

KBA AKTIV

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

PC- UND INTERNET-KURSE

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

Wir vermitteln Ihnen Hilfe, die Ihren Bedürfnissen angepasst ist.

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 älteren 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, 6. Juni 2002, 12.00 Uhr essen Jung und Alt gemeinsam: Lucio's Risotto und Salat. Bitte um Voranmeldung bis 5. Juni 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:

Einfache Halbtagestour am Dienstag, 21. Mai 2002 nach Vilters/Bad Ragaz: Anforderungsstufe 1, ca. 30 km. Helm, Getränk und Zwischenverpflegung nicht vergessen. Treffpunkt: Triesen, Parkplatz Säge (nahe Rest. Mittagsspitze) um 8.30 Uhr. Anmeldung und Information bei KBA, Tel. 237 65 65

BEWEGUNG MIT MUSIK

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 FOLKLORE-TÄNZE – 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

SENIORTURNEN –

ZUR FÖRDERUNG VON GESUNDHEIT UND WOHLBEFINDEN

in Eschen, Nendeln, Schellenberg und Mauren

ALTERSTURNEN – BEWEGLICH BIS INS HOHE ALTER

jeden Freitag im Treffpunkt Ebenholz, Vaduz

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

Liecht. 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

Ortspilzkontrolleure(innen) im Dienst

Pilzkontrolle jeweils 18 - 19 Uhr nach tel. Voranmeldung
 Unterland: samstags, dienstags und donnerstags
 Frau Blank Brigitte, Natel 078/660 52 19 oder
 Frau Gahr Sabine, Natel +423/768 14 86
 Oberland: samstags, dienstags und donnerstags
 Herr Bachmann Erich, Natel 079/280 99 51

Seniorenwanderungen des Alpenvereins

859. Wanderung der Gipfelstürmer – 692. Seniorenwanderung – 456. 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.



859. Wanderung der Gipfelstürmer und Gipfelgeniesser

Am Donnerstag nach Pfingsten bewundern wir im Bangser- und im Ruggeller Riet die blauen Ilgen (Schwertlilien). Wie letztes Jahr in der gleichen Woche starten wir bei der Haltestelle Landesgericht in Feldkirch und wandern an der Ill entlang nach Nofels-Gisingen. Nach der Unterführung geht es am linken Illufer weiter auf einem Grasweg bis zum Alt-Unterriedweg und auf diesem

durch den Wald ins Naturschutzgebiet Bangs. Dann durchs Ruggeller Riet nach Ruggell ins Rössli. Hier wird uns nach dem Zviere Hans Frommelt im Rössli-Saal eine kurze Einführung ins Kartenlesen (Wander- und Strassenkarten) geben
 Treffpunkt: Donnerstag, 23. Mai 02, um 12.43 in Feldkirch-Landesgericht (ab Schaan 12.15)
 Wanderleiter: Edgar Elkuch, Tel. 373 11 66

692. Seniorenwanderung

Von der Haltestelle beim Hotel Steg wandern wir am Steger Kirchlein vorbei zum Gängelesee und dann hinauf zur Einkerh im Bergrestaurant auf der Sücka. Den Rückweg nehmen wir wahlweise hinunter in den Steg oder übers alte Tunnel nach Rizlina.
 Treffpunkt: Dienstag, 21. Mai um 13.44 beim Hotel Steg (ab Vaduz 13.20)
 Wanderleiter: Alex Kieber, Tel. 373 21 62

456. Freitagwanderung

Von der Haltestelle Eschnerrütti in Schellenberg geht es über die Aspenstrasse bis zur Abzweigung Bühlkappele und an diesem vorbei auf dem Waldpfad hinauf nach Schellenberg.
 Treffpunkt: Freitag, 24. Mai um 13.17 bei der Post in Bendern (ab Schaan 13.10)
 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. Manfred Oehry, Triesenberg	Telefon 262 99 55
ab Sonntag, 8.00 Uhr	
Dr. Peter Hoffmann, Triesen	Telefon 390 00 40
ab Pfingstmontag, 8.00 Uhr	
Dr. Branco Grizelj, Schaan	Telefon 232 46 77
Zahnärztlicher Dienst	
Samstag und Sonntag	
von 10.00 bis 12.00 Uhr	
Dr. med. dent. Walter Hartmann	Heiligkreuz 22, Vaduz
Telefon 232 14 83	
Pfingstmontag	
von 10.00 bis 12.00 Uhr	
Med. dent. Jan Wiklert	Fallsgass 247, Mauren
Telefon 370 13 75	
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 Post-	
gebäude 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. Informa-	
tions- 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. Verein-	
barung. 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 Liechten-	
steiner Unterland (WLU)	
Notruf-Telefon 373 25 25	
Störungsdienst	
Kabelfernsehen	
Störungsdienst	
Telefon 232 88 77	
Notschlachlokal	
Notfallmetzger täglich	
rund um die Uhr unter	
Tel. 373 40 40	
Stromversorgung	
Liechtensteinische Kraftwerke	
Telefon 233 37 33	
Pannendienst TCS	
Telefon 140	
17. bis 24. Mai 2002	
Nachtabschleppdienst ab Frei-	
tag 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		Gottesdienst in Kroatisch		Triesen	
Pfingstsonntag, 19. Mai		12.15 Uhr in der kath. Pfarr-		Pfarrkirche: 10.00 Uhr Firmung	
Balzers		kirche in Buchs		Marienkapelle: 8.15, 19.00 Uhr	
18.00 Uhr Vorabend; 7.30				Triesenberg	
10.00 Uhr				9.30, 19.15 Uhr;	
Bendern-Gamprin				Vaduz	
18.00 Uhr Vorabend; 9.00 Uhr				Pfarrkirche: 8.15, 9.30 Uhr	
Eschen				St. Josef, Ebenholz: 10.45 Uhr	
19.00 Uhr Vorabend; 9.30,				Gottesdienst in Englisch	
19.00 Uhr				Sonntag, 19. Mai 2002,	
Mauren				17.00 Uhr im Kirchgemeinde-	
19.00 Uhr Vorabend; 10.00,				saal in Grabs	
19.00 Uhr				Evangelisch-Luth. Kirche	
Nendeln				Sonntag, 19. Mai 2002	
18.30 Uhr Vorabend; 9.30 Uhr				Pfingstsonntag	
Planken				9.30 Uhr Gottesdienst mit Feier	
10.30 Uhr				des Hl. Abendmahls in der	
Ruggell				Johannes-Kirche Vaduz, Schaa-	
19.30 Uhr Vorabend; 10.30 Uhr				ner Str. 22. Pfr. Gottfried Daub.	
Schaan				Bibel-Baptisten-Gemeinde	
Pfarrkirche: 9.30, 19.00 Uhr				Jeden Sonntag evangelischer	
Kloster St. Elisabeth: 11.00 Uhr				Gottesdienst um 10.15 Uhr.	
				Ort: Fam. Riedmann	