggera gefällt es in Davos.

fen. Im Sommer gehe ich häufig mit Kollegen an den See, um zu entspannen.»

Veranstaltungen im Februar

Di, 4.2., 14.30 Uhr: Backen: Korintherli

Do, 6.2., 10.30 Uhr: 90. Geburtstag Hilde Rottensteiner mit Apéro; Musik: Marek Gracki

Do, 6.2., 18.30 Uhr: Bistro-Abendcafé, **ab 19 Uhr:** Film: «Jahreszeiten in Davos» von Maria Hohmann

Fr, 7.2., 14.30 Uhr: Lotto spielen

Sa, 8.2., 11 - 14 Uhr: Raclette à discrétion im Bistro Guggerzyt

Di, 11.2., 14.30 Uhr: Basteln: Karten mit Schneemann

Mi, 12.2., 15 Uhr: Singen mit Jürg Wasescha

Do, 13.2., 18.30 Uhr: Bistro-Abendcafé, **ab 19 Uhr:** Lotto

Fr, 14.2., 15 Uhr: Film von B. Pfeufer & Christine Heldstab: «Venedig und Vivaldi»

Di, 18.2., 14.30 Uhr: Backen: Weingebäck

Mi, 19.2., 14 Uhr: Pferdeschlittenfahrt (Anmeldung bis 14.2. an der Rezeption)

Do, 20.2., 19 Uhr: Musikschule Volksmusik-Konzert, anschliessend Abendcafé im Bistro Guggerzyt

Fr, 21.2., 15.30 Uhr: Fiirabed-Hock, Teddy Launer am Klavier

Sa, 22.2., 17 Uhr: Andacht mit der Heilsarmee

Di, 25.2., 14.30 Uhr: Basteln: Fensterbilder

Mi, 26.2., 15 Uhr: Singen mit Jürg Wasescha

Do, 27.2., 18.30 Uhr: Bistro-Abendcafé, **ab 19 Uhr:** musikalische Unterhaltung mit Ruedi Thöny

Fr, 28.2.: Wanderung mit Minah Heimgartner: Von der Stilli ins Restaurant Bünda und retour zum Bahnhof Dorf. Abfahrt/Treffpunkt: 13.54 Uhr beim Postplatz mit VBD Bus 4

Fr, 28.2., 14.30 Uhr: Shuffle-Board spielen in der Cafeteria

Aktivierung/Betreuung: Wochenprogramm

Mo, 9.15 Uhr: Atemtherapie mit Myriam Perrelet, im Mehrzwecksaal

Mo, 14 - 15.30 Uhr: Betreuung / Geräte-Einführung, Fitnesszentrum

Mo, 15 Uhr: Besuchsnachmittag Frauenverein Dorf oder Bündnerinnen

Di, 10 Uhr: Gemüse rüsten, Teeküche 2. Stock

Di, 14.30 Uhr: «Beschäftigung»: Basteln, Backen in der Guggerbachstube

Di, 16.45 Uhr: Turnen, Mehrzwecksaal

Di, 17 - 18.30 Uhr: Betreuung / Geräte-Einführung, Fitnesszentrum

Mi, 10 Uhr, alle 2 Wochen: Evangelischer Gottesdienst

Mi, 14.30 Uhr, alle 2 Wochen: Gedächtnistraining - Erzählcafé im Mehrzwecksaal

Mi, 15 Uhr, alle 2 Wochen: Singen mit Jürg Wasescha im Mehrzwecksaal

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

Do, 10 Uhr: Gemüse rüsten, Teeküche 2. Stock

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

Do, 18.30 Uhr: Bistro-Abendcafé im Guggerzyt

Fr, 10 Uhr: Katholischer Gottesdienst

Fr, 11 Uhr: Zeitung vorlesen im Mehrzwecksaal

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

Fr, 16 Uhr, jeden 3. Freitag im Monat: Fiirabed-Hock im Bistro

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