



**„LE.NA“ – Lebendige Nachbarschaft**

Es gibt Zeiten, in denen wir Ruhe brauchen und das Alleinsein genießen. Doch manchmal ist es auch schwer. Wenn es niemanden gibt, der zu mir kommt oder den ich anrufen kann. Wenn mir die Decke auf den Kopf fällt oder ich eine kleine Hilfe benötige. LE.NA eröffnet Möglichkeiten, miteinander ins Gespräch zu kommen und schafft Begegnungsräume, in denen jede/r willkommen ist.

### **LE.NA kommt zu Besuch**

Sie freuen sich über Besuch oder ein nettes Telefongespräch? Die Freiwilligen aus dem LE.NA Besuchsteam besuchen Sie gerne oder telefonieren gerne mit Ihnen.

### **LE.NA Café**

Sie möchten wieder mehr mit Menschen in Kontakt kommen, miteinander plaudern, einander Geschichten erzählen oder Karten spielen? Wir freuen uns Sie in unseren LE.NA Cafés in Götzis und Bludenz begrüßen zu dürfen.

### **Mit LE.NA wandern**

Sie sind gerne mit anderen Menschen unterwegs, um die Natur und die Gemeinschaft zu genießen? Bei „Wandern mit Gleichgesinnten“ stehen die Bewegung in der Natur, Abwechslung im Alltag sowie Gesellschaft mit anderen Menschen im Vordergrund.

 Auf gesunde Nachbarschaft!

 Bundesministerium  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz

Gesundheit Österreich  
GmbH 

 Fonds Gesundes  
Österreich

### **Kontakt LE.NA**

M 0676-88420 4024

LE.NA@caritas.at

[www.caritas-vorarlberg.at/lena](http://www.caritas-vorarlberg.at/lena)

### **Sie benötigen finanzielle Unterstützung?**

Dann wenden Sie sich gerne an unsere Beratungsstelle Existenz und Wohnen:  
Mo bis Fr 08.00 – 12.00  
T 05522-200 1700 oder  
[beratung@caritas.at](mailto:beratung@caritas.at)

### **Spenden**

AT 32 3742 2000 0004 0006  
Raiffeisenbank Feldkirch

**Caritas  
&Du**