



ПРОЕКТ

ИППОТЕРАПИЯ

**- ПУТЬ К ВОССТАНОВЛЕНИЮ ЛЮДЕЙ
С РАССЕЯННЫМ СКЛЕРОЗОМ**



Цель проекта

Реабилитация людей с диагнозом рассеянный склероз (в возрасте от 18 до 60 лет) Самарской области (г. Самара, Волжский район, г. Тольятти, г. Сызрань) с использованием многофункционального, комплексного метода – **иппотерапии**.



Задачи проекта

1. Организация и проведение систематических и регулярных реабилитационных занятий с использованием многофункционального, комплексного метода - иппотерапия на территории АНО «Иппотерапия» для людей с диагнозом рассеянный склероз (в возрасте от 18 до 60 лет) Самарской области.
2. Организация и проведение прохождения оздоровительного комплекса участниками проекта: регулярного осмотра, отслеживания состояния здоровья и воздействия реабилитационных мероприятий на функции организма реабилитанта специалистами АНО «Иппотерапия» (врач ЛФК).
3. Вовлечение целевой аудитории (людей с диагнозом рассеянный склероз, в возрасте от 18 до 60 лет) Самарской области и информирование о возможности, способах и положительных результатах применения реабилитации с использованием иппотерапии. Издание брошюры.



Опыт COPC по организации реабилитации людей с диагнозом рассеянный склероз (в возрасте от 18 до 60 лет) Самарской области с использованием многофункционального, комплексного метода – иппотерапии

В сущности, **ИППОТЕРАПИЯ** - есть не что иное, как форма лечебной физкультуры (ЛФК), где в качестве инструмента реабилитации выступают лошадь, процесс верховой езды и физические упражнения, выполняемые человеком во время верховой езды.



Целью иппотерапии является совершенствование двигательных навыков больных, улучшение равновесия, координации движений, тонкой моторики рук и ног, иммунитета, функционирования сердечно-сосудистой системы и органов дыхания, психологического состояния.





Эффективность метода иппотерапии обусловлена положительным совместным воздействием, как на физическую, так и на психическую сферу пациентов.

Своеобразие и сложность этого метода заключаются в единовременном включении в процесс двух живых существ с их характерами, импульсивностью, индивидуальным восприятием друг друга и окружающего мира.

В отличие от других форм реабилитации, в процессе занятий иппотерапией пациент не является пассивным объектом.

Он активно взаимодействует с лошадыю. У него вырабатывается интерес к занятиям и огромное желание самому участвовать в реабилитационных мероприятиях. Именно это активное желание является колоссальной движущей силой процесса реабилитации.



Основной механизм воздействия иппотерапии на организм человека основан на концепции лечебно-профилактического влияния двух мощных факторов: **психогенного и биомеханического**.

Под **психогенным** фактором подразумевается мотивация пациента, его личная заинтересованность в процессе и результате деятельности.



В качестве **биомеханического** фактора рассматривается влияние колебаний, возникающих и идущих от спины лошади в трех взаимно перпендикулярных плоскостях. Эти колебания вызывают поочередно рефлекторное напряжение и относительное расслабление почти всех групп мышц. Это обуславливает частичное (а в некоторых случаях и выраженное) урегулирование мышечного тонуса, уменьшение объема и амплитуды произвольных движений, улучшение координации, улучшает статико-моторные функции, формирование нормальных сенсомоторных стереотипов.



На основе наблюдений можно говорить о следующих изменениях:

- уменьшение количества и амплитуды гиперкинезов;
- уменьшение проявлений атаксии;
- увеличение объема движений в суставах,
- снижение патологического тонуса;
- улучшение походки;
- более качественное выполнение физических упражнений, в том числе управление лошадью;
- восстановление и формирование прикладных двигательных актов;
- снижение реактивности и тревожности;
- улучшение самочувствия, активности, настроения;
- отчетливая тенденция к проявлению самостоятельности и независимости у инвалидов, воспитывающихся и привыкших к гиперопеке.



Достижение результатов в коррекции двигательных нарушений содействует изменениям в социально-психологическом статусе больных, приводит к повышению их самооценки, жизненной активности, нарастанию мотивации к реабилитационному процессу.

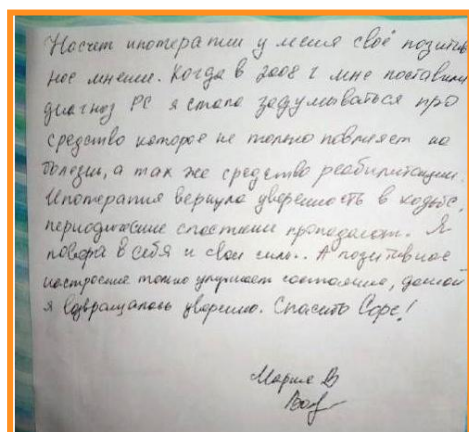
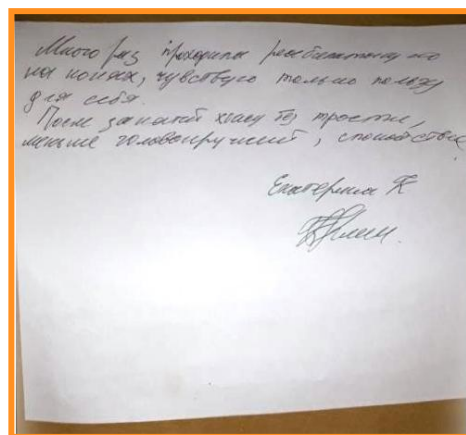




Отзывы участников реабилитации с использованием лошади.

” Много раз проходила реабилитацию на конях, чувствую только пользу для себя. После занятий хожу без трости, меньше головокружений, спокойствие.

Екатерина К. ”

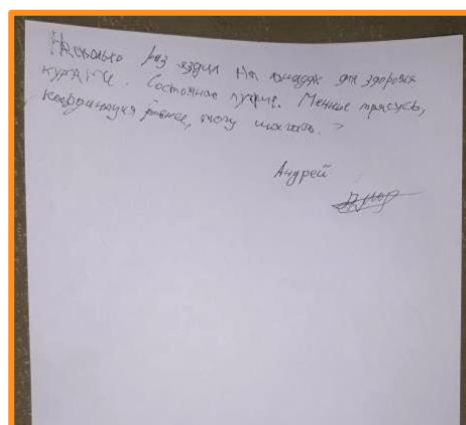


” Насчет иппотерапии у меня свое позитивное мнение. Когда в 2008 г. мне поставили диагноз РС, я стала задумываться про средство, которое не только повлияет на болезнь, а так же средство реабилитации. Иппотерапия вернула уверенность в ходьбе, периодические спастики пропадают. Я поверила в себя и свои силы. А позитивное настроение только улучшает состояние, домой я возвращаюсь уверенно. Спасибо COPC!

Мария В. ”

” Несколько раз ездил на лошадях для здоровья курсами. Состояние лучше. Меньше трясусь, координация ровнее, могу шагать.

Андрей ”





Результаты

КАЧЕСТВЕННЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:



Реабилитанты вовлечены в процесс общения, взаимной поддержки и взаимопомощи.



Выросли и укрепились их социальные связи, возвращен социальный статус. Для инвалидов колясочников, испытывающих проблемы с выходом за пределы квартиры, была решена важная проблема социального одиночества.



Создан постоянно действующий и эффективный многофункциональный, комплексный метод – иппотерапии для реабилитантов с диагнозом рассеянный склероз через АНО РЦ «Иппотерапия».

Создана кадровая, методологическая и материально – техническая база. Работа в рамках проекта «Иппотерапия - путь к восстановлению людей с рассеянным склерозом» описана как модель.

Курс иппотерапии составил 4 занятия (2 занятия в неделю * 2 недели продолжительность курса реабилитации одной группы) * 10 мес. = 40 общее количество занятий в рамках проекта.

КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

160

количество благополучателей,
принявших участие в мероприятиях проекта

количество участников проекта, прошедших
реабилитацию лечебной верховой ездой

120

40

количество участников круглого стола
по презентации результатов проекта

издание и распространение брошюры проекта
«Иппотерапия - путь к восстановлению
людей с рассеянным склерозом»

350



Реализация проекта. Самара. 05.10.2020 г. Мы начинаем!



5 октября 2020 г. Самарская региональная общественная организация инвалидов-больных рассеянным склерозом на территории АНО Реабилитационного центра «Иппотерапия», начала занятия в рамках проекта «Иппотерапия - путь к восстановлению людей с рассеянным склерозом», реализуемого с использованием средств гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества.

Участники первой группы реабилитантов посетили реабилитационный центр, прошли осмотр врачом учреждения, ознакомились с площадью и оснащением РЦ «Иппотерапия», посетили и ощутили пользу от первого занятия физкультурно-оздоровительной гимнастикой с использованием лошади, познакомились с инструкторами и лошадьми центра, осмотрели новый, недавно построенный крытый манеж центра, позволяющий проводить занятия в любых погодных условиях.





ИППОТЕРАПИЯ - ПУТЬ К ВОССТАНОВЛЕНИЮ ЛЮДЕЙ С РАССЕЯННЫМ СКЛЕРОЗОМ



Самарская региональная общественная организация инвалидов-больных рассеянным склерозом благодарит коллектив АНО Реабилитационного центра «Иппотерапия» за профессионализм, внимание, прекрасное отношение, теплый прием и великолепную организацию реабилитационного процесса.



Запись на занятия открыта по телефону: **8 960 808 71 58**

e-mail: danilova8989@mail.ru

Viber / WhatsApp : 8 960 808 71 58

Контактное лицо: Координатор проекта **Мария**

Приглашаются все желающие. Мы ждем вас!



12.10.2020 г. Полным ходом



С древнейших времен известно благотворное влияние на здоровье человека верховой езды и общения с лошадьми. Еще античный врач Гиппократ утверждал, что раненые и больные поправляются быстрее и успешнее, если ездят верхом.

Участники первой группы проекта «Иппотерапия - путь к восстановлению людей с рассеянным склерозом», реализуемого с использованием средств гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества, реабилитируются, развивают свои навыки и умения в области выполнения реабилитирующих упражнений и общения с животным.



Эффективность метода иппотерапии обусловлена положительным совместным воздействием, как на физическую, так и на психическую сферу пациентов. Своеобразие и сложность этого метода заключаются в единовременном включении в процесс двух живых существ с их характерами, импульсивностью, индивидуальным восприятием друг друга и окружающего мира.

Для занятий с тяжелыми больными применяется собственно иппотерапия, а именно благотворное воздействие тепла лошади, ритмичных колебаний, возникающих при ходьбе, массирующих движений мышц ее спины, тесного общения с большим, сильным и добрым животным.



15.10.2020 г. Курс реабилитации пройден

15 октября 2020 завершила курс реабилитации первая группа участников проекта «Иппотерапия - путь к восстановлению людей с рассеянным склерозом», реализуемого за счет средств гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества, предоставленного Фондом президентских грантов. Завершающее занятие курса приподнесло новые знания и практики. Занятие проходило без седла, с использованием гуртов, что дало реабилитантам почувствовать силу и возможности собственного тела.





29.10.2020 г. Вторая группа реабилитирована

29 октября закончились занятия у второй группы проекта «Иппотерапия – путь к восстановлению людей с рассеянным склерозом».

Занятия прошли продуктивно и весело. Участники проекта научились общаться с лошадью, выполнять упражнения «Ножницы», держать координацию, передвижению на лошади в седле и в специальном гурте. Участники проекта отметили, что после занятий мышцы становятся мягче, а движения активнее. Иппотерапия - это не только упражнения, это возможность людей с рассеянным склерозом справиться со стрессами. Ведь животные делают наше сердце добрее. Лошади удивительные животные, умные, добрые, они с первого взгляда покоряют сердце. «Как же я теперь буду жить без лошадей» - сказала участница проекта Екатерина Доровских. Девушка была счастлива пройти курс и с нетерпением ждет новых встреч и занятий. Персонал Реабилитационного центра «Ипотерепия» очень внимателен к участникам проекта. А сколько эмоций и радости участники проекта получили от кормления лошадей! У каждого появился свой «любимчик». Лично я, когда смотрю на осеннее небо, то вижу там лошадей...





30.11.2020 г. Эффективность реабилитации

В ноябре завершили реабилитацию третья и четвертая группы проекта «Иппотерапия – путь к восстановлению людей с рассеянным склерозом».

Занятия проходили как на улице, так и в специализированном манеже, в зависимости от погодных условий. Ребята насладились процессом реабилитации, морозным воздухом, общением с животными. На территории АНО РЦ «Иппотерапия» располагаются небольшие уютные корпуса где можно согреться в морозный день.

Человек с ОВЗ как никто другой нуждается в общении, внимании, позитивных эмоциях. Реабилитация посредством иппотерапии помогает людям поверить в свои силы, укрепить мышцы спины, улучшить координацию. Кроме обычной верховой езды, у тренеров центра есть программа упражнений, выполняемых сидя на лошади.

Первые занятия ребята были немного напуганы, но в последующем раскрепостились и с удовольствием прислушивались ко всем рекомендациям тренеров, а так же ездили с закрытыми глазами.

Иппотерапия бесспорно имеет эффективность у людей с рассеянным склерозом, в этом убедились реабилитанты 3,4 групп. Участники проекта с нетерпением и трепетом будут ждать новых встреч с животными!



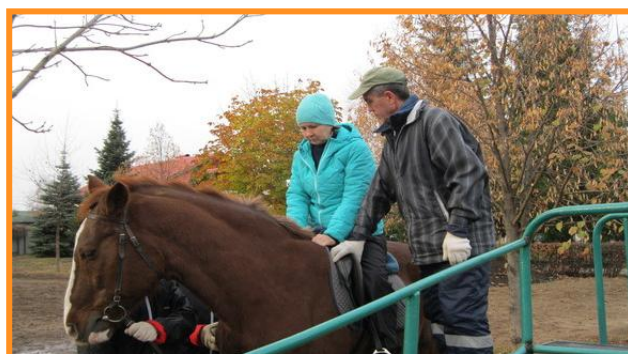
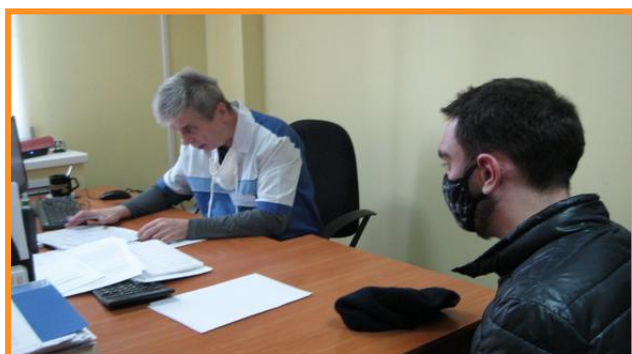


ИППОТЕРАПИЯ - ПУТЬ К ВОССТАНОВЛЕНИЮ ЛЮДЕЙ С РАССЕЯННЫМ СКЛЕРОЗОМ

Человек с ОВЗ как никто другой нуждается в общении, внимании, позитивных эмоциях. Реабилитация посредством иппотерапии помогает людям поверить в свои силы, укрепить мышцы спины, улучшить координацию. Кроме обычной верховой езды, у тренеров центра есть программа упражнений, выполняемых сидя на лошади.

Первые занятия ребята были немного напуганы, но в последующем раскрепостились и с удовольствием прислушивались ко всем рекомендациям тренеров, а так же ездили с закрытыми глазами.

Иппотерапия бесспорно имеет эффективность у людей с рассеянным склерозом, в этом убедились реабилитанты 3 и 4 групп. Участники проекта с нетерпением и трепетом будут ждать новых встреч с животными!



25.12.2020 Самара. Новый год!



25 декабря 2020 г. на территории Центра семейной реабилитации инвалидов состоялось празднование наступления Нового Года 2021 г. людьми с ОВЗ.



ИППОТЕРАПИЯ - ПУТЬ К ВОССТАНОВЛЕНИЮ ЛЮДЕЙ С РАССЕЯННЫМ СКЛЕРОЗОМ

На торжестве, организованном Самарской городской общественной организацией инвалидов - больных рассеянным склерозом, вниманию участников были представлены: красочная сценка, викторины, песни и танцы. И конечно, не обошлось без Деда Мороза, Снегурочки и прекрасных подарков для участников праздника.

В мероприятии приняли участие представители Самарской региональной общественной организации инвалидов – больных рассеянным склерозом: Руководитель и Координатор проекта «Иппотерапия - путь к восстановлению людей с рассеянным склерозом» Екатерина Клименко, и Мария Волкова.



28.02.2021 Иппотерапия в мороз идет полным ходом!

Иппотерапия в рамках проекта «Иппотерапия - путь к восстановлению людей с рассеянным склерозом» действует практически в любые погодные условия.



Реабилитантов ничего не пугает - ни мороз, ни ветер. Все хотят вновь и вновь оказаться на «коне» в прямом и переносном смысле. От животных идет такое тепло, оно несравнимо ни с чем. Поэтому участникам проекта не страшны никакие погодные перепады. Тем более в Реабилитационном центре «Иппотерапия», в котором проходят занятия, оснащен специальным манежем, он защищает от снега и дождя.



ИППОТЕРАПИЯ - ПУТЬ К ВОССТАНОВЛЕНИЮ ЛЮДЕЙ С РАССЕЯННЫМ СКЛЕРОЗОМ

Реабилитанты так же наслаждаются чистым воздухом и видами заснеженных елей. Все это настраивает на позитивный лад. Как многие уже поняли, что езда и упражнения с использованием лошади укрепляет мышцы ног и спины, а трехмерные покачивания идущего коня дают правильные импульсы в головной мозг, что очень важно при заболевании рассеянный склероз. Температура тела лошади выше человеческой на 1,5 градуса. Движение мышц спины идущей лошади разогревают и массируют спастичные мышцы ног всадника, усиливая кровоток в конечностях.



Ребята с каждым разом видят улучшения в состоянии здоровья, а общение с лошадьми и единомышленниками делают процесс реабилитации просто не забываемым!

29.03.2021 г. Весенняя иппотерапия



Вот она и пришла долгожданная весна. Дни стали заметно теплее, солнце радует, в такую погоду сидеть дома совершенно не хочется! Реабилитанты проекта



ИППОТЕРАПИЯ - ПУТЬ К ВОССТАНОВЛЕНИЮ ЛЮДЕЙ С РАССЕЯННЫМ СКЛЕРОЗОМ

«Иппотерапия – путь к восстановлению людей с рассеянным склерозом» дома и не сидят.

Ребята активно посещают занятия. Весеннее время, конечно, радует пробуждением природы, пением птиц, но для большинства людей с диагнозом рассеянный склероз - это действительно не простое время года, т.к. у многих наблюдаются ухудшения в состоянии здоровья.

Иппотерапия способствует улучшению самочувствия, контакт с животным дарит позитивные эмоции, упражнения с высококвалифицированными тренерами улучшают координацию, устойчивость. Персонал АНО РЦ «Иппотерапия» постоянно совершенствует свои знания в адаптивной иппотерапии. Недавно инструкторы прошли семинар на тему «Иппотерапия. Адаптивная верховая езда в системе адаптивной физической культуры», где приняли участие реабилитанты с диагнозом рассеянный склероз. Участники на себе прочувствовали новые упражнения, систему дыхания, а любимые тренеры переняли опыт от питерских коллег.

Что нужно человеку для счастья? Здоровье, позитивное общение, близкие люди рядом. Я с уверенностью могу сказать, что поездки на иппотерапию делают меня и ребят счастливее, улучшают настроение, а отсюда походка и координация на много лучше. Пусть эта весна начнётся с чего-то удивительного и прекрасного, пусть все её дни напролёт будут весёлыми, тёплыми, добрыми, яркими! А иппотерапия нам в этом поможет!





08.06.2021 г. Летняя иппотерапия

Лето – замечательная пора, которую любят и ждут многие люди.

Реабилитанты проекта «Иппотерапия – путь восстановления людей с рассеянным склерозом», реализуемого с использованием средств гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества, наслаждаются не только летом, но и общением с лошадьми, а так же с каждым занятием ощущают улучшения в физическом и эмоциональном состоянии здоровья.



Когда реабилитант находится на лошади, он постоянно испытывает смещение центра тяжести и точки опоры. В ответ на это возникают рефлекторные сокращения мышц и здоровых, и поражённых. Отсюда и происходит тренировка координации у людей больных рассеянным склерозом. «Ни один орган, ни одна мышца не остаются неподвижными, если человек на лошади», – объясняет специалист АНО Реабилитационный центр «Иппотерапия» Юлия Александровна. Мощная мускулатура животного оказывает массирующий эффект и, как следствие, улучшается кровообращение. Дополнительным фактором его улучшения служит отдача тепла лошады, ведь ее температура выше температуры тела человека на 1-1,5 градуса.





«Я получаю заряд невероятного позитива на весь день, при хорошем расположении духа ноги лучше начинают ходить», – делится реабилитант Анна. Лошади действительно обладают целительной энергетикой, которую замечают все участники проекта.

На территории реабилитационного центра, где проходят занятия, природа цветет, радуя глаз разнообразием ярких красок – аккуратные цветники, ели, уютная беседка, все способствует комфорту и хорошему настроению. Летняя иппотерапия дарит ребятам массу положительных эмоций!



Запись на занятия открыта по телефону: **8 960 808 71 58**

e-mail: danilova8989@mail.ru

Viber / WhatsApp : 8 960 808 71 58

Контактное лицо: Координатор проекта **Мария**

Приглашаются все желающие. Мы ждем вас!



Самара
2020-2021 гг.

