**Отчет по результатам реализации проекта**

**Совершенствуя тело – совершенствуешь дух!**

|  |  |
| --- | --- |
| Исполнитель проекта (название организации или инициативной группы) | Свердловская региональная общественная организация инвалидов и больных рассеянным склерозом «Радуга» |
| Руководитель проекта | Глухотко Екатерина Александровна |
| Состав команды проекта | 2 человека |
| Срок реализации проекта (с такого-то по такое-то) | 01.10.2020 – 28.02.2020 |

**Краткое описание содержания деятельности по проекту за отчетный период**

* Описание проведенных мероприятий и их результатов

Были организованы онлайн занятия специализированной йогой для пациентов с рассеянным склерозом, проживающих в г. Екатеринбурге. Опытный тренер по специализированной йоге провел серию из 4 занятий для пациентов с рассеянным склерозом, которые транслировались онлайн. В профильной пациентской группе были размещены видеозаписи проведенных занятий, которые используются пациентами для проведения самостоятельных тренировок в любое удобное время в период самоизоляции.

* Наличие отклонений от плана/календаря проекта и их причины

Вместо 8 заявленных занятий был проведен цикл из 4-х занятий, в связи с болезнью тренера по йоге. Занятия в связи с физическим состоянием тренера и сложной эпидемиологической ситуацией в г.Екатеринбурге транслировались из квартиры, а не из специализированного зала для йоги.

* Как осуществлялось информационное сопровождение проекта?

Информация о времени и дате проведения мероприятий размещалась в профильной пациентской группе, там же выкладывались записи проведенных занятий.

Новости о реализации проекта размещались на сайтах партнеров.

<https://vspru.ru/members/oooibrs/news/2020/12/11122020-ekaterinburg-sovershenstvuia-telo-sovershenstvuesh-dukh>

<https://oooibrs.ru/org/sverdlovskaya-oblast/novosti-sverdlovskaya-oblast/2020/12/11122020-ekaterinburg-sovershenstvuya-telo-sovershenstvuesh-duh/>

<http://news.ms2002.ru/index.php?option=com_content&task=view&id=6805&Itemid=446>

<http://ms2002.ru/sverdlovskaya-oblast/ekspertnaya-sluzhba-i-nko/7483-11-12-2020-ekaterinburg-sovershenstvuya-telo-sovershenstvuesh-dukh>

<http://news.patients.ru/news/1668-11-12-2020-ekaterinburg-sovershenstvuya-telo-sovershenstvuesh-dukh>

[http://ибрс.рф/poslednie-novosti/11-12-2020-ekaterinburg-sovershenstvuya-telo-sovershenstvuesh-duh/](http://xn--90anze.xn--p1ai/poslednie-novosti/11-12-2020-ekaterinburg-sovershenstvuya-telo-sovershenstvuesh-duh/)

<https://vspru.ru/members/oooibrs/news/2021/02/25022021-ekaterinburg-onlayn-zaniatiia-sovremenno-i-effektivno>

<https://oooibrs.ru/org/sverdlovskaya-oblast/novosti-sverdlovskaya-oblast/2021/02/25022021-ekaterinburg-onlain-zanyatiya-sovremenno-i-effektivno/>

<http://ms2002.ru/sverdlovskaya-oblast/ekspertnaya-sluzhba-i-nko/7484-25-02-2021-ekaterinburg-onlajn-zanyatiya-sovremenno-i-effektivno>

<http://news.patients.ru/news/1669-25-02-2021-ekaterinburg-onlajn-zanyatiya-sovremenno-i-effektivno>

<http://news.ms2002.ru/index.php?option=com_content&task=view&id=6806&Itemid=1>

[http://ибрс.рф/poslednie-novosti/25-02-2021-ekaterinburg-onlajn-zanyatiya-sovremenno-i-effektivno/](http://xn--90anze.xn--p1ai/poslednie-novosti/25-02-2021-ekaterinburg-onlajn-zanyatiya-sovremenno-i-effektivno/)

**Описание степени достижения результатов проекта**

* В какой степени достигнуты результаты проекта и мероприятий проекта?

Количественные результаты:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Перечень результатов* | *План* | *Факт* |
| Количество проведенных занятий специализированной йогой | 8 занятий | 4 занятия |
| Количество пациентов, принявших участие в занятиях специализированной йогой | Не менее 40 человек | 50 человек |
| Собрано отзывов от пациентов с РС, принимавших участие в занятиях йогой | 5 отзывов | 5 отзывов |

Качественные результаты: *описание*

Были созданы условия для физической реабилитации пациентов с РС на территории г. Екатеринбурга, организован цикл занятия специализированной йогой.. Цикл показал, что у пациентов с РС, которые регулярно занимались йогой по данной программе, повысилась толерантность к физическим нагрузкам, улучшалась координация движений, у пациентов с двигательными нарушениями уменьшилась степень их выраженности, улучшилась способность к самообслуживанию и самостоятельному передвижению, улучшилось психоэмоциональное состояния пациентов с данным заболеванием.

* Наличие незапланированных результатов проекта

Дата 26.02.2020 Глухотко Е.А.