

# Guggerbach-Zeitung

Monatszeitung des Zentrums Davos

## In dieser Ausgabe:

|                          |   |
|--------------------------|---|
| Bewohner helfen mit      | 2 |
| Leistungen Zimmer        | 2 |
| Sprachkurse für alle     | 2 |
| Herzlich willkommen      | 3 |
| Porträt: Sylvia Bittmann | 4 |
| Veranstaltungen          | 4 |

## Bistro Guggerzyt mit neuem Auftritt



**Wir freuen uns, Sie im Bistro Guggerzyt an 365 Tagen bedienen und verwöhnen zu dürfen. Die «Verschönerung» ist durch den kleinen Umbau mit den Altholzwänden und dem Druck auf den Glastüren zu Wohnhaus C gelungen.**

Mit der Sanierung konnten die Atmosphäre und die Akustik stark verbessert werden. Ob bei Gesprächen, Diskussionen oder Musikveranstaltungen - das «Verstehen» ist wie erwartet um einiges besser geworden. Der neue Stammtisch passt gut ins Bistrosystem und lädt

zu Stammtischgesprächen und vielem mehr geradezu ein.

Direkter Zugang zum Bistro Guggerzyt sowie zur Anmeldung/Rezeption vom Besucherparkplatz aus (unterhalb Liegenschaft Boner) mit dem Lift Haus C (Weg ist signalisiert).

Das Bistro Guggerzyt ist täglich von 9 – 17.30 Uhr bedient geöffnet. Es werden täglich zwei Mittagsmenüs zu Fr. 17.— bzw. sonntags zu Fr. 21.— angeboten.

### Höhepunkte September 2017

**Sa, 2.9., 14.30 Uhr:** Tanznachmittag im Bistro mit Stefan & Stefan

**Fr, 8.9., 15.30 Uhr:** Fiirabed-Hock mit Begrüssung der neuen Bewohner

**So, 17.9., 10.30 Uhr:** 98. Geburtstag von Dorothee Portmann mit Apéro

**Do, 28.9., 10.30 Uhr:** 90. Geburtstag von Margrit Planta, Musik: I. Dimitrov

### Ausblick Okt – Dez 2017

**Mi, 4.10.:** Herbstausflug ins Engadin

**Sa, 14.10.:** Herbstfest mit «Metzgete-Bufferet»

**Sa, 2.12.:** Advents- & Weihnachtsmarkt

### Weihnachtsbazar am 2.12. im Guggerbach

Wer möchte am Samstag, 2. Dezember einen Verkaufs- oder Präsentationsstand im Zentrum Guggerbach betreiben?

Die Stände werden vom Zentrum Guggerbach aufgebaut und kostenlos zur Verfügung gestellt.

Die Präsentation und der Verkauf der Ware, Lebensmittel etc. ist Sache der Verkäufer.

Haben Sie Interesse? Dann melden Sie sich bitte bei Ruth Wilhelm an der Rezeption.

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

**Guggerbachauftritt «innovativ und kreativ».** Innovativ bedeutet «Erneuerung» und bezeichnet die Umsetzung einer Idee und damit einer Neuerung.

Im Guggerbach beschäftigen wir uns kontinuierlich mit Verbesserungen zum Wohle unserer BewohnerInnen und setzen unsere Ziele konsequent um. Wir wollen zufriedene Bewohner, Angehörige und Gäste, die sich hier wohl fühlen, gute Leistungen erhalten und sich einbringen können. Die BewohnerInnen sollen ein schönes Zuhause haben. Die Bistro-Verschönerungen (Altholzwände/Bilder) sind gelungen. Mit den Davoser-Bildern im Eingangsbereich Obere Strasse und in den zwei Ess- und Wohnräumen auf den Stationen I & IV konnten wir noch «drauflegen».

**Schauen Sie im Guggerzyt vorbei – Ihr Besuch freut uns!**

*Ich werde immer gefragt: «Was macht ihr, dass alle ins Guggerbach wollen und die Bewohner so gut gelaunt sind?»*

*Die Antwort scheint einfach: Wir gehen auf die Anliegen und Wünsche ein, bieten ein schönes Umfeld zum Wohlfühlen und legen grossen Wert auf die Erhaltung der Selbständigkeit in einem freundlichen Ambiente.*

*Neben den schönen Räumlichkeiten bieten wir mit den diversen Veranstaltungen und der Betreuung die Plattform zu den so wichtigen sozialen Austauschmöglichkeiten und nicht zuletzt zum geselligen Zusammensein. Gerne verweise ich auf die folgende Seite sowie auf die letzte Seite mit dem neu strukturierten Veranstaltungskalender.*

**Fazit:** Glücksgefühle im Guggerbach!

**Urs Tobler, Zentrumsleiter**

# BewohnerInnen beteiligen sich aktiv an der Alltagsgestaltung



**Beliebte Alltagsgestaltung:**  
**Bigna Widmer und Lydia Hottinger**  
**verpacken die Guggerbach-Zeitungen.**

**Unsere BewohnerInnen «dürfen» oder sollen die Möglichkeit haben, sich aktiv an der Alltagsgestaltung und den Aktivitäten des täglichen Lebens zu beteiligen.**

Mit grosser Freude übernehmen sie Aufgaben und Tätigkeiten, die sie in ihrem Leben auch immer gemacht haben. «Gebraucht werden» – das wollen die meisten, ob Jung oder Alt.

- **Wäsche zusammenlegen** jeweils Dienstag und Freitag um 9 Uhr - Anleitung durch Elisabeth Lienhard. Frau Lienhard führte mit ihrem Mann eine Landwirtschaftliche Schule und war u.a. für die Ausbildung der Bäuerinnen zuständig.
- **Kaninchen und Enten füttern** und tägliche Betreuung durch Albin Kühne - Mit Leib und Seele betreut er die

Kaninchen und Enten. Die schönen Tiere kennen unseren «Tierpfleger» bestens.

- **Guggerbach-Zeitung verpacken** - Jeden Monat werden bei einer Auflage von 600 rund 150 Zeitungen durch unsere Bigna Widmer und Lydia Hottinger fein säuberlich und pünktlich verpackt und verschickt.
- **Tageszeitung-Verteilung am Wochenende** - Verena Garbardi verteilt jeden Samstag die Zeitung an die Abonnenten im Guggerbach. Jeder freut sich, wenn die aktuelle Zeitung auch am Samstagmorgen im Briefkasten liegt.
- **Füttern der Meerschweine** - Jean-Marie Morgan und Sonja Roveretto sind für die Fütterung dieser Tiere im A5 zuständig. In der Küche holen sie täglich Salatblätter und bringen diese mit Freude zu den Tieren.

## Sprachkurse für Senioren und Junggebliebene

Die Senioren-Sprachkurse sollen Fremdsprachenkenntnisse weiter entwickeln, den Alltag lockern und die Geselligkeit fördern.

Das Kursbuchpaket «Endlich Zeit für Französisch» begleitet Sie während dem Kurs bei Themen wie Kultur, Sport, Essen & Trinken sowie Reisen und gibt Ihnen praktische Informationen über Land, Leute und Alltagsleben, um in Alltagssituationen gut zurechtzukommen.

Die Französisch-Kurse «Conversation» von 9 – 10 Uhr und «Endlich Zeit für Französisch» grammaire von 10.30 – 11.30 Uhr finden ab dem 5. September 2017 für 10 Lektionen jeden Dienstag statt. Kurskosten: Fr. 80.—.

Anmeldung und weitere Informationen zu den Kursen erteilt Ihnen gerne die Kursleiterin Isabelle Haller, Telefon 081 413 33 67 / 079 365 52 13.

## Betreuungs-/Aktivierungsleistungen für Bewohner in den Zimmern

Was heisst Betreuung für unsere **Guggerbach-Bewohnerinnen und Bewohner in unseren 92 Einzelzimmern** mit Vollpension, Reinigung, Wäscheversorgung, Pflege und Betreuung?

Folgende Leistungen werden unter dem Titel Betreuung gemäss Seite 4 der Guggerbach-Zeitung täglich, wöchentlich oder monatlich von unseren eigenen Fachleuten oder von externen Fachleuten angeboten.

### Allgemeine Angebote:

- **Aktivierung:** Atemtherapie, Turnen, Gymnastik, Fitness, Basteln, Backen, Singen, Gedächtnistraining, Stricken, Gemüse rüsten, Wäsche zusammenlegen etc.
- **Alltagsgestaltung:** Ausflüge (Bodensee, Engadin), Unterhaltung (Fiirabed-Hock), Feiern & Feste (Sommerfest, Herbstfest, Geburtstagsapéro, Samichlaus)
- **Bewohnerinformationen:** Bewohnerstamm pro Quartal, Guggerbach-Zeitung, Anschlagbrett, Flyer

### Individuelle Angebote & Betreuung

- **Zimmerservice** aus gesundheitlichen Gründen; Begleitung zum Essen; Spaziergänge; Tee kochen, Zwischenmahlzeiten vorbereiten, Früchte rüsten
- **Blumenpflege**
- **Hilfestellungen im Alltag,** Zimmer und Schränke aufräumen, Hinweise auf Veranstaltungen, Kleider bereitlegen, Einkaufen etc.
- **Einzelaktivierung,** Briefe vorlesen und schreiben; Begleitung zu auswärtigen Arztterminen
- **Beratungsgespräche,** individuelle persönliche Gespräche; Beratungen (Anträge für Ergänzungsleistungen und Hilflosenentschädigungen), Korrespondenz mit Ämtern; Angehörigengespräche und Informationen; Behandlung von persönlichen Anliegen und Beschwerden, Führen eines Taschengelddepots

*Das Angebot «Betreutes Wohnen», die Dienstleistungen für unsere MieterInnen in den 50 Wohnungen, wird in der Oktober-Zeitung vorgestellt.*



## Öffentliche Dienstleistungen

**Bistro «Guggerzyt»:** Täglich bedient von 9 bis 17.30 Uhr. Samstag und Sonntag ab 9.30 Uhr bedient. Jeden Mittwoch um 15.30 Uhr spielt die Guggerbach-Hausmusik auf. Jeden Freitag um 15.30 Uhr: «Fiirabed-Hock» mit Musik. Jeden 1. Samstag im Monat um 14.30 Uhr: Tanzmusik. Mittags Auswahl zwischen 3 Tagesmenüs. Preis Mo - Sa: Fr. 17.—, So: Fr. 21.— inkl. Salat, Suppe, Dessert. Jeden Samstag Güggelitag. 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. 18.— inkl. Salat, Suppe, Dessert

**Fitnesszentrum «Fit im Guggerbach»:** Öffnungszeiten täglich von 7 bis 22 Uhr. Jeden Donnerstag-Nachmittag «Fit im Guggerbach». Weitere Infos erhalten Sie am Empfang.

### Davoser Beratungs- und Anlaufstelle für Altersfragen:

Beratungen und Unterstützung bezüglich Guggerbachdienstleistungen und bei Fragen/Anträgen wie 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**  
Kompetenzzentrum Generation 65+  
Obere Strasse 20  
7270 Davos Platz

Öffnungszeiten Rezeption:  
Mo - Fr 8 - 11 Uhr / 14 - 17 Uhr  
Telefon 081 415 25 25  
info@guggerbach.ch  
www.guggerbach.ch

## Wir begrüßen herzlich...



... unsere neuen  
Bewohnerinnen:

**Rosmarie Gurt (links)**

und

**Elsi Zimmermann**



... sowie unsere  
Mitarbeitenden in der  
Pflege/Betreuung:

**Milena Fischer (links)**

und

**Christine Hengeveld**

## 1. August im Guggerbach



Zum 1. August-Àpero mit Ansprache von Landammann Tarcisus Caviezel fanden sich viele Bewohner und Gäste im Guggerbach Saal ein. Für die musikalische Unterhaltung sorgten Ruedi Thöny sowie die Alphorner's Davos/Klosters.

Das Küchen- und Restaurationsteam hatte mit vielen Köstlichkeiten zum 1. August-Brunch, welcher allseits sehr genossen wurde, geladen. Vielen Dank an alle, die zu diesem tollen Anlass etwas beigetragen haben!



## Konzert Urban Brass Band Quintett



Die jungen Musiker des Blechbläserquintetts «Urban Brass» aus Deutschland begeisterten die Zuhörer mit ihrem wunderschönen Konzert.

## Sylvia Bittmann (89): Das Hutmodel aus Basel Stadt

«Seit einem Jahr wohne ich zusammen mit meinem Kater Pixi im Guggerbach. Hier habe ich ein Zimmer mit Balkon. Der Umzug war schon eine Umstellung, aber es gefällt mir, und ich bin sehr zufrieden. Das Essen ist gut und das Personal sehr nett.

Auch Pixi hat sich gut eingelebt. Ich habe den Kater aus dem Tierheim geholt. Er ist etwa 10-jährig und ist früher misshandelt worden. Jetzt geniesst er die Zweisamkeit mit mir.

Ich bin in Basel-Stadt aufgewachsen, wie man an mei-

nem Dialekt hören kann, und habe beim Verlag gearbeitet, der die Hauszeitung von Hoffmann-La Roche herausgab.

In den Bergen hat es mir schon immer gefallen, und ich war häufig zu Besuch in Davos.

Nach meiner Pensionierung zog ich dann definitiv hierher. Anfangs arbeitete ich als Model für einen Hutladen und bin an Modeschauen in Hotels und Restaurants gelaufen. Das waren noch Zeiten. Heute vermisse ich manchmal meinen Bekanntenkreis.»



*Sylvia Bittmann geniesst im Guggerbach die Zweisamkeit mit ihrem Kater Pixi.*

### Veranstaltungen im September

#### Wochenprogramm

|                    |                   |                                   |
|--------------------|-------------------|-----------------------------------|
| <b>Montag:</b>     | <b>10.00 Uhr:</b> | Atemtherapie mit Myriam Perrelet  |
|                    | <b>15.00 Uhr:</b> | Besuchsnachmittag Bündnerinnen    |
| <b>Dienstag:</b>   | <b>16.45 Uhr:</b> | Turnen/Gymnastik                  |
| <b>Mittwoch:</b>   | <b>10.00 Uhr:</b> | Jede 2. Woche evang. Gottesdienst |
|                    | <b>15.30 Uhr:</b> | Guggerbach-Hausmusik im Bistro    |
| <b>Donnerstag:</b> | <b>13.45 Uhr:</b> | Einkaufsfahrt zur Migros          |
|                    | <b>14.00 Uhr:</b> | Gedächtnistraining                |
|                    | <b>15.00 Uhr:</b> | Fit im Guggerbach mit Evi Jonas   |
| <b>Freitag:</b>    | <b>10.00 Uhr:</b> | Kath. Gottesdienst                |

**Fr, 1.9., 14.30 Uhr:** Fiirabed-Hock mit Ivan

**Fr, 1.9., 20 Uhr:** KGD: Kleintheater - Simon Enzler

**Sa, 2.9., 14.30 Uhr:** Tanznachmittag mit Stefan & Stefan

**Mi, 6.9., 14.30 Uhr:** Film «Entdeckungen rund um Celle»

**Fr, 8.9., 15.30 Uhr:** Fiirabed-Hock, Begrüssung neue Bewohner, Musik: Ruedi Thöny

**Fr, 15.9., 15.30 Uhr:** Fiirabed-Hock mit Ivan

**So, 17.9., 10.30 Uhr:** 98. Geburtstag von Dorothee Portmann, Musik: Marek Gracki

**So, 17.9., 15 Uhr:** Klaviermusik im Bistro mit Marek Gracki

**Mi, 20.9., 14.30 Uhr:** Singen

**Do, 21.9., 14 Uhr:** Katholische Pfarrei —Seniorenmesse

**Fr, 22.9., 14.30 Uhr:** Fiirabed-Hock mit Ruedi Thöny

**Sa, 23.9., 20 Uhr:** KGD: Theatergruppe Valendas

**Mi, 27.9., 14.30 Uhr:** «Musik um Drei» - Peter und der Wolf

**Do, 28.9., 10.30 Uhr:** 90. Geburtstag von Margrit Planta, Apéro, Musik: Ivan Dimitrov

**Fr, 29.9.:** Wanderung mit M. Heimgartner: Spaziergang in der Teufi mit Einkehr. Treffpunkt/Abfahrt: 13.46 Uhr beim Postplatz mit VBD 1

**Fr, 29.9., 14 – 16 Uhr:** Seniorenmode Pölz zeigt die Herbstkollektion

**Fr, 29.9., 15.30 Uhr:** Fiirabed-Hock mit Martin Vogel

**Sa, 30.9., 17 Uhr:** Andacht mit der Heilsarmee

### Aktivitäten des täglichen Lebens

#### Wochenprogramm

**Mo - Fr:** 8 - 10 Uhr: Stüblidienst

**Mo, Mi, Fr:** 10 - 12 Uhr: Einzelaktivierung

**Mo, Do, Fr:** 14 - 15.30 Uhr: Betreuter Nachmittag Station I

**15.30 - 17 Uhr:** Betreuter Nachmittag Station II

**Dienstag:** 9 Uhr: Wäsche zusammenlegen Guggerbach Saal

**9.30 Uhr:** Stricken, Etage 4/Garten

**10 Uhr:** Gemüse rüsten, Etage 2

**14.30 Uhr:** Basteln oder Backen Saal oder Guggerbachstube

5. September: Basteln: Lustiges aus Papier  
12. September: Backen: Schoggi-Igel-Guetsli  
19. September: Basteln: Lustiges aus Papier  
26. September: Backen: Zwetschkuchen

**Donnerstag:** 10 Uhr: Gemüse rüsten Wintergarten Etage 2

**Freitag:** 9 Uhr: Wäsche zusammenlegen Guggerbach-Saal

**14.30 Uhr:** Diskussionsrunde zu Zeitungs-Aktualitäten, Guggerbach-Saal