

## LSB macht sich stark für ältere Generation

Der Liechtensteiner Seniorenbund (LSB) befindet sich neu neben dem Haus der Familien an der Landstrasse 40a in Schaan.

Die einen freuen sich auf die Zeit nach der Pensionierung, andere denken mit gemischten Gefühlen an den neuen Lebensabschnitt. Doch eines gilt: Das beste Alter ist jetzt!

Vor dreissig Jahren wurde der Seniorenbund, LSB, gegründet. Eines seiner Ziele ist es, den Senioren eine breite Palette von Freizeitmöglichkeiten anzubieten. Egal ob Computerta, Fitness 50+, Kochen 60+, Gedächtnistrainings, Chorsingen, Kinonachmittage, Ausflüge, gemeinsame Reisen oder Generationenprojekte, das Angebot ist umfangreich und spricht Jungsenioren genauso an wie die reiferen Senioren.

«Senioren für Senioren» (SenSen) ist ein weiteres Angebot des LSB. Hilfsbedürftige, die nicht mehr in der Lage sind, öffentliche Verkehrsmittel zu benutzen, können sich für Fahrdienste melden. Der Preis in Liechtenstein für Hin- und Rückfahrt beträgt 15 Franken, inklusive einer Stunde Wartezeit. Auskünfte über weitere Distanzen erteilt Doris Wenaweser. Unterstützung bietet «SenSen» auch im Haus und Garten, wie beispielsweise Rasen mähen, Hecken oder kleinere Bäume schneiden.

Der Verein setzt sich für die Interessen der in Liechten-



Jakob Gstöhl, Doris Wenaweser und Melanie Summer (von links) sind die Ansprechpartner beim Liechtensteiner Seniorenbund.

Bild: Liechtensteiner Seniorenbund

stein wohnhaften Seniorinnen und Senioren ein. «Wir wollen gemeinsam etwas bewegen. Deshalb setzen wir uns für mehr Lebensqualität im Alter ein», sagt Renate Wohlwend, Präsidentin des Liechtensteiner Seniorenbundes. Mit den rund 2000 Mitgliedern verschafft sich der LSB Gehör bei Behörden und Amtsstellen, wenn es um die Anliegen der älteren Generation geht. «Es

ist von Vorteil, wenn wir unsere Reihen verstärken, um auch künftig unseren Einfluss geltend zu machen», unterstreicht die Präsidentin weiter.

### IBA, Anlaufstelle für Altersfragen

Ein weiteres Angebot des Seniorenbundes ist die IBA, die Informations- und Beratungsstelle Alter, welche Jakob Gstöhl leitet. In erster Linie ist

die IBA eine Anlaufstelle für alle Altersfragen, das heisst für Fragen, Anliegen oder Anregungen, die sich mit dem Eintritt in die nachberufliche Lebensphase ergeben. «Es können sich aber auch Personen vor der Pensionierung oder Angehörige, die beispielsweise nach Unterstützungsangeboten oder möglichen Anregungen für ihre Eltern suchen, an uns wenden»,

erklärt Jakob Gstöhl. Zudem hilft die IBA bei der Orientierung, beispielsweise welche Angebote geeignet sind, welche Schritte in der jeweiligen Situation zu beachten sind oder auch welche sozialrechtlichen Ansprüche (beispielsweise bei Pflege- und Betreuungsbedarf oder bei finanziellen Schwierigkeiten) bestehen. Die IBA-Beratung ist kostenlos, eine Mitgliedschaft beim Seniorenbund ist nicht erforderlich.

Mit diesen und weiteren Angeboten fördert der Seniorenbund die Selbstständigkeit der Senioren bis ins hohe Alter und trägt so zu einem positiven Altersbild in der Gesellschaft bei. (hem)

### Ansprechpersonen LSB/IBA

Leiter: Jakob Gstöhl,  
Tel: +423 230 48 01

Auskünfte zu Mitgliedschaft, Veranstaltungen, Fitness, Reisen, usw. Melanie Summer, Sekretariat,  
Tel: +423 230 48 00

Senioren für Senioren, Fahrdienste und Hilfe im Haus und Garten, Doris Wenaweser, Tel: +423 230 48 02

[www.seniorenbund.li](http://www.seniorenbund.li)

**LSB** liechtensteiner  
seniorenbund  
gemeinsam bewegen

T 230 48 00  
[info@seniorenbund.li](mailto:info@seniorenbund.li)  
[www.seniorenbund.li](http://www.seniorenbund.li)

06./22. Februar  
08.00 - 11.00 Uhr  
14.00 - 17.00 Uhr

**Erste Hilfe im Seniorenalter - Liechtensteinisches Rotes Kreuz**  
Kurszeit: Wahlweise am Vormittag oder Nachmittag am 06. oder 22. Februar  
Anmeldung: LRK, Telefon 222 01 35, Kursort: LRK, Zollstrasse 56, Vaduz  
Ausführliche Kursbeschreibung unter [www.seniorenbund.li](http://www.seniorenbund.li).

07. Februar, Mi.  
14.00 - 16.00 Uhr

**„Kaffee bim Seniorabund“ - Lebensgeschichten Erzählcafé**  
Ort: Seniorenbund, Schaan, Anmeldung bis 06. Februar

07. Februar, Mi.

**Englisch Sprach-Café**  
Ort: Seniorenbund, Schaan, jeweils vormittags, Anmeldung beim Seniorenbund

20. Februar, Di.  
09.00 - 11.30 Uhr

**Rechtsberatung für LSB Mitglieder**  
Ort: Seniorenbund, Schaan, Anmeldung bis 13. Februar beim Seniorenbund

01. März, Fr.  
14.30 Uhr

**Seniorenkino „Die goldenen Jahre“ - Wenn auf der Kreuzfahrt alle Dämme brechen**  
Ort: Altes Kino Vaduz. Das nächste Seniorenkino findet statt am 5. April.

21. März, Do.  
14.00 - 17.00 Uhr

**Führung durch das Regierungs- und Landtagsgebäude und Landesarchiv**  
Ort: Regierungsgebäude, Anmeldung bis 18. März beim Seniorenbund

22. März, Fr.  
09.00 - 11.00 Uhr

**Kurs: Biografisches Schreiben „Lebensübergänge“**  
Ort: Seniorenbund, vier Vormittage mit Karin Büchel, dipl. Schreibpädagogin, Kosten: CHF 145.-

Werden Sie Mitglied beim Seniorenbund. Infos unter: [www.seniorenbund.li/verein/mitgliedschaft](http://www.seniorenbund.li/verein/mitgliedschaft)

### Informations- und Beratungsstelle Alter:

Wir haben ein offenes Ohr für Ihr Anliegen und helfen Ihnen gerne weiter oder vermitteln Ihnen Kontakte zu den zuständigen Stellen. Ansprechpartner ist Jakob Gstöhl, Tel. 230 48 01 oder [iba@seniorenbund.li](mailto:iba@seniorenbund.li)



**Jooly Epaulette 5**  
Brillenfassung 145.-  
Einstärkengläser Orma von Essilor, mehrfach entspiegelt, inkl. UV-Schutz 90.-  
Einschleifen im eigenen Atelier (Paar) 100.-  
**Total 335.-**



**Gucci GG07690**  
Brillenfassung 184.-  
Gleitsichtgläser Varilux® von Essilor, mehrfach entspiegelt, inkl. UV-Schutz 304.-  
Einschleifen im eigenen Atelier (Paar) 70.-  
**Total 558.-**

Alle Preise in CHF. Preismodell «economy». Infos zu unseren Preismodellen unter [www.federerbuchs.ch](http://www.federerbuchs.ch)

Topqualität zu Toppreisen.

[federerbuchs.ch](http://federerbuchs.ch)  
NEUES SEHEN.

