



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



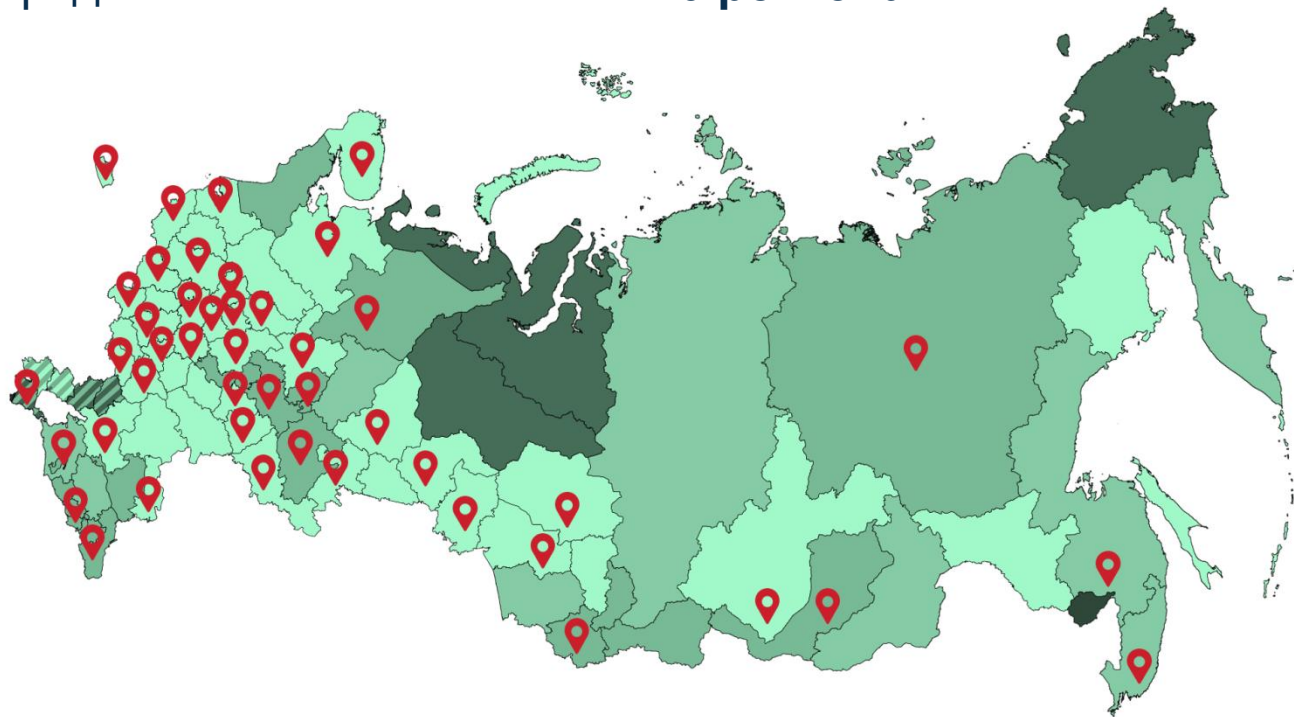
Межрегиональная общественная организация нефрологических пациентов **«НЕФРО-ЛИГА»** создана в апреле 2008 года по инициативе людей с хроническими заболеваниями почек для защиты прав пациентов

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

An abstract illustration on the left side of the slide. It features a stylized figure in the lower-left corner, composed of overlapping purple, orange, and black shapes. Above the figure, there are several vertical black lines of varying heights. To the right of the figure, there are orange and black swirling lines, a red zigzag line, and a black arrow pointing upwards and to the right. The background is white with some light green and grey abstract shapes.

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!



# 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 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 Трансплантигах





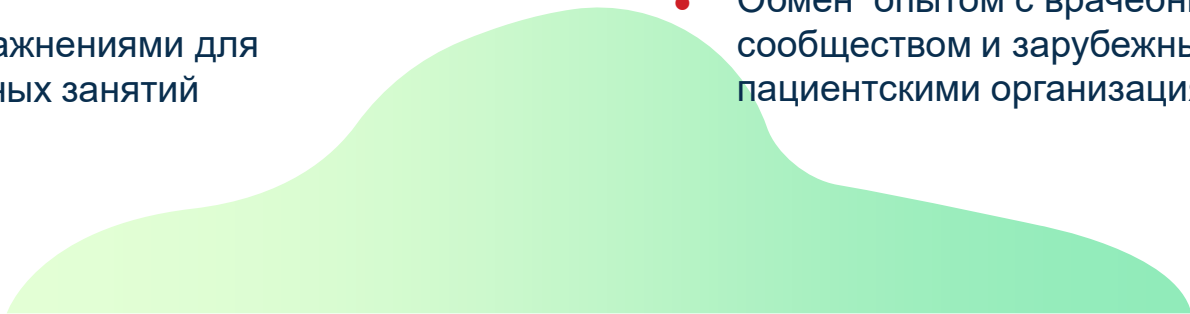








# Образовательные мероприятия

- 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)

