



ALTERSZENTRUM
GUGGERBACH DAVOS

03/2014

Guggerbach-Zeitung

Monatszeitung des Alterszentrums Davos

In dieser Ausgabe:

ZIVI-Mitarbeiter	2
Grosse Wartelisten	2
Bilderausstellungen	2
Herzlich willkommen	3
Porträt Max Ruch	4
Veranstaltungen	4

Geniessen im Guggerbach



Wer geniessen will, soll im Guggerbach nicht darauf verzichten müssen, im Gegenteil: Genuss fördert das Wohlbefinden und lenkt von den Alterseinschränkungen ab.

So etwa anlässlich der Schlittenfahrt mit sechs Pferdeschlitten und rund 40 Gästen – unserem Highlight im Februar. Severin Schellenberg, der «Hahn im Schlitten» (rechts) und Ernst Schedler

beim Apéro (oben) geniessen es sichtlich mit so vielen Frauen!



Betriebliche Organisation

Ab Frühling 2015 bieten wir 92 Einzelzimmer und 49 betreute Wohnungen an. 150 Personen werden im Guggerbach wohnen, 80 Personen arbeiten. Das Leitungsteam Pflege-Betreuung wird wie folgt erweitert:

- Bereichsleitung (BL I) Station 1 u. 2 inkl. Stellvertretung mit 29, ab 2015 mit 40 Bewohnern
- Bereichsleitung (BL II) Station 3 u. 4 inkl. Stellvertretung mit 28, ab 2015 mit 40 Bewohnern
- Leitung Wohngruppe «Demenz» mit 12 Bewohnern
- Bildungs- und Lehrlingsverantwortlicher
- Aktivierungsfachperson

Die zusätzlich benötigten MitarbeiterInnen werden anfangs 2015 rekrutiert.

Informationsstandorte

«Kampf» dem unnötigen Papierverbrauch: Im März wird ein Infobildschirm beim Foyer installiert. Alle Veranstaltungen, Anlässe wie auch die Menüpläne können dort entnommen werden. Im Bistro ist über der Zeitungsauslage eine Schiefertafel angebracht worden mit dem Ziel, dort «Aktuelles aus dem Bistrotangebot» auszuschreiben.

Höhepunkte im März

Do, 6.3., 19 Uhr: Konzert Outsiders

Do, 20.3., 19 Uhr: Musikschule – kleines Abendkonzert, anschliessend Abendcafé

Fr, 21.3., 16 Uhr: Fiirabed-Hock mit Newa-Ensemble aus St. Petersburg

Do, 27.3., 18.30 Uhr: Abendcafé mit Musik von Ruedi Thöny

Liebe Bewohnerinnen, liebe Bewohner, werte Gäste und Freunde

«Wer nicht geniessst, ist ungeniessbar». (Zitat Konstantin Wecker, Liedermacher)

Sicher leben und geniessen im Alter – das soll kein Traum, sondern im Guggerbach Wirklichkeit sein. Die Zeiten ändern sich und mit ihr die Menschen. Das gilt auch für die Älteren unter uns. Galten Menschen früher schon mit 60 Jahren als «alt», so haben sie heute zum Teil mehr Elan als so manch 20-Jähriger.

Die Einstellung, dass man nur in jungen Jahren Spass am Leben haben kann, lässt uns immer älter werden. Es gibt vieles, das früher Spass gemacht hat und es gibt vieles, was noch immer oder wieder Spass macht. Geniessen Sie, was Ihnen gut tut, z.B. einen guten Wein, ein gutes Essen, machen Sie, was Spass macht. Ratschläge sind gut gemeint, aber mit unserer Erfahrung wissen wir am besten, was für uns gut ist.

Es gibt immer jemanden, der erzählt, dass man etwas nicht tun kann, weil es gefährlich ist oder weil man alt ist. Den richtigen Zeitpunkt gibt es nicht, aber es ist nie zu spät, Dinge zu tun, die man immer schon tun wollte.

Viele Menschen bringen im Alter Höchstleistungen – so schrieb Goethe seinen «Faust» mit 80 Jahren. George Bernard Shaw brach sich sein Bein mit 96 Jahren. Er fiel vom Baum, als er Pflaumen pflückte.

Fazit: Das Alter darf kein Hemmnis für ein erfülltes Leben sein. Wir sind vielleicht zu ernst, lachen nicht genug. Wir verbringen unser Leben in den immer gleichen und vertrauten Bahnen und wundern uns, dass es langweilig und unausgefüllt ist.

Im Guggerbach wird es Ihnen bestimmt nicht langweilig, dafür sind wir besorgt! Unsere Bewohner wollen sich wohl fühlen und «Dahei» sein.

Urs Tobler, Zentrumsleiter

ZIVIs unterstützen unsere Fachleute

Nach eingehender Prüfung durch die Vollzugstelle für Zivildienst «ZIVI» und dem Zivildienstgesetz wurde unser Gesuch um Anerkennung als Einsatzbetrieb gutgeheissen. Wir dürfen ab sofort maximal zwei Zivildienst leistende Personen einsetzen.

Der ZIVI-Mitarbeiter wird hauptsächlich in den Bereichen Dienste/Hauswirtschaft/Portier und Betreuung/Aktivierung eingesetzt. Damit sind vor allem die zeitintensiven, schwer planbaren Arbeiten wie Bewohnerdienstleistungen, Portierdienste/Transporte, kleinere Reparaturen und Handreichungen sowie Gartenarbeit, Schneeräumung etc. abgedeckt. Mit der Einstellung eines ZIVI Allrounders werden unsere Berufsleute Markus Lehmann und René Hobi entlastet. Sie können nun ohne «Störungen» für fachbezogene Unterhalts- und Sanierungsarbeiten (Malsanierung, Umbauten) eingesetzt werden.

Geplant sind folgende Umbauten und Sanierungen, die unsere Fachkräfte in



Markus Lehmann und René Hobi unter «Anleitung» von Romano Leoni beim Anbringen der raffinierten Schutzabdeckung der Lifttüren.

eigener Regie umsetzen: Wohlfühlbad Etage IV, Wintergarten/Teeküche Etage I-IV, Haus B uvm.

Sicherheit

Ab sofort bleiben die Eingangstüren Promenade A5 von 18.30 bis 6.30 Uhr und der Haupteingang Obere Strasse von 19.30 bis 6.30 Uhr aus Sicherheitsgründen geschlossen. Zugang ist mit dem persönlichen Haustürschlüssel jederzeit möglich. Beim Haupteingang Obere Strasse kann der Zugang zudem über die Glocke/Rufsystem verlangt werden.

Bilder im Guggerbach

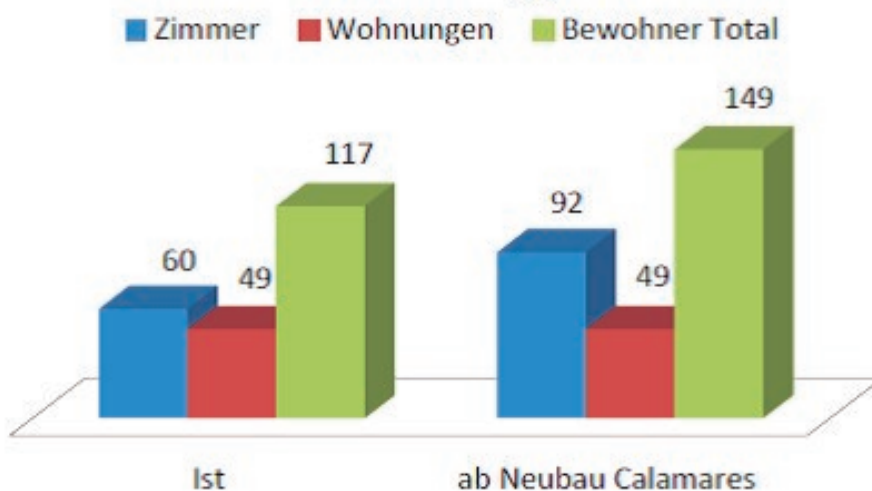
Die Bilderausstellung von Daniela Glauser-Strub wird im März 2014 beendet. Vielen Dank der Künstlerin für die zur Verfügung gestellten Bilder.

Ende März werden die Guggerbach-Bilder von Helga Matrisotto im Eingangs- und Bistrobereich sowie die vom Guggerbach erworbenen Bilder der verstorbenen Trudi Bergamin im Foyer und in der Guggerbachstube ausgestellt.

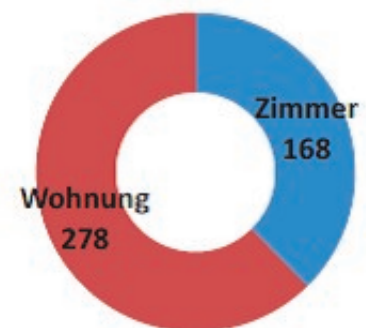
Im Bistro wird zudem oberhalb des Buffets ein Panoramabild vom Fotografen Ivan Suta angebracht.

Volkswirtschaftliche Bedeutung der Altersinstitutionen

Bewohner im Guggerbach



Anmeldeliste Guggerbach



Aufgrund des prognostizierten überdurchschnittlichen Wachstums wird die volkswirtschaftliche Bedeutung der Alters- und Pflegeinstitutionen in der Schweiz weiter zunehmen.

Durchschnittlich arbeiten rund 120'000 Personen in Alters- und Pflegeinstitutionen, was rund 80'000 Vollzeitstellen entspricht. Demnach finden 2,5 Prozent

aller Erwerbstätigen ihren Arbeitsplatz in Alters- und Pflegeinstitutionen.

Ständige Wohnbevölkerung:

Graubünden total: 193'388

älter als 65: 35'512 (18 %)

Schweiz total: 7'954'866

älter als 65: 1'365'152 (17 %)

Grosse Wartelisten im Guggerbach

Die Anmeldelisten Zimmer und Wohnungen werden unterteilt in «Sofort»- und «Später-Wartelisten». Es werden Bewerber kontaktiert, welche auf der «Sofort-Warteliste» aufgeführt sind.

Aus gesundheitlichen Gründen wechseln Personen von der Wohnungswarteliste vielfach auf die Zimmerwarteliste.

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 neue
 Bewohnerin:

Marie Germann

90. Geburtstag von Hilde Rottensteiner



Hilde Rottensteiner feierte ihren 90. Geburtstag mit einem Apéro im Foyer. Die Jubilarin war in Feststimmung und freute sich über den Besuch ihrer Söhne und im speziellen über die Gratulation von Landrat Simi Valär.

Konzert der Musikschule



Mit dem Volksmusik-konzert erfreuten die Musikschüler die zahlreichen Zuhörer. Die tollen, fröhlichen Auftritte der Kinder sorgen immer für grosse Freude und werden jeweils mit viel Applaus verdankt.

Fiirabed-Hock mit Teddy Launer



Der Fiirabed-Hock jeweils am dritten Freitag im Monat erfreut sich immer grosser Beliebtheit. Bewohner und Gäste genossen auch im Februar den gemeinsamen «Fiirabed» und tauschten sich bei Musikklingen von Teddy Launer fröhlich aus.

Max Ruch (81): Verwalter aus Leib und Seele

«Ich bin sehr dankbar, dass ich im Alterszentrum Guggerbach eine Wohnung erhalten habe. Im August 2012, nach dem Tod meiner lieben Frau, bin ich hierher gezogen - meine Vierzimmer-Wohnung ist einfach zu gross geworden. Es gefällt mir sehr gut und ich

**«Bin dankbar,
im Guggerbach
wohnen zu dürfen»**

hoffe, dass ich noch ein paar Jahre hier leben darf. Ich gehe gerne spazieren und treffe mich beim Kaffeestamm mit Bekannten. Oft bekomme ich auch Besuch von meinen drei Kindern. Ich

habe zwei Söhne, eine Tochter und sechs Enkelkinder.

Von 1956 bis zu meiner Pensionierung im Jahr 1997 arbeitete ich für die Schweizerische Alpine Mittelschule. Ich begann als Buchhalter und wurde nach etwa fünf Jahren zum Verwalter gewählt. Für die Buchhaltung war ich weiterhin zuständig. Diese Tätigkeiten haben mir sehr grosse Freude gemacht.

Ursprünglich stamme ich aus Lotzwil im Kanton Bern. Zusammen mit sechs Geschwistern bin ich auf einem Bauernhof aufgewachsen. Ich war ein Lausub und verbrachte eine schöne Jugend. Nach Schule und Militär zog ich nach Lausanne, wo ich vier



Max Ruch arbeitete über 40 Jahre lang für die Schweizerische Alpine Mittelschule Davos.

Jahre lang in einem Treuhandbüro arbeitete. Meine Anstellung an der Schweizerischen

Alpinen Mittelschule führte mich schliesslich ins schöne Davos.»

Veranstaltungen im März

Di, 4.3., 14.30 Uhr: Backen: Käsestangen mit Schinken

Do, 6.3., 19 Uhr: Konzert der Outsiders, anschliessend Abendcafé im Bistro Guggerzyt

Fr, 7.3., 14.30 Uhr: Mühleturnier

Di, 11.3., 14.30 Uhr: Basteln: Bilderrahmen dekorieren

Mi, 12.3., 15 Uhr: Singen mit Jürg Wasescha

Do, 13.3., 18.30 Uhr: Bistro-Abendcafé, **ab 19 Uhr:** Lotto

Fr, 14.3., 15 Uhr: Film von Bert Pfeufer & Christine Heldstab: «Guggerbächler auf Reisen 2011»

Di, 18.3., 14.30 Uhr: Backen: Scones

Do, 20.3., 19 Uhr: Musikschule kleines Abendkonzert, anschliessend Abendcafé im Bistro

Fr, 21.3., 16 Uhr: Fiirabed-Hock mit dem Nawa-Ensemble aus St. Petersburg

Sa, 22.3., 17 Uhr: Andacht mit der Heilsarmee

Di, 25.3., 14.30 Uhr: Basteln: Osterbasteln

Mi, 26.3., 15 Uhr: Singen mit Jürg Wasescha

Do, 27.3., 18.30 Uhr: Bistro-Abendcafé, **ab 19 Uhr:** musikalische Unterhaltung mit Ruedi Thöny

Fr, 28.3.: Wanderung mit Minah Heimgartner: Von Clavadel zum Restaurant Mühle Sertig. Treffpunkt/ Abfahrt: 14 Uhr beim Bahnhof Platz mit VBD Linie 8

Fr, 28.3., 14.30 Uhr: Lotto

Sa, 29.3., 16 Uhr: Konzert mit Rolf Gut und Teddy Launer

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