

Guggerbach-Zeitung

Monatszeitung des Zentrums Davos

In dieser Ausgabe:

Bewohnerstamm	2
Wichtiges in Kürze	2
Geburtstage im Juli	2
Herzlich willkommen	3
Porträt: Albina Rauch	4
Veranstaltungen	4

Menschen brauchen das Licht



Licht beeinflusst den ganzen Organismus.

Ein 60-Jähriger braucht schätzungsweise doppelt so viel Licht wie ein 20-Jähriger. Licht beeinflusst den gesamten Organismus, die Stimmung, die Orientierung und das Raumgefühl.

Für ältere Menschen sind diese Faktoren von grosser Bedeutung, halten sie sich doch häufiger in Räumlichkeiten auf. Gutes Licht unterstützt die abneh-

mende Sehkraft, schafft Atmosphäre und sorgt für Sicherheit, zudem verbessert es die Lebensqualität, Vitalität und das Schlafverhalten. Dem Licht wird im Guggerbach grosse Bedeutung geschenkt.

Die Korridore in den unteren Geschossen A1 - A3 wurden mit neuen Leuchtmitteln aufgerüstet.

1. Jass-Turnier im Guggerbach

Am 31. Juli 2019 führen wir das 1. Guggerbach-Jass-Turnier durch. Gejast wird um 14.30 Uhr im Guggerbach-Saal. Wir jassen Schieber (einzeln gewertet). Für die Besten winken kleine Preise (ohne Startgeld).

Anmeldung für Bewohner und Gäste bis Freitag, 26. Juli, an der Rezeption.

Guggerbach-Gartenfest 2019

Sa, 20. Juli, 11 – 16 Uhr. Festwirtschaft, Musik mit Stefan & Stefan und Walter Fausch an der Drehorgel. Bewohner und Gäste sind herzlich willkommen.

1. August im Guggerbach

Brunchbuffet von 8.30 - 13 Uhr;
10.30 Uhr: Festansprache von Landrat Simi Valär, musikalische Unterhaltung.

Höhepunkte im Juli

Mi, 3.7., 15 Uhr: Konzert der Christlichen Seniorenbläser

Sa, 6.7., 14.30 Uhr: Tanzmusik mit Stefan & Stefan

Mo, 8.7., 14.30 Uhr: Lotto mit schönen Preisen

Fr, 12.7., 14.30 Uhr: Bewohnerstamm mit ZL und Leitungen Bereiche

Mi, 24.7., 14.30 Uhr: Singen mit Jürg Wasescha

Mo, 29.7., 10.30 Uhr: 95. Geburtstag von Margrit Gadmer mit Apéro

Mi, 31.7., 14.30 Uhr: Jass-Turnier, Anmeldung an der Rezeption bis Freitag, 26.7.

Liebe Bewohnerinnen, liebe Bewohner, werte Gäste und Freunde

Bewegung, aktiv sein in der frischen Davoser Luft bei Sonnenschein und angenehmer Wärme, trägt so viel zum Wohlfühlen bei. In unserem viel gelobten und gut besuchten Garten liegen die Bewegungsmöglichkeiten so nah. Das Mitmachen ist wichtig, um mit dem Bewegungs- und Wohlfühlziel erfolgreich zu sein! Regelmässig führt unsere Hanny Gut die Aktivierungs- und Spielnachmittage im Guggerbach-Garten durch.

Sonne, Wärme und vor allem das Licht macht nicht einfach «nur» hell, sondern gibt uns viel mehr. Licht beeinflusst den gesamten Organismus und Rhythmus eines Menschen.

«Sonne fördert die Gesundheit und macht vor allem schön, stylisch und selbstbewusst. Sie schenkt Ihnen Selbstvertrauen und eine sichere Ausstrahlung»

Unser Bewohnerstamm hat sich richtig gut eingebürgert. Die gegenseitige Wertschätzung, die gegenseitigen Anregungen und die aktive und sehr zahlreiche Teilnahme zeigen uns, dass wir auch bezüglich Bewohner- und Gästeorientierung nach wie vor auf dem richtigen Weg sind.

Unser traditionelles Guggerbachfest «Spass im Guggerbach» steht ganz im Zeichen der Kontakte, des Austauschens und des Kennenlernens auch einmal von einer anderen Seite.

Ich wünsche allen einen schönen Juli und freue mich, viele BewohnerInnen, Angehörige, Freunde und Gäste an den kommenden Sommerhöhepunkten Gartenfest am Samstag, 20. Juli, sowie zur Feier zum Nationalfeiertag am 1. August mit Ansprache und Brunchbuffet ab 8.30 Uhr zu begrüssen.

Wir sehen uns am Sommerfest 2019!

Urs Tobler, Zentrumsleitung

Bewohnerstamm mit vielen Infos

Alle drei Monate treffen sich die BewohnerInnen mit der Zentrumsleitung Urs Tobler, Maya Knobel (Pflegedienst), Ruth Wilhelm (Administration & Belegungszentrale) sowie Bosa Suta (Hotellerie/Hauswirtschaft) zum «Stamm» mit Kaffee und Kuchen und gegenseitigem, interessantem Austausch und Informationsaustausch mit der Guggerbach-Führung.

Am nächsten Juli-Stamm, Freitag, 12. Juli, wird unter anderem über folgende Schwerpunkte und Themen informiert:

- Organisation Betrieb inklusive Abläufe, Zuständigkeiten und Änderungen
 - Investitionen & Sanierungen 2019
 - Belegung Zentrum Guggerbach
 - Ausrichtung «Zukunft Altern Guggerbach» (Haus Boner etc.)
 - Ablauf Guggerbachfest inkl. Veranstaltungen Juli
 - Fragen und Auskünfte
- Die Geschäftsbereichs- und Abteilungsleitungen stehen bei Fragen und für Auskünfte gerne vor Ort zur Verfügung.

Wichtiges in Kürze

Rezeption/Empfang:

Öffnungszeiten «Ansprech- und Auskunftzeiten»: Montag bis Freitag 9 – 11 Uhr/14 – 17 Uhr. Telefon: intern 525, extern 081 415 25 25, Mail: info@guggerbach.ch.

Anlauf-, Koordinations- und Auskunftsstelle für sämtliche Fragen, Anliegen **ausserhalb der Frage bezüglich Pflege, Betreuung & Aktivierung:** Auskünfte, Anmeldungen Reparaturen, Termine Zentrumsleitung, Taxi-Fahr- und Portierdienste, Postverkehr.

Bistro Guggerzyt: Öffentliches Restaurant/Bistro mit Gartenterrasse. Angebot Mittagessen: Salatbuffet, Hauptgang, Dessert Fr. 17.00 Montag bis Samstag, Fr. 21.00 am Sonntag.

Öffnungszeiten mit Bedienung: Montag – Freitag 10 – 17 Uhr;

Samstag & Sonntag 11 – 17 Uhr.

Telefon intern 545/Telefon 081 415 25 45, Selbstbedienung täglich von 8 – 18 Uhr.

Guggerbachstube: Frühstücksbuffet 7.30 – 10 Uhr; Mittagessen 11.30 – 13.30 Uhr; Nachtessen 17.30 – 19 Uhr. Telefon intern 515/extern 081 415 25 15.

Fitnessraum: 365 Tage geöffnet; Betreuung/Geräte-Aufsicht: Montag 17 – 18.30 Uhr und Mittwoch 14 – 15.30 Uhr; Fitness mit Anleitung: Donnerstag 14 – 15.30 Uhr.

Pflege, Betreuung, Aktivierung: 1./2. Etage Telefon intern 560, Telefon extern 081 415 25 60. 3./4. Etage Telefon intern 570, Telefon extern 081 415 25 70.

Wohnen und Arbeiten im Guggerbach

Bewohner

Das Zentrum Guggerbach ist per 30. Juni 2019 «voll» zu 100 % belegt. In den 83 Einzelzimmern und 5 Doppelzimmern wohnen 83 Frauen und 10 Männer. Gemäss Altersstatistik leben Frauen länger als Männer und dies trifft im Zentrum Guggerbach absolut auch zu.

Die 50 1½- und 2½-Zimmer-Wohnungen «Betreutes Wohnen» mit Sicherheit (Notruf) sowie individuellen Dienst- und Serviceleistungen nach den Wünschen der Mieterinnen und Mieter sind auch alle vermietet.

Die Pflegebedürftigkeit ist zur Zeit sehr minimal, d.h. heisst 90 % der gesamten Guggerbach-Bewohnerinnen und -Bewohner sind entsprechend fit und mobil.

Die Veranstaltungen sind sehr gut besucht, die Kontakt- und Kommunikationsmöglichkeiten werden genutzt. Fitnesszentrum, Spaziergänge im Garten und Bistrosbesuche sind gern besuchte und benutzte Plätze und Angebote.



Personal

Im Guggerbach sind in den Abteilungen und Geschäftsbereichen Pflege/Betreuung/Aktivierung, Hotellerie/Hauswirtschaft und Verwaltung/Hauswartung 80 MitarbeiterInnen beschäftigt.

Die Aus- und Weiterbildung ist ein wichtiger Faktor im Guggerbach, es werden aktuell 8 Lehrlinge (6 Pflege/FaGe und 2 Hauswirtschaft & Hotellerie) sowie 4 Mitarbeiterinnen Erwachsenenbildung/FaGe ausgebildet.

Zusammenarbeit im Davoser Gesundheitswesen

Im Bereich der Personalentwicklung «Aus- und Weiterbildung, Lehrlingsausbildung» sowie im Bereich «Hygiene» wird die Zusammenarbeit mit dem Spital Davos ausgebaut.

Gratulation zum Geburtstag im Juli

Bewohner

05.07.: Gadmer Christian
12.07.: Fisch Annelore
13.07.: Florin Klara
18.07.: Tschumi Kurt
20.07.: Renner Dino
22.07.: Heimgartner Minah
23.07.: Jacobsen Anita
24.07.: Caviezel Otto
25.07.: Gut Eugen
27.07.: Zimmermann Hans
29.07.: Gadmer Margrit
29.07.: Mattili Maria

Mitarbeiter

03.07.: Libanio Manuel
09.07.: Meisser Doris
14.07.: Radojicic Rada
15.07.: Adank Melanie
18.07.: Hobi René
22.07.: Vuckovic Radisa
27.07.: Christen Roland
27.07.: Pantic Petra
27.07.: Vetsch Jakob



Öffentliche Dienstleistungen

Bistro «Guggerzyt»:

Täglich bedient von 9 bis 17 Uhr.
 Jeden 2. Mittwoch um 15.30 Uhr
 spielt die Guggerbach-Hausmusik auf.
 Jeden Freitag um 15 Uhr:
 «Fiirabed-Hock» mit Musik.
 Jeden 1. Samstag im Monat um
 14.30 Uhr: Tanzmusik.
 Mittags Auswahl zwischen 3 Tages-
 menüs. Preis Mo - Sa: Fr. 17.—,
 So: Fr. 21.-- inkl. Salat, Suppe,
 Dessert.
 Znüni, Kaffees, Kuchen, Patisserie,
 Getränke, Tageszeitungen.

Cafeteria «Guggerbachstube»:

Täglich geöffnet für Frühstück,
 Mittagessen und Nachtessen.
 Mittags Auswahl zwischen 2 Tages-
 menüs. 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 Guggerbachdienstleistun-
 gen 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 hilft
 Ihnen gerne weiter.**

Zentrum Guggerbach
Obere Strasse 20
7270 Davos Platz

Öffnungszeiten Rezeption:
 Mo - Fr 9 - 11 Uhr / 14 - 17 Uhr
 Telefon 081 415 25 25
 info@guggerbach.ch
 www.guggerbach.ch
 www.guggerbach.ch

Wir begrüßen herzlich...



... unsere neuen
 Bewohner:

Maria Fontana
 und
Gery Diethelm

Guggerbach-Traumpaar im Juli



Unser Traumpaar
 im Juli:

Lydia Koch
 und
Dino Renner

90. Geburtstag von Anna Rada



Gutgelaunt, inmitten
 ihrer Familie und
 vielen Gästen nahm
 Anna Rada die guten
 Wünsche der vielen
 Gratulanten entgegen.
 Besonders freute sie
 der Besuch von
 Landrätin Valerie
 Favre Accola.

Fiirabed-Hock mit Drehorgel



Beim wöchentlichen
 Fiirabed-Hock treten
 immer wieder diverse
 Interpreten aus
 verschiedenen Musik-
 richtungen auf.
 Grosse Freude
 herrschte beim
 Auftritt von Walter
 Fausch an der Dreh-
 orgel.

Albina Rauch (83): Treue Leserin der Guggerbach-Zeitung

«Ich bin in Latsch bei Mals im Südtirol mit acht Geschwistern aufgewachsen. Ein Bruder und eine Schwester haben bereits schon in Davos gearbeitet, also kam auch ich hierher und habe in Hotels die Zimmer gemacht und war für die Lingerie zuständig. In Davos habe ich meinen Mann kennengelernt, er war ebenfalls ein Südtiroler. 1964 haben wir geheiratet und bekamen zwei Kinder, eine Tochter und einen Sohn. Leider ist mein Mann 2002 verstorben. Seit Juni 2017 lebe ich nun in

einer Einzimmer-Wohnung im Guggerbach. Es ist wichtig, dass ich etwas zu tun habe. Deshalb gehe ich noch selber einkaufen, koche meine Mahlzeiten und mache die Wäsche. Das geht gut und ich bin sehr zufrieden. Meine Kinder und die drei Enkelkinder kommen mich häufig besuchen. Auch meine Schwester fährt aus Zürich hierher, wir gehen zusammen spazieren und geniessen die gute Bergluft. Ich lese sehr gerne und freue mich immer auf die neue Guggerbach-Zeitung.»



Albina Rauch freut sich jeden Monat auf die neue Guggerbach-Zeitung.

Veranstaltungen im Juli 2019

Mi, 3.7., 15 Uhr: Konzert der Christlichen Seniorenbläser

Fr, 5.7., 15 Uhr: Fiirabed-Hock mit Kurt Hostettler

Sa, 6.7., 14.30 Uhr: Tanzmusik mit Stefan Zitnik

Mo, 8.7., 14.30 Uhr: Lotto mit schönen Preisen

Mi, 10.7., 14.30 Uhr: Spielen im Garten

Fr, 12.7., 14.30 Uhr: Bewohnerstamm mit ZL und Leitungen Bereiche

Fr, 12.7., 15 Uhr: Fiirabed-Hock mit Johannes Kasper

Sa, 13.7., 17 Uhr: Andacht mit der Heilsarmee

Mi, 17.7., 15 Uhr: Auftritt der Mädchenfreizeit aus Deutschland

Fr, 19.7., 15 Uhr: Fiirabed-Hock mit Martin Vogel

Sa, 20.7., 11 - 16 Uhr: Gartenfest mit Festwirtschaft und musikalischer Unterhaltung

Mo, 22.7., 14.30 Uhr: «Bewegung, Stille und Freude» mit Ladina Kindschi

Mi, 24.7., 14.30 Uhr: Singen mit Jürg Wasescha

Fr, 26.7., 14 Uhr: Guggerbach-Wanderung mit Heinz Postelt und Minah Heimgartner: Im Sertig zum Wasserfall. Treffpunkt/ Abfahrt: 14.00 Uhr Bahnhof Platz mit Bus

Fr, 26.7., 15 Uhr: Fiirabed-Hock mit Johannes Kasper

Mo, 29.7., 10.30 Uhr: 95. Geburtstag von Margrit Gadmer mit Apéro, Musik: Kurt Hostettler

Mi, 31.7., 14.30 Uhr: Jass-Turnier



Wochenprogramm - Aktivitäten Juli 2019

Montag

10.00 Uhr: Atemtherapie mit M. Perrelet Saal
13.00 Uhr: Mittags-Stamm Foyer
14.30 Uhr: Bündnerinnen (1./15.7.) Saal

Dienstag

09.00 Uhr: Wäsche zusammenlegen Saal
09.30 Uhr: Stricken Saal
10.15 Uhr: Gemüse rüsten 1. Etage
13.00 Uhr: Mittags-Stamm Foyer
14.30 Uhr: Basteln (9./23.7.) Saal
14.30 Uhr: Backen (2./16.7.) Guggerbachstube
16.45 Uhr: Turnen mit Trudi Largo Saal

Mittwoch

10.00 Uhr: Evangelischer Gottesdienst Saal
 (3./17./31.7.)
13.00 Uhr: Mittags-Stamm Foyer
15.30 Uhr: Hausmusik (10./24.7.) Bistro
16.45 Uhr: Kath. Kirche/Eucharistiefeier Saal

Donnerstag

10.15 Uhr: Gemüse rüsten 1. Etage
13.00 Uhr: Mittags-Stamm Foyer
13.45 Uhr: Einkaufsfahrt zur Migros Empfang
14.15 Uhr: Gedächtnistraining, Saal
 M. Heimgartner (11./18.7.)
15.00 Uhr: Fit im Guggerbach, Evi Jonas Fitness

Freitag

09.00 Uhr: Wäsche zusammenlegen Saal
13.00 Uhr: Mittags-Stamm Foyer
14.30 Uhr: Diskussionsrunde Foyer