

ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ИНВАЛИДОВ-БОЛЬНЫХ РАССЕЯННЫМ СКЛЕРОЗОМ



ПОГРУЖЕНИЕ В РАДОСТЬ

Психологическая поддержка
через занятия в бассейне.
Проект «Море радости»

Черненко Даниил
Кировская обл.

май 2022



ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ ПРИ РАССЕЯННОМ СКЛЕРОЗЕ

- **Психологические проблемы** – неотъемлемая часть принятия любой хронической болезни. Диагноз у многих вызывает страх и растерянность.
- Проведенное в 2020 году исследование показало, что депрессивная симптоматика снижает ресурсные возможности больных рассеянным склерозом и утяжеляет социальную адаптацию.



ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ ПРИ РАССЕЯННОМ СКЛЕРОЗЕ

- После постановки диагноза люди остаются один на один со своим диагнозом
- Обращение к психологам – не всем по карману и не решает проблему социальной изоляции
- Отсутствует специализированная психологическая помощь для людей с рассеянным склерозом



ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ

- **Регулярная физическая активность** улучшает самочувствие и способствует эмоциональной стабильности.
- С 2019 года в организации мы внедрили регулярные занятия **скандинавской ходьбой**



СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА ПОДХОДИТ НЕ ВСЕМ

- Двигательные нарушения
- Проблемы с равновесием
- Проблемы с координацией
- Личные предубеждения



ИСКАЛИ АЛЬТЕРНАТИВУ ДЛЯ СОВМЕСТНЫХ ЗАНЯТИЙ

ПОЧЕМУ БАССЕЙН?

- Вода благотворно действует на нервную систему
- Вода дает поддержку, позволяет участвовать в занятиях даже при выраженных нарушениях
- Занятия в группе позволяют получать эмоциональную поддержку
- Рассчитывали привлечь новых пациентов

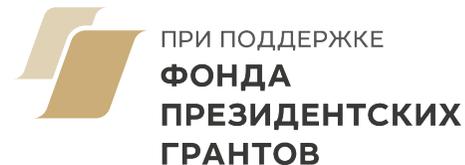


АПРОБАЦИЯ ЗАНЯТИЙ В БАССЕЙНЕ

- Нашли желающих заниматься и договорились с оздоровительным комплексом о существенной скидке и дополнительных услугах для сформированной группы
- Нашли тренера, который был готов адаптировать программу занятий для людей с РС



РЕЗУЛЬТАТЫ ЗАНЯТИЙ ОКАЗАЛИСЬ ОЧЕНЬ ХОРОШИЕ: У УЧАСТНИКОВ УЛУЧШАЛОСЬ САМОЧУВСТВИЕ, ПОВЫШАЛАСЬ ВЫНОСЛИВОСТЬ, СТАБИЛИЗИРОВАЛОСЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ



Проект «Море радости»

Поддержан на конкурсе социально-ориентированных некоммерческих организаций Кировской области, реализуется на средства предоставленные Министерством внутренней политики Кировской области при поддержке Фонда президентских грантов.





ЗАДАЧИ, КОТОРЫЕ МЫ РЕШАЛИ ПРИ ПРОЕКТИРОВАНИИ:

Организовать отдых после занятий





ЗАДАЧИ, КОТОРЫЕ МЫ РЕШАЛИ ПРИ ПРОЕКТИРОВАНИИ:



Помочь с проездом для маломобильных пациентов





ЗАДАЧИ, КОТОРЫЕ МЫ РЕШАЛИ ПРИ ПРОЕКТИРОВАНИИ:



Помощь и сопровождение волонтеров во время занятий





ЗАДАЧИ, КОТОРЫЕ МЫ РЕШАЛИ ПРИ ПРОЕКТИРОВАНИИ:

Общение и групповые занятия с психологом





ЗАДАЧИ, КОТОРЫЕ МЫ РЕШАЛИ ПРИ ПРОЕКТИРОВАНИИ:



И конечно же, занятия в бассейне с инструктором





НАШИ ДОСТИГНУТЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- ! Улучшено физическое и эмоциональное состояние. Занятия вызывают радость у пациентов, собрано большое количество отзывов
- ! Желающих заниматься было гораздо больше, чем могли вместить группы
- ! Пришли новые люди. Примерно **50%** участников – это пациенты, которые раньше не участвовали в мероприятиях, проводимых организацией
- ! Консолидация членов организации. Участники проекта чувствуют себя одной семьей и готовы участвовать в жизни организации

← Отзывы об участии... ⋮



Бояринцев Сергей

Спасибо проекту "Море радости". Это действительно после каждого занятия море радости от того, что ты чувствуешь себя полноценным человеком. После каждого занятия приятная усталость. Заряд энергией на всю неделю, до следующего занятия. С нетерпением ждешь следующего. Занимался бы каждый день. Спасибо проекту. Спасибо Даниил.

11 марта в 10:09 Ответить



1



Внимание к проблемам больных РС со стороны региональной власти



НАШИ ГРАБЛИ

- Формировать группы с запасом
- Организация перевозки занимает определенное время, и порой вызывает яркие эмоции
- Стоимость перевозки выше, чем простой заказ такси
- Первое время многие не хотели идти на встречу с психологом



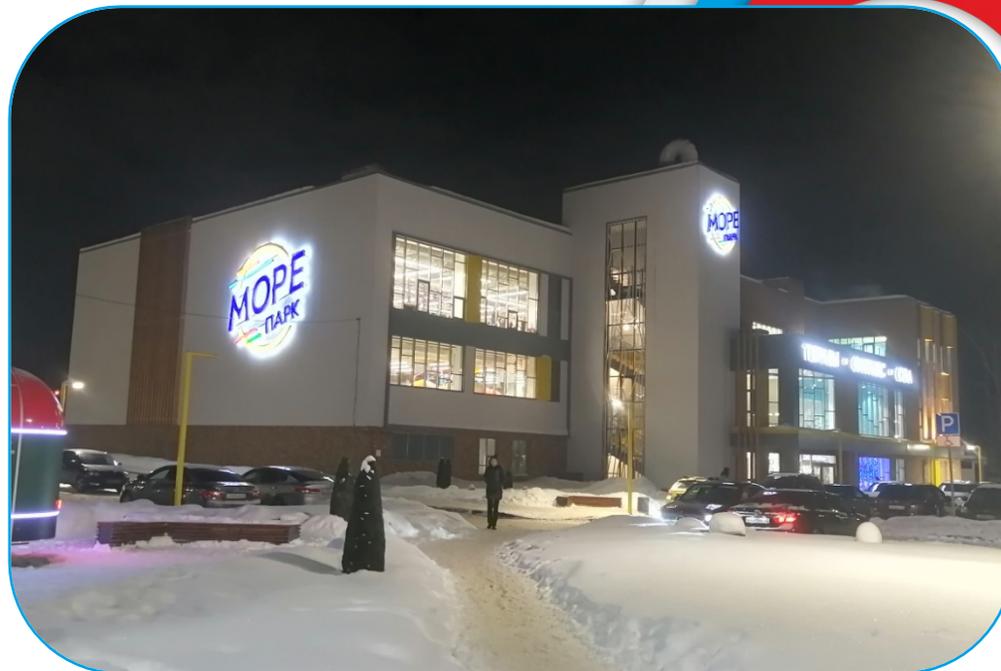


АЛГОРИТМ ОРГАНИЗАЦИИ ПОДОБНЫХ ЗАНЯТИЙ В СВОЕМ РЕГИОНЕ





- Бассейн



Обратиться к партнерам, с которыми уже был опыт работы или наладить новые отношения



ПОИСК РЕСУРСОВ

- Опытный тренер



Найти мотивацию для работы с больными РС



- Перевозка маломобильных пациентов



Найти добровольцев и транспорт



- Участие в конкурсах на получение гранта

Пользователь bigdeni.y@yandex.ru

Конкурсы Проекты Документы Новости Частые вопросы

Проекты

Статус проекта: победитель конкурса
Море радости

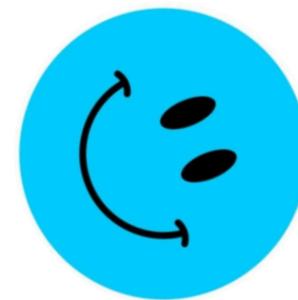
| | | |
|---|---|--|
| Конкурс Конкурс для социально ориентированных некоммерческих организаций Кировской области | <p>Размер гранта 499 826,00 ₽</p> <p>Софинансирование 350 301,00 ₽</p> <p>Общая сумма расходов на реализацию проекта 850 127,00 ₽</p> | Сроки реализации 01.01.2022 - 30.06.2022 |
| Грантовое направление Социальное обслуживание, поддержка и защита граждан, в том числе поддержка семьи, материнства, отцовства и детства, реабилитация и интеграция инвалидов | | Организация КИРОВСКАЯ РЕГИОНАЛЬНАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ИНВАЛИДОВ - БОЛЬНЫХ РАССЕЯННЫМ СКЛЕРОЗОМ |
| Рейтинг заявки ★ 131,00 | ИНН 4345241445 | |
| Номер заявки P43-21-1-000030 | ОГРН 1084300000773 | |
| Дата подачи 05.08.2021 | | |



РАДОСТЬ ВОЗВРАЩАЕТСЯ



**Благодаря проекту «Море радости»
в жизнь людей с рассеянным склерозом
возвращается РАДОСТЬ!**



**СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!**

