



## Rondom Gsond in Oberegge – Dienstleistende im Gesundheitsbereich

### 1. Beratung

#### **Beratungsstelle für Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität FAPLA**

Vadianstrasse 24, Postfach 325  
9001 St.Gallen

071 222 88 11  
[faplasg@fzsg.ch](mailto:faplasg@fzsg.ch)

- Beratung zu Schwangerschaft und Elternschaft, ungeplante Schwangerschaft und Schwangerschaftsabbruch, Sexualität und sexuelle Gesundheit, Verhütung, Sexualität und Beeinträchtigung, geschlechtliche und sexuelle Vielfalt, weibliche Genitalbeschneidung
- Sexualpädagogik und sexuelle Bildung

---

#### **Beratungsstelle für Suchtfragen**

Marktgasse 10c  
9050 Appenzell

071 788 92 59  
[suchtberatung@gsd.ai.ch](mailto:suchtberatung@gsd.ai.ch)

- Für Suchtbetroffene, Angehörige, Arbeitgebende und Fachpersonen
- Beratung bei Anliegen in Zusammenhang mit legalen oder illegalen Substanzen sowie Verhaltenssüchten
- Präventionsangebote

---

#### **Kinder- und Jugendpsychiatrische Dienste St.Gallen KJPD**

Brühlgasse 35/37  
Postfach 447  
9004 St.Gallen

071 243 46 46  
[sekretariat@kjpd-sg.ch](mailto:sekretariat@kjpd-sg.ch)

- Beratung und Abklärung
- Notfall- und Krisenintervention
- Tagesklinik

---

#### **Krebsliga Ostschweiz (SG, AR, AI, GL)**

Flurhofstrasse 7  
9000 St. Gallen

071 242 70 00  
[info@krebssliga-ostschweiz.ch](mailto:info@krebssliga-ostschweiz.ch)

- Für Menschen mit Krebserkrankungen und deren Angehörigen
- Sozialberatung
- Präventionsangebote
- donna - Programm zur Brustkrebs Früherkennung

---

#### **Lungenliga St.Gallen – Appenzell**

Kolumbanstrasse 2  
9008 St.Gallen

071 228 47 47  
[info@lungenliga-sg.ch](mailto:info@lungenliga-sg.ch)

- Therapie- und Beratungsangebote
- Gesundheitsförderung, Rauchstopp und Tabakprävention

### **Mütter- und Väterberatung**

Spitex Appenzell Innerrhoden  
Eggerstandenstrasse 2a  
9050 Appenzell

079 788 00 85

[ursula.neff@spitexai.ch](mailto:ursula.neff@spitexai.ch)

[karin.inauen@spitexai.ch](mailto:karin.inauen@spitexai.ch)

- Für junge Familien mit Kindern bis zu fünf Jahren
- Beratung zu Stillen, Säuglingsernährung, Kinderkrankenpflege, altersgerechten Entwicklung, Gesundheitsvorsorge und Erziehungsfragen
- Beratungsstunden in Oberegg vor Ort

---

### **Ombudsstelle Alter und Behinderung der Kantone St.Gallen, Appenzell Ausserrhoden und Appenzell Innerrhoden**

Schützengasse 6  
9000 St Gallen

071 220 33 73

[info@osab.ch](mailto:info@osab.ch)

- Für Menschen im Alter oder mit Behinderung, die auf professionelle Hilfe, Betreuung oder Pflege angewiesen sind.
- Neutrale Beratung und Konfliktvermittlung zwischen den Parteien

---

### **Opferhilfe SG-AR-AI**

Teufenerstrasse 11  
9001 St.Gallen

071 227 11 00

[info@ohsg.ch](mailto:info@ohsg.ch)

- Für Gewaltbetroffene und Angehörige
- Beratung über Rechte, juristische, psychische, soziale und finanzielle Themen

---

### **Ostschweizerische Diabetes-Gesellschaft**

Neugasse 55  
9000 St.Gallen

071 223 67 67

[info@diabetesostschweiz.ch](mailto:info@diabetesostschweiz.ch)

- Diabetesberatung
- Ernährungsberatung
- Fusspflege
- Diabetiker-Treffen

---

### **Pro Infirmis**

Marktgasse 10c  
9050 Appenzell

058 775 19 40

[appenzell@proinfirmis.ch](mailto:appenzell@proinfirmis.ch)

- Für IV-Rentnerinnen und Rentner
- Sozialberatung: Finanzen, Recht und Vorsorge, Wohnen, Lebensgestaltung
- Entlastungsdienst

---

### **Pro Senectute AI**

Marktgasse 10c  
9050 Appenzell

071 788 10 26

[info@ai.prosenectute.ch](mailto:info@ai.prosenectute.ch)

**Alexandra Sonderegger**, Ortsvertretung  
Oberegg

079 329 15 33

[ortsvertretung@ai.prosenectute.ch](mailto:ortsvertretung@ai.prosenectute.ch)

- Für AHV-Rentnerinnen und Rentner
- Sozialberatung: Finanzen, Recht und Vorsorge, Wohnen, Lebensgestaltung
- Freizeit: Geselligkeit, Bewegung und Sport, Bildung
- Mahlzeitendienst

### **Sozialberatungsstelle Appenzell**

Marktgasse 10c  
9050 Appenzell

071 788 10 24

[claudia.deuber@sbs.ai.ch](mailto:claudia.deuber@sbs.ai.ch)

- Für Einwohnerinnen und Einwohner des Kantons Appenzell I.Rh.
  - Beratung in persönlichen Problemen, Ehe- und Familienproblemen, Erziehungsfragen, Trennung/Scheidung, Finanzen, rechtliche Fragen, Budget/Schulden,
  - Begleitung von Menschen mit psychischen Problemen
- 

## **2. Fahrdienste**

### **Rotkreuz Fahrdienst**

Carin Sonderegger

071 891 35 59

- Fahrdienst zu gesundheitlichen Terminen (Sprechstunde, Therapie, Kur etc.) für Menschen, die öffentliche Verkehrsmittel aus gesundheitlichen Gründen nicht nutzen können.
  - Keine Rollstuhltransporte
- 

### **Tixi AR/AI**

071 793 39 33

[kontakt@tixi-appenzellerland.ch](mailto:kontakt@tixi-appenzellerland.ch)

- Fahrdienst für alle Menschen, die öffentliche Verkehrsmittel nicht oder nur erschwert nutzen können.
  - Rollstuhltransporte möglich
- 

## **3. Mahlzeitendienst**

### **Betreuungs-Zentrum Heiden**

Gerbestrasse 3  
9410 Heiden

071 898 86 22

[info@bz-heiden.ch](mailto:info@bz-heiden.ch)

- Mahlzeitenlieferung nach Hause von
  - Montag bis Freitag (Samstag und Sonntag Selbstabholung möglich)
- 

### **Pflege Reute, Haus Watt**

Watt 1  
9411 Reute AR

071 775 90 74

[sven.hillmann@pfleregereute.ch](mailto:sven.hillmann@pfleregereute.ch)

- Mahlzeitenlieferung nach Hause von Montag bis Sonntag, inklusive Feiertage

#### 4. Ambulante Pflege und Betreuung

##### **Alters- und Pflegeheim Krone**

Oberdorf 3  
9038 Rehetobel AR

071 878 61 61  
[info@krone-ar.ch](mailto:info@krone-ar.ch)

- Tages- und Nachtstruktur

---

##### **Betreuungs-Zentrum Heiden**

Gerbestrasse 3  
9410 Heiden

071 898 86 00  
[info@bz-heiden.ch](mailto:info@bz-heiden.ch)

- Tages- und Nachtstruktur

---

##### **Hospizdienst Appenzeller Vorderland**

078 850 94 10

[hospizar@outlook.com](mailto:hospizar@outlook.com)

- Begleitung von schwerstkranken und sterbenden Menschen

---

##### **Lungenliga St.Gallen – Appenzell**

Kolumbanstrasse 2  
9008 St.Gallen

071 228 47 47  
[info@lungenliga-sg.ch](mailto:info@lungenliga-sg.ch)

- CPAP-Therapie
- Sauerstofftherapie
- Heimbeatmung
- Inhalationstherapie

---

##### **Palliativer Brückendienst der Krebsliga Ostschweiz (SG, AR, AI, GL)**

Flurhofstrasse 7  
9000 St.Gallen

071 242 70 30  
[pbd@krebsliga-ostschweiz.ch](mailto:pbd@krebsliga-ostschweiz.ch)

- Mobiler und spezialisierter Beratungsdienst für Menschen mit einer fortgeschrittenen, unheilbaren Krankheit

---

##### **Spitex Vorderland**

Asylstrasse 16  
9410 Heiden

071 891 19 08  
[info@spitex-vorderland.ch](mailto:info@spitex-vorderland.ch)

- Gesundheits- und Krankenpflege
- Psychiatrische Pflege
- Hauswirtschaft und Betreuung
- Hilfsmittel

## 5. Wohnen

### **Alters- und Pflegeheim Krone**

Oberdorf 3  
9038 Rehetobel AR

071 878 61 61  
[info@krone-ar.ch](mailto:info@krone-ar.ch)

- Wohnen mit Pflegeunterstützung
- Geschützte Wohngruppe für Menschen mit Demenzerkrankung

---

### **Betreutes Wohnen Obereg**

Rutlenstrasse 1  
9413 Obereg

076 805 54 85  
[info@betreutes-wohnen-obereg.ch](mailto:info@betreutes-wohnen-obereg.ch)

- Wohnen mit leichter Betreuung

---

### **Betreuungs-Zentrum Heiden**

Gerbestrasse 3  
9410 Heiden

071 898 86 00  
[info@bz-heiden.ch](mailto:info@bz-heiden.ch)

- Wohnen mit Pflegeunterstützung
- Geschützte Wohngruppe für Menschen mit Demenz
- Gerontopsychiatrische Pflegeplätze

---

### **Pflege Reute**

071 775 90 70  
[info@pflegereute.ch](mailto:info@pflegereute.ch)

- Wohnen mit Pflegeunterstützung

### **Haus Sonnenschein**

Mohren 9  
9411 Reute AR

071 775 90 70  
[sonnenschein@pflegereute.ch](mailto:sonnenschein@pflegereute.ch)

### **Haus Watt**

Watt 1  
9411 Reute AR

071 891 15 29  
[watt@pflegereute.ch](mailto:watt@pflegereute.ch)

## 6. Medizinische Versorgung

### Arztpraxis Bären Obereg

Dorfstrasse 17  
9413 Obereg

071 891 44 55

[praxisbaeren@hin.ch](mailto:praxisbaeren@hin.ch)

- Allgemeinmedizin
- Notfalldienst
- Hausbesuche (wenn notwendig)

---

### Kantonales Gesundheitszentrum Appenzell

Sonnhalde 2  
9050 Appenzell

071 788 75 75

[info@gzai.ch](mailto:info@gzai.ch)

- Stationäre Kurzzeit- und Übergangspflege
- Ambulante medizinische Versorgung und Tagesklinik

---

### Medizinisches Ambulatorium in Heiden

Werdstrasse 1a  
9410 Heiden

071 898 40 80

[maih@hin.ch](mailto:maih@hin.ch)

- Diverse ambulante medizinische, chirurgische und therapeutische Angebote
- Leichte Notfälle

---

### Notruf

<b>144</b>	Sanitätsnotruf
<b>145</b>	Vergiftungsnotfälle
<b>143</b>	bei Krisen und persönlichen Problemen
<b>147</b>	für Kinder und Jugendliche
<b>0844 00 11 22</b>	Hausärztliches Notfalltelefon Vorderland
<b>071 243 46 46</b>	Kinder- und Jugendpsychiatrische Dienste
<b>071 227 11 00</b>	Opferhilfe
<b>079 698 95 02</b>	Soforthilfe für vergewaltigte Personen
<b>071 250 03 45</b>	Frauenhaus

### Notfallapotheke

Rathaus St.Gallen	
Mo - Fr	7.00 - 21.00 Uhr
Sa	9.00 - 20.00 Uhr
So	10.00 - 20.00 Uhr

### Bei lebensbedrohlichen Notfällen und im Zweifelsfall

Sofort Sanitätsnotrufzentrale Tel. 144 anrufen

- Aufgebot von Rettungsdienst und/oder Rega, Bergrettung sowie First Responder Plus / Rapid Responder

### Bei nicht lebensgefährlichen Notfällen

1. Hausärztin oder Hausarzt anrufen
2. Ausserhalb der Praxisöffnungszeiten hausärztliches Notfalltelefon, Notfalltelefon der Krankenversicherung oder Notfallstationen anrufen
3. Notfallstation in der Region aufsuchen

### Psychiatrischer Notfall

1. Hausärztin oder Hausarzt anrufen
2. Psychiatrisches Zentrum Herisau oder Kinder- und Jugendpsychiatrische Dienste St.Gallen anrufen

**Samariterverein Obereggen – Reute**

Kirchplatz 4  
9413 Obereggen

[info@samariter-obereggen-reute.ch](mailto:info@samariter-obereggen-reute.ch)

- Kurse
- Sanitätsdienst

**7. Bezirk/Behörden/Kanton**

**Bezirksverwaltung Obereggen**

Dorfstrasse 17  
9413 Obereggen

071 898 50 80

[info@obereggen.ai.ch](mailto:info@obereggen.ai.ch)

- Auskunft- und Informationsstelle

---

**Gesundheits- und Sozialdepartement  
Appenzell I.Rh.**

Hoferbad 2  
9050 Appenzell

071 788 94 51

[info@gsd.ai.ch](mailto:info@gsd.ai.ch)

- Aufsicht und Planung
- Prävention
- Prämienverbilligung

---

**Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde  
Appenzell I.Rh. (KESB)**

Hoferbad 2  
9050 Appenzell

071 788 92 51

[kesb@gsd.ai.ch](mailto:kesb@gsd.ai.ch)

- Hinterlegung von Vorsorgeauftrag
- Gefährdungsmeldungen Erwachsenenschutz
- Beistandschaften