

KBA-AKTIV

KBA – Ihre Informationsstelle für alle Altersfragen Tel. 237 65 65

•Erben und Vererben•
Testaments-Broschüre

•D'r Fingerhut – Nähservice und Beratung
Zu eng – zu kurz – zu weit – zu lang oder etwas aus der Mode? Wir ändern für Sie! Wir leisten auch Hilfestellung bei Nähproblemen oder bieten die Möglichkeit unter Anleitung selbstständig zu ändern. Rufen Sie uns an!

Computer-Spass für Einsteiger und Fortgeschrittene

Laufend Kurse in Kleingruppen bis max. fünf Teilnehmende.

Computeria

Unsere Computeria steht Ihnen zur Verfügung zum Üben am PC, Surfen im Internet, Hilfestellung bei Fragen ...

Begleitung

Hausnotruftelefon

Die Taste für die schnelle Hilfe

Hilfe für Senioren in Haus und Garten

Vermittlung von handwerklicher Hilfestellung, Gartenarbeiten, kleinen Reparaturen etc.

Wohnungsanpassung und Hilfsmittelberatung

Beratung und Beschaffung von Hilfsmitteln für ein sicheres Zuhause.

Begegnung

Mittagstisch – aus Nana's Kochtopf

Donnerstag, 14. August 2003, 12.00 Uhr essen Jung und Alt gemeinsam: Hardy's gefüllte Peperoni, Kartoffeln und Tomatensauce. Bitte um Voranmeldung bis 13. August 2003.

Bewegung

Velofahren

Einfache geleitete Halbtagestour am Dienstag, 12. August 2003, von Balzers nach Vilters. Distanz ca. 20 km. Sonnen- und Regenschutz, Helm und Getränk nicht vergessen. Treffpunkt: Sportplatz Balzers um 08.30 Uhr. Auskunft und Anmeldung bei der KBA, Tel. 237 65 65.

Mit uns bleiben Sie fit! Wir bieten:

Walking – Fitgymnastik – Schwimmen/Wassergymnastik – Männerturnen – Seniorenturnen – Internationale Folkloretänze – Bewegung mit Musik – Altersturnen – Velofahren.

Weitere Informationen und Anmeldung KBA
Telefon 237 65 65.

Leicht. Familienhilfen für Sie im Dienst

Familienhilfe/Hauspflege

Balzers	Tel. 384 21 18
Triesen	Tel. 392 19 17
Triesenberg	Tel. 262 94 97
Vaduz	Tel. 232 98 90
Schaan/Planken	Tel. 233 24 84
Liechtenst. Unterland	Tel. 373 39 45

Gemeindekrankenpflege

Balzers	Tel. 388 13 51
Triesen	Tel. 392 19 50
Triesenberg	Tel. 262 67 37
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 94 97
Vaduz	Tel. 232 98 90
Schaan/Planken	Tel. 233 24 84
Liecht. Unterland,	Tel. 373 41 90

Mahlzeitendienst

Balzers	Tel. 384 21 18
Triesen*	Tel. 392 42 82
Triesenberg	Tel. 262 94 97
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 41 90

*Organisation durch die freiwilligen Helfer

Seniorenwanderungen des Alpenvereins

756. Seniorenwanderung – 923. Wanderung der Gipfelstürmer – 520. 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 L um 9.15 Uhr und um 11.15 Uhr. Bei Ganztageswanderungen am Vortag um 16.15 Uhr.

923. Wanderung der Gipfelstürmer und Gipfelgeniesser

Zum Abschluss unserer Wanderungen entlang des Rheins von der Quelle bis zum Bodensee laden wir, nochmals alle Gipfelstürmer, Gipfelgeniesser und alle die Freude an der Natur haben und vier Stunden wandern können (oder zwei Stunden bei einer «Bahzwischenfahrt») zu einer Wanderung mit imposanter Kulisse ein. Diese Wanderung am Vortag des Fürstentages führt von Ilanz, der ersten Stadt am Rhein, durch die Rheinschlucht (Ruinaulta) nach Reichenau.

Vom Bahnhof Ilanz über die Glennerbrücke (Achtung Wegweiser vor der Brücke ist falsch) und hinab in die geschützten Auen. Dann dem rechten Rheinufer entlang auf gutem Wald- und Holzschnitzweg nach Castrisch und teilweise auf einem Fahrsträsschen durch Wiesen zur RhB Station Valendas (Wanderzeit zwei Stunden). Hier können Gipfelgeniesser mit der Bahn weiterfahren bis Versam. Die Gipfelstürmer schalten unterwegs immer wieder einen Halt ein und beobachten den Rhein und die vielen Rafter und Kajakfahrer. Auch Trinken ist angesagt, wenn die Hitze anhält. In Valendas kann



die Trinkflasche am Brunnen oder im Restaurant wieder aufgefüllt werden. Dann geht es weiter in leichtem Auf und Ab oberhalb des Bahngleises durch kleine Wäldchen, über sanfte Wiesenhänge und zuletzt auf einer Bergsturzhalde Richtung Versam-Station. Hier wird die Kulisse immer imposanter. Da bleibt man öfters stehen und lässt den Blick über die bizarren Felsgebilde, die Höhlen, Türme und Säulen des «Swiss Grand Canyon» gleiten. Von der Station Versam-Safien machen wir noch einen Abstecher zur Chli-Isa (RhB-Tunnel Chrummyg) einem aus Moränenschotter gebildeten Kamm, der den Rhein zu einer grossen Schleife zwingt. Der kleine Aufstieg auf den Kamm lohnt sich. Denn hier zeigt sich auch die grossartige Ingenieurarbeit der 19 km langen Eisenbahnstrecke mit 14

Brücken, 3 Tunnels und vielen Schutzverbauungen durch die Rheinschlucht von Reichenau nach Ilanz. Nach einem kleinen Imbiss, z.B. einem Salatteller oder einem Versamer-Bio-Salsiz, im Restaurant Bahnhöfli bei der Versam-Station fahren wir mit dem Roten Bähnli von Versam nach Reichenau, 100 Jahre nach der Eröffnung dieser Bahnstrecke im Jahre 1903.

● Treffpunkt: Donnerstag, 14. August um 7.35 bei der Post in Balzers (mit dem Meier-Bus ab Mauren um 6.51 Uhr, ab Schaan um 7.09)

● Wanderleiterin: Agnes Schuler, Tel. 384 15 41

● Verpflegung unterwegs aus dem Rucksack – am Schluss im Versamer Bahnhöfli

● Fahrpreis Extrabus 10 Fränken und Bahnfahrt Versam-Reichenau kollektiv 4.40 Franken oder 2.20

Franken mit Halbtax

756. Seniorenwanderung

Am Dienstag wandern wir vom Tunnelparkplatz in Steg über den Krüzleboden zum Trögli und hinauf zur Sücka.

● Treffpunkt: Dienstag, 12. August um 13.42 Uhr beim Tunnel in Steg (ab Vaduz 13.20 Uhr)

● Wanderleiter: Alex Schreiber, Tel. 373 21 62

520. Freitagwanderung

Am Donnerstag, ausnahmsweise nicht am Freitag, laden wir zu einer leichten Wanderung in Werdenberg ein. Vom Bahnhof Buchs geht es zum Werdenberger Seelein und durch den Wald zum Schloss.

● Treffpunkt: Donnerstag, 14.8.03 um 13.56 beim Bahnhof in Buchs

● Auskunft: Ida Moritz, Tel. 384 24 61 (LAV/AS)

SPRACHFERIEN

Sprachferien in Malta

SCHAAN – Lust auf Tapetenwechsel? Sprachkenntnisse erwerben oder vertiefen und mit Ferien auf der kulturreichen Insel Malta verbinden? In diesem intensiven Einführungskurs, für den Sie keine oder nur geringe Vorkenntnisse in der englischen Sprache brauchen, ist das alles möglich. Der Kurs bietet eine interessante Mischung zwischen Englisch-Intensiv-Unterricht vormittags und kulturellen Akti-

vitäten und Ausflügen nachmittags. Er richtet sich vor allem an Personen, welche die englische Sprache in einer ungezwungenen Atmosphäre erlernen und erleben wollen.

In den Unterrichtseinheiten wird eine vielseitige und abwechslungsreiche Form der Stoffvermittlung angeboten. «Neues Lernen» ist die Basis von einem der grössten EU-Projekte für die Entwicklung von Lern- und Lehrmaterialien. 12 europäische Länder haben seit 1999 aktiv mitgear-

beitet, um innovatives Material für die Umsetzung dieser «gehirnfrendlichen» Methode zu schaffen. Ein Grundprinzip dieser Methode ist: «Jeder Mensch lernt anders.» «Neues Lernen» berücksichtigt die unterschiedlichen Lernstile. Sie werden in diesem Kurs die Gelegenheit haben, in einer positiven und unterstützenden Lernatmosphäre englisch mit allen Sinnen zu erlernen. Im Gespräch und bei verschiedenen Lernaktivitäten wie Karten-,

Brett- und Rollenspielen haben Sie Gelegenheit sich in der englischen Sprache zu üben.

Genaue Angaben erhalten Sie am Informationsabend, der am Dienstag, 26. August 2003, 18 Uhr im Haus Stein-Egerta in Schaan stattfindet. Anmeldeabschluss: 29. August 2003. Anmeldung und Auskunft bei der Erwachsenenbildung Stein-Egerta in Schaan, Telefon 232 48 22 oder per E-Mail: info@stein-egerta.li. (Eing.)

Gottesdienste in Liechtenstein

Katholische Gottesdienste
Sonntag, 10. August 2003

Balzers	17.45 Uhr Vorabend; 8.30 Uhr
Schellenberg	19 Uhr Vorabend; 9 Uhr
Triesen	Pfarrkirche: 19 Uhr Vorabend; 10, 19 Uhr
Marienkappelle:	8.15 Uhr
Triesenberg	9.30, 19.15 Uhr
Steg:	9 Uhr
Masescha:	10.30 Uhr
Malbun:	10.30 Uhr
Sücka:	11.15 (Alpsegen)
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 Uhr in der St. Peterskirche in Schaan
Gottesdienst in Portugiesisch	10.30 Uhr in Sevelen
Schaanwald	17.45 Uhr Vorabend; 8.30 Uhr
Schellenberg	19 Uhr Vorabend; 9 Uhr
Triesen	Pfarrkirche: 19 Uhr Vorabend; 10, 19 Uhr
Marienkappelle:	8.15 Uhr
Triesenberg	9.30, 19.15 Uhr
Steg:	9 Uhr
Masescha:	10.30 Uhr
Malbun:	10.30 Uhr
Sücka:	11.15 (Alpsegen)
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 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

17 Uhr in Buchs, gegenüber Migros

Evangelisch-luth. Kirche

Sonntag, 10. August 2003

8. Sonntag nach Trinitatis

9.30 Uhr Gottesdienst mit Feier des Hl. Abendmahls in der Johannes-Kirche Vaduz, Schaaner Str. 22. Pfr. Klaus Looft

Evangelische Kirche

Sonntag, 10. August 2003

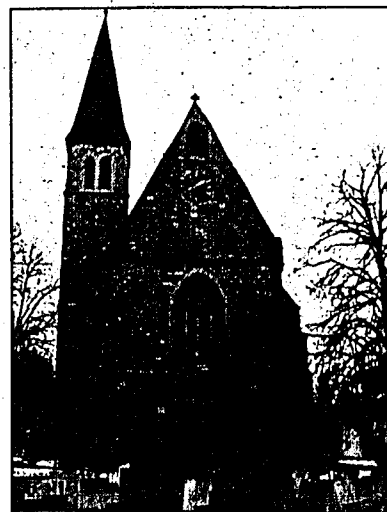
10.00 Uhr Gottesdienst mit Pfarrer Rolf Schlessmann.

Freie Evangelische Gemeinde

Sonntag, 10. August 2003
Bahnhofstrasse 16, Möbelhaus Thöny (UG), Schaan. 18.00 Uhr Gottesdienst. Predigt: Martin Leicht, gleichzeitig Programm für Kinder.

Bibel-Baptisten-Gemeinde

Jeden Sonntag evangelischer Gottesdienst um 10.30 Uhr. Um 9.30 Uhr. Erwachsenen-Sonntagsschule. Pastor N. C. Verhoef, Ort: Fam. Riedmann Birkenweg 6, Schaan



Pfarrkirche Ruggell