



Межрегиональная общественная организация  
нефрологических пациентов

«НЕФРО–ЛИГА»



Спорт. Культура.  
Сообщество:  
Формула успешной  
интеграции пациентов  
с ХБП

Галина Горецкая  
председатель правления  
МООНП «НЕФРО-ЛИГА»  
Москва, 25.11.2025

# О нас



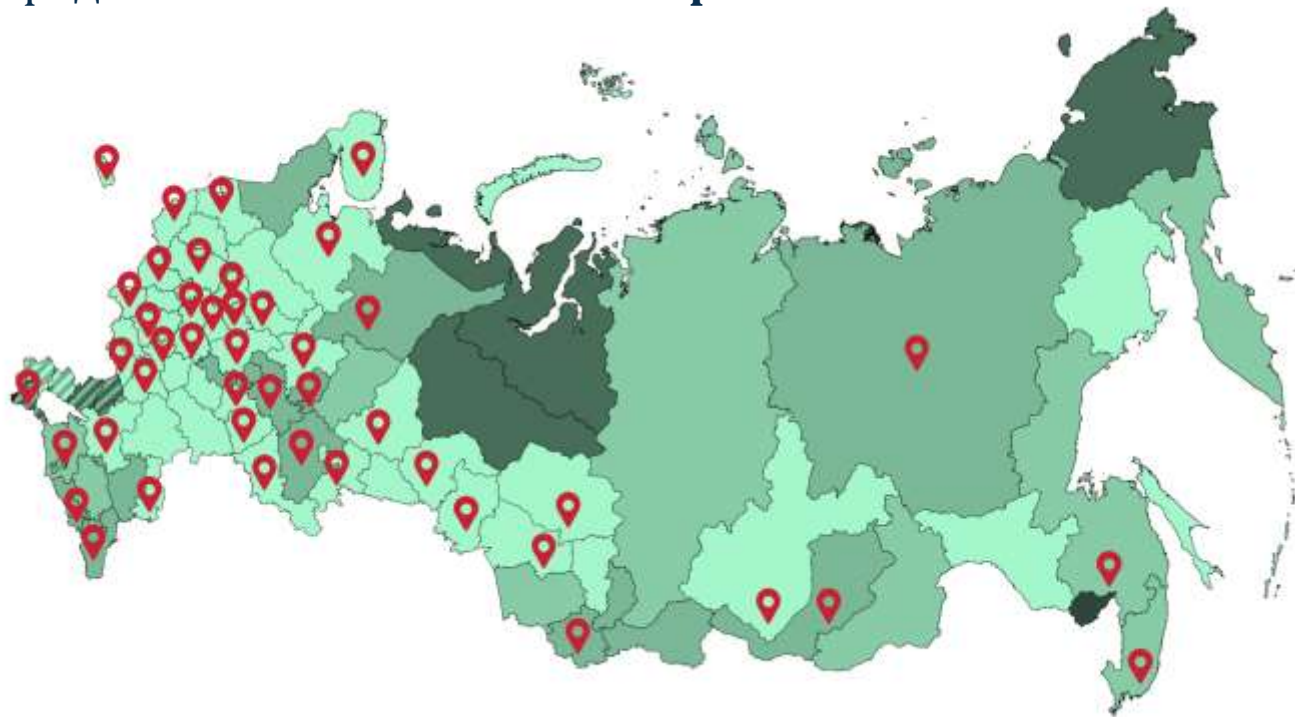
Межрегиональная общественная организация нефрологических пациентов «**НЕФРО-ЛИГА**» **создана в апреле 2008 года** по инициативе людей с хроническими заболеваниями почек для защиты прав пациентов.

Основатель и руководитель с **2008** по **2020** года – Кондрашова Людмила Михайловна

Миссия: повышение качества жизни граждан России, страдающих заболеваниями почек.

# О нас

На сегодняшний день НЕФРО-ЛИГА имеет подразделения и представителей более чем в **40 регионах РФ**.



# К чему мы стремимся

- Доступная и качественная медицинская помощь
- Обеспечение пациентов необходимыми лекарственными препаратами
- Качественная социальная защита доступность реабилитации и транспортировки
- Законодательство стоящее на защите прав пациента
- Осведомленность общества о болезнях почек



# Наши направления деятельности



Социальные проекты

Юридическая поддержка

Просветительская деятельность

Социальная поддержка

Законодательная деятельность

Общественный контроль

# Пациенты с ХБП испытывают



Высокий уровень тревожности и депрессии

Усталость и социальную изоляцию

Фрустрацию и стресс

Чувство беспомощности и страха

Упадок сил и постоянную усталость. Нарушения сна и концентрации внимания

# Не надо жалеть себя, другим бывает хуже!

Мешают навязчивые/  
тревожные мысли

Часто просыпаюсь  
среди ночи

Переедание



Раздражительность

Чувствую усталость  
по утрам

Потеря аппетита

# Где решение?

**Наш главный вопрос** Как вернуть человека к полноценной жизни

**Основной вызов** социальная изоляция и стигматизация пациентов с ХБП.

**Наша формула** это создание среды где пациент чувствует себя не больным а человеком с новыми возможностями



# 1. СПОРТ – Возрождение через достижение

Комплекс спортивных образовательных и просветительских мероприятий который направлен на привлечение внимания общества к **проблеме пациентов перенесших трансплантацию органов или находящихся на диализе.**



- Российские Трансплант Игры
- Футбольные матчи между пациентами и врачами
- Нефро-йога
- Участие пациентов в забегах по всей стране
- Турниры по боулингу, дартс, настольному теннису и т.п.
- Сплавы, пешие походы и т.п.

# Российские Трансплант Игры

**Российские Трансплант Игры** проводятся с 0 года Москва (0 03) Казань (04) и Уфа (05). В 06 году Трансплант игры примет **Санкт-Петербург**.

## **Виды спорта**

**Индивидуальные** Бадминтон. Бег на 00 м. Бег на милю (6 км). Боулинг. Дартс. Плавание. Теннис настольный. Шахматы

**Командные** Баскетбол. Волейбол. Мини-футбол

**Место проведения Трансплант Игр Санкт-Петербург** город который славится своей богатой культурой уникальной архитектурой и многочисленными спортивными сооружениями.





# Фестиваль зимнего спорта

Проведение **Фестиваля зимнего спорта** для лиц на диализе после трансплантации органов и родственных доноров с включением физкультурных мероприятий мастер-классов турниров по **кёрлингу лыжные походы** а также участие в массовом катании на лыжах и коньках.

Впервые Фестиваль зимнего спорта проведён в 04 году и получил положительные отзывы участников.



# Соревнования на III Трансплантиграх

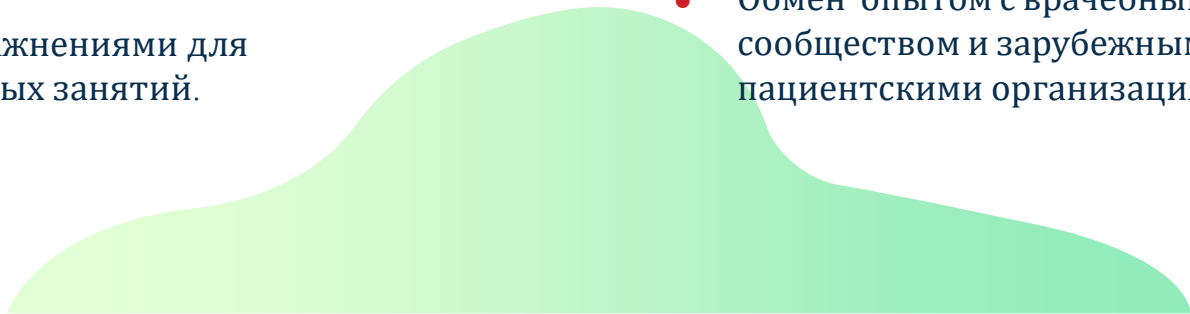








# Образовательные мероприятия

- Проведение вебинаров о физической активности и её влиянии на здоровье и качество жизни.
  - Видеошколы с комплексами физических упражнений для самостоятельных занятий дома и на уличных тренажёрах..
  - Буклеты с упражнениями для самостоятельных занятий.
  - Создание страницы Российских Трансплант игр с необходимой информацией для участников.
  - Разработан лендинг «Спорт. Физическая активность. Реабилитация» на сайте «НЕФРО-ЛИГИ».
  - Обмен опытом с врачебным сообществом и зарубежными пациентскими организациями
- 

## 2. КУЛЬТУРА – Язык общих эмоций

ЧТО ДЕЛАЕМ:

Квизы, походы в театры и кино, мастер-классы.

РЕЗУЛЬТАТ: Выход из «режима болезни», создание общего позитивного опыта.



### 3. СООБЩЕСТВО – Сила принадлежности



# Партнёрство и обмен опытом

Интеграция через деятельность а не через лечение..

Расширять практики тиражировать опыт.





Межрегиональная общественная организация  
нефрологических пациентов

«НЕФРО–ЛИГА»

Спасибо за внимание!

[www.nephroliga.ru](http://www.nephroliga.ru)

+7 (900) 347-66-85

[nefron39@yandex.ru](mailto:nefron39@yandex.ru)

