

Guggerbach-Zeitung

Monatszeitung des Zentrums Davos

In dieser Ausgabe:

Neues Schliesssystem	2
Jahresabschluss 2017	2
Aktuelle Sanierungen	2
April-Traum paar	3
Porträt: Bigna Widmer	4
Veranstaltungen	4

Lebensfreude im Guggerbach

Älter werden und den Lebensabend in gemütlicher, schöner Atmosphäre im Zentrum Guggerbach verbringen mit den diversen Veranstaltungen, der Betreuung & Aktivierung sowie der kompetenten Pflege, so wie es individuell gebraucht wird.



Nicht wenige Seniorinnen und Senioren leben im Guggerbach wieder richtig auf. Es ist ein Mythos, dass viele Leute bald nach dem Eintritt in ein Altersheim sterben. Bei uns ist es vielfach umgekehrt – viele treten in einem gesundheitlich eher schlechteren Zustand ein und nicht wenige leben im Guggerbach bald wieder richtig auf. Die gute Betreuung,

die gute Ernährung und vor allem die sozialen Kontakte und die vielfältigen Veranstaltungen sind dafür verantwortlich, dass die Lebensfreude wieder da ist und gefördert wird. Es ist immer wieder erstaunlich, wie die Neueintritte sich gegen einen Eintritt etwas sträuben, aber die allermeisten sich nach kurzer «Einlebezeit» sehr wohl fühlen.

Liebe Bewohnerinnen, liebe Bewohner, werte Gäste und Freunde

Der April macht wettermässig zwar was er will – im Guggerbach stört uns das Wetter aber nicht. Es wird ein Monat mit Höhepunkten und natürlich mit den Ostertagen geben. Der Frühling wird auch in Davos kommen. Liebe BewohnerInnen, lassen Sie es sich gut gehen! Wir unterstützen Sie und freuen uns, wenn es Ihnen gut geht.

Glückliche Menschen leben besser und länger. Trotzdem, wie schaffen wir es, glücklich und zufrieden alt zu werden? Im Grunde ist alles doch ganz einfach. Wer gesund und sozial eingebunden ist, ist meistens auch zufrieden und glücklich. Mit unseren Veranstaltungen und unserer Plattform zu sozialen Kontakten wollen wir zum Glückhsein beitragen.

Grundsätzlich wollen die meisten aus gesundheitlichen Gründen ins Guggerbach. Vielfach höre ich eine angenehme und - nach einer kurzen Angewöhnungszeit - immer wieder gleiche Feststellung:

«Wenn ich das gewusst hätte, wie gut wir es im Guggerbach haben, wäre ich schon früher gekommen.»

Schön zu hören und es motiviert uns in der täglichen schönen Arbeit.

Besuchen Sie uns über die Ostertage mit einem Ostermenü an Karfreitag, Ostersonntag und/oder dem musikalischen Osterapéro am Ostermontag. Alle sind herzlich willkommen.

Ich wünsche Ihnen zusammen mit dem gesamten Guggerbach-Team schöne, glückliche und frohe Ostern!

**Urs Tobler,
Zentrumsleitung**



ALLESKÖNNER



Im Guggerbach bieten wir fast alles, aber die eierlegende Wollmilchsau sind wir nicht.

Eierlegende Wollmilchsau

Die eierlegende Wollmilchsau ist eine humoristisch-karikaturistische Verbindung aus Huhn (Eier), Schaf (Wolle), Kuh (Milch) und Schwein (Fleisch). Sie umfasst damit alles Positive ohne Nachteile, sie umfasst das Unfassbare. Wenn also jemand oder etwas wie eine eierlegende Wollmilchsau ist, dann ist das ein paradoxer Alleskönner, der alle noch so schwierigen oder widersprüchlichen Anforderungen erfüllt.

Höhepunkte April

Mi, 4.4., 14.30 Uhr: Diavortrag «Graubünden und seine Landschaften»

Fr, 6.4., 10.30 Uhr: 96. Geburtstag von Erika Gabathuler, Musik: K. Hostettler

Fr, 6.4., 14.30 Uhr: Bewohnerstamm

Mi, 11.4., 19 Uhr: Musikschul-Konzert

Mo, 30.4., 14.30 Uhr: Lottomatch

Voranzeige:

Mi, 2.5., 14.30 Uhr: Bewohnerausflug

Osterapéro im Guggerbach

Am Ostermontag, 2. April um 10.30 Uhr laden wir Bewohner, Angehörige, Personal und Gäste zu unserem traditionellen Osterapéro im Guggerbach Saal ein. Musik: Annabell Kehl (Geige) und Annegret Weissert (Klavier).

Sicherheit Zugänge und Lift



*Unsere Bewohner
fühlen sich wohl
und sicher.*

Seit der Guggerbach-Erweiterung haben wir ein neues Schliesssystem. Wir können die Türen per Computer und Zeitprofil organisieren und die Zutrittsbewilligungen pro Eingang vergeben.

Mit dem neuen Schliesssystem können wir im Notfall kontrollieren, wer ausserhalb der offiziellen Türöffnungszeiten die Türe mit dem Batch geöffnet hat:

- Haupteingang Obere Strasse (Empfang/Rezeption): 7:00 – 19:00 Uhr offen / 19:00 – 7:00 Uhr (Nacht) Zutritt nur mit dem persönlichem Schlüsselbatch
- Eingang Promenade A5: 07:00 – 19:00 / 19:00 – 07:00 Uhr (Nacht) Zutritt nur mit dem persönlichen Schlüsselbatch
- Direktzugang Guggerbach-Saal: 10:00 – 17:00 Uhr / ausserhalb dieser Zeit gemäss Veranstaltungskalender und Zeiten
- Zugang Garten/Fitnesszentrum: 10:00 – 17:00 Uhr / ausserhalb dieser Zeiten mit dem persönlichen Schlüsselbatch
- Hauseingang Wohnhaus Haus C, B und A sowie Nebeneingang Tiefgarage Haus A: Zutritt nur mit dem persönlichen Schlüsselbatch
- Liftnutzung Haus A: Die Liftbenutzung Haus A ist nur für BewohnerInnen, MitarbeiterInnen, Angehörige und Gäste vom Guggerbach und Restauration erlaubt.

KEIN DURCHGANG - Die Benutzung des Liftes als Durchgang Promenade – Obere Strasse ist nicht gestattet. Die Guggerbach-Bewohner sind auf den Lift angewiesen und die Kapazität des Liftes ist absolut am Limit! Danke für das Verständnis.

Aktuelle Sanierungen und Investitionen

Rollstuhlauto:

Das neue Guggerbach-Rollstuhlfahrerfahrzeug Mercedes Citan (Ersatz für Renault) wird am 31. März geliefert.



Umbau/ Umnutzung Bad Etage 4:

Das nicht mehr benötigte Bad (Etage 4) wird umgebaut und ab Mai als Besprechungs- und Behandlungszimmer (Ärzte, Psychologen, Schwestern etc.) gebraucht.

Notrufuhr in allen Wohnungen und Zimmern:

Zusätzlich zu den Handtastern werden alle Zimmer und Wohnungen mit einer Notrufuhr standardmässig ausgerüstet. Somit können unser BewohnerInnen wählen, was ihnen lieber ist (Uhr am Handgelenk oder Gerät mit Taste um den Hals gehängt).

Jahresabschluss 2017

Das Zentrum Guggerbach war 2017 zu 100 % belegt. Es wurden 34'638 Pensionsstage abgerechnet und der Pflegeaufwand lag bei 1'847'212 Minuten. 80 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter arbeiten im Zentrum Guggerbach. In den 82 Einzelzimmern sowie den 5 Doppelzimmern (Wohngruppe) mit Dusche & WC sowie in den 50 1 ½- & 2 ½-Zimmerwohnungen «Betreutes Wohnen mit Sicherheit und Dienstleistungen nach Bedarf» wohnen und leben rund 160 zufriedene BewohnerInnen.

Das Zentrum Guggerbach bietet zudem ein öffentliches Fitnesszentrum, Coiffure, Fusspflege und den schönen Guggerbach-Saal, in dem vielen Anlässe inklusive dem Kleintheater (KGD) durchgeführt werden. Die Restauration mit der Guggerbachstube & Cafeteria sowie dem Bistro Guggerzyt runden das Angebot ab.

Der Guggerbach-Stiftungsrat setzt sich per 1.1.2018 wie folgt zusammen: Hansjörg Künzli, Präsident; Daniela Ambühl-Losa, Vizepräsidentin; Patrizia Visentin, Dr. Adrian Bisig, Mitglieder; Landrat Herbert Mani, Vertreter Gemeinde Davos. Der Betrieb wird geleitet: Zentrumsleitung: Urs Tobler; Pflege & Betreuung, Aktivierung: Maya Knobel; Hauswirtschaft: Bosa Suta; Küchenchef: Georg Fritschi; Belegungszentrale, Rezeption, Administration: Ruth Wilhelm.

Die Zahlen werden in der Mai-Guggerbach-Zeitung präsentiert.



Fröhliche Schlittenfahrt

50 gutgelaunte BewohnerInnen, BetreuerInnen und Gäste nahmen an der traditionellen Schlittenfahrt teil. Das schlechte Wetter tat der guten Stimmung keinen Abbruch. Nach der Rückkehr gab's im Foyer feinen Punsch zum Aufwärmen.

Öffentliche Dienstleistungen

Bistro «Guggerzyt»: Täglich bedient von 9 bis 17 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 Guggelitag. 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.

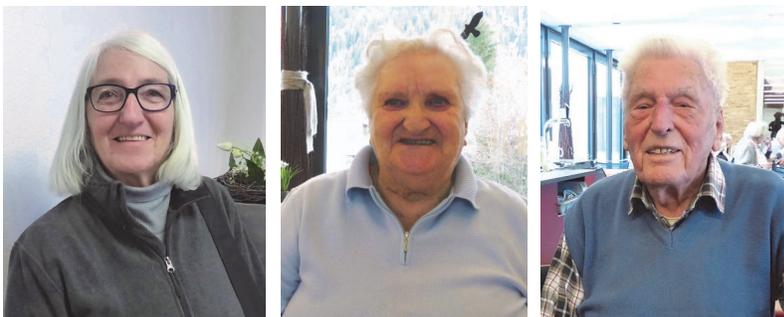
Besprechungstermine mit Urs Tobler, Zentrumsleitung, können Sie telefonisch oder direkt am Empfang vereinbaren.

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 Bewohner (von links): **Lydia Koch, Ida Kindschi** und **Otto Vogel**

Unser April-Traumpaar



Kleiner Landrat Simi Valär (links), Emmy Thöny & Urs Tobler

98. Geburtstag von Anna Messmer



Bei einem gemütlichen Apéro im Foyer feierte Anna Messmer den 98. Geburtstag. Sie freute sich über die vielen Besuche ihrer Freunde und Bekannten und besonders über den Besuch von Landrat Herbert Mani.

95. Geburtstag von Hans Gadmer



Hans Gadmer feierte den 95. Geburtstag mit seiner grossen Familie bei einem Apéro im Guggerbach-Saal. Der Jubilar liess sich gerne feiern und freute sich sehr an der Geschichte, welche vom Kleinen Landrat Simi Valär im Walser Dialekt vorgelesen wurde.

Bigna Widmer (89): Weltenbummlerin mit Wurzeln in Sumatra

«Ich bin in Sumatra geboren. Mein Vater war Aargauer und arbeitete auf der Indonesischen Insel. Die Schulzeit verbrachte ich in Davos. Hier arbeitete ich bei einem Zahnarzt, dann packte mich das Reisefieber und ich ging nach Amerika und Kanada, wo ich Kinder betreute und in einer Arztpraxis tätig war. Nachdem ich zurückgekehrt war, lernte ich Laborantin und arbeitete bei Dr. Egger in Klosters und bei Dr. Menzi in Davos. Danach verbrachte ich zehn Jahre in Spanien. Im Alter von

50 Jahren habe ich geheiratet, doch es hat nicht geklappt. Es folgte die Scheidung und ich machte mich auf eine Reise durch Argentinien und Chile. Danach war ich zehn Jahre lang für die Spitex tätig. Ich kenne das Zentrum Guggerbach schon lange. Zwei Tanten und ein Onkel mütterlicherseits wohnten bereits hier. Also liess ich mich auf die Liste für meine Traumwohnung setzen - und ich habe sie gekriegt! Seit vier Jahren lebe ich nun hier, und es gefällt mir sehr gut. Es ist toll, hier zu wohnen.»



Über Bigna Widmer wurde vor kurzem auch in der Davoser Revue berichtet.

Veranstaltungen im April

Wochenprogramm

Montag:	10.00 Uhr:	Atemtherapie mit Myriam Perrelet
	15.00 Uhr:	Besuchsnachmittag Bündnerinnen
Dienstag:	16.45 Uhr:	Turnen/Gymnastik mit T. Largo/R. Steck
Mittwoch:	10.00 Uhr:	Jede 2. Woche evang. Gottesdienst
	15.30 Uhr:	Guggerbach-Hausmusik im Bistro
Donnerstag:	10.00 Uhr:	«Musik tut gut» mit Annegret Weissert
	13.45 Uhr:	Einkaufsfahrt zur Migros
	14.15 Uhr:	Gedächtnistraining, ohne Letzten im Monat
	15.00 Uhr:	«Fit im Guggerbach» mit Evi Jonas
	16.15 Uhr:	Tanzen/Bewegung mit Ladina Kindschi
Freitag:	10.00 Uhr:	Kath. Gottesdienst

Oster-Mo., 2.4., 10.30 Uhr: Apéro mit Musik: A. Kehl & A. Weissert

Mi, 4.4., 10.15 Uhr: Davoser Schüler lesen lustige Kurzgeschichten

Mi, 4.4., 14.30 Uhr: Diavortrag von Klaus Bergamin: «Graubünden und seine Landschaften»

Fr, 6.4., 10.30 Uhr: 96. Geburtstag von Erika Gabathuler, Apéro u. Musik

Fr, 6.4., 14.30 Uhr: Bewohnerstamm mit ZL und Leitungen Bereiche

Fr, 6.4., 15.30 Uhr: Fiirabed-Hock mit Ruedi Thöny

Sa, 7.4., 14.30 Uhr: Tanznachmittag mit der Huusmusig Bahnhöfli Glaris

Sa, 7.4., 17 Uhr: Andacht mit der Heilsarmee

Mi, 11.4., 14.30 Uhr: Singen mit Jürg Wasescha

Mi, 11.4., 19 Uhr: Musikschul-Konzert

Fr, 13.4., 15.30 Uhr: Fiirabed-Hock und Begrüssung neue Bewohner, Musik: Martin Vogel

Mi, 18.4., 14.30 Uhr: Tanzkurs mit Claudia Kindschi

Fr, 20.4., 15.30 Uhr: Fiirabed-Hock mit Ruedi Thöny

Mi, 25.4., 14.30 Uhr: «Musik um Drei» mit Ulrich Weissert: Von Wäldern, Wiesen, Mond und Moldau

Fr, 27.4., 14.01 Uhr: Wanderung mit Minah Heimgartner und Heinz Postelt: Um den Lartersee. Einkehr im Garten des Hotels Seehof. Treffpunkt/Abfahrt 14.01 Uhr beim Postplatz mit VBD Bus 1

Fr, 27.4., 15.30 Uhr: Fiirabed-Hock mit Anina Riedi

Mo, 30.4., 14.30 Uhr: Lottomatch

Aktivitäten des täglichen Lebens

Wochenprogramm

Mo - Fr:	8 - 11 Uhr:	«Betreuungs-/Hütendienst» Station II und Wohngruppe
Mo - Fr:	14 - 17 Uhr:	«Betreuungs-/Hütendienst» Station I und II
Dienstag:	9 Uhr:	Wäsche zusammenlegen Guggerbach-Saal
	9.30 Uhr:	Stricken Wintergarten Etage 4
	10.15 Uhr:	Gemüse rüsten Wohnsraum Etage 1
	14.30 Uhr:	Basteln oder Backen Saal oder Guggerbachstube
	3. April:	Basteln
	10. April:	Backen
	17. April:	Basteln
	24. April:	Backen
Donnerstag:	10.15 Uhr:	Gemüse rüsten Wohnsraum Etage 1
Freitag:	9 Uhr:	Wäsche zusammenlegen Guggerbach-Saal
	14.30 Uhr:	Diskussionsrunde zu Zeitungs-Aktualitäten, Foyer