

Guggerbach-Zeitung

Monatszeitung des Zentrums Davos

In dieser Ausgabe:

Herbstausflug Taminatal	2
Personelle Änderungen	2
Geburtstage November	2
Herzlich willkommen	3
Porträt: A. Rodrigues	4
Veranstaltungen	4

Öffentliche Highlights im Guggerbach



Beim Lotto im Bistro Guggerzyt konnten mit etwas Glück sehr schöne Preise gewonnen werden! Und die zum dritten Mal am 20. Oktober durchgeführte Guggerbach-Metzgete war einmal mehr ein grosser Erfolg: Blutwurst, Leberwurst, Wädli, Sauerkraut, Apfelmus und alles, was dazugehört, wurde genossen. Das Dessertbuffet wie auch die musikalische Unterhaltung im Bistro Guggerzyt durfte natürlich auch nicht fehlen.

Liebe Bewohnerinnen, liebe Bewohner, werte Gäste und Freunde

Wir wünschen Ihnen nach dem Davoser Herbst einen schönen, nicht allzu strengen Winter. Für die ältere Bevölkerung ist dies die etwas schwierigere Zeit, aber jede Jahreszeit hat ihren besonderen, wunderbaren Reiz.

Im Guggerbach sind wir aktiv, unternehmen viel und lassen es uns gut gehen. Auf der folgenden Seite finden Sie einen kleinen Abriss, wie wir im Guggerbach leben und die Tage interessant und aktiv, nach unserem Wohlbefinden, gestalten. Die vielseitigen Herbstangebote wie Ausflüge, Preisjassen, Lottonachmittag bis zur sehr beliebten Guggerbach-Metzgete wurden rege genutzt und genossen. Dies freut uns sehr!

«Im Altersheim kann ich nicht mehr selbstständig sein bzw. muss oder darf ich nichts mehr selber machen» – nicht so im Guggerbach! Wir fördern die Selbstbestimmung und die Selbständigkeit. Wir unterstützen unsere Bewohnerinnen und Bewohner zur Förderung und Erhaltung der Selbständigkeit und bieten natürlich so viel Pflege, Betreuung und Unterstützung bei den täglichen Aktivitäten an, wie sinnvoll und nötig ist. Gemäss unserem Leitbild und unserer Zielsetzung helfen wir sehr gerne und wir wollen dabei unsere Bewohnerinnen und Bewohner einbeziehen und auf keinen Fall «unselbständig machen».

Fazit: *Das Wohlfühlen und die Selbständigkeit unserer BewohnerInnen sowie unserer Gästen stehen im Mittelpunkt, ebenso wie die kompetente Unterstützung «so viel wie nötig und so viel wie gebraucht». Wir möchten so lange wie möglich selbständige, selbstbestimmende Bewohnerinnen und Bewohner, die wir jederzeit sehr gerne unterstützen, pflegen und betreuen.*

Urs Tobler, Zentrumsleitung

Weihnachtsbazar

Besuchen Sie unseren Bazar am Sa, 30.11., von 10 – 16 Uhr

Im Guggerbach Saal präsentieren sich verschiedene Anbieter an 20 Präsentations- und Verkaufsständen. Lassen Sie sich überraschen vom tollen Angebot. Für die musikalische Unterhaltung sorgt die Kapelle «Örgeliplausch vom Spycherweg».

Samichlausfeier mit den Angehörigen

Alle Jahre wieder kommt der Samichlaus zu Besuch ins Zentrum Guggerbach. Die Bewohnerinnen und Bewohner laden ihre Angehörigen ein und verbringen einen gemütlichen Nachmittag mit dem Samichlaus, Musik und dem Abendessen für alle. Das Sprüchliernen ist in vollem Gange.

Bitte reservieren: Guggerbach Samichlaus-Nachmittag am Fr, 6.12., von 15 – 18.30 Uhr.



Höhepunkte im November

Sa, 2.11., 14.30 Uhr: Tanzmusik mit Stefan & Stefan

Mi, 6.11., 14.30 Uhr: Vortrag von Reto Barandun: Wie entsteht Bienenhonig?

Mi, 13.11., 14.30 Uhr: Singen mit Jürg Wasescha

Mi, 20.11., 14.30 Uhr: Jass-Turnier

Mi, 27.11., 14.30 Uhr: «Musik um Drei» mit U. Weissert: Aus Holbergs Zeit

Herbstausflug ins Taminatal

Der Guggerbach-Herbstausflug mit rund 40 BewohnerInnen ins Taminatal war ein gelungener Tag. Das Wetter meinte es gut mit den «Guggerbächlern».

Kaum in die Kutschen eingestiegen, welche die Gesellschaft ab Bad Ragaz über den Badtobel-Weg der Taminaschlucht entgegen zum Alten Bad Pfäfers führten, zeigte sich die Sonne. Die Teilnehmer freute es und die Stimmung war dementsprechend gut. Das feine Mittagessen in historischer Umgebung im Alten Bad Pfäfers hat geschmeckt.

Auf dem Rückweg kam der Regen, was aber niemanden beeindruckte, denn die Gespanne waren gedeckt. In der ersten Kutsche jedenfalls wurde gesungen und gelacht. Es war ein toller Tag mit guten Diskussionen und lustigen Einlagen - einfach ein schö-



nes Erlebnis.

Der Ausflug für die BewohnerInnen mit mehr Betreuung ging auch mit Pferd und Kutschen zum Davoser Hotel Alpenhof. Die BewohnerInnen wurden herzlichst willkommen geheissen und mit einem feinen Mittagessen verwöhnt. Die Stimmung war toll und die Abwechslung wurde sichtlich genossen. Glückliche und «müde» kehrten alle «Ausflügler» wieder ins Guggerbach zurück.

Personelle Änderungen

Die bisherige Bereichsleiterin Esther Urech wird das Arbeitspensum per 1. Dezember auf 60 % reduzieren. Sie gibt die Führungsverantwortung ab und wird als Dipl. Pflegefachfrau weiter im Guggerbach tätig sein. **Danke, Esther Urech!** Wir danken Esther für ihre gute Arbeit als Bereichsleiterin und freuen uns, sie als Dipl. Pflegefachfrau weiterhin beschäftigen zu können.

Willkommen Georg Marczinski, Bereichsleitung II, Station Etage 3 & 4! In Georg Marczinski konnten wir einen fach- und führungskompeten-

ten Dipl. Pflegefachmann und Lehrer für Krankenpflegeberufe rekrutieren. Herr Marczinski ist in Davos zuhause, er war diverse Jahre im Spital Davos auf der Intensivstation tätig und leitete das WEF-Büro.

Am Fr, 1. November, stellt er sich um 15 Uhr im Bistro Guggerzyt unseren BewohnerInnen anlässlich der «Begrüssung der neuen Bewohner» auch persönlich vor.



Geburtstage im November Herzliche Gratulation



Bewohner

05.11.: Furter Walter
06.11.: Furter Sidonia
07.11.: Cipolla Fausto
08.11.: Ardüser Verena
08.11.: Speck Nevenka
20.11.: Brändli Alois
24.11.: Jacobsen Herbert
26.11.: Heldstab Silvia

Mitarbeiter

02.11.: Stoffel Simone
11.11.: Guler Thomas
13.11.: Huwiler Gabi
13.11.: Piseddu Simona
17.11.: Meisser Brigitta
25.11.: Vrcic Snjezana

Selbständigkeit und Selbstbestimmung

Die heutigen «Altersheime» haben viele Gesichter und sind vor allem Dienstleister, die sich an den Bedürfnissen der Bewohnerinnen und Bewohner orientieren. Die Bedürfnisse und Ansprüche an ein Wohnen und Leben im Alter werden sich im Lauf der Zeit weiter ändern.

Selbstbestimmung ist für die heutige ältere Generation sehr wesentlich – und zwar auch dann, wenn man auf Unterstützung angewiesen ist. Neue Dienstleistungen und Strukturen werden oder müssen entwickelt werden, die eine Betreuung und Pflege ermöglichen, welche die Selbständigkeit und Selbstbestimmung erhalten. Die Angebotspalette ist sehr vielfältig, nebst der stationären Langzeitpflege mit Pflege rund um die Uhr gibt es Institutionen wie das Zentrum Guggerbach, das Alterswohnungen mit oder ohne Services (Wäsche, Putzen, Verpflegung usw.) anbietet.

Wer lebt im Alters- und Pflegeheim

Die rund 1'570 Schweizer Alters- und Pflegeheime unterstützen Menschen, die Pflege und Betreuung benötigen. Heute leben in der Schweiz knapp 150'000 Menschen in einer solchen Institution. Der Anteil der Bewohnerinnen beträgt gut 69 Prozent. Im Durchschnitt erfolgt der Heimeintritt im Alter von 82 Jahren, wobei sich von Kanton zu Kanton Unterschiede zeigen. Das durchschnittliche Eintrittsalter ist in den letzten Jahren gestiegen. Parallel zum immer späteren Heimeintritt etablieren sich ambulante Dienstleistungen sowie alternative Wohn-, Pflege- und Betreuungsformen für Menschen im Alter. Dies entspricht dem Bedürfnis vieler älterer Menschen, möglichst lange im eigenen Zuhause leben zu können, und zwar auch dann, wenn Unterstützung oder gar Pflegeleistungen nötig werden.

Bewohnerstamm

Der vierte und letzte Bewohnerstamm im 2019 war wie immer sehr gut besucht. Urs Tobler informierte über Aktuelles und Allgemeines wie Qualitäts- und Wasserkontrolle, Belegung, Haustiere, Neuerung Hygiene in den öffentlichen Toiletten etc. Ruth Wilhelm gab eine Übersicht über die Veranstaltungen und Highlights bis Weihnachten. Die abschliessende interessante Diskussionsrunde wurde rege genutzt.

Öffentliche Dienstleistungen

Bistro «Guggerzyt»:

Täglich offen von 8 – 18 Uhr;
bedient von 10.30 – 17.30 Uhr.
Jeden 2. Mittwoch um 15.30 Uhr
spielt die Guggerbach-Hausmusik auf.
Jeden Freitag um 15 Uhr:
«Fiiirabed-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 Guggerbachdienstleis-
tungen 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

Wir begrüßen herzlich...



...unsere neue
Bewohnerin:

Gertrud Eugster

Jass-Turnier im Guggerbach



Auch das zweite Gugger-
bach Jass-Turnier war ein
voller Erfolg. Nebst ein
bisschen Ehrgeiz stehen
das Mitmachen und der
Spass im Vordergrund.
Im Bild die Preis-
gewinnerinnen Frieda
Bollhalder 1. Rang, Ruth
Hofmann 2. Rang und
Ida Cavigelli 3. Rang.

Konzert der Musikschule



Die Guggerbach-
BewohnerInnen konnten
beim Konzert der Musik-
schule Davos aktiv
mitmachen, was allseits
grosse Freude und Spass
bereitete.

Spielen mit Farben



Christine Heldstab bietet
einmal pro Monat
«Spielen mit Farben»
für die Guggerbach-
BewohnerInnen an.
Im September wurde
nicht gemalt, sondern
voller Freude und
Konzentration geknetet.

Andreia Rodrigues (19): Im Endspurt zum Lehrabschluss

«Zurzeit absolviere ich im Zentrum Guggerbach die Lehre zur Fachfrau Hauswirtschaft. Im bin nun im 3. Lehrjahr, und es gefällt mir sehr gut. Das Team ist toll und die Bewohner sind sehr nett. Die Arbeit mit den Bewohnern macht mir viel Freude, ich kenne fast alle.

Ich bin überall im Einsatz: Bei der Reinigung, der Wäscherei und im Service. Ab und zu helfe ich auch in der Küche aus. Am liebsten arbeite ich in der Reinigung und der Küche. Einmal pro Woche besuche ich die Gewerbeschule in

Chur.

Im Alter von 13 Jahren bin ich nach Davos gezogen. Meine Eltern wohnten schon länger

«Am liebsten arbeite ich in der Reinigung und der Küche»

in der Schweiz, zuerst in Scuol, nachher in Davos. Meine Freizeit verbringe ich am liebsten zusammen mit meinem Freund.»



Kam mit 13 Jahren nach Davos: Andreia Rodrigues, Lernende Fachfrau Hauswirtschaft im Zentrum Guggerbach.

Veranstaltungen im November 2019

Fr, 1.11., 15 Uhr: Fiirabed-Hock mit Martin Vogel und Begrüssung neue Bewohner

Fr, 1.11., 20 Uhr: KGD Kleintheater — Egersdörfer und Fast zu Fürth: Fürchtet euch nicht

Sa, 2.11., 14.30 Uhr: Tanzmusik mit Stefan & Stefan

Mi, 6.11., 14.30 Uhr: Vortrag von Reto Barandun: Wie entsteht Bienenhonig?

Fr, 8.11., 15 Uhr: Fiirabed-Hock mit Patrick Junker

Mo, 11.11., 14.30 Uhr: «Spielen mit Farben» mit Christine Heldstab

Mi, 13.11., 14.30 & 19 Uhr: Singen mit Jürg Wasescha, Auftritt Linedance

Fr, 15.11., 15 Uhr: Fiirabed-Hock mit Johannes Kasper

Fr, 15.11., 20 Uhr: KGD Kleintheater — Michel Gammenthaler: Hä...?

Mi, 20.11., 14.30 Uhr: Jass-Turnier

Fr, 22.11., 15 Uhr: Fiirabed-Hock mit Johannes Kasper

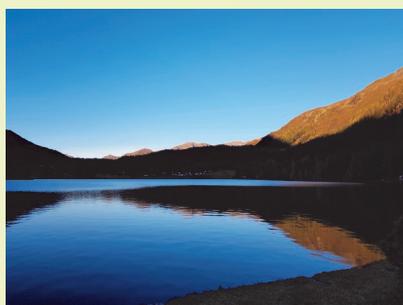
Mo, 25.11., 14.30 Uhr: «Bewegung, Stille und Freude» mit Ladina Kindschi

Mi, 27.11., 14.30 Uhr: «Musik um Drei» mit Ulrich Weissert: Aus Holbergs Zeit

Fr, 29.11., 13.45 Uhr: Treffpunkt/Abfahrt Postplatz mit Bus. Guggerbach-Wanderung mit Heinz Postelt und Minah Heimgartner. Vom Wolfgang Richtung Stafel

Fr, 29.11., 15 Uhr: Fiirabed-Hock mit Patrick Junker

Sa, 30.11., 10 - 16 Uhr: Weihnachtsbazar, musikalische Unterhaltung: Örgeliplausch vom Spycherweg



Wochenprogramm - Aktivitäten November 2019

Montag

10.00 Uhr: Atemtherapie mit M. Perrelet Saal
13.00 Uhr: Mittags-Stamm Foyer
14.30 Uhr: Bündnerinnen (4./18.11.) 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 (12./26.11.) Saal
14.30 Uhr: Backen (5./19.11.) Guggerbachstube
16.45 Uhr: Turnen mit Trudi Largo Saal

Mittwoch

10.00 Uhr: Evangelischer Gottesdienst Saal (6./20.11.)
13.00 Uhr: Mittags-Stamm Foyer
15.30 Uhr: Hausmusik (13./27.11.) Bistro
16.45 Uhr: Kath. Kirche/Eucharistiefeier Saal

Donnerstag

10.00 Uhr: «Musik tut gut», A. Weissert Saal
10.15 Uhr: Gemüse rüsten 1. Etage
13.00 Uhr: Mittags-Stamm Foyer
13.45 Uhr: Einkaufsfahrt zur Migros Empfang
14.15 Uhr: Gedächtnistraining mit Saal M. Heimgartner (7./14./21.11.)
15.00 Uhr: Fit im Guggerbach, Evi Jonas Fitness

Freitag

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