

**KBA AKTIV**

**Kontakt- und Beratungsstelle Alter**  
Telefon 237 65 65

**Sozialberatung**

**AHV-Broschüre**

Welche AHV-Beiträge muss ich bezahlen, wenn ich früh pensioniert, aber noch nicht im AHV-Rentenbezugsalter bin?

**ERBSCHAFTSFBEL**

«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, kleinen 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, 6. Juli, 12 Uhr essen Jung und Alt gemeinsam: Lucio's Fitnesscenter. Bitte um Voranmeldung.

**Bewegung**

**WALKING**

Die Fitnesslust auch für Ältere in Schaan.

**FIGYMNASTIK**

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

**INTERNATIONALE VOLKSTÄNZE**

in Vaduz und Nendeln

**MÄNNERTURNEN**

in Schellenberg und Vaduz

**SCHWIMMEN, WASSERGYMNASTIK**

Bewegung im Wasser in Eschen, Schaan und Triesen.

**Die leicht. Familienhilfen 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 98 90
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 G. 373 13 79
	Tel P. 373 10 44
Schellenberg	Tel. 373 10 02
Ruggell	Tel. 373 45 81

\* Organisation durch die freiwilligen Helfer

**Ortspilz kontrollure(innen) im Dienst**

**Bekanntmachung: Pilzkontrolle** jeweils 18.00 - 19.00 Uhr nach tel. **Voranmeldung ab 17.00 Uhr bis 18.00 Uhr**

**Unterland:** samstags, dienstags und donnerstags Frau Blank Brigitte, Tel. 373 48 42 oder Frau Gahr Sabine, Tel. 373 14 86

**Oberland:** samstags, dienstags und donnerstags Herr Bachmann Erich, Natel 079/280 99 51 Herr Scherzer Edi, Natel 079/204 93 14

**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.

**761. Wanderung der Gipfelstürmer und Gipfelgeniesser**

Wie jedes Jahr während der Wanderwoche sind die «Zuhausegebliebenen» mit David Mündle unterwegs in den Malbuner Alpen. So



auch am nächsten Donnerstag. Treffpunkt ist um 10.48 Uhr in Malbun (ab Vaduz 10.20 Uhr). Besucht werden die Alpe Pradamee, Turna und Sareis und Mittagsrast wird wiederum im Bergrestaurant Sareisjoch bei der Waltraud gemacht. Bei dieser Gelegenheit wünschen wir unseren eifrigen Achtzigern Martha

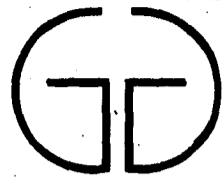
Büchel und Paul Kerber, die diese Woche ihren 83. bzw. 81. Geburtstag feierten, weiterhin gute Gesundheit und viele schöne Gipfelstürmerwanderungen. Treffpunkt: Donnerstag, 6. Juli 2000 um 10.48 Uhr in Malbun. Wanderleiter: David Mündle, Tel. 373 12 63.

**596. Seniorenwanderung**

Diese Wanderung geht von der Post in Vaduz zum Schloss. Auf dem Quadretschaweg in die Letzi zu den Forst-Blockhütten, auf dem Fürstentweg zur Mühleholz- und zur Quaderrüfe. Hinunter auf dem Damm zur Landstrasse - Schaanerstrasse und dort ins bewährte Restaurant Forum. Treffpunkt: Dienstag, 4. Juli 2000 um 13.20 Uhr bei der Post in Vaduz (ab Schaan 13.09 Uhr). Wanderleiter: Rudolf Amann, Tel. 232 25 88.

**358. Freitagwanderung**

Am Freitag führt Gebhard Büchel die dritte LAV-Seniorenwandergruppe vom Zentrum in Triesenberg auf dem Grüschaweg ins Zentrum von Vaduz. Eingekehrt wird im Café Amann. Treffpunkt: Freitag, 7. Juli 2000 um 13.20 Uhr bei der Post in Vaduz zur Weiterfahrt nach Triesenberg. Wanderleiter: Gebhard Büchel, Tel. 232 19 80. (LAV/AS)



**HAUS GUTENBERG**

**MITTE FINDEN  
VERSÖHNUNG LEBEN**

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

**Freitag, 7. Juli, 18.00 Uhr, bis Sonntag, 9. Juli, 16.00 Uhr**  
**Freiheit und Fülle als Lebensauftrag**

Ein Bibliodrama-Wochenende zu Exodus 3,1-17 mit Trudy Hofmann, Religionspädagogin, Supervisorin und Bibliodramaleiterin

**Montag, 7. August, 12 Uhr, bis Freitag, 11. August, 15 Uhr**

«Du selbst bist ein Gleichnis»  
Symbol drama mit Gleichnissen aus der Literatur und der Bibel mit Ursula Bold und P. Ludwig Zink

**Freitag, 11. August, 18 Uhr, bis Freitag, 18. August, 14 Uhr**

«Ora et labora» auf Gutenberg  
Kloster für eine Woche mit A. Keller, M. Tobler und P. L. Zink

**14./21./28. August;  
4./11./18./28. September**  
**JEWELNS MONTAGS, 18 Uhr und 19.45 Uhr**  
**Kraft aus der Meditation schöpfen**

Zwei Angebote am gleichen Tag mit Patrick Afchain, Erwachsenenbildner

**Freitag, 18. August, 18 Uhr, bis Freitag, 25. August, 14 Uhr**

**Heilfasten auf dem Gutenberg** mit Armella Häne-Züger, Lehrerin für Feldenkrais BFS und Berufsschullehrerin für Gesundheits- und Krankenpflege

**Samstag, 26. August, 18 Uhr, bis Sonntag, 27. August, 15.45 Uhr**

«Humor ist, wenn man trotzdem lacht»

Ein Workshop der Humorwerkstatt mit Iren Bischofberger, Pflegewissenschaftlerin und Dozentin

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, 2. Juli**

- BALZERS**  
18.30 Uhr Vorabend; 7.30, 9.30 Uhr
- BENDERN-GAMPRIN**  
18.00 Uhr Vorabend; 9.00 Uhr
- ESCHEN**  
19.00 Uhr Vorabend; 9.30, 19.00 Uhr
- MAUREN**  
7.30, 9.30, 19.00 Uhr (Jugendgottesdienst)
- NENDELN**  
18.30 Uhr Vorabend; 9.30 Uhr
- PLANKEN**  
11.15 Uhr
- RUGGELL**  
19.30 Uhr Vorabend; 10.30 Uhr
- SCHAAN**  
Pfarrkirche: 18 Uhr Vorabend; 9.30, 19.00 Uhr  
Kloster St. Elisabeth: 11.00 Uhr



Kirche Eschen

- SCHAANWALD**  
19.00 Uhr Vorabend; 9.15 Uhr
- SCELLENBERG**  
19.00 Uhr Vorabend; 9.00 Uhr
- TRIESEN**  
Pfarrkirche: 19.00 Uhr Vorabend; 10.00 Uhr  
Marienkapelle: 8.15, 19.00 Uhr
- TRIESENBERG**  
Pfarrkirche: 9.30, 19.15 Uhr;  
Steg: 9.00 Uhr  
Masescha: 10.30 Uhr  
Malbun: 10.30 Uhr
- VADUZ**  
Pfarrkirche: 18.30 Uhr Vorabend; 8.15, 9.30, Familiengärten am Binnenkanal: 11.00 Uhr  
Pradamee: 11.30 Uhr;
- GOTTESDIENST IN ITALIENISCH**  
10.30 Uhr in der St. Peterskirche in Schaan

- GOTTESDIENST IN SPANISCH**  
9.15 Uhr in der St. Peterskirche in Schaan.
- GOTTESDIENST IN PORTUGIESISCH**  
10.30 Uhr in der Muttergotteskapelle in Triesen
- GOTTESDIENST IN KROATISCH**  
12.15 Uhr in der kath. Pfarrkirche in Buchs
- EVANGELISCHE KIRCHE VADUZ-ESENHOLZ**  
Sonntag, 2. Juli 2000, Gottesdienst mit Pfarrehepaar Ritter, anschliessend Grillfest im Ebenholz
- EVANGELISCH-LUTH. KIRCHE VADUZ-BARTLEGROSCH**  
2. Juli 2000 - 2. Sonntag nach Trinitatis 9.30 Uhr Gottesdienst mit Feier des Hl. Abendmahls in der Johannes-Kirche in Vaduz, Schaaner Str. 22. Predigt: 1. Korinther 14, 1-3 20-25 (Pfarrrer Hans A. Uhlhorn)

**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. Juan Caballero, Schaan  
Telefon 232 77 22

ab Sonntag, 8.00 Uhr  
Dres. U. & A. Deckert, Balzers  
Telefon 384 27 20

**Zahnärztlicher Dienst**

Samstag und Sonntag von 10.00 bis 12.00 Uhr  
med. dent. Niels Hørnø  
Weihering 204, 9493 Mauren  
Telefon 371 11 21

**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. 233 49 50  
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

**Störungsdienst Kabelfernsehen**

Störungsdienst Telefon 232 88 77

**Notschlachtlökal**

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

**Stromversorgung**

Liechtensteinische Kraftwerke  
Telefon 233 37 33

**Pannendienst TCS Telefon 140**

30. Juni bis 7. Juli 2000

Nachabschleppdienst ab Freitag 16.00 Uhr und Tagesdienst Samstag und Sonntag:

Marxer Heinrich, Nendeln  
Telefon Geschäft: 373 12 88  
Privat: 373 34 18  
Natel: 079/418 23 77