

KBA AKTIV

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

«Erben und Vererben»

Broschüre Neuaufgabe per 1. 3. 2002

COMPUTER-SPASS FÜR EINSTEIGER UND FORTGESCHRITTENE

Laufend Kurse in Kleingruppen bis max. fünf 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.

Begleitung

HAUSNOTRUFTELEFON

Die Taste für die schnelle Hilfe

HILFE FÜR SENIOREN IN HAUS UND GARTEN

Vermittlung von handwerklicher Hilfestellung, Gartenarbeiten, kleinen Reparaturen etc.

Begegnung

MITTAGSTISCH – AUS NANA'S KOCHTOPF

Donnerstag, 24. Oktober 2002, 12.00 Uhr essen Jung und Alt gemeinsam: Gerti's Käsknöpfe, Salat und Apfelmus. Bitte um Voranmeldung bis 23. Oktober 2002.

Bewegung

VELOFAHREN:

Geleitete Tagestour am Dienstag, 8. Oktober, von Ziegelbrücke durch die Linthebene nach Rapperswil und zurück mit Stadtbefichtigung. Anreise nach Ziegelbrücke mit Privatautos oder der SBB (Sargans ab 8.40 Uhr), Distanz ca. 68 km, keine Steigungen, mittlere Anforderungsstufe. Verpflegung, Regenbekleidung, Helm und Halbtaxabo nicht vergessen. Anmeldung und Auskunft: 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 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.

SENIORNTURNEN –

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

Ortsplatzkontrolleure(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

879. Wanderung der Gipfelstürmer - 712. Seniorenwanderung - 476. Freitagswanderung

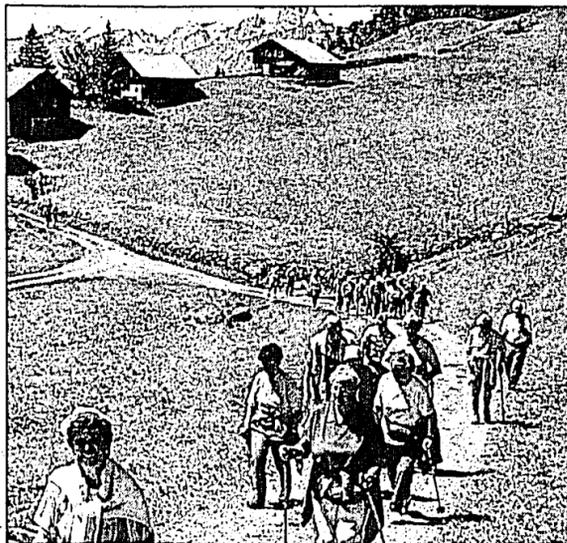
Dank unzähliger Stunden Freiwilligen-Arbeit kann der Alpenverein jede Woche drei Seniorenwanderungen für jedermann kostenlos anbieten. Ein Hinweis auf unsere Seniorenwanderungen erfolgt im Veranstaltungskalender von Radio Ri um 8.40 und 11.40 Uhr, bei Ganztageswanderungen am Vorabend um 16.40 Uhr.

879. Wanderung der Gipfelstürmer und Gipfelgeniesser

Die Gipfelstürmer und Gipfelgeniesser wandern auf dem Appenzeller Witzwanderweg von Walzenhausen nach Heiden.

Die Appenzeller haben sich in einer wunderschönen wanderbaren Landschaft etwas Besonderes einfallen lassen: sie haben entlang des Wanderweges 70 gelbe Tafeln aufgestellt mit Witzen, die nicht unter die Gürtellinie gehen, sondern zum Schmunzeln anregen.

Wir beginnen beim Bahnhof in Walzenhausen, dem Kurort über Rheineck und folgen der markierten Strecke (blaue Weg-



weiser) Richtung Wolfhalden-Heiden auf dem Balkon über dem Bodensee. In Wolfhalden machen wir Mittagsrast und geniessen eine Appenzeller Spezialität, z.B. Chäs-Hörli mit Siedwurst und Apfelmus oder leeren den Rucksack. Der Weg verläuft mehr oder weniger eben in einer Höhe von 800 Metern mit kurzen Auf- und Abstiegen, teils im Wald. Wenn man alle Witze liest, so

benötigt man für die ganze Strecke ca. 3 Stunden.

In Heiden haben wir noch eine knappe Stunde Zeit, um das schöne klassizistisch-biedermeierliche Dorfzentrum zu betrachten, auf dem Kirchturm die Aussicht zu geniessen, das Henry-Dunant-Museum (Gründer des Roten Kreuzes) zu besichtigen oder einen Kaffee zu trinken. Um 17 Uhr fährt der Extrabus wieder zurück nach

Bendern-Mauren.

● Treffpunkt: Donnerstag, 10. Oktober um 10.17 Uhr bei der Post in Bendern (ab Mauren Post um 10.10 Uhr), Fahrpreis Extrabus retour Fr. 15.-. Diese Wanderung wird bei jedem Wetter durchgeführt.

● Wanderleiterin: Agnes Schuler, Tel. 384 15 41

712. Seniorenwanderung

Nächsten Dienstag wandern wir von der Post in Vaduz durchs Beckagässle und am Sonnenhof vorbei zur Holzhütte. Auf dem Fürstenweg gehts zur Quaderrufe und dann hinunter ins Orion zum Zyiere.

● Treffpunkt: Dienstag, 8. Oktober, um 13.40 Uhr bei der Post in Vaduz

● Wanderleiter: Alex Schreiber, Tel. 373 21 62

476. Freitagswanderung

Am Freitag wandern wir vom Mühleholz ins Gapetsch und auf der Wiesengasse und Eger- ta ins Café Olympia in Schaan.

● Treffpunkt: Freitag, 11. Oktober um 13.25 bei der Postautohaltestelle Mühleholz in Schaan

● 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. Jolanta Budissek, Vaduz
Telefon 233 39 29

ab Sonntag, 8.00 Uhr
Dr. Pepo Frick, Mauren
Telefon 273 40 30

Zahnärztlicher Dienst

Samstag und Sonntag
von 10.00 bis 12.00 Uhr

Dr. med. dent. Markus Lingg, Essanestr. 592, Eschen
Telefon 373 13 16

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

Die dargebotene Hand

Telefonseelsorge Telefon 143
Frauenhaus Liechtenstein
Tag und Nacht während der ganzen Woche erreichbar -
Tel. 380 02 03

Verein Hospizbewegung Liechtenstein

Telefon 777 20 01 tagsüber,
auch Samstag und Sonntag

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. 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

Sorgentelefon für Kinder

147

Gasversorgung

Störungsdienst
Telefon 233 35 55

Wasserversorgung Liechtensteiner Unterland (WLU)

Notruf-Telefon 373 25 25

Störungsdienst

Kabelfernsehen

Störungsdienst
Telefon 232 88 77

Nottschlachtfokal

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

Stromversorgung

Liechtensteinische Kraftwerke
Telefon 233 37 33

Pannendienst TCS

Telefon 140

4. Oktober bis 11. Oktober

Nachtschleppdienst ab Freitag 14.00 Uhr und Tagesdienst Samstag und Sonntag:

Zech AG, Schaanwald
Tel. Geschäft: 373 20 10
Tel. Privat: 373 20 10
Telefon Natel: 079/696 00 88

Gottesdienste in Liechtenstein

Katholische Gottesdienste

Sonntag, 6. Oktober

Balzers

18.30 Uhr Vorabend; 7.30, 10.00 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 Uhr

Nendeln

18.30 Uhr Vorabend; 9.30 Uhr

Planken

10.30 Uhr

Ruggell

19.30 Uhr Vorabend; 10.30 Uhr

Schaan

Pfarrkirche: 18.00 Uhr Vorabend; 9.30, 19.00 Uhr

Kloster St. Elisabeth: 11.00 Uhr

Schaanwald

17.45 Uhr Vorabend; 9.30 Uhr

Schellenberg

19.00 Uhr Vorabend; 9.00 Uhr

Triesen

Pfarrkirche: 19.00 Uhr Vorabend; 10.00, 19.00 Uhr

Marienkappelle: 8.15 Uhr

Triesenberg

19.00, 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, 19.00 Uhr

Jugendgottesdienst

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

Evangelisch-Luth. Kirche

6. Oktober 2002

Erntedankfest

9.30 Uhr Familiengottesdienst zum Erntedank mit Taufen in der Johannes-Kirche Vaduz, Schaaner Str. 22. Pfarrer Klaus Looff.

Evangelische Kirche

Sonntag, 6. Oktober 2002

10.00 Uhr Gottesdienst mit Pfarrer Hans Jaquemar.

Predigt: Mt. 7, 1 - 5 «Spiegelungen»

Freie Evangelische Gemeinde

Sonntag, 6. Oktober 2002

18.00 Uhr Gottesdienst, Bahnhofstr 16, Möbelhaus Thöny (UG), Schaan. Predigt: Norbert

Fieten, gleichzeitig Programm für Kinder.

Bibel-Baptisten-Gemeinde

Jeden Sonntag evangelischer Gottesdienst um 9.30 Uhr. Um 10.00 Uhr Erwachsenen-Sonntagsschule. Pastor N. C. Verhoef

</