



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



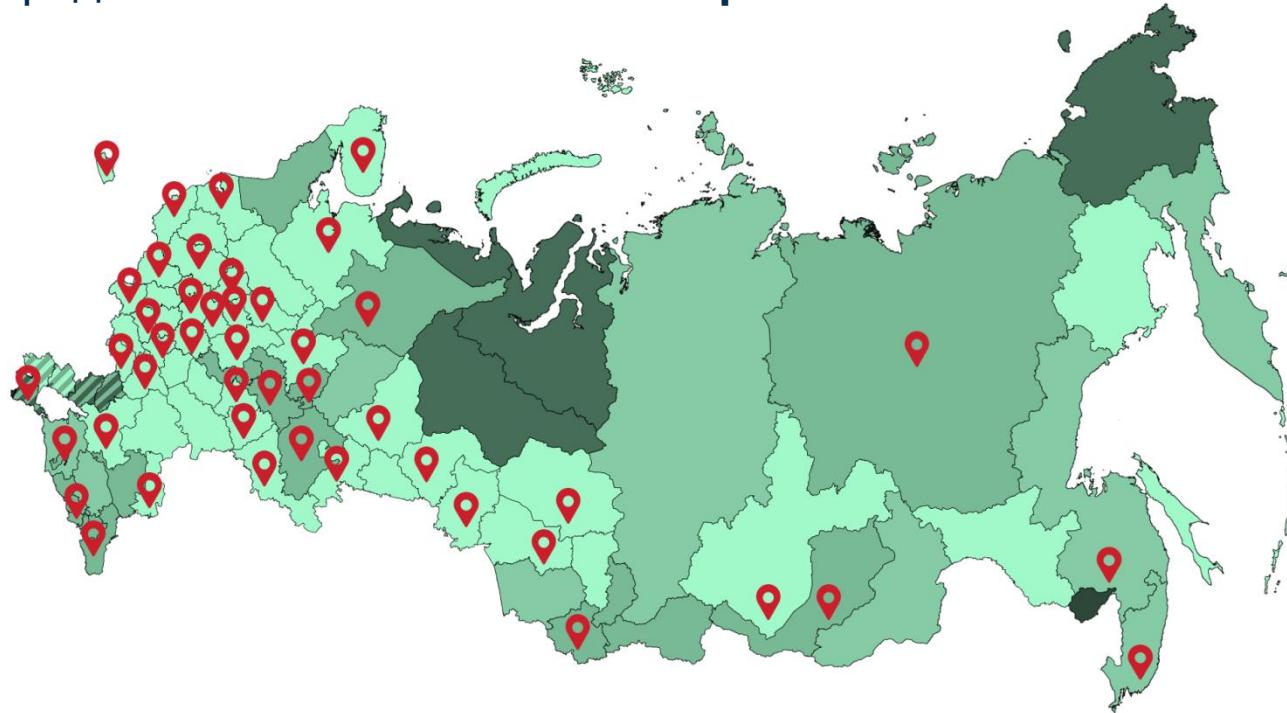
Межрегиональная общественная организация нефрологических пациентов  
**«НЕФРО-ЛИГА» создана в апреле 2008 года** по инициативе людей с  
хроническими заболеваниями почек для защиты прав пациентов

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**

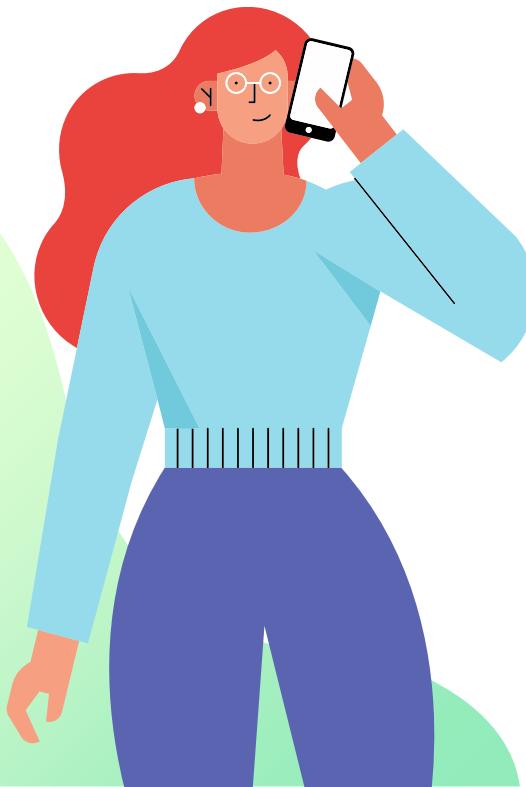


# К чему мы стремимся

- 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

Фruстрацию и стресс

Чувство беспомощности и страха

Упадок сил и постоянную усталость. Нарушения сна и концентрации внимания

# Не надо жалеть себя, другим бывает хуже!



# 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 дialisе**



- 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 2022 года: Москва (2022, 2023), Казань (2024) и Уфа (2025). В 2026 году Трансплант игры примет **Санкт-Петербург**.

## Виды спорта:

**Индивидуальные:** Бадминтон. Бег на 100 м. Бег на милю (1,6 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 2024 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)

