



ALTERSZENTRUM  
GUGGERBACH DAVOS

08/2014

# Guggerbach-Zeitung

Monatszeitung des Alterszentrums Davos

In dieser Ausgabe:

Neue Bereichsleitung II	2
August-Sonntagsmenüs	2
Erfolgreiche Lernende	2
Herzlich willkommen	3
Dunja Berisha auf Reisen	4
Veranstaltungen	4

## Tolles Guggerbachfest 2014



Ein kurzer Rückblick in wunderbarer Erinnerung: Allseits ausgezeichnete Laune und gute Stimmung herrschten am Guggerbachfest! Nebst einem tollen Unterhaltungsprogramm mit viel Musik, Grillwürsten, Glace-Stand, Kuchenbuffet, Bewohnerstand und Schatzfrage bestand die Möglichkeit, die Baustelle «Calamares» zu besichtigen. Davon wurde reger Gebrauch gemacht und die Anwesenheit unserer Architekten Othmar Brügger und Sibylle Küpfer wurde sehr geschätzt. Vielen Dank an die Architekten für die interessanten Auskünfte.



### Aufrichte im Spätherbst

Der Calamares-Bau ist im Zeitplan. Zurzeit wird auf dem Saalgeschoss A3 gearbeitet. Im August finden die Besprechungen bezüglich Zimmer- und Korridorbeläge sowie Badezimmerplättli statt. Zudem stehen die Planungsentscheide betreffend Ausrüstung der Stationsbüros 2./4. Etage und der Ess-Aktivierungsräume an.

### Höhepunkte im August

**Fr, 1.8., 10.30 Uhr:** 1. August-Apéro mit Ansprache und Musik  
**Do, 7.8., 18.30 Uhr:** Abendcafé mit Begrüssung von Karin Zulauf  
**Do, 21.8., 18.30 Uhr:** Abendcafé, Musik  
**Fr, 22.8., 16 Uhr:** Fiirabed-Hock mit Dölf Fischer  
**Do, 28.8., 19 Uhr:** Konzert Musikschule

### Dr. Peter Flury geht in Pension

Obwohl er die Pension verdient hat, bedauern wir den Abgang von unserem Zentrumsarzt sehr. Peter Flury war stets ein kollegialer, fachkompetenter und kooperativer Partner! Wir wünschen ihm alles Gute und viel Freude auf dem kommenden schönen Lebensabschnitt.



Liebe Bewohnerinnen, liebe Bewohner, werte Gäste und Freunde

«Freude herrscht» – Alt-Bundesrat Adolf Ogi lässt grüssen. Jeder will Freude erleben, die menschliche Natur möchte erleben und staunen.

**«Wenn man Spass und Freude an einer Sache hat, dann nimmt man sie auch ernst» (Gerhard Uhlenbruck)**

Wir wollen unsere BewohnerInnen und Gäste unterstützen, ihnen Neues zeigen und vor allem Freude bereiten. Mit dem gelungenen Guggerbachfest konnten wir die Grundlage für viele Kontaktmöglichkeiten bieten und für das leibliche Wohl sorgen – eine schöne Erinnerung.

Der Juli-Bewohnerstamm mit den zufriedenen und mitdenkenden Bewohnerinnen hat mir sehr viel Freude bereitet! Sie haben nicht nur Verständnis für die betrieblichen Veränderungen, die wir in Richtung Guggerbach-Vergrösserung einleiten müssen, sondern tragen sie auch mit – das freut mich! Die Unterbrechung durch die Patrouille Suisse war wie eine geplante Überraschung.

Unsere Lehrlinge haben ihre Ausbildung abgeschlossen, unser Hausarzt Dr. Peter Flury geht in Pension - wir wünschen alles Gute. Die neuen Mitarbeiterinnen Karin Zulauf, Jasmin Camastral und die Lehrlinge Rosella Bonvissuto und Chiara Nyfeler dürfen wir im Guggerbach begrüssen – wir wünschen ihnen einen guten Start und viel Freude im Guggerbach.

Sich selber eine Freude machen, einen Traum verwirklichen – unsere Mitarbeiterin Dunja Berisha schreibt, wie's gehen kann! Lesen Sie auf der letzten Seite.

**Fazit:** Freude kommt und geht. Freude kommt nicht von alleine. Man muss etwas dafür tun.

In diesem Sinne wünsche ich allen einen schönen August mit viel Freude!

**Urs Tobler, Zentrumsleiter**

## Verstärkung in der Führung

Maya Knobel, Leiterin Pflege-Betreuung, begrüsst Karin Zulauf, unsere neue Bereichsleitung Bereich II / Stationen 3 und 4.

Wir freuen uns, Karin Zulauf im Guggerbach willkommen zu heissen. In Frau Zulauf haben wir eine fach- und führungskompetente Persönlichkeit mit der fundierten Ausbildung Dipl. Pflegefachfrau DN II gefunden.

Karin Zulauf ist vor zwei Jahren aus dem Kanton Bern nach Klosters gezogen. Sie bringt eine grosse Berufserfahrung mit. Neben der Ausbildung zur Pflegefrau DN II an der Berufsschule für Pflege Berner Oberland/Interlaken hat sie die Zusatzausbildung zur Dipl. Pflegefachfrau Intensivpflege abgeschlossen. Zudem bringt sie eine Führungsausbildung mit und hat sich mit diversen Kursen wie Basale Stimulation, Kinästhetik Grund- und Aufbaukurs etc. stets weitergebildet.



**Maya Knobel (rechts) freut sich auf die Zusammenarbeit mit Karin Zulauf.**

Anlässlich des Guggerzyt Abendcafés vom **Donnerstag, 7. August** um 19 Uhr werden wir Frau Zulauf persönlich begrüßen und vorstellen.

**Juli-Sonntagsmenüs im Guggerbach - Ihre Reservation freut uns  
Bistro 081 415 25 45, Guggerbach-Cafeteria 081 415 25 15  
oder Rezeption 081 415 25 25**

	Sonntags-Menü I	Sonntags-Menü II
<b>3. August</b>	Salat vom Buffet, Kalbshohrücken, grüne Pfeffersauce, Artischockengemüse mit Mini-Tomaten, kleines Kuchen-Buffet	Salat vom Buffet, Schnitzel vom Davoser Vollmilchziger auf Gemüse-Couscous, kleines Kuchen-Buffet
<b>10. August</b>	Salat vom Buffet, Schweinsfilet im Teig, Blauburgundersauce, Dauphine Kartoffeln, gedünstete Tomate, Bayrische Crème mit Fruchtmarmelade	Salat vom Buffet, Griess-Gnocchi, Gemüse-Ratatouille, Bayrische Crème mit Fruchtmarmelade
<b>17. August</b>	Salat vom Buffet, Kalbsschulterbraten mit Thymian, Kartoffelplätzchen mit Kräutern, Rübli und Kohlraben, gebrannte Crème	Salat vom Buffet, feine Gemüseplatte mit Sauce Hollandaise, Tagesbeilage, gebrannte Crème
<b>24. August</b>	Salat vom Buffet, Hohrückensteak vom Swissprim-Schwein, Champignons-Rahmsauce, Schnittlauchnüdli, Kürbis-Flan, Meringue mit Glacé und Rahm	Salat vom Buffet, klassischer Gemüseteller mit Kartoffeln und brauner Butter, Meringue mit Glacé und Rahm
<b>31. August</b>	Salat vom Buffet, Aargauer Zwetschgenbraten, Lyoner Kartoffeln, Broccoli mit Mandeln, gebackener Quarkkuchen mit Zimtrahm	Salat vom Buffet, Gemüsegratin mit Kartoffeln und Davoser Zigertranche, gebackener Quarkkuchen mit Zimtrahm

### Erfolgreicher Lehrabschluss

Wir gratulieren Anja Pinggera (links), Fachangestellte Gesundheit und Dunja Berisha, Fachangestellte Gesundheit (Erwachsenenbildung) ganz herzlich zum erfolgreichen Lehrabschluss.

Anja Pinggera wird nach einer kleinen Ferienpause die Stelle als Fachangestellte Gesundheit in der Höhenklinik Davos Clavadel antreten.

Dunja Berisha macht eine längere Auszeit. Von August bis Ende 2014 geht sie mit dem Velo auf Weltreise. Sie wird uns mit Ferienberichten auf dem Laufenden halten. Im 2015 dürfen wir wieder auf Dunja Berisha als Fachangestellte Gesundheit zählen.

Wir bedanken uns an dieser Stelle bei Maya Knobel, Bildungsverantwortliche, und dem ganzen Team für die wertvolle Unterstützung und professionelle Begleitung während der Ausbildungszeit.

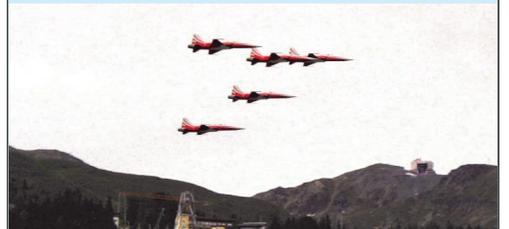


### Bewohnerstamm mit Unterbrechung der Patrouille Suisse

Bei Kaffee und Kuchen gab es von der Zentrumsleitung und den LeiterInnen der Geschäftsbereiche Pflege-Betreuung und Dienste sowie der Verwaltung wieder viele interessante Informationen zu den betrieblichen Anpassungen und Neuausrichtungen:

- Stand und wie weiter mit dem Neubau Calamares
- Strukturierung/Unterteilung der Restauration: Guggerbachstube Wohn-Essgruppe; Guggerbachstube, Cafeteria und Bistro Guggerzyt als öffentlicher Nebenbetrieb
- Neue Türöffnungs-Gegensprechanlage bei den Eingängen Promenade und Obere Strasse uvm.

Zudem wurden Fragen und Vorschläge diskutiert.



## 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: Guggelitag (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 Mitarbeiterin  
 Fachangestellte Gesundheit:  
**Jasmin Camastral**



... und unsere beiden neuen  
 Lehrlinge Fachangestellte  
 Gesundheit:  
**Rosella Bonvissuto** (links)  
 und  
**Chiara Nyfeler**

## 90. Geburtstag von Inge Waller



Inge Waller feierte am 23. Juni den 90. Geburtstag mit einem Apéro im Foyer. Sie freute sich über die vielen Gratulationen und den Besuch von Landrat Herbert Mani.

## 90. Geburtstag von Luzia Conrad



Luzia Conrad, seit 12 Jahren Bewohnerin im Guggerbach, feierte den 90. Geburtstag am 4. Juli. Sie nahm die guten Wünsche von Landrat Herbert Mani und Zentrumsleiter Urs Tobler in ihrer Wohnung entgegen. Fröhlich stiess sie zusammen mit ihrer Tochter Heidi mit den Besuchern an.

## Dunja Berisha: Eine Velo-Reise ins Unbekannte

«Früh wurde ich mit dem Reisevirus angesteckt. Ich bin in eine Familie reingeboren, die viel unterwegs war. Fremde Länder, Sitten und Gebräuche haben mich schon immer fasziniert und um diese besser kennen zu lernen, habe ich mich entschieden, langsam und mit offenen Augen durch die Welt zu reisen.

### «3000 km bis zum Schwarzen Meer»

Und was ist dafür am besten geeignet? Ein Fahrrad. Da ich auf meiner Reise so unabhängig und flexibel wie möglich sein will, reise ich meistens allein und ohne grosse Planung. Ihr dürft aber gerne

mitkommen: Regelmässig werde ich über meine Abenteuer berichten.

Ich starte mit dem Fahrrad in Begleitung von Sr. Sandra am 1. August um 11.15 Uhr auf dem Wolfgangpass Richtung Rheintal. Die erste Etappe heisst Maienfeld. Hier werden wir den Feiertag und meinen Abschied feiern. Am nächsten Tag geht's zum Bodensee bis nach Rorschach. Sandra und ich werden gemeinsam bis Radolfzell radeln. Bis da werden wir unsere ersten 230 km auf dem Tacho haben! Sie wird sich noch vergewissern, dass ich den Zug nach Donaueschingen erwische, danach heisst es Abschied nehmen. Von da an werde ich alleine



weiter radeln, immer der Donau entlang bis nach Wien, etwa 800 km weit.

Von Wien an geht's dann immer der Donau entlang über Budapest, Belgrad bis nach

Constanta am Schwarzen Meer. Das ist eine Distanz über 3000 km! Dies ist der Plan. Was daraus wird? Darüber werde ich gerne berichten.»

### Veranstaltungen im August

**Fr, 1.8., 10.30 Uhr:** 1. August-Apéro mit Festansprache von Landrat Simi Valär, Musik: Ruedi Thöny, Akkordeon, und Kurt Hostettler, Alphorn

**Di, 5.8., 14.30 Uhr:** Backen: Grassins-Guetzli

**Do, 7.8., 18.30 Uhr:** Abendcafé, **ab 19 Uhr:** Begrüssungsapéro und Vorstellung von Karin Zulauf, Bereichsleitung II

**Fr, 8.8., 14 Uhr:** Spazieren am Davoser See

**Di, 12.8., 14.30 Uhr:** Basteln: Glücksbringer aus Wolle

**Mi, 13.8., 15 Uhr:** Singen mit Jürg Wasescha

**Do, 14.8., 18.30 Uhr:** Abendcafé, **ab 19 Uhr:** Lotto spielen

**Fr, 15.8., 15 Uhr:** Film von Bernhard Bernet: Guggerbach Rückblick 2013

**Sa, 16.8., 17 Uhr:** Andacht mit der Heilsarmee

**Di, 19.8., 14.30 Uhr:** Backen: Spitzbuben

**Do, 21.8., 18.30 Uhr:** Abendcafé, **ab 19 Uhr:** musikalische Unterhaltung mit Ruedi Thöny

**Fr, 22.8., 16 Uhr:** Fiirabed-Hock mit Dölf Fischer

**Di, 26.8., 14.30 Uhr:** Basteln: Glücksbringer aus Wolle

**Mi, 27.8., 15 Uhr:** Singen mit Jürg Wasescha

**Do, 28.8., 19 Uhr:** Musikschule: Fröhliches Akkordeon, anschliessend Abendcafé im Bistro Guggerzyt

**Fr, 29.8., 13.49 Uhr:** Guggerbach-Wanderung mit Minah Heimgartner: Wandern zum Golfrestaurant und mit dem Bus retour (ab Stäg, 16.30 Uhr) ins Dorf. Treffpunkt/ Abfahrt: Postplatz VBD 3

**Fr, 29.8., 14.30 Uhr:** Shuffle-Board spielen

### Aktivierung/Betreuung: Wochenprogramm

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

**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 Cafeteria

**Di, 16.45 Uhr:** Turnen, Mehrzwecksaal

**Mi, 10 Uhr, alle 2 Wochen:** Evangelischer Gottesdienst

**Mi, 14.30 Uhr, alle 2 Wochen:** «Gedächtnistraining» - Erzählcafé in der Guggerbachstube

**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