

KBA-AKTIV

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

Nordic Walking ab 50 / Einführungskurs

• Einführungskurs «Nordic Walking» vom 18. 8. - 29. 9. 05, jeweils am Donnerstag von 8.30 - 9.45 Uhr. Treffpunkt: Sportplatz Schaan. Auskunft und Anmeldung bei der KBA, Tel. 237 65 65.

Velofahren

• Geleitete Halbtagestour am Dienstag, 26. Juli 05, von Haag nach Meiningen und zurück. Die Route verläuft auf Natur- und Teerstrassen mit einer Rast beim «Güfel» in Meiningen. Distanz ca. 37 km, Anforderungsstufe: leicht. Mitnehmen: dem Wetter angepasste Kleidung, Helm, Getränk, ID und Euro. Achtung Treffpunkt geändert: um 8.30 Uhr auf dem Parkplatz des Coop (Waro)-Centers in Haag, Nähe Einfahrt.

• 4 Tage im Allgäu

Mittelschwere, geleitete Tour durch die landschaftlich eindrucksvollen Allgäuer Voralpen vom 21. bis 24. August auf verkehrsarmen Nebenstrassen von Lindau nach Oberstdorf und zurück. Übernachtung in Hotels der Mittelklasse, Gepäckselbsttransport, max. 12 Teilnehmer. Noch wenige Plätze frei. Auskunft und Anmeldung KBA, Tel. 237 65 65

Bewegung

• Bewegungsangebote im ganzen Land
• Schnuppern und Einsteigen ist jederzeit möglich - rufen Sie uns an!

Sozialberatung

• Wir vermitteln Ihnen Hilfe, die Ihren Bedürfnissen angepasst ist (z. B. in der Administration, für betreuende Angehörige, in Krisen- und Konfliktsituationen etc.)
• Testaments-Broschüre «Erben und Vererben»

«Dr Fingerhut» - Nähservice



• Zu eng - zu weit - zu kurz - zu lang? Wir ändern oder flicken für Sie! Annahme jeweils Donnerstagsvormittag von 9 bis 10.30 Uhr in der KBA. Wir bitten um Anmeldung unter Tel. 237 65 65

Senioren für Senioren

Senioren bieten älteren Menschen gegen Entschädigung folgende Dienstleistungen an:

- Hilfe in Haus und Garten
- Unterstützung im und um's Haus
- Umgang mit dem Computer
- Besuchsdienst (z. B. einkaufen, kochen, spazieren)
- Englisch-Kurse/Conversation
- Umzüge
- Autofahren: Auffrischen der Fahrpraxis mit einem Fahrlehrer

Weitere Informationen und Anmeldung KBA, Telefon 237 65 65.

Seniorenwanderungen des Alpenvereins

1025. Wanderung der Gipfelstürmer - 858. Dienstagwanderung - 620. 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 1 um 9.15 Uhr und um 11.15 Uhr. Bei Ganztageswanderungen am Vortag um 16.15 Uhr.

1025. Wanderung der Gipfelstürmer und Gipfelgeniesser

Wir wandern von Malbun über Sassföckle zum Mattajoch (1867 m). Von dort geht es weiter auf Gamp, wo wir einkehren. Nachher geht es weiter nach Gurtis. In Gurtis steigen wir in den Bus nach Frastanz, weiter mit dem Zug nach Feldkirch. Dann mit dem Bus ins Land zurück.

• Treffpunkt: Donnerstag, 28. Juli 9.48 Uhr in Malbun. Ab Vaduz 9.20 Uhr.

• Wanderleiter: Sigi Wachter, Tel. 232 46 05.

• Schlechtwettervariante: 13.48 Uhr ab Malbun.

858. Dienstagwanderung

Mit den nötigen Privatautos und



dem LAV-Bus geht es von der Post in Schaan nach Unterwasser. Von dort führt die Wanderung über Befang zum Thurwasserfall. Eingekehrt wird im bekannten Hotel Sternen in Unterwasser, wo auch der Start unserer Wanderung ist.

• Treffpunkt: Dienstag, 26. Juli um 13.30 Uhr bei der Post in Schaan.

• Wanderleiter: Ernst Wohlwend, Tel. 373 21 76.

620. Freitagwanderung

Am nächsten Freitag wird der Wildpark auf dem Ardetzenberg in Feldkirch besucht. Der Aufstieg erfolgt am Wasserschloss vorbei durch den Wald oder über die 300 Stufen

auf der Weinbergstiege. Beim Kiosk im Wildpark wird eine längere Rast im Schatten der Bäume gehalten.

• Treffpunkt: Freitag, 29. Juli um 13.40 Uhr beim Landgericht in Feldkirch (ab Schaan 13.10 Uhr). Pass und Euro nicht vergessen.

• Wanderleiterin: Ida Moritz 384 24 61. Liechtensteiner Alpenverein

VERANSTALTUNG

Auf den Spuren Hildegards von Bingen

SCHAAN - Am Donnerstag, den 8. und am Freitag, den 9. September 2005, führt die Erwachsenenbildung Stein-Egerta eine Zweitagestour nach Bingen und Umgebung (Nähe Mainz) durch. An diesen zwei Tagen begeben wir uns auf die Spuren dieser aussergewöhnlichen Frau und Mystikerin. Wir hören sowohl Wissenswertes über ihr damaliges Leben und Werk als auch über eine zeitgemässe und gesunde Lebensweise heute. Die Reise wird begleitet von Brigitte Pregenger, Buchautorin und Hildegard-Expertin aus Dornbirn (unter anderem ORF-Berichte). Hildegard von Bingen gilt als ei-

ne der bedeutendsten Frauen des deutschen Mittelalters. Sie wurde



1098 in der Pfalz geboren und starb 1179 in hohem Alter als Äbtissin des Klosters auf dem Rupertsberg

oberhalb von Bingen. Ihre Zeitgenossen zog sie als Prophetin in den Bann, heute fasziniert sie uns als weibliches Multitalent mit einem einzigartigen und vielseitigen Werk, das nicht nur das Thema Theologie beinhaltet, sondern auch die Bereiche Botanik, Medizin und Musik.

Besuchsprogramm: Am Donnerstag, den 8. September 2005, fahren wir gemeinsam mit dem Bus um 6 Uhr in Schaan ab. Zirka 14 Uhr Ankunft am Disibodenberg mit Besuch des dortigen Gründungsklosters (nur noch Ruine sichtbar). Zirka 16 Uhr Weiterfahrt ins Kloster Rupertsberg und um 17.30 Uhr Besuch der Vesper. Anschliessend Fahrt ins Kloster Tiefenthal zum Zimmerbezug. Einfache Unter-

kunft mit Etageduschen. Abendessen im Weinort Raenthal und dann Rückfahrt in die Unterkunft.

Freitag, den 9. September 2005: Um 8 Uhr Frühstück. 9 Uhr Abfahrt nach Idar Oberstein. Anschliessend individuelle Besichtigung der Stadt und Steinschleifereien (Heilsteine sind ebenfalls ein Thema in der Hildegard-Lehre). Gemeinsames Mittagessen in Idar Oberstein. Ab 13.30 Uhr Rückfahrt nach Liechtenstein. Ankunft im FL gegen 20 Uhr.

Weitere Informationen und Anmeldungen bei der Erwachsenenbildung Stein-Egerta, Schaan, Tel. 232 48 22 oder per Mail info@stein-egerta.li. Anmeldeabschluss ist am Freitag, den 19. August 2005. (PD)

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

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

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

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

Gottesdienste in Liechtenstein

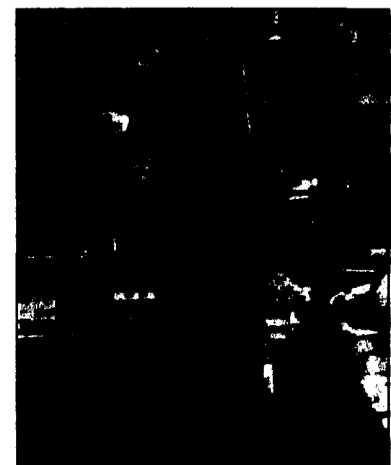
Katholische Gottesdienste Sonntag, 24. Juli 2005

Balzers	18.30 Uhr Vorabend; 7.30, 10 Uhr
Bendern-Gamprin	18 Uhr Vorabend; 9 Uhr
Eschen	19 Uhr Vorabend; 9.30 Uhr
Mauren	19 Uhr Vorabend; 10 Uhr
Nendeln	18.30 Uhr Vorabend; 9.30 Uhr
Planken	11 Uhr
Ruggell	19.30 Uhr Vorabend; 10.30 Uhr
Schaan	Pfarrkirche 18 Uhr Vorabend; 9.30, 19 Uhr

Schaanwald	17.45 Uhr Vorabend
Schellenberg	19 Uhr Vorabend; 9 Uhr
Triesen	Pfarrkirche: 19 Uhr Vorabend; 10, 19 Uhr
Triesenberg	Marienkapelle: 8.15 Uhr
9.30, 19.15 Uhr	
Steg	9 Uhr
Masescha	10.30 Uhr
Malbun	10.30 Uhr
Vaduz	Pfarrkirche: 18 Uhr Vorabend; 8.15, 9.30 Uhr.
St. Josef, Ebenholz	11 Uhr
Gottesdienst in Italienisch	18 Uhr Vorabend in Mariahilf in Balzers, 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	Sonntag, 24. Juli 2005
	10 Uhr, Pfarrerin Catharina Janus, anschliessend Kirchenkaffee
	Johanneskirche, Schaaner Strasse 22.
Evangelische Kirche	Sonntag, 24. Juli 2005, 10 Uhr, Gottesdienst mit Pfarrerin Karin Ritter. Predigt: «Nicht töten - das sechste Gebot»

Freie Evangelische Gemeinde
Gottesdienst, Sonntag, 24. Juli 2005, 9.30 Uhr, Predigt: Jürg Buchegger, gleichzeitig Programm für Kinder. FEG Buchs, hinter M-Parc (kein Gottesdienst in Schaan)



NACHRICHTEN

Kongress von Zeugen Jehovas im Letzigrund-Stadion

ZÜRICH - Jehovas Zeugen werden vom 29. bis 31. Juli in Zürich ihren Landeskongress in deutscher Sprache abhalten. Die Veranstalter erwarten etwa 7000 Besucher aus der Schweiz und Liechtenstein. Das Motto lautet «Gottgefälliger Gehorsam». Dieses Thema wird anhand der Bibel betrachtet. (PD)