

# Guggerbach-Zeitung

Monatszeitung des Alterszentrums Davos

**In dieser Ausgabe:**

Mitarbeiter-Weihnacht	2
Preise im 2016	2
Renovationen Haus A	2
Herzlich willkommen	3
Rückblick Geburtstage	3
Veranstaltungen	4

**Viel Glück im 2016!**

**Wir wünschen allen unseren Bewohnern, Mitarbeitern, Gästen und Angehörigen ein gutes, erfolgreiches neues Jahr!**



**Prosit Neujahr** - Seit Alters her wünscht man sich mit Beginn des neuen Jahres «Prosit Neujahr». Das Wort «Prosit» kommt aus dem Lateinischen und bedeutet «es möge gelingen». Man wünscht sich Glück, Gesundheit, Zufriedenheit oder einen «guten Rutsch» ins neue Jahr. Mit dem «guten Rutsch» ist aber nicht das Hinüberrutschen ins neue Jahr gemeint, denn das Wort «Rutsch» hat seine Wurzeln im Hebräischen und heisst «rosch». Rosch bedeutet «Anfang».

## Erweiterungsbau «Calamares» vor der Eröffnung



Jetzt geht es Schlag auf Schlag... Die nächsten Grossanlässe sind der öffentliche Guggerbach-Neujahrsapéro, die Veranstaltung der Kunstgesellschaft Davos am 14. Januar mit Flurin Caviezel «S'isch doch aso» und so weiter gemäss dem Guggerbach-Veranstaltungs-

kalender. Am 1. Februar 2016 ziehen die ersten neuen Bewohner ein!  
**Vielen Dank an Andreas Hofer und Bettina Maier für die Gestaltung/ Weihnachtsdekoration des neuen Saalzuganges.** Hofers Engel sind bis am 6. Januar im Guggerbach ausgestellt.

*Liebe Bewohnerinnen, liebe Bewohner, werte Gäste und Freunde*

*Herzlichen Dank für die angenehme Zeit mit den vielen Ereignissen und diversen Höhepunkten im Jahr 2015. Danke für das grosse Verständnis betreffend der «Bauerei», die «Gegenleistung» wird grossartig, der Neubau ist schön geworden.*

**Wir wünschen Ihnen ein gutes neues Jahr 2016, bleiben Sie gesund und munter – gerne werden wir Sie dabei unterstützen. Wir freuen uns, das Jahr 2016 voller Ideen, Enthusiasmus und viel Optimismus anzugehen.**

**Selbstverständlichkeit ist das Ende der Dankbarkeit -**

*Die vielen Rückmeldungen, die erlebte Fröhlichkeit und die grosse Dankbarkeit unserer Bewohnerinnen, Bewohner und Gäste freut uns ausserordentlich.*

*Getreu dem Motto «wer rastet, der rostet» werden wir uns laufend verbessern. Den heutigen und zukünftigen Anforderungen wollen wir uns stellen und gerecht werden.*

*Die Kommunikation und die Geselligkeit sind uns dabei wichtig. Die öffentlichen Veranstaltungen wie auch die Aktivierung fördern wir und bauen sie aus. Ihre Bedürfnisse, Ihre Anliegen sind uns dabei wichtig. Wir möchten umsetzen, was Sie wollen - die Entscheidung, die Auswahl, «was zu tun und zu lassen ist» liegt bei Ihnen.*

*Liebe BewohnerInnen, Liebe MitarbeiterInnen, werte Angehörige und Gäste, ich schätze die Zusammenarbeit mit Ihnen.*

**Vielen herzlichen Dank!**

**Urs Tobler,  
Zentrumsleitung**

**Info-Veranstaltung**

**«Guggerbach-Angebote, Preise, Höhepunkte 2016»**

Die öffentliche Informationsveranstaltung und der Januar-Bewohnerstamm finden am Fr, 8.1. um 15 Uhr im Guggerbach Saal statt. Informationen zu den Angeboten inklusive der neuen Wohngruppe mit dem Tageszentrum werden von Urs Tobler, Zentrumsleitung; Maya Knobel, Leitung Pflege-Betreuung; Bosa Suta, Leitung Hotellerie und Ruth Wilhelm, Leitung Bewohneradministration/Belegung abgegeben. Sie stehen für Auskünfte und eine kurze Besichtigung der Wohngruppe gerne zur Verfügung.

**Höhepunkte im Januar**

**Fr, 8.1., 15 Uhr:** Öffentliche Information mit Bewohnerstamm – Guggerbach-Angebote 2016

**Sa, 9.1., 14 – 17 Uhr:** Tanznachmittag mit Marek Gracki im Bistro Guggerzyt

**Do, 14.1., 18.30 Uhr:** Abendcafé, ab 19 Uhr musikalische Unterhaltung mit Ruedi Thöny

**Fr, 15.1., 15.30 Uhr:** Fiirabed-Hock mit Dölf Fischer

**Do, 28.1., 19 Uhr:** Musikschul-Konzert Fröhlicher Feierabend



**Die Guggerbach-Jubilaren (von links nach rechts): Jaga Pavolovic, Camilla Kuhny, Herbert Sandberger, Hanny Gut, Teresa Maria De Sousa Batista, Manuel Libanio und Jakob Vetsch.**

## Mitarbeiter-Weihnachtsfeier im Seehof

Dieses Jahr duften wir als Dankeschön für die gute, erfolgreiche Arbeit im 2015 das Weihnachtsessen im Hotel Seehof geniessen.

Vor dem Nachtessen gab es einen feinen Aperitif, zum Hauptgang Fondue Chinoise mit einem Glas Wein und zum krönenden Abschluss das köstliche Dessertbuffet «Seehof Selection» am Tisch serviert.

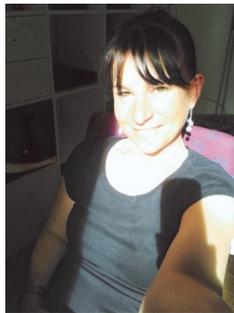
**Wir danken unseren MitarbeiterInnen für die gute und erfolgreiche Zusammenarbeit.**

Folgende Mitarbeitende wurden für ihre Treue zum Guggerbach geehrt und durften einen «Scarnuz Grischun» als Geschenk mit nach Hause nehmen:

- **5 Dienstjahre:** Camilla Kuhny, Pflege; Jaga Pavolovic, Hotellerie; Herbert Sandberger, Küche
- **10 Dienstjahre:** Petra Weygandt, Pflege/Betreuung; Hanny Gut, Aktivierung
- **15 Dienstjahre:** Jakob Vetsch, Pflege; Manuel Libanio, Portier; Teresa Maria De Sousa Batista, Hotellerie

## Christina Metz sorgt für Ihr Wohlbefinden

Mein Name ist Christina Metz und ich arbeite seit Ende 2011 im Guggerbach als med. Masseurin. Nach meiner Ausbildung an der Bündner



Med. Massagefachschule Davos habe ich einige Jahre im Sportbereich gearbeitet (FC Winterthur) und danach im Hotel Sunstar den Wellnessbereich betreut.

Nun bin ich Mami zweier Jungs und habe mich im Alterszentrum selbständig

gemacht. An 2 bis 3 Tagen pro Woche kümmere ich mich mit Leidenschaft um verspannte Nacken, schmerzhafte Rücken, müde Beine usw.

Zu meinem Angebot gehören klassische Massagen, Fussreflexzonentherapie, Lymphdrainage und die hawaiianische Lomi Lomi Nui Massage.

Meine Preise berechnen sich nach Zeitaufwand:

25 Min.: Fr. 45.--, 40 Min.: Fr. 65.--,  
55 Min.: Fr. 85.--, 80 Min.: Fr. 125.--

Bewohner und Mitarbeiter des Zentrums Guggerbach profitieren von Sonderpreisen. Termine und persönliche Beratung: Telefon 079 356 62 37.

### Fitnesszentrum «Guggerbach»

Ab Februar 2016 kann das neue Fitnesszentrum in Betrieb genommen werden. Christina Metz betreut und erteilt im Fitnesszentrum Guggerbach die Geräteeinführung an folgenden Daten: Montag 9 - 10.30 Uhr / Dienstag 14.30 - 16

Uhr / Freitag 18.30 – 19.30 Uhr.

**Das Sport-Gymnastikangebot «Fit im Guggerbach»** mit Eveline Jonas oder Ladina Bebi wird im neuen Fitnesszentrum jeweils am Donnerstagnachmittag von 14 – 15.30 Uhr auch wieder angeboten. **Der Nachmittag der offenen Tür findet am Samstag, 6. Februar statt.**

## Renovationsarbeiten im Haus A

Die Renovationsarbeiten im Haus A werden ab Februar auch aufgenommen. Es sind unter anderem folgende Erneuerungs- und Renovationsarbeiten vorgesehen: Alle Boden-Korridorbeläge (Parkett), neue Nachtvorhänge in den Bewohnerzimmern, Umbau der vier Wintergärten inklusive Einbau Bewohnerkühlschränke.

Die Neugestaltung des Eingangsempfangsbereiches mit den Postfächern wird ab Frühling 2016 in Angriff genommen.

## Angebote und Preise im Jahr 2016

### Zimmerpreise

Die Pensionspreise mit Pflege & Betreuung, Aktivierung gemäss ärztlicher Einstufung werden nach den kantonalen Vorgaben um Fr. 5.00 pro Tag auf **Fr. 100.00** pro Tag erhöht. Die Betreuungspreise werden um Fr. 1.00 pro Tag auf Fr. 37.00 pro Tag gesenkt. **Unter dem Strich gibt es eine Preiserhöhung von Fr. 4.00 pro Tag.** Die detaillierte Preis-Angebotsliste liegt der nächsten Rechnung bei oder kann gerne an der Rezeption bezogen werden.

### Wohnungspreise und Mieten

Bei den à la carte Dienst- und Serviceleistungen gibt es für das «betreute Wohnen» eine kleine Preisanpassung von Fr. 1.00 pro Tag und Bewohner. Die Sicherheits- & Dienstleistungspauschale für Sicherheit 24 h Hintergrunddienst, Benutzung der gesamten Infrastruktur mit dem neuen Fitnessraum und den Veranstaltungsangeboten beträgt ab 1. 1.2016 Fr. 2.00 pro Tag. In Abstimmung mit der kantonalen Preisanpassung bei den Zimmern ist die Preisanpassung «betreutes Wohnen» im Verhältnis zu den Zimmern somit fair und korrekt.

### Restauration/Internet/Telefonie

Der WLAN-Internetzugang ist kostenlos und die Telefonabonnementsgebühr beträgt Fr. 20.00/Monat. Die Restaurationspreise (Bistro, Cafeteria) bleiben gleich.

## Öffentliche Dienstleistungen

**Bistro «Guggerzyt»:** Täglich geöffnet von 8.30 bis 17.30 Uhr.

Donnerstag «Abendcafé» bis 21 Uhr.  
Jeden 3. Freitag im Monat um 15.30 Uhr: «Fiirabed-Hock» mit Musik.

Mittags Auswahl zwischen 3 Tagesmenüs. Preis Mo - Sa: Fr. 17.—, So: Fr. 21.— inkl. Salat, Suppe und Dessert.

Jeden Samstag Guggeli- oder Bratwursttag. Znüni, Kaffees, Kuchen, Patisserie, Getränke, Tageszeitungen.

### Cafeteria «Guggerbachstube»:

Täglich geöffnet für Frühstück, Mittagessen und Nachtessen. Mittags Auswahl zwischen 2 Tagesmenüs. Preis Mo - Sa: Fr. 14.—, So: Fr. 17.— inkl. Salat, Suppe und Dessert.

### Fitnesszentrum «Fit im Guggerbach»:

Öffnungszeiten täglich von 8 bis 20 Uhr. Bis Neubau Calamares fertig kleiner Fitnessraum auf der 2. Etage. Jeden Donnerstag-Nachmittag «Fit im Guggerbach». Weitere Infos erhalten Sie am Empfang.

### Davoser Beratungs- & Anlaufstelle für Altersfragen:

Beratungen und Unterstützung bezüglich Guggerbachdienstleistungen und bei Fragen/Anträgen zu Ergänzungsleistungen, Transporte, Rollstuhltaxi, medizinische Geräte, Organisation Umzug etc.

Besprechungstermine mit Urs Tobler, Zentrumsleitung, können Sie telefonisch oder direkt am Empfang vereinbaren.

**Ruth Wilhelm und Bianca Hardegger helfen Ihnen gerne weiter.**

### Alterszentrum Guggerbach

**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: Käthi und Hans Weber



... unsere neue  
Mitarbeiterin  
im Bistro:

Margrit Brehm

## 96. Geburtstag von Hans Laely



Mit einem Apéro und dem Besuch von Landrat Simi Valär haben wir den 96. Geburtstag von Hans Laely gebührend gefeiert. Der Jubilar freute sich über die zahlreichen Glückwünsche.

## 96. Geburtstag von Lina Caspar



Lina Caspar feierte ihren 96. Geburtstag. Sie freute sich sehr über den Besuch von Landrat Reto Dürst, der Blumen und die Glückwünsche der Gemeinde Landschaft Davos überbrachte.

## Samichlaus- und Weihnachtsfeier



Die erstmals gemeinsam mit den Angehörigen durchgeführte Samichlaus- und Adventsfeier im Guggerbach war ein Volltreffer. Über 180 Personen feierten, liessen sich musikalisch und kulinarisch verwöhnen und genossen das Zusammensein.

# Bau-Impressionen «Calamares»: vom Spatenstich bis zum Weihnachtsapéro



## Veranstaltungen im Januar

**Fr, 1.1., 10 Uhr:** Neujahrsapéro  
im neuen Guggerbach Saal

**So, 3.1., 11.30 Uhr:** Sternsinger

**Di, 5.1., 14.30 Uhr:** Backen:  
Apfelfruchtgipfeli

**Mi, 6.1., 14.30 Uhr:** Erzählcafé

**Do, 7.1., 18.30 Uhr:** Abendcafé,  
ab 19 Uhr: Film «Glacier Express»

**Fr, 8.1., 14 Uhr:** Backen für  
Stationen mit Charly

**Fr, 8.1., 15 Uhr:** Öffentliche Infor-  
mation und Bewohnerstamm:  
Guggerbach-Angebote 2016

**Sa, 9.1., 14 Uhr:** Tanznachmittag  
mit Marek Gracki

**Sa, 9.1., 17 Uhr:** Andacht mit  
der Heilsarmee

**Di, 12.1., 14.30 Uhr:** Basteln:  
Schneemann

**Mi, 13.1., 14.30 Uhr:** Singen

**Do, 14.1., 18.30 Uhr:** Abendcafé,  
ab 19 Uhr: musikalische Unter-  
haltung mit Ruedi Thöny

**Fr, 15.1., 15.30 Uhr:** Fiiirabed-  
Hock mit Dölf Fischer

**Di, 19.1., 14.30 Uhr:** Backen:  
Schinkengipfeli

**Mi, 20.1., 14.30 Uhr:** Erzählcafé

**Do, 21.1., 18.30 Uhr:** Abendcafé,  
ab 19 Uhr: Lotto spielen

**Fr, 22.1., 14.30 Uhr:** Unbekannte  
Klänge kennenlernen und  
ausprobieren mit Monica Fopp

**Di, 26.1., 14.30 Uhr:** Basteln  
mit Lily Bruggmann

**Mi, 27.1., 14.30 Uhr:** Singen  
mit Jürg Wasescha

**Do, 28.1., 19 Uhr:** Fröhlicher  
Feierabend - Konzert der Musik-  
schule, anschliessend Abendcafé  
im Guggerzyt

**Fr, 29.1.:** Guggerbach-Wande-  
rung mit Minah Heimgartner:  
Spazieren dem Landwasser  
entlang mit Einkehr im Rest.  
Hänggis. Treffpunkt/Abfahrt:  
14.03 Uhr Postplatz mit VBD 3  
bis Hertistrasse

**Fr, 29.1., 14.30 Uhr:** Shuffle-  
Board spielen

## Aktivierung/Betreuung: Wochenprogramm

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

**Mo, 15 Uhr:** Besuchs-  
nachmittag Frauenverein Dorf  
oder Bündnerinnen

**Di, 10 Uhr:** Gemüse rüsten

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

**Di, 16.45 Uhr:** Turnen

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

**Mi, 14.30 Uhr, alle 2  
Wochen:** «Gedächtnis-  
training», Erzählcafé

**Mi, 14.30 Uhr, alle 2  
Wochen:** Singen mit Jürg  
Wasescha, Mehrzwecksaal

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

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

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

**Do, 14 Uhr:** Gedächtnisspiele  
mit M. Heimgartner, Foyer

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

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

**Fr, 11 Uhr:** Zeitung vorlesen

**Fr, bis 15.30 Uhr:** Bewohner-  
Einkauf

**Fr, 14 Uhr, jeden 1. im  
Monat:** Guetzli backen mit  
dem Küchenchef

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

**Fr, 15.30 Uhr, jeden 3. im  
Monat:** Fiiirabed-Hock  
im Bistro Guggerzyt

**Fr, ab 13.30 Uhr, jeden 4.  
im Monat:** Wanderung mit  
Minah Heimgartner

**Sa, 14 Uhr, ohne 1. im  
Monat:** Gedächtnisspiele mit  
M. Heimgartner, Cafeteria

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

**So, 14 Uhr, ohne 1. im  
Monat:** Gedächtnisspiele mit  
M. Heimgartner, Cafeteria