

Mitteilungs-Organ des Liechtensteiner Seniorenbundes / Ausgabe Juni 2019

Herausgeber und für den Inhalt verantwortlich: Liechtensteiner Seniorenbund, Austrasse 13, 9490 Vaduz
Telefon 230 48 00 / E-Mail: sekretariat@seniorenbund.li; www.seniorenbund.li

Rückschau auf die Mitgliederversammlung 2019

Zur heurigen Jahresversammlung am 15. Mai 2019 «25-jähriges Jubiläum des LSB» durften wir im Triesenberger Saal ca. 200 Personen willkommen heissen. Für einen Verein ist es immer eine Freude, Ehrengäste zu begrüssen. Neben dem Hausherrn Christoph Beck und Herrn Vizeregierungschef Daniel Risch, die beide erquickende Grussworte an die Versammlung richteten, gaben uns Frau Landtagsabgeordnete Susanne Eberle-Strub sowie Vertreterinnen und Vertreter von AHV, Lebenshilfe Balzers und LAK, LBV sowie der Fachstelle für Betreuung und Pflege die Ehre. Ihnen allen danken wir herzlich für ihre Teilnahme.

Die Präsidentin hielt eine kurze Rückschau auf nennenswerte Daten und Fakten im Vierteljahrhundert seit der Vereinsgründung im Jahr 1994. Danach führte sie ziemlich flott durch die umfangreiche Tagesordnung.

Sowohl die Jahresberichte als die vom Vizepräsidenten & Kassier Reinhold Zanghellini präsentierte Jahresrechnung und der von der GN Treuhand erstellte Revisionsbericht wurden einstimmig genehmigt.

Dem Vorstand wurde Entlastung erteilt. Neu in den Vorstand gewählt wurden Doris Frommelt, Schaan, und David Schädler, Triesenberg. Die Wahl erfolgte einstimmig, mit grossem Applaus.

Nach der Vorschau auf die 2019 geplanten Aufgaben und Arbeiten übernahm Vizepräsidentin Josephine Biedermann die Schlussworte: sie dankte den Kolleginnen und Kollegen im Vorstand sowie Doris und Andrea vom Sekretariat und Jakob von der IBA für die stets angenehme Zusammenarbeit.

Zur Erinnerung an diesen Nachmittag erhielten alle anwesenden Mitglieder und Gäste ein in der Textrina, HPZ, besticktes Küchentuch.

Es blieb viel Zeit für gemütliches Beisammensein und persönliche Gespräche. Der Partyservice Unikum servierte ein feines Nachtessen mit super Dessertbuffet.

Die musikalische Begleitung von Ria Lampert und Familie erfreute die Anwesenden sehr und trug wesentlich zum guten Gelingen des Anlasses bei.

Wir sagen allen Teilnehmenden und Helfern nochmals ein herzliches «Vergelts Gott» !

Doris & Andrea

Vorwort

Sehr geehrte liebe Mitglieder
Sehr geehrter Leser
Sehr geehrte Leserin

Namens meiner Vorstandskolleginnen und –kollegen wünsche ich Euch, dass Ihr die dritte Ausgabe im Jubiläumsjahr frohgelaunt bei guter Gesundheit lesen könnt.

Durch die Wahl von Doris Frommelt, Schaan, und David Schädler, Triesenberg, bekommen wir im Vorstand tatkräftige Unterstützung, sodass wir den aktuellen gesellschaftspolitischen Fragestellungen noch mehr Aufmerksamkeit schenken wollen und die Aktivitäten des Seniorenbundes weiter ausbauen können.

Christl Gstöhl hat nach ihrem Rückzug aus dem Vorstand ehrenamtlich für die Vorbereitung und Koordination der grossen Frühlingsreisen sowie der herbstlichen Carfahrten gearbeitet. Nun will sie diese Aufgabe beenden und an den LSB-Vorstand zurückgeben.

Ich sage Christl namens des Vorstandes und im eignen Namen ein herzliches Dankeschön für ihren Einsatz.

Wir haben Christl Mitte Juni verabschiedet und werden darüber sowie über die Themenschwerpunkte unserer neugewählten Vorstandsmitglieder in der Blättli-Herbstaussgabe berichten. Bitte beachtet die geänderten Bürozeiten bzw. Abwesenheiten im August (s. Seite 2)!

Ich wünsche Euch einen sonnigen Sommer mit vielen beglückenden Erlebnissen,

Renate Wohlwend
Präsidentin LSB

Aktuelles vom Seniorenbund und seinen Fachgruppen



Büro Öffnungszeiten im August

Vom **12. bis 23. August** ist das Sekretariat von Montag bis Freitag jeweils vormittags von **8:00 – 12:00 Uhr** für Sie erreichbar. Nachmittags ist unser Büro geschlossen.

Die Informations- und Beratungsstelle Alter ist während diesen zwei Wochen nicht erreichbar.



Minigolf – Nachmittage für Senioren

Minigolf ist grundsätzlich für jeden geeignet, egal ob man ein sportlicher oder eher unsportlicher Typ ist. Beim Minigolf kommt es vor allem auf Konzentration und Zielsicherheit an. Auch mit wenig Kondition oder wenn man nicht so gut zu Fuss ist, kann man Minigolf spielen.

Die **Minigolfanlage Schaan/Vaduz** ist überschaubar und bietet einige Sitzmöglichkeiten sowie einige Bäume, die einen guten Schatten spenden.

Anschliessend kann man im Minigolfrestaurant den Nachmittag bei geselligem Zusammensein ausklingen lassen.

Termine: Beginn jeweils ab 14.00 Uhr
Kosten CHF 5.--

Donnerstag, 27. Juni, 4. Juli

Sommerpause bis 21. August 2019

Donnerstag, 22. August, 5. September, Abschluss 12. September 2019

Für weitere Auskünfte wenden Sie sich bitte an das LSB Sekretariat, Tel. Nr. 230 48 00

Sommerpause: Computeria und Seniorenchor

Die Computeria ist während den Sommer-Schulferien geschlossen. Wir starten mit unserem Programm wieder am Mittwoch, 21. August, von 9.00 bis 11.00 Uhr im GZ Resch.

Der Seniorenchor macht ebenfalls eine verdiente Sommerpause. Die neuen Termine erscheinen in der nächsten Blättli-Ausgabe und auf unserer Internetseite.



Fahrdienst und Hilfe im Haus und Garten



Wir bieten Hilfsbedürftigen, die nicht mehr in der Lage sind, öffentliche Verkehrsmittel zu benützen, einen Fahrdienst an. Rufen Sie uns frühzeitig an, damit wir planen können. Fahrpreis in FL für Hin- und Rückfahrt CHF 10.- inkl. 1 Std. Wartezeit. Fahrten über weitere Distanzen auf Anfrage.

Weitere Angebote von „Senioren für Senioren“: Rasen mähen, Hecken und kleinere Bäume schneiden, Kleinreparaturen im Haus und Hof.

Auskunft: Senioren für Senioren
Tel. 230 48 02

AltersFRAGEN.li

„Internationale Folkloretänze für Senioren“



Tanzen fördert die Konzentration und Ausdauer, die innere und äussere Beweglichkeit und bereitet Freude. Tanzen belebt die Sinne, den Geist, die Seele und den ganzen Körper. Durch das Tanzen wird die Wahrnehmungsfähigkeit intensiviert und die Körperhaltung verbessert. Tanzen richtet den Menschen auf.

Im Folklore-Tanz erfahren wir viel über die Kultur, Mentalität und Geschichte fremder Völker, die uns auf eine fröhliche, beschwingte Art nahegebracht werden.

Alle, die Freude an Bewegung, Musik und Tanz haben, sind jederzeit herzlich willkommen. Jeder Tanz wird jeweils Schritt für Schritt eingeführt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Vaduz: Dienstags, 9:30 – 10:30 Uhr
im Haus St. Florin

Ruggell: Jeden 2.+4. Freitag, 16:30 – 18:00 Uhr
im Musikhaus

Für weitere Auskünfte wenden Sie sich bitte an das LSB Sekretariat, Tel. Nr. 230 48 00

Einige Beratungsthemen:

- **Vorlage/Textbausteine für eine Vorsorgevollmacht** (individuell anzupassen)
- **Betreuungs- und Pflegegeld**
- **Hausnotruf**
- **Patientenverfügung** (neues Formular auch bei uns erhältlich)

Interesse geweckt? Gerne berate ich Sie bei diesen und anderen Anliegen:

Jakob Gstöhl, Leiter der IBA

Tel. 230 48 01,

E-Mail: iba@seniorenbund.li

Sie möchten andere Senioren und die IBA bei einem **Jass- und Spielenachmittag kennenlernen? Dann besuchen Sie uns am:**

Freitag, 28. Juni um 14 Uhr in der Austrasse 13, Vaduz. (Bitte um Anmeldung) Tel. 230 48 01, iba@seniorenbund.li

freiwillig.li

Aktuell werden Freiwillige gesucht für:

- ▶ **Aufbau des Freiwilligen-Teams: Hilfe bei Fragen zu Smartphone, Tablet, Computer und digitalen Medien.** Wir treffen uns am 25. Juni um 17 Uhr in der Austrasse 13 (Seniorenbund) und planen gemeinsam an einem neuen Angebot für Senioren (z.B. Workshop zu einem speziellen Thema oder Smartcafé). Interessenten zu dieser Freiwilligenarbeit sind herzlich willkommen. Um Anmeldung bei der IBA wird gebeten.
- ▶ **Mahlzeiten zustellen** (Familienhilfe)
- ▶ **Besuchs- und Begleitdienst**, z.B. bei Anlässen mithelfen, vorlesen, spazieren (Familienhilfe)
- ▶ **Begleiten:** Diverse Tätigkeiten für Bewohner und Bewohnerinnen in den LAK Häusern (LAK).

Weitere Inserate, Auskunft und Weitervermittlung zu den Kontakten online unter www.freiwillig.li oder persönlich bei der Informations- und Beratungsstelle Alter (IBA):
Tel. 230 48 01 info@freiwillig.li



Horizonte 60+ Sommerausflug

Die Schätze der Insel Reichenau - mit Münster und St. Georg

Wir besichtigen gemeinsam das Münster St. Maria und Markus mit seiner Schatzkammer und die Kirche St. Georg mit ihren eindrucksvollen ottonischen Wandmalereien. Im Anschluss bei der Fahrt über die Insel erhalten Sie interessante Informationen zu Gemüsebau, Weinbau, Fischerei und Geschichte,

Programm: Abfahrt ab letzter Haltestelle in Liechtenstein ca. 8:00 Uhr, Führung: 10:00 – 12:30 Uhr, Mittagessen ca. 13:00 Uhr, freier Aufenthalt bis ca. 15:30 Uhr, Ankunft in Liechtenstein um ca. 17:00 Uhr.

Datum: Donnerstag, 8. August 2019

Gruppe: max. 40 Personen, Mindestteilnehmeranzahl: 20 Personen

Preis p.P.: CHF 60.- für LSB Mitglieder, CHF 70.- ohne LSB Mitgliedschaft (nur Busfahrt und Führung), Mittagessen zzgl. CHF 25.- (ohne Getränke)

Anmeldung: Wir bitten um Anmeldung bis zum 19. Juli.

Mittagessen: Freie Restaurantauswahl oder gemeinsames Menu vsl. im Restaurant «Bei Riebels» (bekannt für Fischgerichte).

Sonstiges: Der Tagesausflug findet bei jedem Wetter statt. Der Bus ist klimatisiert und die Kirchen bieten eine angenehme Temperatur auch bei heissem Sommerwetter.

Studienreise 2019: Auf den Spuren Europas

Sonntag, 13. Oktober bis Freitag, 18. Oktober 2019

Das ausführliche Prospekt ist nun bei der Informations- und Beratungsstelle Alter erhältlich.

Auf dieser Studienreise werden Ihnen einige ausgewählte historische Aspekte zur EU, zu Europa und zu den Ländern, durch die wir reisen, näher gebracht. In der Begegnung mit den Vertretern der liechtensteinischen Botschaften in Strassburg und Brüssel erfahren Sie aus erster Hand wie die Verbindungen zwischen der EU und Liechtenstein gestaltet werden. Diese Studienreise führt Sie im Herbst durch die Städte Colmar, Luxemburg, Brüssel, Brügge, Gent, Blankenberge (Nordseestrand) und Strassburg.

Begleitet wird die Reise vom Historiker Toni Büchel und dem IBA Leiter Jakob Gstöhl.

Preis pro Person im Doppelzimmer ca. CHF 1.475.-

Preis pro Person im Einzelzimmer ca. CHF 1.690.-

Im Preis inbegriffen sind die Übernachtungen im Hotel (3-4*), Busfahrten mit Luxus Reisebus, Verpflegung*, Führungen* u.v.m. gemäss dem Prospekt der IBA.



Gent, Belgien

*Weitere Details entnehmen Sie dem Prospekt (digital oder per Post zustellbar).

Anmeldefrist: 15. Juli 2019.

Kontakt

Jakob Gstöhl
Leiter der IBA, Austrasse 13,
9490 Vaduz
Tel.: 230 48 01 iba@seniorenbund.li

