

KBA AKTIV

Kontakt- und Beratungsstelle Alter
Telefon 237 65 65

Sinnvolle Freizeitbeschäftigung für Senioren:

Gesucht 2 Chauffeurinnen
● Frühaufsteher ab 6.30 Uhr
● Chauffeur zwischendurch
Bitte melden Sie sich beim Liecht. Behindertenverband Tel. 390 05 15

Sozialberatung

AHV-BROSCHÜRE
Bin ich durchgehend versichert oder habe ich Beitragslücken?

ERBSCHAFTSFIBEL
«Erben und vererben» weist Ihnen den Weg
AUSGEBRANNT? RATLOS?
Gesprächsgruppe für Betreuende Angehörige

Begleitung

ENTLASTUNG IN DER BETREUUNG
Wir unterstützen Sie stundenweise in der Betreuung Ihrer Angehörigen

HAUSNOTRUFTELEFON
Die Taste für die schnelle Hilfe

HILFE FÜR SENIOREN IN HAUS UND GARTEN
Vermittlung von handwerklicher Hilfestellung, kleiner Reparaturen, Räumarbeiten usw.

PFLIEGEVEREINBARUNG
Für die Betreuung Ihrer Angehörigen sind klare Abmachungen sehr wichtig. Wir haben eine Mustervereinbarung abzugeben und informieren Sie gerne.

Begegnung

KONTAKTBÖRSE
Vermittlung von Angebot und Nachfrage für Hobbys, Jassen, Fremdsprachen usw.

MITTAGSTISCH - AUS NANAS KOCHTOPF
Donnerstag, 17. Februar, 12 Uhr essen Jung und Alt gemeinsam: Risotto alla Lucio mit gem. Salat. Bitte um Voranmeldung.

Bewegung

WALKING
Die Fitnesslust auch für Ältere - in Schaan.

FITGYMNASTIK
zur Stärkung der Knochensubstanz - in Balzers, Eschen, Schaan, Triesen, Triesenberg, Vaduz

INTERNATIONALE VOLKSTÄNZE
in Vaduz

MÄNNERTURNEN
in Schellenberg und Vaduz

SCHWIMMEN, WASSERGYMNASTIK
Bewegung im Wasser in Eschen, Schaan und Triesen.

FÜR SIE IM DIENST

| Familienhilfe/Hauspflege | |
|--------------------------|----------------|
| Balzers | Tel. 384 21 18 |
| Triesen | Tel. 392 19 17 |
| Triesenberg | Tel. 262 27 19 |
| Vaduz | Tel. 232 98 90 |
| Schaan/Planken | Tel. 233 24 84 |
| Liechtenst. Unterland | Tel. 373 39 45 |

| Gemeindekrankenpflege | |
|-----------------------|----------------|
| Balzers | Tel. 388 13 51 |
| Triesen/Triesenberg | Tel. 392 19 50 |
| Vaduz | Tel. 232 84 11 |
| Schaan/Planken | Tel. 232 94 68 |
| Liechtenst. Unterland | Tel. 373 22 26 |

| Haushilfedienst für Betagte | |
|-----------------------------|----------------------------|
| Balzers | Tel. 384 18 08 |
| Triesen | Tel. 392 19 17 |
| Triesenberg | Tel. 262 27 19 |
| Vaduz | Tel. 232 98 90 |
| Schaan/Planken | Tel. 233 24 84 |
| Liechtenst. Unterland | Tel. 373 45 81 / 373 41 90 |

| Mahlzeitendienst | |
|-------------------|----------------|
| Balzers | Tel. 384 21 18 |
| Triesen* | Tel. 392 42 82 |
| Triesenberg | Tel. 262 69 06 |
| Vaduz | Tel. 232 42 78 |
| Schaan | Tel. 232 23 67 |
| Planken | Tel. 373 27 78 |
| Gamprin/Bendern | Tel. 373 22 83 |
| Eschen/Nendeln | Tel. 373 20 34 |
| Mauren/Schaanwald | Tel. 373 17 79 |
| Schellenberg | Tel. 373 10 02 |
| Ruggell | Tel. 373 45 81 |

* Organisation durch die freiwilligen Helfer

BRIEFFREUNDSCHAFT

Munawar Ali aus Pakistan möchte auf dem Weg der Brieffreundschaft mehr über Liechtenstein und seine Menschen erfahren. Seine Adresse: Mr. Munawar Ali, A-17, 106 Depot Lines, Karachi 74400/12, Pakistan.

Seniorenwanderungen des Alpenvereins

Regelmässig informieren wir unsere Leserschaft über die Aktivitäten des Alpenvereins. Darüber hinaus werden die LAV-Seniorenwanderungen aber auch jeweils im Radio-L-Veranstaltungskalender um 9.15 und um 11.15 Uhr angekündigt, über Ganztagswanderungen wird am Vortag auch um 16.15 Uhr informiert.

740. Wanderung der Gipfelstürmer und Gipfelgeniesser

Am Donnerstag geht es wieder mal von Wildhaus nach Gamplüt,



das wir schon bei jedem Wetter erlebt haben. Wir treffen uns beim Bahnhof in Buchs und fahren entweder mit dem Postauto (kein Ex-

trabus) oder mit den nötigen Privatautos nach Wildhaus.

Treffpunkt: Donnerstag, 10. Februar 2000 um 12.57 Uhr beim Bahnhof in Buchs (ab Schaan 12.50 Uhr) - Wildhaus Post 13.35 Uhr.

Wanderleiterin: Josy Meier, Tel. 373 23 38.

575. Seniorenwanderung

Von der Post in Ruggell wandern wir zur Kanalmündung und zwar via Fallsgass - Bangshof - Weihebau. Retour haben wir je nach Wegverhältnissen drei Möglichkeiten: auf oder neben dem Kanaldamm oder auf dem Rheindamm. Eingekehrt wird im Rössle.

Treffpunkt: Dienstag, den 8. Februar 2000 um 13.23 Uhr bei der Post in Ruggell (ab Schaan 13.10 Uhr).

Wanderleiter: Hanni und Alex Schreiber, Tel. 373 21 62.

337. Freitagswanderung

Am Freitag spazieren wir von der Post in Vaduz zum Rheinpark-Stadion und auf dem Rheinauenwanderweg nach Schaan ins Orion.

Treffpunkt: Freitag, den 11. Februar 2000 um 14 Uhr bei der Post in Vaduz.

Auskunft: Ida Moritz, Telefon 384 24 61. (LAV/a.s.)



HAUS GUTENBERG

MITTE FINDEN
VERSÖHNUNG LEBEN

ANMELDUNGEN UND AUSKUNFTE: TEL: 388 11 33, FAX 388 11 35
E-Mail: gutenberghaus-gutenberg.li - Online: www.haus-gutenberg.li

Kraft aus der Meditation schöpfen

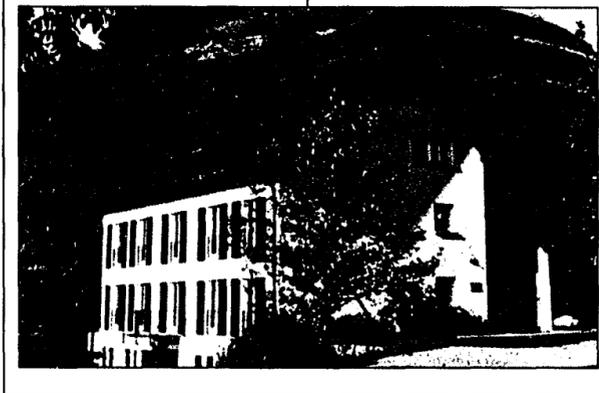
Zwei Angebote am selben Tag
Kurs A + B jeweils am Montag,
16.00 + 19.45 Uhr

7./21./28. FEBRUAR;
6./20./27. MÄRZ; 3. APRIL 2000

Was wir noch bieten:
Angenehme Schulungsräume,

gute Atmosphäre, feines Essen, Übernachtungsmöglichkeiten und vieles mehr ...

Für wen?
Gruppierungen aus Wirtschaft, aus kirchlichen und staatlichen Organisationen, Schulen und Vereine.



Gottesdienste in Liechtenstein

Katholische Gottesdienste - Sonntag, 6. Februar 2000

| BALZERS | |
|-----------------------------------|---|
| 18.30 Uhr Vorabendmesse; | 7.30 Uhr, 10 Uhr |
| BENDERN-GAMPRI | |
| 17.30 Uhr Vorabendmesse; | 9 Uhr |
| ESCHEN | |
| 19 Uhr Vorabendmesse; | 9.30 Uhr, 19 Uhr |
| MAUREN | |
| 7.30 Uhr, 9.30 Uhr, 19 Uhr | |
| NENDELN | |
| 18.30 Uhr Vorabendmesse; | 9.30 Uhr |
| PLANKEN | |
| 10.00 Uhr | |
| RUGGELL | |
| 19 Uhr Vorabendmesse; | 10.30 Uhr |
| SCHAAN | |
| Pfarrkirche 18 Uhr Vorabendmesse; | 9.30 Uhr, 19 Uhr. Kloster St. Elisabeth Schaan keine Messe! |



Katholische Kirche, Eschen

| SCHAANWALD | |
|--|---|
| 19 Uhr Vorabendmesse; | 9.15 Uhr |
| SCHELLENBERG | |
| 19 Uhr Vorabendmesse; | 9 Uhr |
| TRIESEN | |
| Pfarrkirche 19 Uhr Vorabendmesse; | 10 Uhr. Marienkapelle: 8.15 Uhr, 19 Uhr |
| TRIESENBERG | |
| Pfarrkirche 9.30 Uhr, 19.15 Uhr | |
| Steg 9 Uhr | |
| Masescha 10.30 Uhr | |
| Malbun 17.30 Uhr Vorabendmesse | |
| VADUZ | |
| Pfarrkirche: 17.30 Uhr Vorabendmesse; | 8.15 Uhr, 9.30 Uhr |
| St. Josef, Ebenholz: 10.45 Uhr | |
| GOTTESDIENST IN ITALIENISCH | |
| Justuskirche Flums 18 Uhr Vorabendmesse; | 9 Uhr Pfarrkirche Buchs, 10.30 Uhr St. Peterskirche, Schaan, 18 Uhr Kapuzinerkirche Mels. |

| GOTTESDIENST IN SPANISCH | |
|---|--|
| St. Peterskirche, Schaan, 9.15 Uhr | |
| GOTTESDIENST IN PORTUGIESISCH | |
| Muttergotteskapelle, Triesen, 10.30 Uhr. | |
| GOTTESDIENST IN KROATISCH | |
| Kath. Pfarrkirche, Buchs, 12.15 Uhr. | |
| EVANGELISCHE KIRCHE VADUZ-EBENHOLZ | |
| Sonntag, 6. Februar 2000 | |
| Gottesdienst mit Pfarrer Dr. André Ritter. | |
| EVANGELISCH-LUTH. KIRCHE VADUZ-BARTLEGROSCH | |
| Sonntag, 6. Februar 2000 | |
| 5. Sonntag nach Epiphania | |
| 9.30 Uhr Gottesdienst in der Johanneskirche Vaduz-Bartlegrosch, Predigt: Jesaja 40, 12-25 (Pfr. G. Daub). | |

IM NOTFALL

Notrufnummern

| | |
|----------------|-----|
| Polizei | 117 |
| Feuerwehr | 118 |
| Sanitätsnotruf | 144 |

24-Stunden-Notruf, gilt auch für LRK-Rettungsdienst!

Ärztlicher Dienst

ab Samstag, 8.00 Uhr
Dr. Arthur Jehle, Eschen
Telefon 373 63 63

ab Sonntag, 8.00 Uhr
Dr. Ecki Hermann, Schaan
Telefon 235 08 08

Zahnärztlicher Dienst

Samstag und Sonntag von 10.00 bis 12.00 Uhr
Dr. med. dent. Franz Hoop
Haldengasse 132, 9492 Eschen
Telefon 373 12 26

Apothekendienst

Schlossapotheke Vaduz
Telefon 233 25 30
(10.00 - 11.30 Uhr)

AIDS-Hilfe Liechtenstein

Im Malarsch 4 - Schaan
Telefon 232 05 20
Mo bis Fr 9.00 bis 12.00 Uhr
und gemäss Telefonbeantworter

Parkinson-Selbsthilfegruppe

Auskünfte ab 18.00 Uhr unter Tel. 232 92 35 (Yvonne Odoni)

Treffpunkt: Jeden 3. Donnerstag im Monat um 15.00 Uhr im Betagtenwohnheim in Vaduz

Kontakt- und Beratungsstelle ALTER

Beratung und Information
Telefon 237 65 65

Al-Anon-Gruppe

Angehörige von Alkoholkranken
Treffpunkt: Montag um 20 Uhr im Dachgeschoss Postgebäude Schaan
Kontakttelefon: 081 / 740 13 24

EA Emotions Anonymous

Selbsthilfegruppe für seelische Gesundheit. Treffpunkt jeden Freitag, 20 Uhr, Postgebäude Schaan, 3. Stock, Kontakt-Tel.-Nr. 268 39 48

Sorgentelefon für Kinder

233 31 31

Die dargebotene Hand

Telefonseelsorge Telefon 143

Frauenhaus Liechtenstein

Tag und Nacht während der ganzen Woche erreichbar - Tel. 232 45 70

Krebshilfe Liechtenstein

Im Malarsch 4, Schaan, Tel. 233 18 45
Mo - Fr 8.00 - 12.00 Uhr

Krebstelefon 0800 55 88 38

Gratis und anonym. Informations- und Beratungsdienst zum Thema Krebs (Mo-Fr von 16 bis 19 Uhr)

Bestattungsdienste

Bestattungsdienst Bemax, Schaan
Tel. 373 36 80
Bestattungsdienst P. Marxer, Bendern
Tel. 373 12 82
Kintra, Bestattungsdienst,
Tel. 392 37 33

Amt für Soziale Dienste

Tel. 236 72 82 oder 236 72 42 (erreichbar während den üblichen Bürozeiten)

Selbsthilfegruppen im FL

Kontaktstelle der SHG/FL
Postfach 1 - 9494 Schaan
Telefon 079 / 419 18 02

Diabetes-Beratungsstelle

Jonaboda/Postgebäude
9497 Triesenberg, Tel. 075 / 262 00 02
Beratungen nach telef. Vereinbarung. Die Beratungsstelle ist jeweils am Mittwoch von 15.00 bis 18.00 Uhr geöffnet.

Kontakt- und Beratungsstelle

Ökumenische Arbeitsgruppe «Neue religiöse Bewegung» (Sektenberatung) Ursula Jaquemar, 9485 Nendeln, Tel. 075 / 373 76 10

Gasversorgung

Störungsdienst Telefon 233 35 55

LGGA Antennen-Anlage

Störungsdienst Telefon 232 88 77

Nottschlachtlökal

Notfallmetzger täglich rund um die Uhr unter Tel. 373 40 40

Stromversorgung

Liechtensteinische Kraftwerke
Telefon 233 37 33

Malbun

Wetter-, Schnee- und Pistenbericht
Telefon 263 80 80

Pannendienst TCS Telefon 140

4. Februar 2000 bis 11. Februar 2000
Nachtabschleppdienst ab Freitag 16.00 Uhr und Tagesdienst Samstag und Sonntag:
Franz Jakob, Triesen
Telefon Geschäft: 392 25 44
Privat: 392 19 23
Natei: 079/625 36 06