

# Hand in Hand

RONALD McDONALD  
HAUS ST.GALLEN



© Christine Kocher

## Editorial

Sandra Huber  
Hausleiterin



### «Miteinander erreichen wir viel.»

Jedes Mal, wenn wir voller Freude unseren neuen Newsletter vorbereiten, merken wir, wie viele Menschen sich für unser Elternhaus einsetzen.

Seien es die sieben Stiftungsräte, welche unser Haus strategisch in die Zukunft begleiten. Oder unsere 18 freiwilligen Mitarbeiterinnen, welche ihre vielfältigen Qualitäten den bei uns wohnenden Familien schenken. Auch die grosse Unterstützung der Mitarbeitenden des Kinderspitals ist Gold wert. Ausserdem unterstützen uns – und damit unsere Eltern mit kranken Kindern – unzählige weitere Personen mit Sachspenden, Zeit, guten Inputs oder Geldbeträgen. Viele von Ihnen gehören auch dazu.

Miteinander erreichen wir viel ...

**Tausend Dank an alle Mitwirkenden.**

## Aus einer anderen Perspektive

Eltern, Ärzte, Hebammen und inmitten ein kleines Baby – Luna, heute 16 Jahre alt, wurde wie ihr Bruder Ron zu früh geboren und gibt nun einen Einblick in ihr Leben und erzählt, was es für sie bedeutet, ein Frühchen zu sein.

Auch wenn ich mich nicht an den Tag meiner Geburt erinnern kann, so weiss ich aus Erzählungen, was für eine prägende Erfahrung dies für alle Beteiligten war und wieviel tatsächlich in so einer «Frühgeburt» stecken kann. Ein Erlebnis, welches niemand jemals vergisst. Egal ob Eltern, Verwandte, Ärzte oder Hebammen.

Mein Name ist Luna Grichting und ich habe mein Buch namens «Frühgeburten – Die Wunderkinder» an das Ronald McDonald Haus abgegeben. Dieses Buch war eine Projektarbeit in meiner 3. Oberstufe. Ich und mein Bruder sind selbst sogenannte «Frühchen». Allerdings hatte ich mehr Glück als er. Mein Buch dient vor allem der Aufklärung über dieses Thema, da leider immer noch zu wenig darüber gesprochen wird. Es wurden verschiedenste Erlebnisse von Müttern und Eltern in diesem Buch geteilt, schöne sowie herzerreissende. In diesem klei-

nen Artikel erzähle ich über meine Geburt und Erlebnisse, aber auch über die meines Bruders und welche Auswirkungen diese hatten. Bis zur 29. Schwangerschaftswoche verlief bei meiner Mutter die Schwangerschaft mit mir ganz normal und einwandfrei. Bei einer üblichen Routineuntersuchung stellte der Arzt bei ihr plötzlich einen viel zu hohen Blutdruck fest. Aufgrund dessen musste sie für weitere Abklärungen in das Kantonsspital Frauenfeld. Kaum richtig angekommen verlief alles sehr schnell, denn noch während der Arztvisite musste bei ihr ein Notkaiserschnitt durchgeführt werden. Mit nur 760 Gramm wurde ich mit der Rega ins Kinderspital St.Gallen geflogen. Meine Eltern konnten die Situation gar nicht richtig einschätzen und für meine Mutter war es besonders schlimm, da ich damals nicht bei ihr in Frauenfeld,

➤ weiter auf Seite 2



Familie Grichting – eine starke Familie, die zusammenhält. Mutter Nadja, Ron, Luna und Vater Roger.

sondern schon kilometerweit von ihr entfernt im Spital war. Meine Mutter blieb noch einige Tage nach meiner Geburt auf der Intensivstation in Frauenfeld. Und auch erst einige Tage nach dem 4. August, meinem Geburtstag, wurde mir mein Name – Luna – gegeben. Insgesamt blieb ich ganze zwölf Wochen im Spital. Die grosse Ungewissheit war eine Belastung für meine Eltern und Verwandten und plagte diese regelrecht. Man wusste nie, ob ich es schaffen würde oder nicht. Einen Tag vor meinem errechneten Geburtstermin durfte ich schliesslich das Spital verlassen und nach Hause gehen. Es war eine Situation, die von Angst und Ungewissheit, doch auch von Hoffnung und Freude geprägt war. Ich stellte mich als tapfere Kämpferin heraus, denn nicht nur hatte ich für mein Überleben gekämpft, ich entwickelte mich auch ohne weitere Probleme.

Meine Eltern, Nadja und Roger, hatten anfangs Zweifel, ob sie ein zweites Kind bekommen sollten. Meine Geburt war schon seelisch anstrengend und psychisch belastend. Ebenfalls könnte eine zweite Geburt mehr Risiken mit sich bringen. Jedoch kannten meine Eltern

die Ärzte und viele Geschichten von meinem Spitalaufenthalt her. Die Folgen und Risiken waren ihnen darum nicht neu. So entschieden sie sich für ein weiteres Kind, meinen Bruder Ron. Doch die zweite Schwangerschaft verlief leider auch nicht besser als meine. So verordnete der Arzt meiner Mutter zunächst drei Monate Bettruhe, bis dann in der 26. Schwangerschaftswoche mein Bruder das Licht der Welt erblickte. Mit gerade einmal 670 Gramm wurde er künstlich beatmet und es stand schlecht um ihn. Zahlreiche Operationen musste er über sich ergehen lassen. Im Unterschied zu ihm musste ich nie operiert werden. Mein Vater musste in dieser Zeit arbeiten, sich um mich kümmern und ebenfalls den Haushalt aufrechterhalten. Jeden Abend verbrachte er am Spitalbett bei meinem Bruder. Zu dieser Zeit waren meine Eltern für das Angebot des Ronald McDonald Hauses sehr dankbar. Es war doch eine grosse Entlastung, nicht jeden Tag die eineinhalb Stunden mit dem Auto hin und her fahren zu müssen. Mit der Spielküche im Kinderspital konnte ich mich stundenlang beschäftigen. Die Abwechslung mit den anderen Spielsachen und Bücher im Elternhaus waren

eine willkommene Abwechslung. Zudem war ich froh, die Zeit intensiv mit Mami und Papi zu verbringen. Ron erwies sich ebenfalls als ein kleiner Kämpfer, die Eingriffe am offenen Herzen überlebte er und so konnte er nach sieben Monaten mit Sauerstoffgerät und Magensonde das Spital verlassen. Nicht jedes Frühchen hat Einschränkungen, aber jedes hat seine eigene Geschichte und sollte stolz darauf sein! Wenn du auch ein Frühchen bist: Glaube an dich! Glaube an deine Ziele! Sei stolz auf dich. Auch wenn du dich nicht an deine Geburt erinnern kannst, erinnere dich daran, dass du es geschafft hast. Du hast den Kampf gegen den Tod gewonnen.

Ich kann gute Dinge sagen, dass es mir heute gut geht. Ich habe mich zu einer jungen und starken Frau entwickelt und dennoch macht mich meine Geburt einzigartig. Ich habe es mit 760 Gramm, einem Flug mit der Rega und nach drei Monaten im Spital so weit gebracht. Ich habe zu mir gefunden und gelernt, mich zu schätzen. Ich bin wertvoll, jeder Mensch ist wertvoll.

Luna Grichting

# Christian Ramota spendet uns dieses wunderschöne Zelt!

Lieber Christian

Du, als langjähriger Lizenznehmer bei McDonald's Schweiz und neuer Vizepräsident unseres Stiftungsrats, hast uns ein Zelt ermöglicht.

Nach unseren Wünschen durften wir es zusammen mit Fabienne Stocker, unserer kreativen Umsetzerin, gestalten und bedrucken lassen. Es erstrahlt in schönen hellen Farben, mit wunderbaren Bildern und präsentiert unser Elternhaus – unsere Mission – genauso wie wir sind. Zur ersten «Aufrichtung» hast du und Adnan (Filialleiter McDonald Restaurant

Bahnhof, St.Gallen) uns tatkräftig unterstützt.

Jetzt sind wir bereit für die nächsten Standaktionen. Motiviert, frisch, freudig – so können wir uns präsentieren und über unsere Aufgabe informieren. Oder ein Gartenfest für die Eltern organisieren, welchen wir in den letzten Jahren ein Zuhause auf Zeit geben konnten. Oder ... Uns fallen bestimmt weitere Ideen zur Nutzung ein.

Wir schätzen deine grosszügige Spende sehr! DANKE von Herzen!



Adnan Hrnjica, Iris Huber, Sandra Huber und Christian Ramota.

## Neu im nationalen Stiftungsrat

Die Ronald McDonald Kinderstiftung hat Gabi Weishaupt einstimmig als neues Ratsmitglied gewählt.

Das freut uns vom Elternhaus St.Gallen besonders. Sie kann somit ihre langjährige Erfahrung als Hausleiterin weiter einbringen und strategisch wirken.

Herzlichen Glückwunsch – Gabi!



## Neues Stiftungsratsmitglied im Elternhaus St.Gallen

Wie wertvoll, dass wir Josef Laimbacher als neues Stiftungsratsmitglied gewinnen konnten. Josef Laimbacher prägte und führte zuletzt als Chefarzt über 30 Jahre lang den Bereich der Jugendmedizin im Kinderspital St.Gallen.

Er war auch Mitbegründer des Kinderschutzzentrums am Ostschweizer Kinderspital (OKS) im Jahr 2002. Medizinisch fokussierte er vor allem auf die pädiatrische Psychosomatik, die komplexen Essstörungen und die Ernährung. Grosse Wert legte er auf die Interdisziplinarität für die fachübergreifende Behandlung der Patientinnen und Patienten. Nach seiner Pensionierung Ende 2020 engagiert er sich weiterhin im OKS-Neubauprojekt. Er leitet die «Gruppe für Gestaltung» und ist so verantwortlich für die Umsetzung einer kinder- und familiengerechten Gestaltung. Josef Laimbacher freut sich, sich als Stiftungsrat für das Elternhaus St.Gallen einzusetzen:

«Für mich steht ein wertvolles Angebot für Eltern und Familien im Mittelpunkt. Ich sehe mich aktuell als ein zentrales Bindeglied zwischen dem Ronald McDonald Haus St.Gallen und dem Neubau OKS, um Synergien zu ermöglichen, Überschneidungen zu vermeiden und eine Win-win-Situation für Beide zu schaffen.»



## «Kann ich das, ohne zu weinen?»

Diese Frage blitzte in meinem Kopf auf, als ich vom Ronald McDonald Haus für ein Schreibcoaching angefragt wurde.

Als zweifaches Mami berührt mich das Engagement von Sandra Huber und ihrem Team sehr.

Für das Elternhaus geht es nicht nur um das sinnvolle Aneinanderreihen von Buchstaben. Es geht um das Wichtigste überhaupt: um Eltern, die für ihre kranken Kinder da sind. Für mich ein emotionales Thema, denn auch unser heute 6-jähriger Sohn hatte einen holprigen Start ins Leben. Umso schöner war es, einen kleinen Beitrag zu leisten – und mein Text-Know-how zu teilen. Wenn dadurch das Ronald McDonald Haus nur etwas mehr an Sichtbarkeit gewinnt, bin ich einfach nur glücklich.

DANKE für alles und bis zum nächsten Mal.

Andrea Kern

[www.wortundstil.ch](http://www.wortundstil.ch)



Schreibkurs im Elternhaus.

# Jubiläen unserer Freiwilligen

4 unserer 18 freiwilligen Mitarbeiterinnen haben dieses Jahr ihr 5- oder 10-jähriges Jubiläum. Wir sagen DANKE!

### Was war deine schönste Begegnung in den letzten 10 Jahren?

In meiner Zeit als Freiwillige im Elternhaus durfte ich viele wertvolle Begegnungen machen. In Erinnerung bleibt mir das jährliche Christbaumschmücken. Da halfen manchmal spontan Eltern mit und konnten so den schweren Spitalalltag etwas hinter sich lassen. So wurde es auch Weihnachten in ihren Herzen.



Judith Schuler

### Was bewegt dich, im Elternhaus seit 5 Jahren Massagen anzubieten?

Es ist für mich etwas Wundervolles, den Eltern, Grosseltern oder Geschwistern von schwer kranken Kindern eine Entspannungsmassage zu schenken. Es erfüllt mein Herz, zu spüren, wie sie loslassen und entspannen und somit Kraft und Vertrauen schöpfen für ihre herausfordernde Situation. Es ist dann wunderschön zu sehen, wie sie danach mit einem entspannten Lächeln wieder Energie für ihr krankes Kind haben.



Angela Harzenmoser

### Was hast du an deiner Arbeit während der letzten 10 Jahre im Elternhaus geschätzt?

Die wertvollen Gespräche mit den Eltern, die mir in ihrem schwierigen Leben ihr Vertrauen geschenkt haben. Und ich ihnen dabei zuhören und Trost spenden durfte. Die Wertschätzung des Ronald McDonald Teams war und ist bis heute unbezahlbar für mich und die 10 Jahre sind eine grosse Bereicherung in meinem Leben. Und dennoch ist es nun Zeit, weiterzuziehen.



Isabella Wohlgenannt

### Wieso engagierst du dich bereits seit 5 Jahren für das Elternhaus St.Gallen?

Ich denke, dass wir der Gemeinschaft etwas zurückgeben sollten. Darum arbeite ich sehr gerne im Elternhaus St.Gallen. Ausserdem ist es für mich viel schöner, zu geben als nur zu nehmen.

Jie Kaats

# Wie handeln wir in Notsituationen?

Die Unsicherheit «handle ich in einer Notsituation richtig» ist immer da. Das hat uns dazu bewegt, zu diesem weitreichenden Thema eine Weiterbildung zu organisieren.



Beatrix Deisl schildert Notsituationen.

Draussen im Garten begrüsst wir die freiwilligen Mitarbeiterinnen zu einem Erfrischungsgetränk. Durch den Nachmittag führten uns Dr. med. Gudrun Jäger, leitende Ärztin Intensivstation, und Beatrix Deisl, Leiterin Weiter- und Fortbildung Pflege. Sie haben die Weiterbildung auf unsere Bedürfnisse im Elternhaus zugeschnitten. «Wie reagieren wir bei Atemnot, Schock oder Schnitt-

verletzungen», waren unter anderem die Themen. In Teams haben wir die stabile Seitenlage geübt. Im zweiten Teil erfuhren wir viel über emotionale Situationen. Wie reagieren, was sagen, wie zuhören – genau das durften wir in Rollenspielen üben, auf uns wirken lassen und diskutieren. Jetzt haben wir alle unser Wissen aufgefrischt und viel Neues dazu gelernt. Ein grosses DANKE an Bea und Gudrun!

## Berührende Post

Nach einer langen Zeit im Spital freut sich Bianca, endlich nach Hause zu dürfen. Mit diesen wunderschönen Zeichnungen bedankt sie sich bei uns, weil ihre Mami während dieser Zeit bei uns wohnen konnte.



## Haarprodukte für unsere Eltern

Ich heisse Gianpaolo und bin in St.Gallen aufgewachsen. Nach unterschiedlichen beruflichen Stationen arbeite ich nun seit vier Jahren bei der Laboratoires Hauser GmbH, die unter anderem die italienische Haarkosmetik-Marke «Davines» vertreibt. Nachhaltigkeit wird bei Davines grossgeschrieben und auch gelebt. Einerseits durch die nachhaltige Produktion und andererseits durch die Zero-Plastik-Politik.

Woher stammen nun die Produkte, die wir dem Ronald McDonald Haus St.Gallen schenken können? Wenn sich eine Coiffeuse, ein Coiffeur dafür entscheidet, unsere Produkte im Salon aufzunehmen, nehmen wir die alten, neuverpackten Produkte mit. Uns ist es ein grosses Anliegen, dass diese Produkte nicht einfach entsorgt werden, sondern – der Philosophie getreu – aufgebraucht werden.

Dadurch, dass ich Fabienne vom Ostschweizer Kinderspital kennenlernte, kam uns rasch die Idee, die Produkte unter anderem jeweils ins Elternhaus zu bringen. Dies war für mich umso schöner, weil ich in der Ausbildung zum Maler bereits das Beda Haus malen durfte und es auch für mich ein wenig ein «Nach-Hause-Kommen» war. Unser Team hofft, dass wir mit den Produkten den Familien etwas Freude in der jeweiligen schwierigen Zeit bereiten können.



Danke vielmals Gianpaolo.

# Impressionen aus dem Haus



1. Verabschiedung von Gabi Weishaupt und Walter Kistler am 4. Mai im Schössli St.Gallen. Alle Stiftungsräte, Deborah Muriith –Direktorin der Kinderstiftung, Guido Bucher – Direktor des Ostschweizer Kinderspitals und das Haus Team waren an diesem besonderen Anlass mit dabei.

2. Nun strahlt unser Haus auch aussen wieder. Die Fensterrahmen und -läden sind neu gestrichen.

3. Strahlende Gesichter nach dem lehrreichen Medientraining bei Farner Consulting AG in Zürich.

4. Unsere diesjährige Standaktion am Bärenplatz in St.Gallen war ein Erfolg.

5. Familie Skoda wohnt in Kroatien. Ena kann hier in St.Gallen endlich geholfen werden. Ihre ganze Familie reist für die Behandlungen jeweils mit und auch

die katholische, kroatische Mission in St.Gallen unterstützt sie sehr.

6. Fabio hier mit seinem Papi. Seine Mami und sein Papi haben schon viele Nächte im Elternhaus geschlafen.

## Ein Zeichen über den Tod hinaus

Margrit Assunta Horn hatte einen ganz besonderen Wunsch. Nach ihrem Leben sollten ihre Trauerspenden an das Ronald McDonald Haus St.Gallen gehen. Und dafür wünschte sie sich, mit einem Schmetterling am Spendenbaum des Elternhauses verewigt zu werden.



Welch berührende Idee. Die Ur-Enkeltochter von Frau Horn erblickte 15 Wochen zu früh das Licht der Welt. Ihre Enkelin, deren Mann und die zwei grösseren Geschwister wohnten in dieser Zeit für mehrere Monate im Elternhaus St.Gallen – um dem kleinen Mädchen nah zu sein. Von Anfang an war Frau Horn überzeugt, dass das Neugeborene sehr stark ist und alles gut kommt. Und so ist es. Laura ist heute 5 Jahre alt und kerngesund. Und daher – aus eigener Erfahrung der Familie ihrer Enkelin – wusste Frau Horn, dass das Elternhaus Gold wert ist. Sie selbst durfte das Mäd-

chen noch zwei Jahre miterleben, durfte sehen, wie Laura, wuchs, gedieh und immer stärker wurde. Dann verliess Frau Horn diese Welt und die Familie berücksichtigte ihren Wunsch. So helfen die Trauerspenden nun weiteren Familien, die im Elternhaus St.Gallen ein Zuhause auf Zeit finden.

Möchten auch Sie ein Zeichen über das eigene Leben hinaussetzen? Gerne senden wir Ihnen bei Interesse unseren neuen Ideengeber für die wertvolle Unterstützung bei der Nachlassregelung.

## Ihre Spende ist entscheidend für das Wohl ganzer Familien.

**Jetzt mit TWINT spenden!**



QR-Code mit der TWINT App scannen



Betrag und Spende bestätigen



## Zimmerpatenschaften

- **Zimmer Froschkönig:**  
Stiftung des Ärztevereins  
Klinik Stephanshorn,  
St.Gallen
- **Zimmer Erbsprinzess:**  
Mikiba Stiftung, Triesen (FL)
- **Zimmer Aladin:**  
S. und H. Rothschild Stiftung,  
St.Gallen
- **Zimmer Aschenputtel  
und Rapunzel:**  
Theres Vogt-Familienstiftung,  
Vaduz (FL)
- **Zimmer Arielle:**  
GGW Charitable Foundation,  
Vaduz (FL)
- **Zimmer Sterntaler:**  
Domenica Pfenniger-Stiftung,  
Zürich
- **Zimmer Kleiner Prinz:**  
Emil Nüesch Stiftung,  
Balgach
- **Zimmer Frau Holle:**  
Alois und Irma Weber-  
Goldinger-Stiftung,  
Rickenbach bei Wil
- **Zimmer Tischleindeckdich  
und Waschküche:**  
Teamco Foundation Schweiz,  
Niederurnen
- **Zimmer Hänsel und Gretel  
und Stadtmusikanten:**  
Hans und Wilma Stutz  
Stiftung, Herisau

# DANKE!

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung in Form von Zeit-, Geld- und Sachspenden sowie durch die Bekanntmachung unseres Haus! Auch an unsere Kleinspender einen lieben Dank – ohne Sie wäre vieles nicht möglich!

## Hauptgönner und Partner

McDonald's Schweiz, seine Lizenznehmerinnen und Lizenznehmer sowie Lieferanten und Gäste.

Folgende Spenden durften wir vom 1. März bis 31. Juli 2022 entgegennehmen:

### Spenden ab CHF 300.–

- Akermann Dr. med. Felix und Katharina, Buchs SG
- Britt Samuel, Wattwil
- Garage Baumann Walter, Appenzell
- Graf Gret, St.Gallen
- Gschwend Sandro, Speicherschwendi
- Lange Dr. med. Joachim und Klima-Lange Dr. med. Dagmar, Rorschacherberg
- Malergeschäft Käser Peter und Eve, St.Gallen
- Meister Markus, Appenzell
- Partyngl Vratislav, Wil SG
- Oberlin Paul und Bea, Niederwil
- Rova Marcel und Charlotte, Speicherschwendi
- Schmid Alfred und Ruth, Münchwilen
- Würstlin Oliver und Bachmann Andrea, Murten

### Grossspenden ab CHF 1'000.–

- Albin-Pedrotti-Stiftung, St.Gallen
- Benecare Foundation, Vaduz (FL)
- Emil Nüesch Stiftung, Balgach
- Evang. Kirchgemeinde Rorschach
- GGW Charitable Foundation, Vaduz (FL)
- Günther Roland, Gais
- Hans und Wilma Stutz Stiftung, Herisau
- Kiwanis Club Uzwil-Fürstenland
- Lüchinger Sarah, Diepoldsau
- Mikiba Stiftung, Triesen (FL)
- Rieser Paul, Goldach
- Schneider Christoph und Andréa, Niederteufen
- Schönbächler Arnold und Marie-Louise, Uznach
- tb immobilien AG, Oberbüren
- TEAMCO Foundation Schweiz, Niederurnen

## In Gedenken an:

- Brühwiler Thomas sel.
- Graf-Sonderegger Heidy sel.
- Rieser Hildegard sel.
- Trittenbass Philipp, sel.

## Regelmässige Sachspenden:

- Appenzeller Alpenbitter, Appenzell (Crownings Tea)
- Bäckerei Schwyter, St.Gallen (Brot)
- CH Regionalmedien AG, Aarau (Wir Eltern)
- Coca-Cola HBC Schweiz AG, Brütisellen (Getränke)
- Diversey, Münchwilen (Reinigungsmittel und Putzequipment)

- HAVI Logistics GmbH, Oensingen (Hygieneartikel)
- Kellenberger Frisch Service, Frigemo AG, Zürich (Früchte)
- KünzlerBachmann Verlag AG, St.Gallen (Familien Spick)
- Medela AG, Baar (Babyzubehör)
- Nestlé Suisse SA, Vevey (Milch- und Schokopulver, Zucker)
- Ringier Axel Springer Schweiz AG, Zürich (Schweizer Illustrierte)
- Würzmeister, Kloten (Gewürze)
- Züger AG Käsehandel, Appenzell (Käse)



Waltraud Falk, Sandra Huber und Iris Huber.

© Christine Koehler

## IMPRESSUM

**Ronald McDonald Haus St.Gallen**  
Sandra Huber und Iris Huber  
Grossackerstrasse 7, 9000 St.Gallen  
T 071 243 79 11  
rmh.sg@ch.mcd.com

**Spendenkonto**  
St.Galler Kantonalbank  
9001 St.Gallen  
Postkonto: 90-219-8  
CH61 0078 1011 0357 4090 4



**McDonald's Schweiz, seine Lizenznehmer, Lieferanten und Gäste machen sich gemeinsam stark, um schwer kranken Kindern zu helfen – und das schon seit 1992.**

**Ronald McDonald Kinderstiftung Schweiz**  
Rue de Morges 23, 1023 Crissier  
T 021 631 11 11  
rmh.info@ch.mcd.com  
www.rmhc.ch