

KBA-AKTIV

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

Wir machen Weihnachtsferien vom 24. 12. 2004 bis 2. 1. 2005 und sind ab dem 3. Januar 2005 wieder für Sie da! Wir wünschen frohe Festtage und für das neue Jahr alles Gute!

Computer-Spass für Einsteiger und Fortgeschrittene

PC-Einführungskurs am 11. und 18. 1. 2005/ PC-Aufbaukurs 25. 1. und 1. 2. 2005, jeweils 8.30 – 11 Uhr

Computeria

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

Besser sehen:

Gebrauchte Lupen günstig abzugeben – bitte melden Sie sich bei der KBA – Tel. 237 65 65.

Ausstellung

«Hilfsmittel für den Lebensalltag»

Unsere Ausstellung in der KBA ist jeweils am Freitagnachmittag von 14 – 17 Uhr geöffnet.

«Erbten und Vererben»

Testaments-Broschüre

«D'r Fingerhuat» – Nähservice

Zu eng – zu weit – zu kurz – zu lang? Wir ändern oder flicken für Sie! Annahme jeweils Donnerstagvormittag von 9.00 bis 10.30 Uhr in der KBA. Wir bitten um Anmeldung unter 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 uns 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.

Wohnungsanpassung und Hilfsmittelberatung: Beratung und Beschaffung von Hilfsmitteln für ein sicheres Zuhause.

Bewegung

Bewegungsangebote im ganzen Land – rufen Sie uns an!

Walking in Schaan und Triesen – Fitgymnastik in Schaan, Vaduz, Triesen, Triesenberg, Balzers und Eschen – **Schwimmen/Wassergymnastik** in Schaan, Triesen, Balzers und Eschen – **Männerturnen** in Vaduz und Schellenberg – **Seniorenturnen** in Eschen, Nendeln und Schellenberg – **Internationales Folkloretanzen** in Vaduz – **Altersturnen** in Vaduz – **Velo fahren:** attraktive Touren in und um Liechtenstein.

Weitere Informationen und Anmeldung
KBA Tel. 237 65 65

Seniorenwanderungen des Alpenvereins

996. Wanderung der Gipfelstürmer – 829. Seniorenwanderung – 591. 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 L um 9.15 Uhr und um 11.15 Uhr. Bei Ganztageswanderungen am Vortag um 16.15 Uhr.

996. Wanderung der Gipfelstürmer und Gipfelgeniesser

Aufs neue Jahr stossen wir am Dienstag, weil am Donnerstag Feiertag ist, in der Höhe an und zwar auf der Gnalp oder im Steg. Die Wanderung beginnt, je nachdem ob Frau Holle ihre weisse Pracht übers Neujahr verteilt, entweder auf Rizlina oder bei der Haltestelle Tunnel im Steg. Rekordmann Florian Hermann, wiederum mit 52 Wanderungen im 2004, wird die beste Route wählen und zum Abschluss treffen sich Gipfelstürmer, Gipfelgeniesser und Dienstagswanderer zur Rangverkündung im Alpenhotel Steg. Josef Bühler (Gipfelstürmer-Kappasepp), Ernst Wohlwend (Dienstagswanderer) und Ida Moritz (Freitagswanderer) haben das ganze Jahr fleissig Buch geführt, viele Unterschriften gesammelt und damit den PC gefüttert und Ranglisten erstellt. Dafür sei ihnen gedankt, wie auch allen anderen Seniorenwanderleitern.

● Treffpunkt: Dienstag, 4. Januar um 12.34 Uhr bei der Post in Triesenberg (ab Vaduz 12.20 Uhr) zur Weiterfahrt Richtung Steg.
● Wanderleiter: Florian Hermann, Tel. 232 25 39.

829. Seniorenwanderung

Die erste Wanderung im neuen Jahr findet nicht in Malbun, sondern im Steg statt. Die Dienstagswanderer machen je nach Wetter und Schneeverhältnissen einen Rundgang im Steg. Im Hotel Steg treffen wir auf die Gipfelstürmer. Ernst und Josef (Kappasepp) werden die eifrigsten Wanderer 2004 auszeichnen.

● Treffpunkt: Dienstag, 4. Januar



um 13.42 Uhr bei der Haltestelle Tunnel Steg (ab Vaduz 13.20 Uhr).
● Wanderleiter: Alex Schreiber, Tel. 373 21 62.

591. Freitagswanderung

Das neue Jahr beginnen wir mit einer leichten Wanderung in Balzers-Mäls. Die Wanderleiterin wird

die schönste Strecke auswählen, je nach Wegzustand. Eingekehrt wird bei unserem Alpenvereinsmitglied René Frick im Falknis in Mäls.
● Treffpunkt: Freitag, 7. Januar 2005 um 13.35 Uhr bei der Post in Balzers (ab Schaan 13.09)
● Auskunft: Ida Moritz, Telefon 384 24 61. (LAV/AS)

FAMILIENHILFE

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
Liecht. 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
Liecht. 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 19 17
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

Gottesdienste in Liechtenstein

Katholische Gottesdienste

Sonntag, 2. Januar 2005

Balzers 18.30 Uhr Vorabend; 7.30, 10 Uhr
Bendern-Gamprin 9 Uhr
Eschen 19 Uhr Vorabend; 9.30, 19 Uhr
Mauren 10 Uhr
Nendeln 9.30 Uhr
Planken 11 Uhr
Ruggell 10.30 Uhr
Schaan 9.30, 19 Uhr
Schaanwald 8.30 Uhr
Schellenberg 9 Uhr
Triesen Pfarrkirche: 10, 19 Uhr Marienkapelle: 8.15 Uhr
Triesenberg Pfarrkirche: 10, 19 Uhr Marienkapelle: 8.15 Uhr
Vaduz 9.30, 19.15 Uhr Steg: 9 Uhr Masescha: 10.30 Uhr
Vaduz Pfarrkirche: 8.15, 9.30 Uhr St. Josef, Ebenholz: 11 Uhr, 19 Uhr Jugendgottesdienst
Gottesdienst in Italienisch 10.45 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, kath. Pfarrkirche in Buchs
IBF International Bible Fellowship Gottesdienst in Englisch: sonntags, 17 Uhr in Buchs, gegenüber Migros
Gottesdienst in Spanisch: jeden 2. und 4. Samstag, 19.30 Uhr in Buchs, gegenüber Migros
Evangelisch-luth. Kirche Freitag, 31. Dezember 2004 Altjahresabend Gottesdienst in der Johannes-Kirche, Vaduz, Schaaner Str. 22, um 17 Uhr. Pfarrerin Catharina Janus Samstag, 1. Januar 2005 Neujahr Vesper im Kloster St. Elisabeth, um 17.15 Uhr. Pfr. C. Janus Sonntag, 2. Januar 2005 Altjahresabend Gottesdienst in der Johannes-Kirche, Vaduz, Schaaner Str. 22, um 17 Uhr. Pfarrer H. Janus, anschliessend Kirchenkaffee im Gemeinderaum
Evangelische Kirche Freitag, 31. Dezember 2004

19 Uhr Gottesdienst zum Jahresabschluss mit Pfarrer Hans Jaquemar und einem Ensemble der Musikschule. Predigt: «Barmherziger Gott!» (Psalm 103)
Freie Evangelische Gemeinde
Sonntag, 2. Januar 2005,
9.30 Uhr, Gottesdienst, Predigt: Stefan Lanz, gleichzeitig Programm für Kinder. Möbelhaus Thöny UG, Bahnhofstrasse 16, Schaan

