

KBA AKTIV

KONTAKT- UND BERATUNGSSTELLE ALTER
TEL. 237 65 65 – die Nummer für Ihre Wünsche und Anliegen

INTERNET UND EXCEL-KURSE
In Kleingruppen bis max. 5 Teilnehmenden
Auskunft und Anmeldung KBA, Vaduz, Tel. 237 65 65

PC-SPASS FÜR EINSTEIGER
In Kleingruppen bis max. 5 Teilnehmenden.
Auskunft und Anmeldung KBA, Vaduz, Tel. 237 65 65

COMPUTERIA
Unsere Computeria steht Ihnen zur Verfügung zum Üben am PC. Surfen im Internet, Hilfestellung bei Fragen ...
Auskunft und Anmeldung KBA, Vaduz, Tel. 237 65 65

Sozialberatung
ADMINISTRATIVE HILFE
Wächst Ihnen Ihre Korrespondenz über den Kopf? Oder brauchen Sie Hilfe bei Anträgen für Hilflosenentschädigung, Hilfsmittel oder Pflegegeld? Dann rufen Sie an!

BETREUENDE ANGEHÖRIGE
Betreuen Sie Ihre Angehörigen und suchen Sie Rat und Unterstützung? Wir informieren und beraten Sie gerne.

KRISEN- UND KONFLIKTSITUATION
Schwierige Lebenssituationen wie Krankheit, Betreuungsbedürftigkeit, Unstimmigkeiten und Todesfälle in der Familie usw. machen Ihnen zu schaffen. Bei uns finden Sie ein offenes Ohr und Hilfe für neue Perspektiven.

Begegnung
MITTAGSTISCH – AUS NANA'S KOCHTOPF
Donnerstag, 11. April 2002, 12.00 Uhr essen Jung und Alt gemeinsam: Paul's Geschnetztes, Reis und Salat. Bitte um Voranmeldung bis 10. April 2002.

Begleitung
HAUSNOTRUFTELEFON
Die Taste für die schnelle Hilfe
HILFE FÜR SENIOREN IN HAUS UND GARTEN
Vermittlung von handwerklicher Hilfestellung, Gartenarbeiten, kleinen Reparaturen etc.

Bewegung
VELOFAHREN:
– Kurs für Wiedereinsteiger/-innen und gemütliche Fahrer/-innen ab 16. April bis 14. Mai 2002 jeweils am Dienstag nachmittag, 14.00 – 16.00 Uhr.
Anmeldungen bis 10. April 2002 bei der KBA, Tel. 237 65 65
– Dreitagestour Samedan – Landeck vom 1. bis 3. Juli 2002. Informationstreffen am Mittwoch, 17. April um 14.00 Uhr in der KBA. Voranmeldung und Auskunft KBA, Tel. 237 65 65

BEWEGUNG MIT MUSIK
neu jeden Mittwoch in Nendeln

WALKING – DIE NEUE FITNESSLUST
in Schaan und Triesen

FITGYMNASTIK – ZUR STÄRKUNG DER KNOCHENSUBSTANZ
in Balzers, Triesen, Triesenberg, Vaduz, Schaan und Eschen

INTERNATIONALE FOLKLORETÄNZE – TANZEND ZU MEHR LEBENSFREUDE
in Vaduz

MÄNNERTURNEN – AKTIV UND FIT BLEIBEN
in Vaduz und Schellenberg

SCHWIMMEN, WASSERGYMNASTIK – BEWEGUNG IM WASSER
in Eschen, Schaan, Triesen und Balzers

SENIORENTURNEN – ZUR FÖRDERUNG VON GESUNDHEIT UND WOHLBEFINDEN
in Eschen, Nendeln, Schellenberg und Mauren

ALTERSTURNEN – BEWEGLICH BIS INS HOHE ALTER
jeden Freitag im Treffpunkt Ebenholz, Vaduz
Alle Bewegungskurse starten wieder nach den Osterferien (ab 15. April 2002).

Auskunft und Anmeldung: KBA Vaduz, Tel. 237 65 65

Die liechtensteinischen 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 42 41
Planken	Tel. 373 27 78
Gamprin/Bendern	Tel. 373 22 83
Eschen/Nendeln	Tel. 373 20 34
Mauren/Schaanwald	Tel. 373 13 79
Schellenberg	Tel. 373 10 02
Ruggell	Tel. 373 45 81

* Organisation durch die freiwilligen Helfer

Seniorenwanderungen des Alpenvereins

853. Wanderung der Gipfelstürmer – 686. Seniorenwanderung – 450. Freitagwanderung

Dank unzähliger Stunden Freiwilligen-Arbeit kann der Alpenverein jede Woche drei Seniorenwanderungen für jedermann kostenlos anbieten. Ein Hinweis auf unsere Seniorenwanderungen erfolgt im Veranstaltungskalender von Radio Ri um 8.40 und 11.40 Uhr, bei Ganztageswanderungen am Vorabend um 16.40 Uhr.



853. Wanderung der Gipfelstürmer und Gipfelgeniesser

Die zweite Etappe auf unserer Frühlingswanderung durch Liechtenstein führt von Triesen nach Schaan. Start ist bei der Post in Triesen. Am Gemeindezentrum und Swarovski vorbei zur Sportanlage Blumenau. Auf dem Rheindamm, dem Binnendamm oder direkt unten am Rhein entlang auf dem Rad- und Wanderweg nach Vaduz – Schaan. Aus der Distanz gesehen ist Vaduz eine Baustelle mit mindestens einem Dutzend Kränen. Auf der Wiesengasse gelangen wir ins Zentrum von

Schaan und kehren im Linden-Pie ein.
Treffpunkt: Donnerstag, 11. April 2002, um 13.31 Uhr bei der Post in Triesen (ab Schaan 13.09 Uhr); Auskunft: Agnes Schuler, Tel. 384 15 41.

686. Seniorenwanderung
Am Dienstag wandern wir von der Haltestelle Letzestrasse in Tisis leicht aufwärts bis zur

Weiherrstrasse und zum Tibererzentrum. Von dort gehts über den Stadtschrofen und durch den Wald hinunter zur Illbrücke. Einkehr ist in der Braustube.
Treffpunkt: Dienstag, 9.4.02 um 13.35 Uhr bei der Postautohaltestelle Letzestrasse in Feldkirch-Tisis (ab Schaan 13.10 Uhr). Wanderleiterin: Hanni Schreiber, Tel. 373 21 62.

450. Freitagwanderung
Von der Post in Schellenberg wandern wir über den Gantenstein auf die Egg. Pass oder ID-Karte und EURO mitnehmen.
Treffpunkt: Freitag, 12. April um 13.17 Uhr bei der Post in Bendern (ab Schaan 13.10 Uhr) zur Weiterfahrt nach Schellenberg. Auskunft: Ida Moritz, Tel. 384 24 61. LAV/AS

IM NOTFALL

Notrufnummern	
Polizei	117
Feuerwehr	118
Sanitätsnotruf	144
Europäischer Notruf	112
24-Stunden-Notruf, gilt auch für LRK-Rettungsdienst!	
Ärztlicher Dienst	
ab Samstag, 8.00 Uhr	Dr. Hermann Bürzle, Balzers, Telefon 384 15 16
ab Sonntag, 8.00 Uhr	Dr. Roland Flatz, Ruggell, Telefon 373 33 35
Zahnärztlicher Dienst	
Samstag und Sonntag von 10.00 bis 12.00 Uhr	Dr. med. dent. Gebhard Meier, Eichenstrasse 710, Eschen, Telefon 373 73 90
Apothekendienst	
Schlossapotheke Vaduz	Tel. 233 25 30, (10 – 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

Kontakt- und Beratungsstelle Alter	
Beratung und Information	Telefon 237 65 65
Al-Anon-Gruppe	
Selbsthilfegruppe für Angehörige von Alkoholkranken	Treffpunkt: jeden Montag um 20 Uhr im Dachgeschoss Postgebäude Schaan
Kontakttelefon:	0041 81 / 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	
147	
Die dargebotene Hand	
Telefonseelsorge Telefon 143	Frauenhaus Liechtenstein
Tag und Nacht während der ganzen Woche erreichbar – Tel. 380 02 03	
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, Triesen, Tel. 392 37 33	Filiale Eschen, Tel. 373 82 40
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
Wasserversorgung Liechtensteiner Unterland (WLU)	
Notruf-Telefon	373 25 25
Störungsdienst Kabelfernsehen	
Störungsdienst	Telefon 232 88 77
Notschlachtlokal	
Notfallmetzger täglich rund um die Uhr unter	Tel. 373 40 40
Stromversorgung	
Liechtensteinische Kraftwerke	Telefon 233 37 33
Pannendienst TCS	Telefon 140
5. bis 12. April 2002	
Nachabschleppdienst ab Freitag 16.00 Uhr und Tagesdienst	Samstag und Sonntag:
Marxer Heinrich, Nendeln	Tel. Geschäft: 373 12 88
	Tel. Privat: 373 34 18
	Telefon Natel: 079/418 23 77

Gottesdienste in Liechtenstein

Katholische Gottesdienste	
Sonntag, 7. April	
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	19.00 Uhr Vorabend; 10.00, 19.00 Uhr
Nendeln	18.30 Uhr Vorabend; 9.30 Uhr
Planken	19.00 Uhr Vorabend
Ruggell	19.30 Uhr Vorabend; 10.00 Uhr
Schaan	Pfarrkirche: 18.00 Uhr Vorabend; 9.30, 19.00 Uhr
Kloster St. Elisabeth:	11.00 Uhr

Schaanwald	8.30 Uhr
Schellenberg	19.00 Uhr Vorabend; 9.00 Uhr
Triesen	19.00 Uhr Vorabend; 10.00, 19.00 Uhr
Triesenberg	9.30, 19.15 Uhr; Malbun: 17.30 Uhr Vorabend
Steg:	9.00 Uhr; Masescha: 10.30 Uhr
Vaduz	Pfarrkirche: 18.30 Uhr Vorabend; 8.15, 9.30 Uhr
St. Josef, Ebenholz:	10.45 Uhr
Gottesdienst in Italienisch	10.30 Uhr in der St. Peterskirche in Schaan
Gottesdienst in Spanisch	9.00 Uhr in der St. Peterskirche in Schaan
Gottesdienst in Portugiesisch	10.30 Uhr in Sevelen

Gottesdienst in Kroatisch	12.15 Uhr in der kath. Pfarrkirche in Buchs
Gottesdienst in Englisch	Sonntag, 7. April 2002, 17.00 Uhr im Kirchgemeinde-saal in Grabs
Evangelisch-Luth. Kirche	Sonntag, 7. April 2002
Weisser Sonntag	9.30 Uhr Gottesdienst in der Johanneskirche Vaduz, Schaaner Str. 22. Pfarrer Gottfried Daub.
Freie Evangelische Gemeinde	Sonntag, 7. April 2002, 18.00 Uhr Gottesdienst, Bahnhofstrasse 16, Möbelhaus Thöny (UG), Schaan. Predigt: Jürg Buchegger, gleichzeitig Programm für Kinder.
Bibel-Baptisten-Gemeinde	jeden Sonntag evangelischer Gottesdienst um 10.15 Uhr.

Ort: Fam. Riedmann
Specki 31b, 2. Stock
Schaan

Marienkapelle in Triesen