Chomm vezöll doch!

Anlaufstellen für bäuerliche Familien im Kanton Appenzell I.Rh.

Brauchen Sie Hilfe? Dafür sind wir da!

Wissen Sie nicht mehr weiter auf Ihrem Hof?
Brauchen Sie dringend eine Aushilfe für Betrieb oder Haushalt?
Möchten Sie mit jemandem persönliche Probleme besprechen?

Handeln Sie jetzt!
Alle Anfragen werden vertraulich behandelt.



Coaching für den Hof

Vertraulich, professionell, nah am Alltag

Fühlen Sie sich überlastet oder stehen vor schwierigen Entscheidungen auf dem Hof? Ein Gespräch gibt Ihnen Klarheit, Entlastung und neue Perspektiven. Diskret und verständnisvoll.

Unsere Coaches

- kennen das Leben auf dem Bauernhof
- sind für diese Aufgabe ausgebildet
- hören zu und nehmen sich Zeit
- helfen, Gedanken zu ordnen und Lösungen zu finden
- vermitteln bei Bedarf an Fachstellen

Wann kann ein Gespräch helfen?

- Bei Belastung und Erschöpfung
- Bei Geld- oder Zukunftssorgen
- Bei Spannungen in der Familie oder Partnerschaft
- Bei Fragen zur Hofnachfolge usw.

Ihre Ansprechpersonen

Erfahrene Coaches aus dem bäuerlichen Umfeld stehen Ihnen zur Seite. Melden Sie sich – wir sind für Sie da.

- Luzia Bucheli, Appenzell: 076 436 64 66
- Sara Kurt Kläger, Appenzell: 079 467 66 81
- Monika Mock, Appenzell: 079 511 52 17
  www.monika-mock.ch
- Cornel Rimle, St. Gallen: 079 284 03 49
  www.cornelrimle.ch
- Marc Vuilleumier, Herisau: 079 766 19 80
  www.coach-vision.ch
- Ricarda Caderas, Chur: 077 202 26 33
  www.potenzials.ch
- Andreas Bräuninger, Schweizersholz (TG): 079 582 72 28
  www.kon-sens.ch

So einfach geht's

- Melden Sie sich direkt bei einem unserer erfahrenen Coaches.
- Bis zu sechs Stunden Coaching à Fr. 140.– sind dank Spendengeldern kostenlos.
- Ihre Gespräche bleiben selbstverständlich vertraulich.

Nutzen Sie die Chance, neue Wege zu gehen!

Bauernverbände

Bauernverband Appenzell I.Rh.
info@bauernverband-appenzell.ch
www.bauernverband-appenzell.ch

Bäuerinnen- und Landfrauenverband Appenzell I.Rh.
info@baeuerin.ch
www.baeuerin.ch

Beratung

Betriebsberatung
Beratung Landwirtschaftsamt Appenzell I.Rh.
Emil Inauen: 071 788 95 76, emil.inauen@lfd.ai.ch,
www.ai.ch/betriebsberatung

Sozialberatung Appenzell I.Rh.
Claudia Deuber: 071 788 10 24, claudia.deuber@sbs.ai.ch
www.sozialberatung-ai.ch

Bäuerliches Sorgentelefon
041 820 02 15; info@baeuerliches-sorgentelefon.ch
www.baeuerliches-sorgentelefon.ch

Dargebotene Hand Tel. 143
Rund um die Uhr, auf Wunsch anonym

Unterstützung im Alltag

Betriebshelferdienst
Landwirtschaftlicher Betriebshelferdienst des St. Galler Bauernverbandes
071 394 60 10, info@bauern-sg.ch
www.bauern-sg.ch

Verein Haushaltservice AR
Christa Breitenmoser: 071 367 14 50, info@haushaltservice-ar.ch
www.haushaltservice-ar.ch

Gesundheitsfragen

Hausärztinnen und Hausärzte
Ihre erste Anlaufstelle für alle Fragen rund um Ihre Gesundheit. Sie vermittelt bei Bedarf weiter. Falls nötig, erhalten Sie Überweisungen zu Angeboten wie Physiotherapie, Spitex, Psychiatriespitex oder psychologischer Hilfe.

Spitex und Psychiatrie-Spitex
Spitex Appenzell I.Rh.: 071 788 40 80, www.spitexai.ch
Spitex Vorderland AG: 071 891 19 08, www.spitex-vorderland.ch

Verein Gesundheitskoordination GeKo
Hermine Hartmann: 058 517 51 00, info@gesundheitskoordination.ch
www.gesundheitkoordination.ch

Weitere Beratungsstellen und Notfallnummern

www.bauernverband-appenzell.ch/wichtige-telefonnummern
www.baeuerin.ch/news-info-sblv
www.ai.ch/betriebsberatung
www.ai.ch/notfall

Eine gemeinsame Initiative von:
Bauernverband AI, Bäuerinnen- und Landfrauenverband AI, Landwirtschaftsamt AI, Gesundheitsamt AI und Seelsorgeeinheit Appenzell im Rahmen der kantonalen Kampagne «Chomm, vezöll doch!»,
1. Auflage März 2026.