

# Rheumaliga Beratungsstelle

Das Kompetenzzentrum in Ihrer Nähe für Menschen mit Rheuma



Eine Rheumadiagnose und chronische Schmerzen sind für Betroffene, Angehörige und Bezugspersonen eine Herausforderung. Sie lösen persönliche Fragen aus im Zusammenhang mit Versicherungen, Verwaltungen oder in administrativen Belangen. Benötigen Sie Unterstützung bei der Finanzierung von Therapie- und Krankheitskosten? Sind Sie auf der Suche nach Informationen und Austausch zur Lösung für persönliche oder familiäre Anliegen?

**Wir beraten, kostenlos und lösungsorientiert. Wir unterstützen Sie vertraulich und professionell. Wir bieten Fachwissen und Beratung:**

- Psychosoziale Fachberatung für Betroffene und Angehörige
- Zusammenarbeit und Entlastung von Arztpräaxen und Therapeuten als Ergänzung der medizinisch-therapeutischen Behandlungen
- Abklärung von Versicherungsleistungen, Umgang mit Ämtern und Behörden etc.
- Ausstellung der Alltagshilfen mit individueller Hilfsmittel-Beratung
- Prüfung und Erstellung von Finanzgesuchen bei ungedeckten Krankheitskosten
- Breites Angebot an Informationen und Broschüren zu Krankheitsbildern und Behandlungen, sowie zur Rheuma- und Schmerzprävention
- Stärkung der Selbsthilfe und fachgeleitete Führung von Selbsthilfegruppen
- Informationsveranstaltungen für interessierte Gruppen und Patientenbildungskurse \*
- «Beratung für Alltagshilfen im eigenen Zuhause»: Damit Personen, die Unterstützung benötigen im eigenen Zuhause selbstständig und sicher wohnen können \*

**Rheumaliga SG, GR, AI/AR und Fürstentum Liechtenstein**

**Beratungsstelle für Bad Ragaz und Umgebung sowie**

**für den Kanton Graubünden und das Fürstentum Liechtenstein**

Bahnhofstrasse 15, 7310 Bad Ragaz, Tel. 081 511 50 03, Mail: a.schmider@rheumaliga.ch

**Rheumaliga SG, GR, AI/AR und Fürstentum Liechtenstein**

**Beratungsstelle für St. Gallen und Umgebung sowie**

**für die Kantone beider Appenzell**

Rosenbergstr. 69, 9000 St. Gallen, Tel. 071 223 15 13, Mail: beratung.sg@rheumaliga.ch

[www.rheumaliga.ch/sgfl](http://www.rheumaliga.ch/sgfl)

[Besuchen Sie uns auf](#)  [und lassen Sie sich beraten](#)

\* Kostenpflichtige Beratungsangebote (Unkostenbeitrag)



**Rheumaliga  
SG, GR, AI/AR und  
Fürstentum Liechtenstein**  
Bewusst bewegt

# Beratung für Alltagshilfen: selbstsicher Zuhause



Nach Operationen, bei Schwäche, Schmerzen oder Bewegungseinschränkungen von Gelenken und Weichteilen können kleine Dinge im Alltag grosse Hürden sein. Die Rheumaliga bietet ein Sortiment von Alltagshilfen und die regionale Rheumaliga ein Beratungsangebot in der Region an, damit Betroffene selbstständig und sicher Zuhause wohnen können.

Wer zum Beispiel unter Osteoporose leidet oder Probleme mit dem Gleichgewicht hat, unterliegt einem hohen Risiko sich zu verletzen und sich Knochen zu brechen. Dies kann massive negative Konsequenzen für Betroffene haben. Die Alltagshilfen der Rheumaliga helfen Menschen mit und auch ohne Rheuma, alltägliche Verrichtungen zu erleichtern.

Damit Risikopersonen im eigenen Wohnraum den Alltag gelenkschonend bewältigen können, empfehlen wir unsere «Beratung für Alltagshilfen im eigenen Zuhause». Am Beratungsgespräch Zuhause bei den Betroffenen eruieren sie gemeinsam mit den Mitarbeitenden der regionalen Rheumaliga, die individuellen Schwierigkeiten und Herausforderungen in ihrem Alltag und prüfen, welche cleveren Produkte Abhilfe schaffen können. Einige Produkte können am Beratungsgespräch, also vor der Bestellung, ausprobiert werden.

## Ziele der «Beratung für Alltagshilfen im eigenen Zuhause»:

- Verletzungsrisiken, die bei den Betroffenen und vor Ort bestehen, zu erkennen und kurzfristige Massnahmen zu ergreifen, um Verletzungen im Haushalt zu vermeiden
- Geeignete Hilfsmittel und Produkte anzuschaffen, die dazu beitragen, beeinträchtigte Gelenke zu schonen und gesunde Gelenke zu schützen sowie den Bedarf und die Finanzierung der Massnahmen sicher zu stellen
- Trotz Einschränkungen ein Gefühl von Sicherheit im eigenen Haushalt zu erlangen und ein positives und selbstsicheres Lebensgefühl zu erhalten
- Die Autonomie und die Lebensqualität von Menschen mit Beeinträchtigungen zu erhalten und zu steigern. Damit Betroffene möglichst lange selbstständig und unabhängig im eigenen Zuhause wohnen können

Je nach Wegkosten wird für die «Beratung für Alltagshilfen im eigenen Zuhause» ein Unkostenbeitrag erhoben. Mit finanziell schwachen Personen finden wir gemeinsam eine Lösung. Wir beraten Sie gerne, damit Sie weiterhin selbstsicher Zuhause wohnen können.

## Anmeldung zur «Beratung für Alltagshilfen im eigenen Zuhause»:

**Rheumaliga SG, GR, AI/AR und Fürstentum Liechtenstein**

**Geschäftsstelle und Bewegungskurse**

Bahnhofstrasse 15, 7310 Bad Ragaz

Tel. 081 302 47 80, Mail: [info.sgfl@rheumaliga.ch](mailto:info.sgfl@rheumaliga.ch)

[www.rheumaliga.ch/sgfl](http://www.rheumaliga.ch/sgfl)



Rheumaliga  
SG, GR, AI/AR und  
Fürstentum Liechtenstein  
Bewusst bewegt