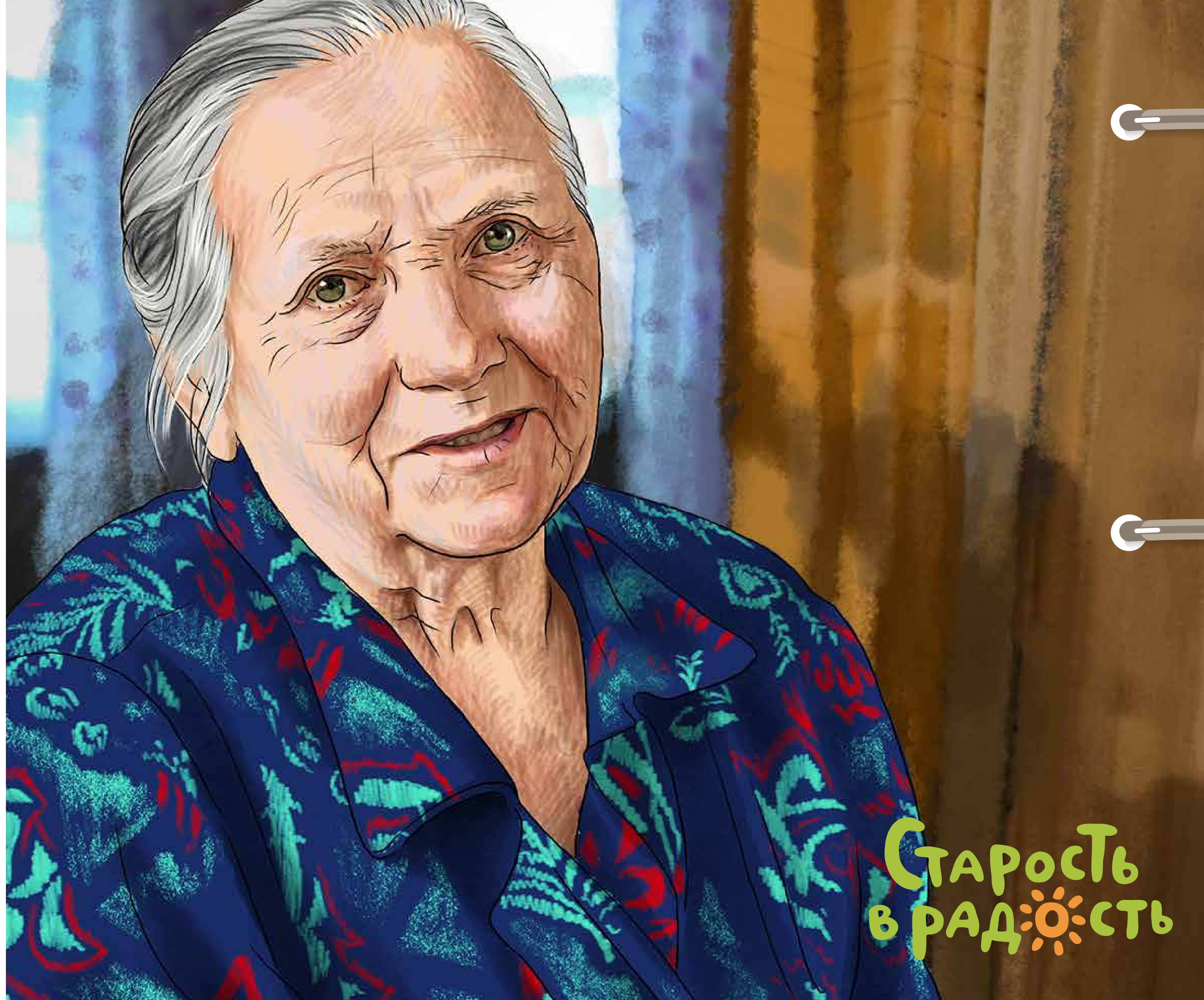




Старость
в РАДОСТЬ

Годовой
отчёт 24



2024 год оказался очередным годом испытаний и вызовов.

К нашим обычным программам экстренно добавилась помощь жителям затопленных территорий Оренбуржья и Курганской области, а также людям, которых эвакуировали из приграничных районов Курской области.

Нам пришлось реагировать очень быстро и «вне очереди» обращаться к вам — нашим единомышленникам — с призывом принять участие.

Спасибо огромное вам, вы откликались каждый раз!

Благодаря вам удавалось срочно купить и отправить самое необходимое, включая кровати для пунктов временного размещения людей, постельные принадлежности, средства гигиены и оборудование и даже специальный транспорт.

Кроме этого, в 2024 году мы открыли большой проект поддержки родственников, несущих трудное бремя ухода за своими близкими. По инициативе и с поддержкой нашего фонда в региональных центрах социального обслуживания начали собираться — общаться и получать новые знания и навыки — те, кто долгие годы был плотно привязан к родным с инвалидностью или очень пожилым людям. Объединенные схожими проблемами и задачами, они получили возможность выбираться из дома, пока с их близким побудет социальный работник, поддержку психологов, обучение тонкостям ухода за людьми со сложными заболеваниями, простое общение.

Важная часть нашей деятельности — обучение. В учебно-методическом центре фонда готовились и отрабатывались на практике новые образовательные модули для руководителей и сотрудников социальных учреждений, для экспертов, которые проводят типизацию в рамках системы долговременного ухода, преподавателей школ ухода и др.

Сотрудники нашего фонда колесили по стране, чтобы лично увидеть проблемы и их решения на местах, проконсультировать и поддержать коллег, запустить новые совместные проекты.

Вы, наши единомышленники, не раз возвращали самым нуждающимся людям надежду, мир в ярких красках, вкус к жизни. Мы с вами помогали малообеспеченным подопечным дровами на зиму и продуктами, оплачивали операции на глазах,

закупали слуховые аппараты и организовывали зубопротезирование, лечили пролежни, покупали лечебное питание, средства ухода и гигиены, спортивный инвентарь и материалы, которые помогают человеку найти себе интересное занятие на каждый день.

Наши волонтеры — поддержка для тысяч пожилых и людей с инвалидностью в самых разных частях России. Вы не оставляли наших подопечных без открыток и сладких подарков в праздники, без песен и общения, мастер-классов и викторин.

Только ваш сердечный отклик и неравнодушие позволили сделать так много!

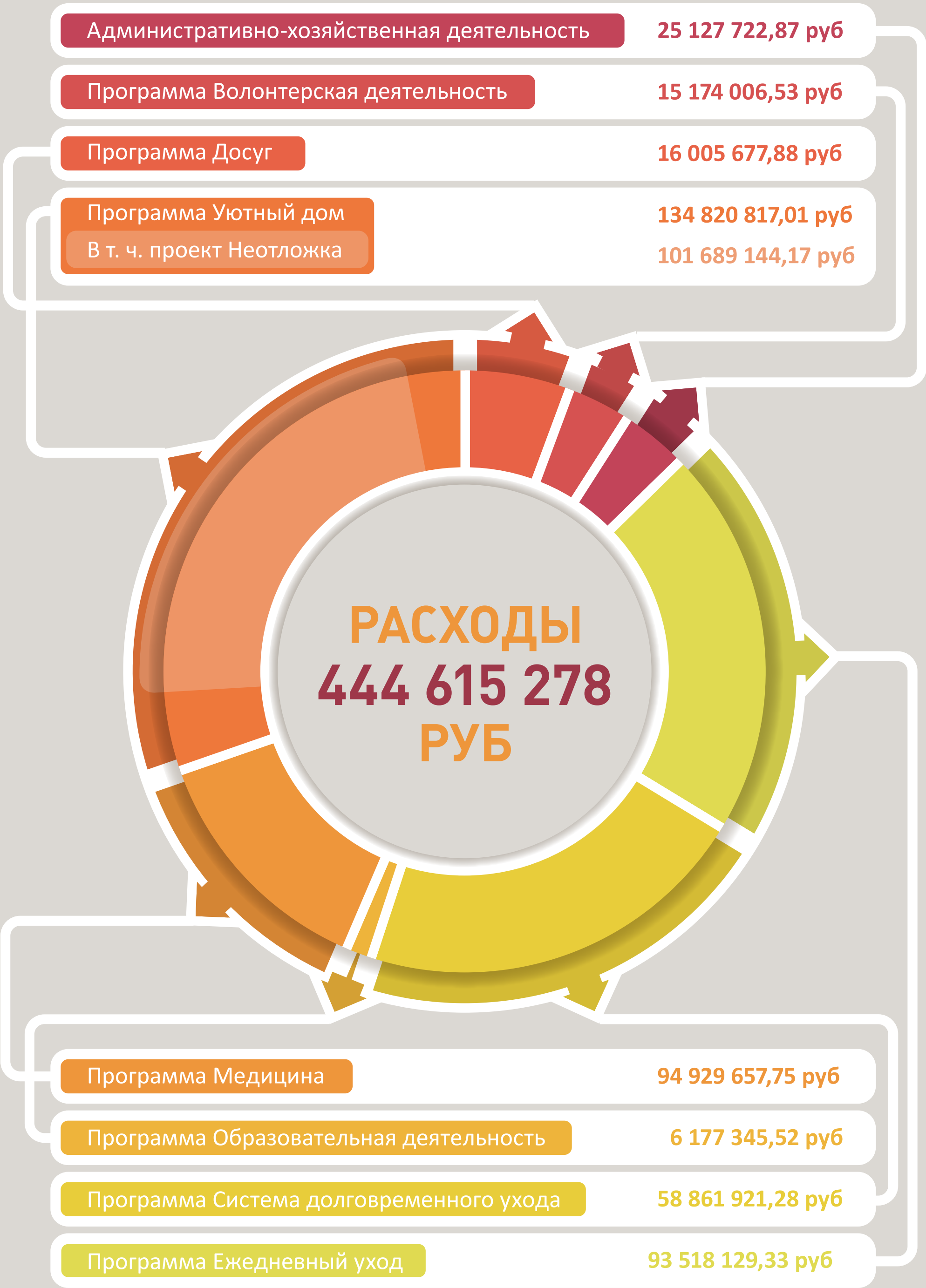
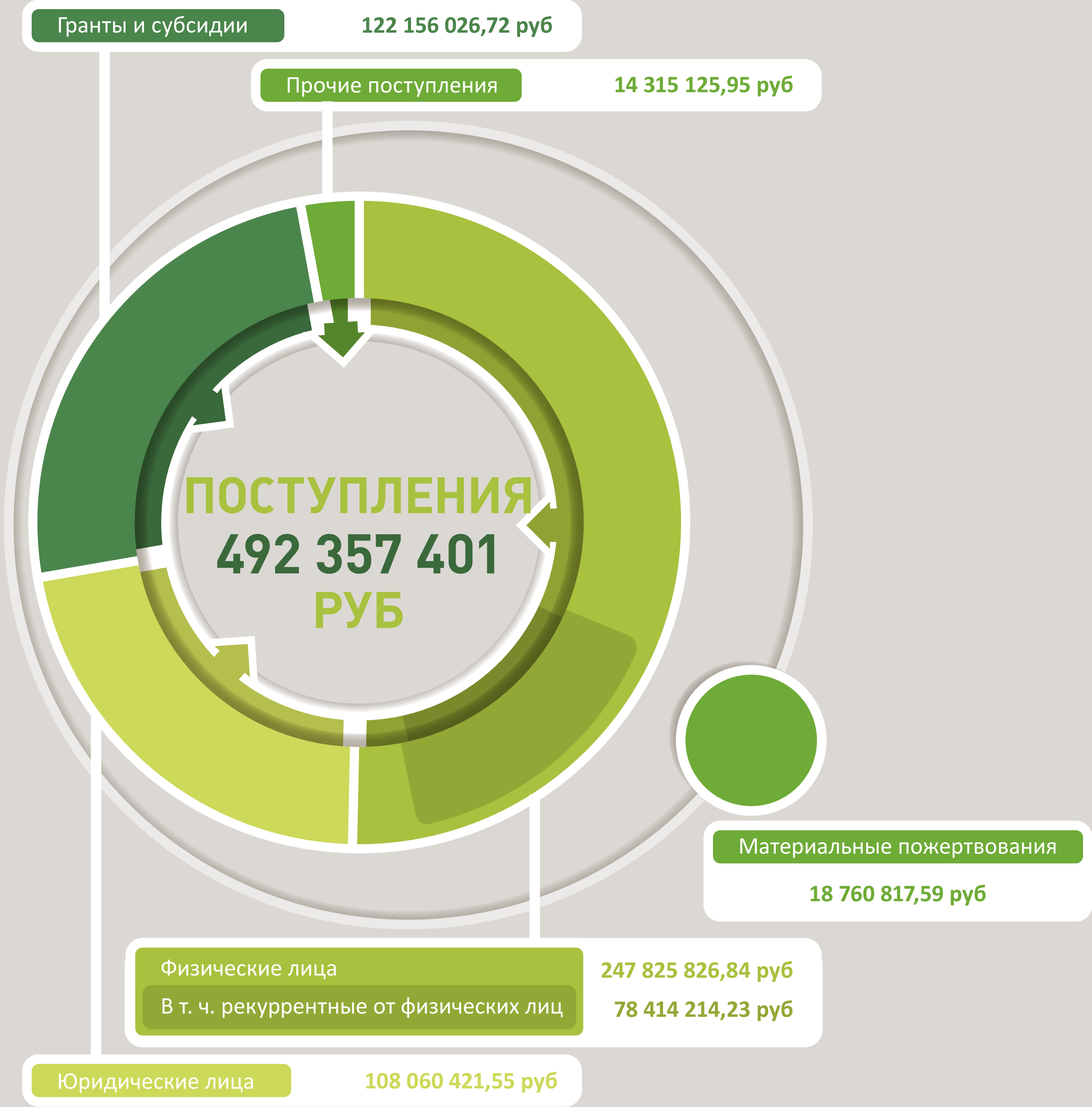
Мы не имели права опускать руки, какие бы катаклизмы ни происходили, и только вместе с вами нам удавалось работать, когда счет шел на часы. И удастся продолжать и тогда, когда беды наших старших уходят с новостных лент, когда о них и их нуждах забывают многие — но не вы.

Вы всегда были с нами, и это невозможно переоценить! Любим вас бесконечно и, пользуясь случаем, еще раз говорим об этом!

Елизавета Олескина

директор благотворительного фонда помощи пожилым людям и инвалидам «Старость в радость»

ИТОГИ В ЦИФРАХ



РАЗВИТИЕ ВОЛОНТЁРСТВА

Фонд «Старость в радость» вырос из идеи молодых ребят, которые не смогли остаться в стороне, увидев одинокую и тяжелую жизнь пожилых людей в домах престарелых. Решив, что ситуацию нужно и можно поменять, они стали первыми волонтерами в учреждениях.

Сейчас фонд «Старость в радость» дотягивается помощью до всех регионов, у нас много программ, проектов, планов, но наше главное золото и наша гордость – это команда наших волонтеров – самых разных возрастов и профессий.

Волонтеры не просто отзывчивые люди – это незаменимые помощники, чьими силами делаются великие вещи и добрые дела!

В 2024 году было проведено
168 выездных мероприятий

в домах престарелых и психоневрологических интернатах. Пожилые люди и люди разного возраста с инвалидностью всегда с радостью встречают команды волонтеров, откладывая рутинные дела, чтобы устроить одиноким бабушкам и дедушкам настоящий праздник и побыть рядом с ними пусть и пару, но очень запоминающихся и ценных часов.

Например, в начале октября маленькая волонтерская команда отправилась в Рязанскую область в Ряжский ПНИ на 2 дня. Было всё: дискотека, песни, мастер-классы! Волонтеры привезли смешные шляпы, надувные шары, устроили настоящий праздник!

А в Касимовский дом престарелых летом волонтеры приехали с гитарой и заглянули с душевными и знакомыми всем песнями в каждую из комнат.



Волонтёрский Новый год

Конец декабря и начало января — время, когда особенно хочется обнимать тех, кто дорог. Даже если дорогие люди живут в интернатах за километры от тебя. Наши волонтёры из Москвы отправились в Калугу, Рязск, Солнечногорск, Кимры и интернаты других городов и сел, чтобы поздравить жильцов с Новым годом и вручить подарки.

Поездка в Калужский дом-интернат была долгожданной: предыдущую пришлось перенести из-за карантина по ОРВИ. Заранее подготовили костюмы и образы, подарки раздали и всех поздравили, в том числе подопечную на дому.

С жителями «Доброго дома Солнечногорский» волонтёры пели известные зимние песни, танцевали и играли — за один день удалось дать сразу два больших концерта в разных корпусах. После концерта они зашли к каждому, кто не смог прийти сам.

В Рязский ПНИ в Рязанской области ездили на два дня — чтобы всё успеть, несмотря на дальнюю дорогу.

Жильцы дома показали волонтёрам новогодний спектакль со Снегурочкой, Дедом Морозом, Кощеем и другими сказочными персонажами под современные песни. Волонтёры тоже ответили симметрично — провели мастер-класс по валянию — ребята с инвалидностью сделали из шерсти очень красивых и необычных котов. Устроили целых две дискотеки с воздушными шариками, мыльными пузырями и бумажными самолётиками. На второй день поездки Дед Мороз со Снегурочкой прошли по комнатам и раздали сладкие подарки.

Отметили наступающий Новый год в маленьком отделении сестринского ухода в Бояркино Московской области. Волонтёры приготовили целый музыкальный спектакль. Наряжали в холле ёлку, водили хоровод, от яркости которого пестрило в глазах, вручали подарки. К тем, кто не смог выйти в холл, в гости

пришёл очаровательный пёс, которого загладили и заобнимали, и улыбчивый Дед Мороз, который исполнил для каждого любимые песни.

В преддверии Нового года посетили также Кимрский психоневрологический интернат в Тверской области. После новогоднего представления-сказки с современными сюжетами и зажигательной музыкой прошло выступление гитариста-виртуоза Александра Свиридова. Весь зал подпевал! Праздник завершился традиционной новогодней дискотекой и совместными фотографиями на память.

А еще мы радовались сообщениям о поездках тульских, волгоградских, самарских волонтёров, ребят из города Вязники, и всех неравнодушных, навестивших жильцов интернатов и пожилых людей, живущих дома, в праздничные дни.



В 2024 году 3700 пожилых людей получали весточки от своих внуков по переписке.

История Ани и Татьяны Андреевны

«Вопреки всем страхам, мы сразу смогли поладить!» – начинает свой рассказ 24-летняя Аня, наш волонтер и внучка по переписке с 2022 года.

О фонде «Старость в радость» она узнала, еще будучи студенткой Института права Челябинского государственного университета, из, как это сейчас чаще всего бывает, социальных сетей.

«Идея такого волонтерства сразу же показалась мне очень важной и нужной, – рассказывает Аня. – Сейчас, спустя несколько лет общения с Татьяной Андреевной, могу сказать, что мы действительно привыкли и привязались друг к другу. Нам важно делиться своими успехами или трудностями. Летом, когда я защищала дипломную работу в вузе, моя «бабушка» переживала, поддерживала и радовалась, когда все сложилось благополучно. Хочется верить, что однажды волонтеров станет так много, что у всех бабушек и дедушек будет человек, которому они будут нужны просто потому, что они есть...»

История Ксении и Александры Алексеевны

С Александрой Алексеевной, или, как ласково называет ее Ксения, бабушкой Шурой, она познакомилась в больнице и общается уже целых 10 лет!

«Бабушку Шуру привезли в 40-ю больницу на ВДНХ. Фонд разместил пост о том, что ищут волонтеров, которые смогут навестить бабушку. Я откликнулась и поехала в больницу. Там и познакомилась. Пообщались и сразу поняли, что мы родственные души! Появилось какое-то ощущение, что мы были знакомы всегда. Первое время мы писали друг другу письма. Простые и трогательные, обо всем. Потом узнала, что у бабушки есть телефон. Связь очень плохая, дозвониться – большая проблема, поэтому каждый звонок как разговор с экипажем космического корабля, связь может прерваться в любую минуту. И как же ценны мгновения и такие самые обычные фразы: "Здравствуйте, как у вас дела?" – "Всё как обычно, потихоньку, без особых перемен..." И её неизменное на прощание: "Целую вас сто миллионов раз!"»

А в рамках нашей программы «Поздравление открытками» по итогам года было отправлено более 300 тысяч открыток в 291 учреждение в 57 регионах – каждая порадовала и согрела ласковыми словами и пожеланиями.

Помимо поездок, личного общения и переписки, не менее популярна программа «Видеоволонтерство», то есть полюбившийся многим формат онлайн-мероприятий – это различные мастер-классы, экскурсии, концерты, лечебная гимнастика, танцы и многое другое интересное и увлекательное. В 2024 году более 1200 человек из 48 регионов участвовали в 428 видео-встречах с жителями домов престарелых и ПНИ и с пожилыми людьми, живущими дома.

Отдельные слова благодарности и признательности мы посвящаем нашим совсем юным помощникам – школьникам – и, конечно, молодым и активным студентам, ведь в 24 регионах они регулярно помогают одиноким пожилым людям и инвалидам.

«Молодые люди остро чувствуют необходимость помогать и делают это ответственно, от всей души: не боятся расстояний, часами готовят и репетируют спектакли, с любовью собирают подарки и подписывают открытки, чтобы порадовать бабушек и дедушек в самых дальних и скромных домах престарелых», – говорит руководитель нашего волонтерского отдела Татьяна Николаева.





Волонтерские лагеря

А как же славно было летом, наши волонтерские лагеря – это незабываемый опыт!

«Волонтерское лето» — наш ежегодный проект, участники которого живут в интернате или непосредственно рядом с ним и очень много общаются с его жильцами.

В 2024 году мы провели два лагеря для волонтеров.

- В июне волонтерский лагерь для школьников прошел на базе социального центра Поволжского округа в городе Новокуйбышевск Самарской области, в нем приняли участие 15 волонтеров и 10 пожилых людей.
- В волонтерском лагере на базе «Кошкинского дома-интерната для пожилых людей и инвалидов» в Самарской области приняли участие 33 волонтера, в том числе 11 инклюзивных волонтеров – артисты инклюзивного театра «Астрей» (г. Новокуйбышевск).



«Три недели мы собирались в комплексном центре социального обслуживания в городе Новокуйбышевск Самарской области. Мы – это юные волонтеры добровольческого агентства «П.О.З.И.Т.И.В.» и члены волонтерской группы «Серебряные феи». Подростки знакомились с деятельностью фонда «Старость в радость», узнавали о проблемах пожилых людей и взрослых людей с инвалидностью. Серебряные волонтеры и пожилые люди, которые приходят на мастер-классы в КЦСОН, не упускали возможности поговорить с молодёжью, поруководничать вместе. Подростки проводили для них творческие мастер-классы, например по изготовлению открыток в технике скрапбукинга, но и сами учились не меньше».



«ЗДОРОВО ЧУВСТВОВАТЬ СЕБЯ НУЖНЫМ»: ИНКЛЮЗИВНОЕ ВОЛОНТЁРСТВО

157 команд

инклюзивных волонтеров в течение года помогали более чем

11 000 жителей интернатов

и нуждающимся в помощи людям за пределами интернатов

из 44 регионов.



О ВОЛОНТЁРАХ

Витя – волонтер инклюзивной команды «Мы вместе!» из Крутинского интерната Омской области, он помогает своим соседям по интернату: читает книги в отделении особого ухода и даже устраивает мини-концерты. **«Петь не умею, зато танцую... как могу!»** – говорит он.

А еще Витя вместе с другими ребятами из волонтерской команды колет дрова и раскладывает их в поленицы, тем самым помогая бывшим сотрудникам своего учреждения, вышедшим на пенсию. **«Теперь столько дел, что даже спать некогда на тихом часу! Здорово чувствовать себя нужным и востребованным!»**

ОТ ВОЛОНТЁРОВ

«Волонтер – это не работа, не хобби, не увлечение, это призвание. Для меня это прежде всего целеустремленный человек с добрым сердцем, которому безразлично, что происходит в месте, где он живёт, что происходит вокруг. Человек, который не боится чужого мнения, злых взглядов. Мне очень нравится помогать другим, это доброе дело, которое приносит радость не только им, но и нам»

32-летний Иван, участник команды «Помощники» из Волгоградского ПНИ

«Для меня быть волонтером – это радовать, не прося ничего взамен. Помогать людям – это менять жизнь к лучшему. Делая добрые дела, я сама получаю море эмоций»

Наталья из команды «Помощники» Волгоградского ПНИ

«Мне очень нравится быть волонтером, стоит просто один раз помочь, как ты от этого получаешь огромное количество положительных эмоций»

31-летний Роман из команды «Энергия добра» Тарского интерната Омской области

ЕЖЕДНЕВНЫЙ УХОД

Для людей, зависимых от посторонней помощи, не должен стоять выбор «мучиться дома без помощи и ухода, либо переезд в интернат», а интернат не должен быть «билетом в один конец», где из-за того же недостатка помощи жизнь превращалась бы в биологическое доживание.

Мы хотим, чтобы пожилые люди и люди с инвалидностью могли жить настолько полноценно, насколько это возможно при их состоянии, как дома, так и в учреждении. Мы убеждены, что для множества наших подопечных забота – важнейшая составляющая часть реабилитации, и многие могут вернуть навыки, например, самостоятельно есть или садиться в кровати, что значительно повышает качество жизни.

В рамках программы «Ежедневный уход» мы ищем и оплачиваем работу сотрудников, обученных качественному уходу за маломобильными людьми и людьми с деменцией, как на дому, так и в отделениях для маломобильных пожилых людей в интернатах, если там есть острая нехватка рук.

Ведь и сегодня есть учреждения, где нагрузка на одну санитарку в отделении милосердия – то есть в отделении, где собраны максимально зависимые от посторонней помощи люди - может достигать 30 человек. На дому во многих районах пока и вовсе нет адекватной помощи для тех, кто остро нуждается в ежедневном уходе, и все, на что может рассчитывать зависимый от посторонней помощи человек, - это два-три визита социального работника в неделю, который принесет продукты и как максимум поможет с готовкой и подметет в комнате, ведь у него (а чаще у нее) еще более 10-15 подопечных по разным адресам. Наконец, в отделениях больниц, куда попадают зависимые от ухода пожилые люди, в том числе с деменцией, зачастую нет ухаживающего персонала вообще.

В 2024 году фонд оплачивал работу более чем 100 специалистов по уходу для самых зависимых от помощи пожилых людей и людей с инвалидностью в интернатах и на дому, а также в пунктах временного размещения во время эвакуации из опасных районов Курской области. В среднем, каждая помощница по уходу обеспечивает уход за 10 подопечными в интернатах или за 2 подопечными на дому (до 4 часов в день на каждого). Кроме того, сиделки от фонда ухаживают за тяжело болеющими пожилыми людьми с психическими нарушениями в геронтопсихиатрических отделениях больниц.

В 2024 году наши помощники по уходу работали в интернатах **Псковской области** (Опочецкий и Великолукский дома престарелых), **Курганской области** (ПНИ «Зеленый бор»), **Омской области** (Таврический и Пушкинский дома-интернаты, Исилькульский КЦСОН), **Тверской области** (Вышневолоцкий дом-интернат)

Кроме того, 48 помощников по уходу в 5 интернатах и 11 медсестер в 2 интернатах помогали людям, эвакуированным из приграничных сел и городков **Курской области**.

Всего на оплату труда дополнительных помощников по уходу в стационарных учреждениях за 2024 год израсходовано 41 113 836,68 руб.



ИСТОРИИ

Виктория Богданова, помощница по уходу в интернате в Великих Луках Псковской области, работает в отделении милосердия, куда попадают наиболее ослабленные люди, уже почти 9 лет. На каждого помощника по уходу в отделении милосердия в Великих Луках приходится 19-20 подопечных.

За 2024 год, рассказывает Виктория Богданова, нескольких подопечных удалось поставить на ноги. Те, кто снова может самостоятельно добраться до столовой или туалета – в том числе с ходунками или на коляске – уже перебираются в отделение для более активных людей, а на их места привозят других ослабленных пожилых людей, часто с деменцией.

Например, **Маргарита Сергеевна** приехала с большими пролежнями, нарушениями речи, одна рука у нее не действует. Сиделки делали массаж по рекомендации врача, пересаживали ее на коляску. Сейчас Маргарита Сергеевна снова самостоятельно ест и одевается, не только пересаживается на коляску, но и ездит сама куда захочет. Ее перевели на второй этаж интерната – на ее место приехал человек, который не может сесть самостоятельно.

Зинаида Андреевна, бывший воспитатель и заведующая детским садом, не могла даже сесть, пользовалась подгузниками. Постепенно ее заново научили вставать – и она стала пользоваться туалетом возле кровати. А затем – и ходить.

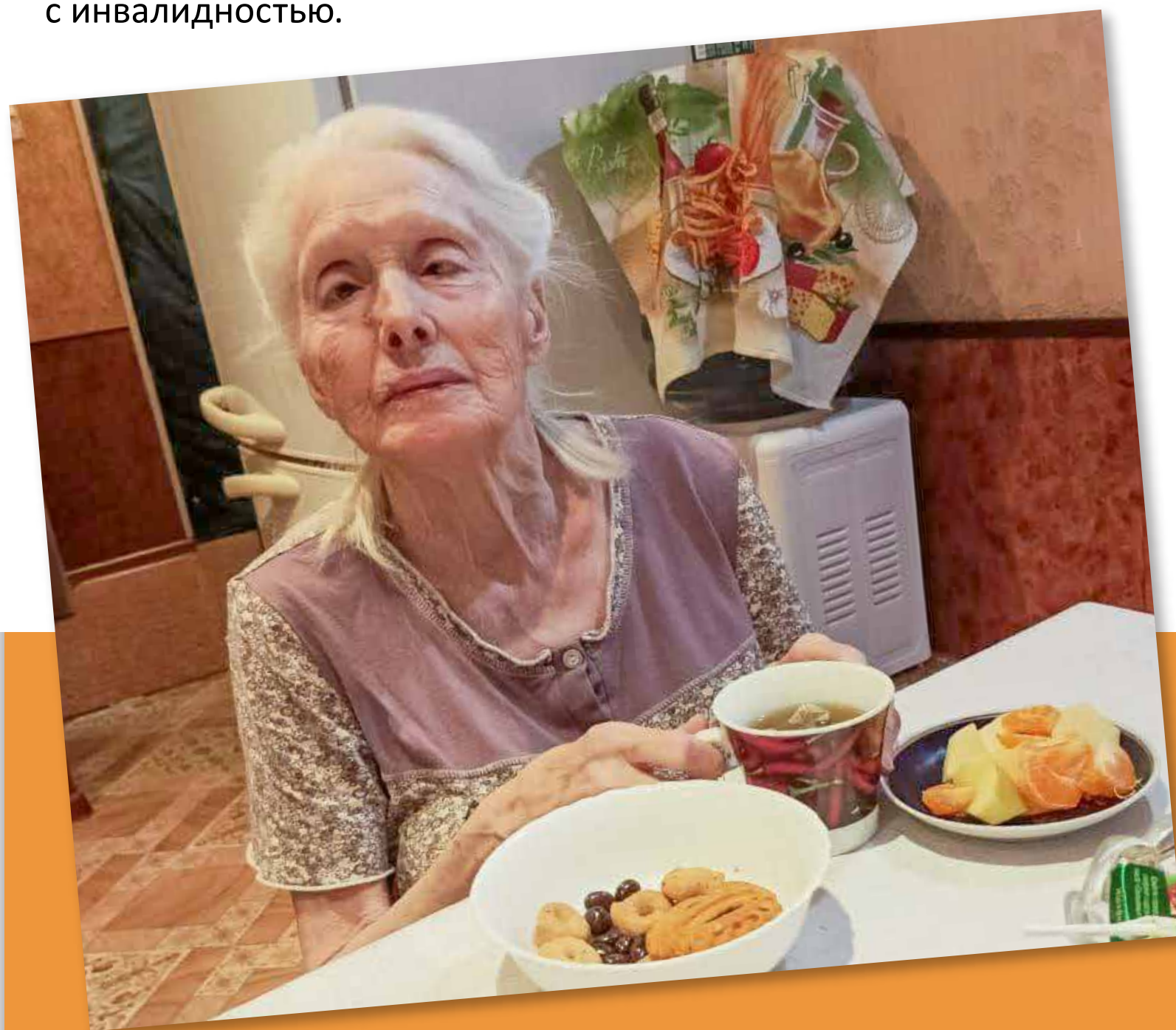
«Ее сын приезжал и радовался, что мы молодцы, маму на ноги поставили... Но она стала без остановки ходить туда-сюда, не понимая, куда идет. К сожалению, человек, который смотрит в тарелку и не помнит, что такое еда, не может оставаться дома один ни на минуту. У многих родственников нет возможности быть 24/7 рядом, иначе они бы и не оформили своих близких к нам», – рассказывает помощница по уходу.

Любовь Николаевна поступила лежащей в тяжелом состоянии с пролежнем – и благодаря заботе постепенно вылечился пролежень, она стала есть за столом, потом бывать в холле. Сейчас, хотя одна нога короче другой, она понемногу ходит.



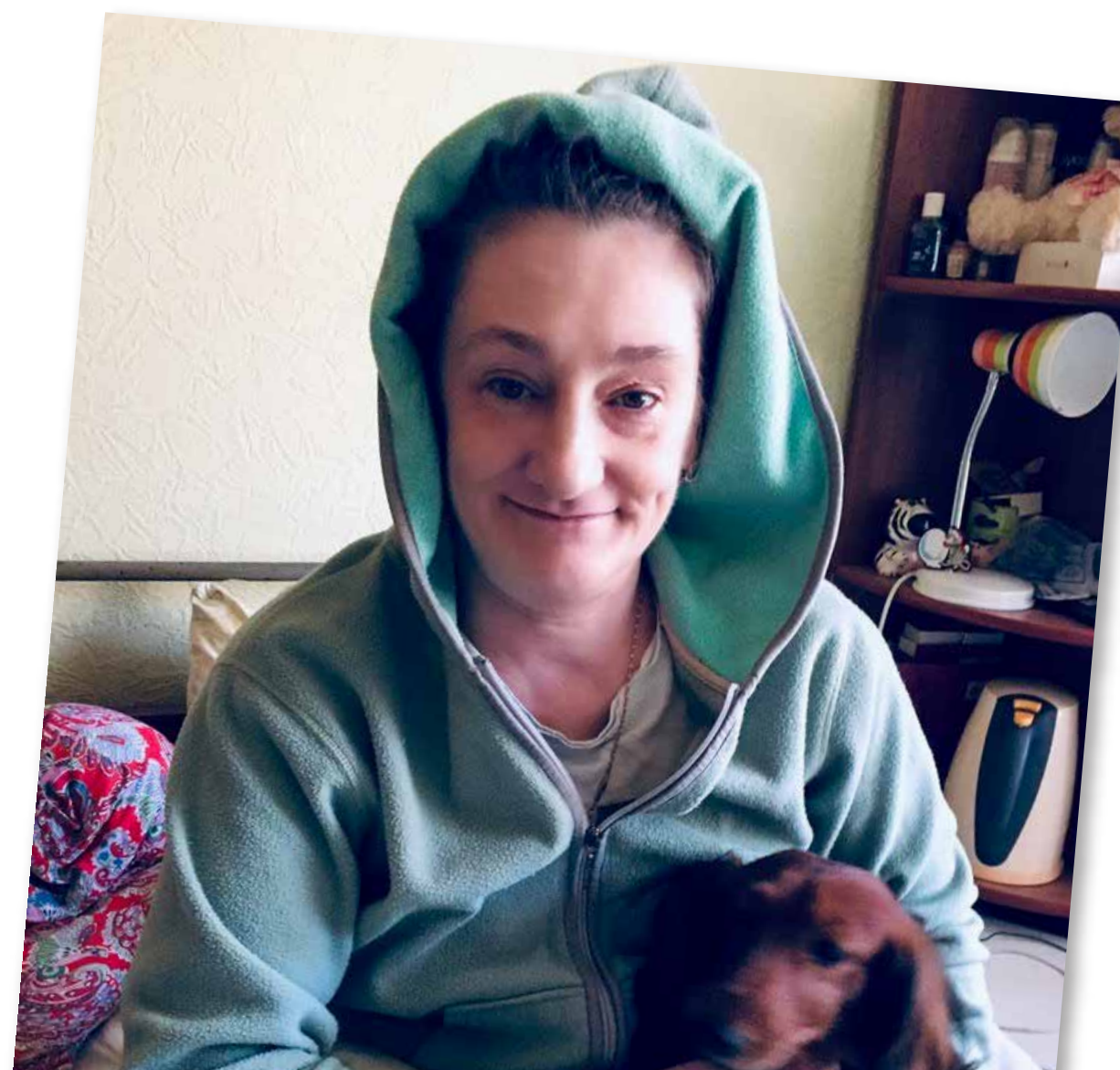
66 человек в 2024 году получали уход на дому – в основном по 25 или 28 часов в неделю, к ним ежедневно по два, а ко многим и по три раза в день приходит помощник по уходу. Занимается гигиеной, готовит и подает еду, следит за приемом лекарств. А еще – внимательно общается, помогает вернуть активность, некоторые навыки самообслуживания.

Часто помощь на дому выручает, а то и спасает не только того, за кем непосредственно ухаживают, но и его или ее совсем стареньких родителей или детей, часто тоже живущих с инвалидностью.



Не пояись сиделка от фонда, 54-летняя Светлана из Челябинска просто слегла бы рядом с 84-летней мамой **Надеждой Алексеевной**, от которой не может отойти даже в поликлинику. Мама часто падала с кровати – однажды сломала плечо. Фонд приобрел для Надежды Алексеевны кровать с бортиками, а благодаря помощи по 4 часа в день Светлана смогла заняться и собственным здоровьем.

Всего работа помощников по уходу на дому – спасение от боли, голода, унижения – обошлась в 2024 году в 9 208 656,32 рублей.



Лине Александровне 53 года, уже больше 20 лет она на коляске и не чувствует большей части тела, владеет одной рукой. У нее очень пожилые родители, которые все эти годы были ее руками и ногами, но сейчас и сами нуждаются в помощи, даже чтобы одеться. А Лину Александровну мучают нейропатические боли, пронизывающие словно током, и не залечиваются пролежни – становятся воротами для всех инфекций, но хотя бы не болят, поскольку чувствительности в мягких тканях нет.

Помощницей по уходу стала живущая по соседству молодая медик – Виктория. Она и катетер может поставить, и укол сделать. Конечно, помогает Лине Александровне и с гигиеной (мыться приходится в постели, с тазиком да ковшиком), и переодевает, и еду приготовит, если старшие плохо себя чувствуют, и подаст, и посуду вымоет. Ее работа стала спасительным кругом для всей семьи.



Надежда Викторовна еще не пенсионер, ей 57 лет. Когда случился инсульт, ушел муж – а ведь поженились всего за год до этого. Группу инвалидности оформлять долго – и вся забота о Надежде Викторовне легла на плечи 16-летней внучки Лиды, которая росла с бабушкой.

Хотя одна рука у Надежды Викторовны хорошо работает, она постоянно плакала, фактически жила в постели и могла делать что-то — даже взять кружку с водой — только возле кровати. Практически не мылась, не вставала. С помощницей по уходу она стала осваивать костыли – через боль разрабатывать парализованную ногу, и обрела веру в возможность восстановления.

Проект «Школы ухода»

С июня 2024 года в 28 учреждениях из 13 регионов работают «Школы ухода» для родственников, которые заботятся о близких. Это стало для людей возможностью найти сообщество «своих», не просто узнать, но и на опыте почувствовать, что не ты один справляешься со сложными задачами. Объединиться и быть вместе с теми, кто тебя понимает.

Наш фонд оплачивает работу региональных кураторов, ведет чат, где люди обмениваются разной информацией, в том числе методиками работы, проводит еженедельные встречи в режиме видеоконференцсвязи с каждым учреждением – участником проекта, наши специалисты выезжают в регионы, чтобы помочь методически, а также мы при необходимости отправляем в социальные центры технические средства реабилитации и другое нужное оборудование.

Из регионов нам приходили отклики и истории тех, кто нашел настоящую отдушину во встречах с другими такими же ухаживающими и часто сильно уставшими и выжатыми заботами о своих родных людьми.

«Летом я посещала курс в школе ухода, где учили, как поворачивать лежащего человека, как сажать и так далее. Многие знания оказались новыми, например за 27 лет я не видела скользящей простыни и доски для пересаживания. Мне всё это бесплатно дали, доску я реже использую, а простыни теперь почти каждый день», – рассказывает Наталия Гербертовна из Моршанска Тамбовской области. Ее сын Александр в 27 лет не ходит, не говорит, не сидит без опоры.

«Где бы мы иначе друг друга нашли? – говорит она о сообществе ухаживающих родственников. – Мне столько рассказали о наших правах и законах, сколько я бы в жизни сама не узнала. Мы общаемся, другие девочки могут и на несколько часов своих ребят оставить под присмотром в КЦСОН – они там занимаются, а мама по своим делам бежит. Сашу я там не оставляю, я к нам приглашаю всех».

Одно из «Сообществ родственников» работает в городе Череповец Вологодской области. Здесь на базе социального центра проходят занятия с психологом, спортивные

мероприятия, творческие встречи, чаепития, родителей приглашают на концерты, проводят для них консультации по уходу, а еще через информационный чат можно задавать интересные вопросы. Активное участие в таких встречах принимают порядка 40 человек.

«Это хорошая психологическая разгрузка! Мы можем поболтать, опытом обменяться, да просто провести время как-то иначе. Выход из дома, пусть и на пару часов, окрыляет», – делится Татьяна. Ее 23-летний сын Илья получил инвалидность еще в детстве после аварии. Все заботы о нем на плечах Татьяны: родители погибли, супруг умер.

«Со мной живут пожилые родственники мужа: отец, мать и бабушка, – говорит Ольга из Омска. – Я работала в КЦСОНе, уволилась по семейным обстоятельствам, чтобы ухаживать за ними. В это время как раз была организована «Школа ухода», и коллеги, зная мою ситуацию, пригласили в сообщество. Поддерживают встречи с психологом – теперь нередко обращаюсь к специалисту Наталии Юрьевне за советом».



Также в «Школах ухода» проходят обучающие встречи, где людям помогают разобраться с правилами ухода, специалисты рассказывают все тонкости и объясняют, как облегчить и поддержать состояние близких благодаря грамотной заботе.

«Я заботилась о маме и папе. Сейчас только о маме... папа недавно умер. Хожу в социальный центр на разные занятия на медицинские и околomedicalные темы. Это очень полезно. Во-первых, мы получаем знания – то, что уже знаем, освежается в памяти, а новое пробуем применять на практике», – делится Светлана из Йошкар-Олы.

Любое внешнее мероприятие для человека, почти всегда привязанного к дому, это возможность не просто куда-то выбраться, заняться арт-терапией, посетить концерт, но и выговориться, встретиться с психологом, получить поддержку, почувствовать, что вокруг есть жизнь и понимающие люди.

«Школы ухода» для родственников – это глоток свежего воздуха.

Поэтому мы продолжаем делать все возможное для того, чтобы ухаживающие родственники, которые изо дня в день героически спасают любимых и близких, чувствовали наше понимание и заботу.

За 2024 год в школах ухода прошли обучение

3010 человек

Помимо этого, получили индивидуальные консультации специалистов школы ухода

2573 человека

Было оформлено

1600 ресурсных карт

семьи человека, нуждающегося в уходе.

Подология – здоровые стопы и ногти

Состояние ногтей остается одной из серьезных проблем пожилых людей. Порой беда достигает такого масштаба, что, казалось бы, еще бодрый человек не может выйти даже из комнаты, не то чтобы на улицу, а у людей, прикованных к инвалидному креслу, возникают дополнительные недомогания, если нет ухода за ногтями.

В Сосновском доме для престарелых Тамбовской области смогли привлечь приходящих подологов, а фонд «Старость в радость» помог учреждению оплатить работу специалистов для 12 жителей интерната. Возраст жильцов с наиболее проблемными ногтями – от 42 до 88 лет.

«Я лежу; у меня трескалась кожа на пятках, на пальцах, и цеплялась за белье, за носки. Больно было, и лишний раз пошевелиться – еще задумаешься, стоит ли. А ведь нужно хоть как-то поворачиваться...» — одна из пожилых дам в Сосновском интернате Тамбовской области после обработки стоп радовалась, что у нее прибавилось свободы движений.

Грибок ногтей и стоп у пожилых людей приобретает характер эпидемии. Причем если уход за стопами жильцов интерната поручается персоналу без специальной подготовки и средств защиты, они скорее сами заразятся, чем улучшат состояние подопечных. Утолщенные, искривленные ногти обычными маникюрными ножницами или кусачками не одолеть. Все это – сфера деятельности подолога со специальными навыками и оборудованием.

На услуги приглашенных подологов в 2024 году потребовалось 122 500,00 рублей. На оборудование и материалы для подологии, которые были переданы непосредственно в учреждения, было израсходовано еще 192 381,28 рублей.



Гигиена

В рамках программы «Ежедневный уход» мы закупаем все, что нужно для организации ухода. Ведь даже когда есть заботливые руки, важно, чтобы было все необходимое, чтобы сделать сам процесс наименее болезненным. Прежде всего это все, что связано с гигиеной: средства по уходу (крема, лосьоны для гигиенических процедур, шампуни, гели), влажные салфетки, абсорбирующее белье (именно так называются официально подгузники и пеленки), специальные варежки для мытья.

Всего в 2024 году на абсорбирующее белье для жильцов интернатов было израсходовано 8 691 300,68 рублей, а на подгузники, пеленки для подопечных на дому 4 961 214,09 рублей.

Оборудование для мытья

В стационарные учреждения за 2024 год были переданы тележки, кресла и другое оборудование для мытья на 8 713 189,00 рублей.

Отдельная задача – обеспечить наших подопечных всем необходимым для организации ежедневных гигиенических процедур: кресла для душа, каталки для ванной, специальные душевые стулья и табуреты. Ведь очень большая часть бытовых травм и трагедий у пожилых людей происходит именно в ванной. Сиденья для ванны, нескользящие коврики, ступеньки для ванны могут сохранить не только качество жизни, но и жизнь. А еще – здоровье. Ведь если пожилой человек боится и тяготится мытьем, он будет соглашаться на это реже.

Например, в Боровичском ПНИ Новгородской области живет Павел Александрович. Из-за тяжелой болезни все его дни проходят в пределах постели. Проводить ваннные процедуры трудно, тяжело для него – и с креслом для мытья стало в разы легче – спасибо вам.

В Зверевском ПНИ Ростовской области в кресло-стул для душа жильцов, которые не могут ходить, часто сажают прямо из кровати в комнате, чтобы снизить количество пересаживаний. Правда, персонал приноровился «катать» подопечных в основном задним ходом – так ровнее получается. «Поверхность не скользкая, ширина хорошая, и удобно, что можно держаться во время купания. При обработке дез.средствами свой внешний вид кресло не потеряло», - нахваливают кресло сотрудники.

В Вязниковском пансионате им. Елизаветы Глинки во Владимирской области хвалят тележку для мытья: борта откидываются без затруднений, фиксация тормозов хорошая. Значительно сократилось время тна транспортировку в душ немобильного человека. Легче стал уход.

Стул для ванной в Вязниковском пансионате тоже отлично освоили: простая сборка «на любую сторону» в зависимости от устройства ванной комнаты, аккуратный, устойчивый – ножки на присосках.



Оборудование для позиционирования

На оборудование для позиционирования в кровати на дому и в интернатах за 2024 год было израсходовано 1 445 954,90 рублей.

Чтобы маломобильный человек мог присаживаться сам и не быть все время в лежачем положении, необходимы опоры под спину, лесенка для подтягивания, специальные валики и подушки. Для того, чтобы он мог пересест в коляску, у ухаживающего должны быть скользкие простыни и/или доска для пересаживания, специальный пояс для перемещения.

Подушка-банан или подковообразная подушка – не модное новшество из рекламы, а способ менять позу, чтобы предотвращать пролежни, иметь удобную опору в кровати и в кресле-коляске.

Мы не только покупаем оборудование, но и обучаем им пользоваться, ведь просмотра роликов в интернете бывает недостаточно. Например, мы передали в Вогнемский дом социального обслуживания комплект скользких простыней, а когда не получилось освоить их применение – провели короткое обучение, и теперь сотрудники могут ухаживать даже за самыми тяжелыми людьми, не надрываясь и не причиняя боли подопечным.



ПРОГРАММА МЕДИЦИНА

Многие пожилые люди и люди с инвалидностью смирились с тем, что им недоступна качественная медицинская помощь. «В нашем селе поликлиники нет, а кардиолога нет и в районном центре». «Зубы у меня все развалились, а я так любила яблоки, тертое – совсем не то». «Соседки обижаются, что я не здороваюсь, а я их просто не вижу, пока они нос к носу со мной не столкнутся: катаракта».

Мы хотим, чтобы пожилые люди и люди с инвалидностью не теряли качество жизни из-за невозможности решить важнейшие медицинские задачи. Обратимая слепота или отсутствие очков, потерянный слух – это сенсорные дефициты, которые повышают риски деменции и травм, а не только лишают способности читать или полноценно питаться.

Боль и инфекции от пролежней, истощение при нарушениях усвоения пищи – это угрозы для жизни и здоровья.



Возвращаем зрение

Очки – по рецепту

Мы стараемся помочь с обследованием окулиста и дальнейшим изготовлением очков для наших подопечных пожилых людей и людей с инвалидностью, живущих в интернатах или на дому. Грамотно подобранные очки могут сохранить не только радость чтения и рукоделия, но и уберечь от травм и падений. Множество отзывов мы получаем о том, что уменьшились головные боли напряжения, У каждого из подопечных есть возможность выбрать оправу, чтобы аксессуар был удобным, а отражение в зеркале радовало.

Александр Николаевич живет в Армавирском доме-интернате два года. По профессии он врач, а значит – всю жизнь учился, много читал. *«Мои глаза - мой главный инструмент, и я продолжаю читать и узнавать новое о медицине, даже сейчас, хотя уже не работаю. С возрастом зрение ухудшилось, и в этой ситуации очки стали настоящей палочкой-выручалочкой. От всей души хочу поблагодарить фонд "Старость в радость" за помощь в приобретении очков. Благодаря им я могу и дальше идти в ногу с медициной»,* – сказал Александр Николаевич.

В том же Армавирском интернате в Краснодарском крае вот уже 45 лет — да, с 1979 года — живет **Надежда Николаевна**. С детства она любит вышивать крестиком. Это медитативное занятие позволяет радоваться не только процессу, но и результату: красоте, созданной своими руками. Конечно, когда «руки стали коротки» для вышивания из-за возрастной дальнозоркости, Надежда Николаевна хоть об этом и шутила, да грустила. Благодаря вашему подарку — очкам — она снова проводит за любимым делом много времени.

Всего на очки за 2024 год потребовалось 2 781 593,50 руб.
Их получили 756 человек из 26 регионов.

Раисе Феодосьевне из геронтологического центра «Вишенки» Смоленской области 78 лет. Она закончила педагогический институт и больше 40 лет проработала учителем русского языка и литературы. Конечно, всегда была с книгой — и ухудшение зрения очень ее тяготило. Тяжелая болезнь и смерть единственной дочери в 2017 году привели ее в геронтологический центр «Вишенки». В комнате ее можно застать нечасто, поскольку она посещает все концерты, увлекается танцами, йогой, скандинавской ходьбой, участвует в кружках, даже озвучивает мультфильмы по сказкам — это совместный проект с образовательными учреждениями, главных героев известных сюжетов озвучивают пожилые люди.

Раиса Феодосьевна хорошо владеет компьютером и участвует во многих онлайн-проектах. Да еще и успевает работать в швейной мастерской. Дома она любила шить для себя и своих близких, а в геронтологическом центре не только занималась мелким ремонтом одежды для соседей, но и шила для них вещи, в том числе нарядные. Конечно, в очках ей и чтение, и шитье, и онлайн-общение даются гораздо легче и комфортнее.

Татьяне Николаевне 68 лет, в прошлом — профессия инженера-технолога и работа на заводе «Теплоконтроль», 40 счастливых лет с мужем, после смерти которого женщина долго не могла прийти в себя. С 2017 года Татьяна Николаевна живет в геронтологическом центре. Она не пропускает концертов и встреч, занимается скандинавской ходьбой. Когда во время пандемии центр закрыли на изоляцию — стала помогать в библиотеке. Ведь всем было тревожно, и книги помогали отвлечься, а в вахте среди персонала не было библиотекаря. Татьяна Николаевна и сейчас подбирает для соседей книги, советует интересную литературу, занимается периодикой. Много читает и сама — и новые очки для нее были очень важным подарком.



Операции возвращают зрение

За 2024 год удалось провести 59 операций в двух регионах. Их стоимость составила 1 918 150,56 рублей.

Замена хрусталика – операция, возвращающая зрение (иногда сразу после снятия повязки человек восхищается: много лет не видел, а здесь чудо). Ситуации в разных регионах отличаются, и где-то очередей нет, обнаружили катаракту — обследовали и прооперировали. А где-то в очереди более тысячи человек. В каждом регионе мы обсуждаем ситуацию с представителями профильных ведомств. Если очередь многолетняя и в ней в основном такие же пенсионеры, как наши подопечные, то мы считаем важным не дожидаться, пока катаракта «перезреет», зрительный нерв атрофируется, потеря зрения станет необратимой.

Иногда врачи также рекомендуют операции из-за глаукомы или других заболеваний глаз — и сделать их опять же удастся только на платной основе. Например, одному из подопечных в Воронежской области вместе с заменой хрусталика исправили косоглазие, и его зрение из -15 (которые были с детства, но добавилась катаракта) превратилось в -2!

Отзывы жильцов Ржевского интерната в Тверской области

«Спасибо вашему фонду и врачам! Я раньше видел пло-о-охо. А теперь все изменилось, читать смогу много!» – делится 59-летний Игорь Владимирович.

«Зрение было такое, что уже лиц не различал. Когда повязку сняли после операции, была эмоция такая – рот до ушей и радость! Теперь смогу пойти на занятия по выжиганию!» – говорит 69-летний Владимир Васильевич.

«У меня была запущенная катаракта, глаукома и даже нерв атрофировался. Сейчас стала видеть лучше. Врачи сказали, что если бы не прошла лечение, то могла бы вообще ослепнуть. Я макраме люблю и вот наконец-то смогу снова взяться за рукоделие – руки уже чешутся!» – делится 64-летняя Татьяна Валентиновна.

«Мне зрение вернули! Даже слов нет – просто большое спасибо от всего сердца! Пока идет восстановление, но уже сейчас могу сказать, что разница огромная. Великое дело для нас сделали!» – подтверждает 64-летняя Ирина Анатольевна.

79-летний Сергей Иванович тоже вернется к любимому делу. «Впечатления у меня отличные. Видел плоховато, а на данный момент – хорошо. Я раньше ходил на «Кружок друзей» и «Выжигание», а потом перестал. Вернусь, теперь вернусь!»

«Спасибо, что делаете из слепых – зрячих. Вижу далеко-далеко, чувствую себя нормально! Хирургам отдельная благодарность – надо же такую ювелирную работу делать», – говорит 69-летняя Екатерина Ильинична.

Слуховые аппараты и сурдология

Мы стараемся обеспечить тем пожилым людям, у которых проблемы со слухом, обследование у сурдолога и подбор слуховых аппаратов. Во всех ситуациях, когда такой аппарат человек может получить от государства бесплатно, по программе индивидуальной реабилитации, мы делаем все, чтобы этот аппарат был получен. Но в случаях, когда помощи по ИПРА ждать нет возможности, либо аппарат вообще не полагается, мы оплачиваем нужные аппараты сами.

Ведь слух дает пожилым людям шанс не оставаться в вынужденном затворничестве из-за глухоты. Снижение слуха по медицинской статистике значительно повышает риски прогрессирования деменции (что понятно — человек постепенно забывает человеческую речь, когда ее не слышит) и даже падений и переломов (оказывается, нам необходимо слышать собственные шаги, чтобы ходить устойчиво).

Слуховые аппараты в 2024 году получили 20 человек из трех регионов, на это потребовалось 593 730 руб.

Большинство получивших в этом году слуховые аппараты пожилых людей живут в Нежинском геронтологическом центре в Омске. Среди них – **Геннадий Яковлевич**, местный гармонист, вернее, как он сам говорит, «участник команды творческих волонтеров». Каково ему было терять слух – а с ним и музыку, которую он так хорошо знает и любит! Его попурри популярных песен неизменно срывает овации слушателей – а теперь он рассчитывает выступить еще очень долго.



Зубопротезирование

В ситуации, когда бесплатной или льготной стоматологии категорически недостаточно, а на платную нет средств, может оказаться любой из наших подопечных. В большинстве регионов России льгот пенсионерам на зубопротезирование не предусмотрено. Откуда взять средства на зубные протезы жителям интернатов, отдающим 75% пенсии за возможность находиться там? Новые зубы — это возможность не есть только жидкую пищу и не стесняться своей улыбки.

Особенно сложно бывает помочь с зубопротезированием тем пожилым людям и людям с инвалидностью, кто живет самостоятельно в деревнях и небольших поселках. Здесь приходится решать проблему не только оплаты изготовления протезов, но и неоднократных поездок в стоматологию, часто в соседние города, при отсутствии регулярного транспорта и ограничениях мобильности человека.

Мы благодарим социальных работников, которые активно включаются в ситуацию, чтобы подарить пожилым людям и людям с инвалидностью новое качество жизни – с полноценными зубами.

На зубопротезирование жильцам интернатов за 2024 год потребовалось 12 972 948,63 руб. На стоматологическую помощь подопечным на дому – 453 650 руб. Всего помощь получили 507 человек из 33 регионов.

ИСТОРИИ

Валентина Сафроновна из Новооскольского интерната всю свою жизнь до выхода на пенсию трудилась дояркой в колхозе. Семья, дети, хозяйство — «за красотой некогда было гнаться», — говорит Валентина Сафроновна. Хотя труд был тяжелым, воспоминания о тех временах у нее приятные. Сейчас же, когда жизнь в доме-интернате течет размеренно, Валентина Сафроновна получила новую улыбку и восстановила уверенность в себе. Она активный участник всех событий в интернате, рассказывает истории из жизни и радуется каждый раз, когда кто-то из сотрудников или жителей дома-интерната приходит к ней за советом, становится для всех настоящим примером гармонии между заботой о себе и желанием быть полезной другим.

Александр Павлович уже пять из своих 68 лет живет в Холмовском доме-интернате в Смоленской области. И говорит, что наконец-то счастлив. Ему есть с чем сравнить: у него нет ни детей, ни других родственников, а жилье отняли мошенники. Работал он разнорабочим в разных местах, но легко не было нигде. Последние годы перед интернатом Александр Павлович жил с людьми, которые его обманывали, так что он оформил несколько кредитов, с которыми рассчитывается по сей день. Словом, было всё, кроме благополучия.

Сейчас Александр Павлович живет спокойно — и силы появились. Ему выделили под огород участок рядом с интернатом, на котором он выращивает овощи и цветы, сажает деревья.

Отсутствие зубов сильно омрачало жизнь Александра Павловича, а самому накопить на протезирование было невозможно. Сейчас благодаря вашей помощи он улыбается вслед невзгодам, которые преследовали его по жизни.

Вячеслав Витальевич живет в Азнакаевском доме-интернате с 2023 года. Открытый и доброжелательный, он быстро подружился со всеми жителями.

«Я простой человек, который всю жизнь работал и был этим доволен, всегда хотел иметь друзей, радоваться с ними всему доброму, улыбаться и смеяться, но стеснялся не очень красивых и здоровых зубов. А теперь делаю всё это с удовольствием, а также с удовольствием выражаю признательность всем людям, которые мне с этим помогли».

А еще к Вячеславу Витальевичу вернулся аппетит. Теперь он без труда ест твердую пищу, пробует то, в чем раньше себе отказывал.

Таисия Михайловна из Республиканского геронтологического центра «Именлек» в Уфе в апреле отметила 85-летний юбилей. Она много читает, старается посещать все когнитивные тренинги, которые проводит психолог центра, всегда открыта новым знаниям. Она сохраняет ясный ум и тонкое чувство юмора, жизнерадостность и доброту.

Таисия Михайловна всегда называет улыбку главным оружием женщины вне зависимости от возраста. Только вот в последние годы сама она улыбаться стала реже — начала стесняться из-за отсутствия зубов.

Благодаря вашей поддержке эту проблему удалось решить. Изготовили красивые и удобные протезы. С тех пор как будто даже взгляд ее поменялся — стал веселее, а ее задорный смех заражает всех энергией и теплом.



Лечебное питание

Пожилым людям и людям с инвалидностью с критически низкой массой тела, у которых не усваивается обычная пища, мы передаем по назначению врача лечебное питание в виде сухой смеси или коктейля, которое постепенно возвращает им силы, помогает набрать вес, или хотя бы перестать его терять. Чтобы получить такое питание от государства, нужно много усилий и времени, а пища людям нужна уже сегодня, поэтому параллельно с получением лечебного питания по линии минздравов, мы стараемся максимально быстро предоставить людям в беде тот минимум помощи, который позволит им дождаться помощи от государственной системы.

Роза Минчир-Ооловна живет в том же интернате в Тыве. Ей 65 лет, удаленный из-за язвы желудка, инсульт, переломы и травмы тазобедренного и плечевого суставов. Она лежит — и килограмм, который ей удалось набрать, это ее всего лишь 35-й килограмм.

40-летний **Денис Леонидович** из Верхотуринского дома-интерната живет с хроническими проблемами с легкими и бронхами. Всё это началось настолько давно, что он имеет статус инвалида детства. Родители Дениса Леонидовича лишены родительских прав, он воспитывался в детском доме, учился в спецшколе...

Денису Леонидовичу стало хуже в последний год. Одышка, другие проблемы, а еще — он потерял 12 килограмм и стал весить 31 кг. Пульмонолог порекомендовал лечебное питание — фонд благодаря вашим пожертвованиям его закупил. И уже за первые три недели применения удалось отвоевать первый килограмм обратно.

За 2024 год фонд передал нуждающимся лечебное питание на 7 930 120,00 рублей.

Для каждого подопечного — из расчета на полгода — счет на питание составляет от 52,5 до 127,7 тысяч рублей: видов лечебного питания разработано много, и врач подбирает его в зависимости от диагноза, от состояния человека прямо сейчас, от показателей в анализах, от того, были ли у пациента трудности с глотанием (дисфагия). Кто-то ест сам, а кого-то кормит персонал. Кому-то смесь нужно добавлять в обычное пюре, а кто-то будет пить через трубочку или из поильника.

Кежик Раджаевич лежит в Кызылском доме-интернате в Тыве. Он не может есть обычную пищу — потому что не может глотать, в том числе воду. У совсем еще молодого человека — паллиативный статус с 2017 года после операции на сердце и легком.

Еще недавно Кежик Раджаевич весил 38 кг. Фонд приобрел для него лечебную смесь и загуститель по назначению врача. Индивидуально подобрали консистенцию питательного напитка, и вот — вес увеличился на полтора килограмма, до 40... Это не решило всех проблем, но сил их выдерживать прибавилось.

Лечение пролежней

К сожалению, как бы ухаживающие ни старались, необходимость в лекарствах от пролежней для многих наших подопечных останется. Слишком уж уязвимы люди со слабым здоровьем. Важно быстро заметить проблему и начать ее решать — иначе встанет вопрос не только боли, но и инфекции, а потом — жизни или смерти.

Стоимость эффективных средств высока — доступными для наших подопечных, и так оставляющих большую часть пенсии в аптеке, они вряд ли станут. Перекись, а тем более зеленка, в случае с пролежнями и трофическими ранами не решают проблемы — а часто и усугубляют. Мы передаем нуждающимся повязки и мази, гели и антисептические растворы, пластыри, которые надежно фиксируют повязки, но потом снимаются, не травмируя кожу. Всё это назначают врачи — а ваша помощь дает возможность это купить!

Светлане Викторовне 71 год, еще недавно она жила в селе в Суджанском районе Курской области. Как она жила — уже нет смысла описывать, но здоровьем крепким похвастаться не могла давно. Потом — обстрелы, эвакуация, пункт временного размещения, и все это было бы тяжело и для куда более крепкого человека. При осмотре у Светланы Викторовны обнаружили пролежни больших размеров.

Понадобился противопролежневый матрас, повязки и пластыри. Сейчас раны стали значительно меньше, очистились и подсохли. Светлана Викторовна говорит, что стала испытывать значительно меньше боли и дискомфорта при движении. Обработка, лечение и профилактика пролежней у Светланы Викторовны продолжается.

На лекарства и абсорбирующие повязки от пролежней жителям интернатов за 2024 год было израсходовано 1 179 201,13 рублей, а для подопечных на дому были закуплены препараты на 582 677,07 рублей.

Татьяна Семеновна попала в Острогожский центр реабилитации и социализации истощенной и с пролежнями. Сотрудники интерната неоднократно приглашали к ней хирурга и терапевта. Назначили Татьяне Семеновне и общеукрепляющую терапию, и перевязки.

Фонд приобрёл лекарства и отправил посылку — лечение нужно было начинать как можно быстрее. И всё подействовало: раны очистились, а потом стали заживать. «Регенерация идет быстро», — написали нам из реабилитационного центра. Татьяна Семеновна, до этого лежавшая пластом, стала подниматься в пределах постели.

Виктору Ивановичу 69 лет. В 2022 году у него был инсульт, но он продолжал жить дома, хотя левая половина тела перестала его слушаться — только иногда ездил на время в больницы. В феврале 2024 года Виктор Иванович попал в геронтологический центр «Забота» в Ульяновске — его нашли дома лежащим на полу, грязным и в пролежнях. Лежал он явно уже долго, сколько — он не знает сам.

Обширные пролежни начали лечить с помощью повязок и пластырей, которые назначил врач, а передал наш фонд благодаря вашим пожертвованиям. И через 9 недель усилий раны уменьшились в более чем 4 раза и стали рубцеваться.

Адаптивная посуда

Адаптивная посуда за 2024 год была закуплена на 1 173 340,00 рублей. Ее получили подопечные в 89 учреждениях.

Адаптивная посуда – ложки и вилки с утолщенными ручками и фиксаторами на липучках, бортики для тарелок, которые позволяют набрать пищу, не разбросав ее, тарелки на липучках, которые крепятся к столу – приобретается для конкретного человека, которому такое оборудование необходимо. В разных учреждениях разное количество таких жильцов, потому и различаются суммы в счетах: например, во Владимирский ПНИ понадобилась посуда на 41 900,00 рублей, а в Некрасовском интернате Ярославской области – только на 2 800,00 рублей, в Новочебоксарском КЦСОН в Чувашии – на 33 600,00 рублей.

В Боровичском ПНИ Новгородской области живет 47-летняя **Наталья**. Она перенесла инсульт три раза, и ей тяжело есть из обычной посуды – руки не слушаются, – а благодаря адаптивной Наталья может быть более самостоятельной и обед никуда больше не расплескивается и не убегает.

С вашей поддержкой такая посуда появилась в Обоянском доме социального обслуживания Курской области.

«*Лишний раз не хочу вас беспокоить, что я, дите малое?*» – каждый раз говорил 63-летний **Александр Владимирович**, когда садился за стол. Он попал в стационар после травмы рук.

«*Я даже не мечтал, что снова смогу управлять своими действиями, без посторонней помощи*», – поделился он после использования адаптивных столовых приборов.

65-летний **Николай Сергеевич** и 68-летний **Иван Иванович** вернулись в общую столовую! Они вновь общаются с соседями за чашкой чая, не испытывая дискомфорта. Посуда подарила им возможность свободно чувствовать себя во время общей трапезы.

А 62-летняя **Зоя Васильевна**, инвалид с детства, которая не понаслышке знает, что такое, когда не можешь нормально поесть, и вовсе сказала: «*Ну вот теперь и борщ вкуснее!*»

Адаптивная посуда, разработанная с учетом эргономики, снижает физическую нагрузку на мышцы рук и запястий, что особенно важно для людей с ограниченной подвижностью. Когда процесс еды перестает быть сложной задачей, человек возвращает себе самостоятельность и качество жизни.



Медицина на дому

В 2024 году проводился проект «Медицина на дому». Врачи-специалисты практически не выезжают на дом, и получается, что пожилой человек, если не может добраться до поликлиники в районном центре, вынужден довольствоваться помощью ближайшего фельдшера, а при острых состояниях вызывать скорую помощь.

Среди наших подопечных много тех, у кого имеется инвалидность как ограничения в жизнедеятельности, в возможностях себя обслуживать и уж тем более работать. А инвалидности как статуса нет. Причем нет сил и возможностей добиться оформления «группы», льгот, получить средства реабилитации. Ведь для оформления опять-таки нужны заключения врачей-специалистов, которые не выезжают на дом – да их попросту может не быть в поселке и даже в ближайшем районном центре.

И все же мы знаем, как важно, чтобы диагностика и назначение лечения случились. Чтобы наших старших диабет не привел к слепоте и гангрене. Чтобы холестерин и давление не приближали инфаркты и инсульты. Чтобы те, кто де-факто уже живет с инвалидностью, получили официальный статус и максимум поддержки.

В 2024 году мультидисциплинарные бригады врачей посетили **246 человек** в 9 регионах (12 муниципальных образований). Из 246 человек 202 проживают в сельской местности или в малых городах с населением до 15 тыс. чел., 44 – в городах свыше 80 тыс. чел.

В бригаду врачей, как правило, входили **терапевт, невролог, эндокринолог, окулист, травматолог, кардиолог и гинеколог**. В случае необходимости подключался **сурдолог**. Непосредственно на дому у пожилых людей снималась кардиограмма (для 84 человек), было сделано 22 УЗИ. Брали и анализы (биохимических исследований крови – 839, ОАК – 155, ОАМ – 129).

Пожилые люди получили рекомендации врачей по лечению заболеваний, которые были диагностированы впервые, и коррекцию ранее назначенного лечения. 15 человек пришлось госпитализировать – в том числе срочно по жизненным показаниям.

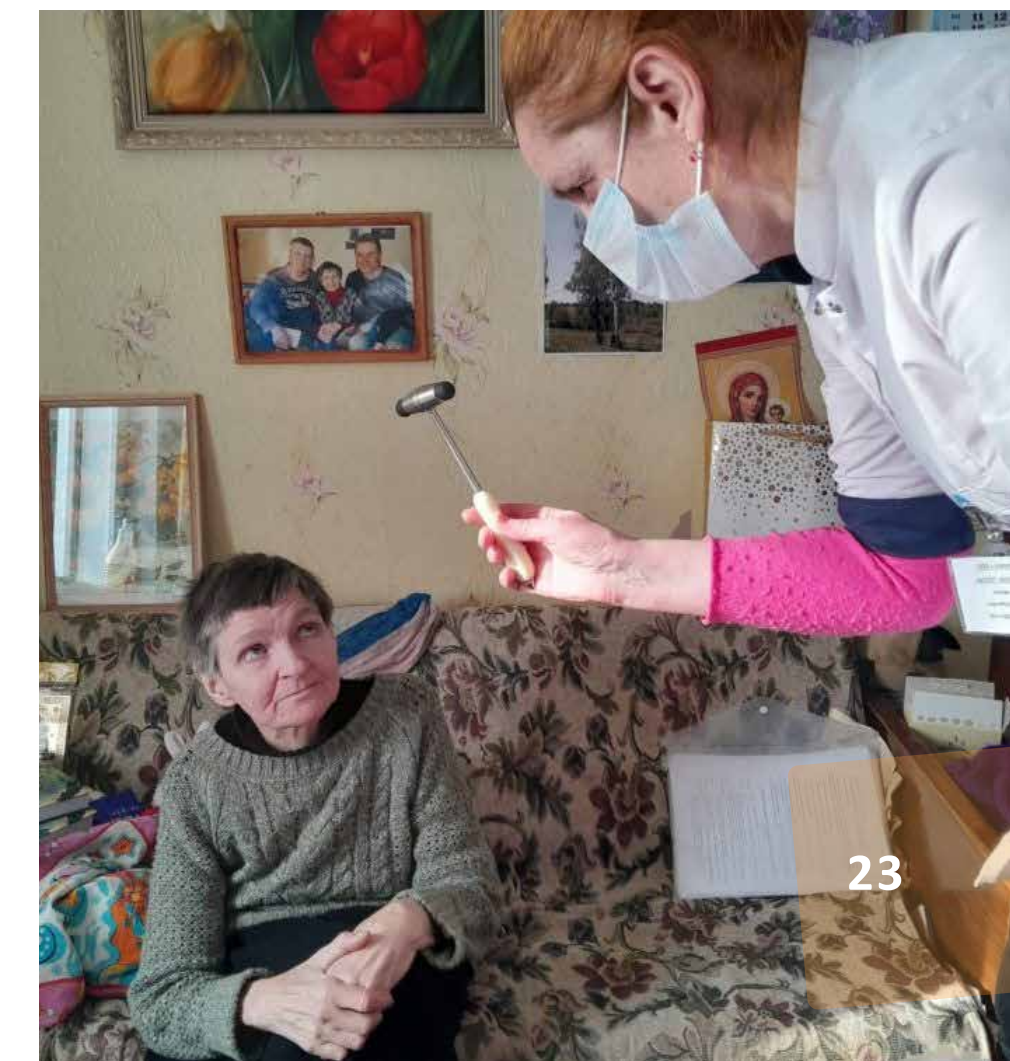
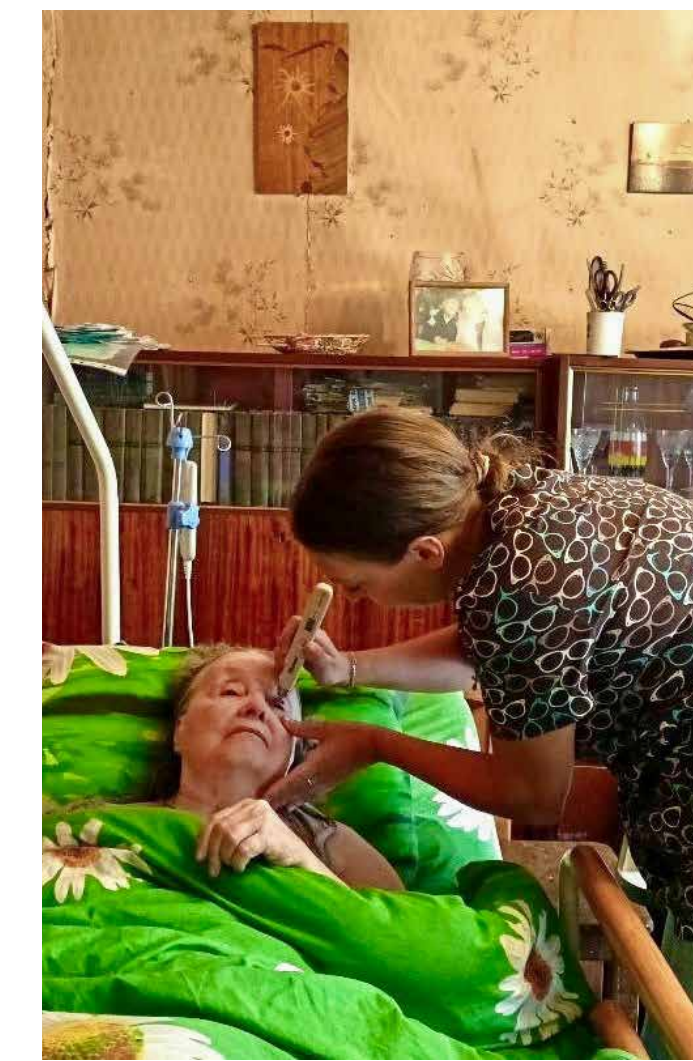
Для 13 было необходимо получение или усиление группы инвалидности. Их документы с заключениями специалистов направлены в бюро МСЭ.

Еще для 15 человек нужно было актуализировать ИПРА – вписать в них дополнительные средства реабилитации. Документы 8 человек направлены в бюро МСЭ для актуализации ИПРА, для 7 необходимо проведение дальнейшего обследования.

Кроме того, 135 человек прошли целенаправленное офтальмологическое обследование (Ржевский р-он Тверской обл.).

Признаны инвалидами по итогам участия в проекте 11 человек, для 9 актуализирована ИПРА.

Один человек переехал в дом-интернат для престарелых и инвалидов, еще 2 включены в лист ожидания.



ИСТОРИИ

Таисия Михайловна из Малой Вишеры в Новгородской области ходит только по комнате, и то с помощью ходунков. Ей был очень нужен ЛОР: и слух все хуже, и жалобы на ранки в горле. Однако из поликлиники ЛОР на дом не выезжает – консультацию и назначение лечения удалось получить благодаря вам.

Ольге Васильевне 94 года! И по комнате она все еще ходит, хоть и только с поддержкой. Но до окулиста дойти, конечно, ей сложно, а из-за глаукомы уже прооперирован правый глаз, и теперь началось ухудшение на левом. Мы привезли к ней и офтальмолога, и кардиолога.

На оплату выездов врачей, лабораторных анализов, УЗИ, инструментальных обследований потребовалось в 2024 году 1 730 031,00 рублей.

Александр Алексеевич жаловался на постоянно воспаленные глаза – он бы, может, давно пожаловался на это не соцработнику, а врачу, да из-за больных коленей он не может ходить.

Александр Пафнutyевич очень ждал невролога: что ж это такое, говорил он, когда у мужчины ноги дрожат! Даже если у него было два инсульта и онкология. Все равно Александр Пафнutyевич встает с кровати, и хотя ему постоянно нужна опора, хотя бы перебирается с кровати на стул, да и вообще пытается ходить по комнате.

Ларисе Борисовне из Смоленской области чуть за 70. Она мало двигается – что-то в ее состоянии здоровья не позволяет ей сбросить вес, который стал проблемой. А добраться до эндокринолога и других специалистов она не могла – круг замыкался. Благодаря вашей помощи к ней приехал офтальмолог, на дому были взяты анализы.

В Кашинском районе **Антониде Алексеевне** 84 года, она лежит после перелома шейки бедра, при этом у нее не была оформлена инвалидность. Тамаре Васильевне 94 года – и она хоть и с трудом и с поддержкой, еще как-то ходит. Но, конечно, уже только по квартире, и у нее не была оформлена инвалидность – а с ней дополнительные выплаты и льготы на лекарства.

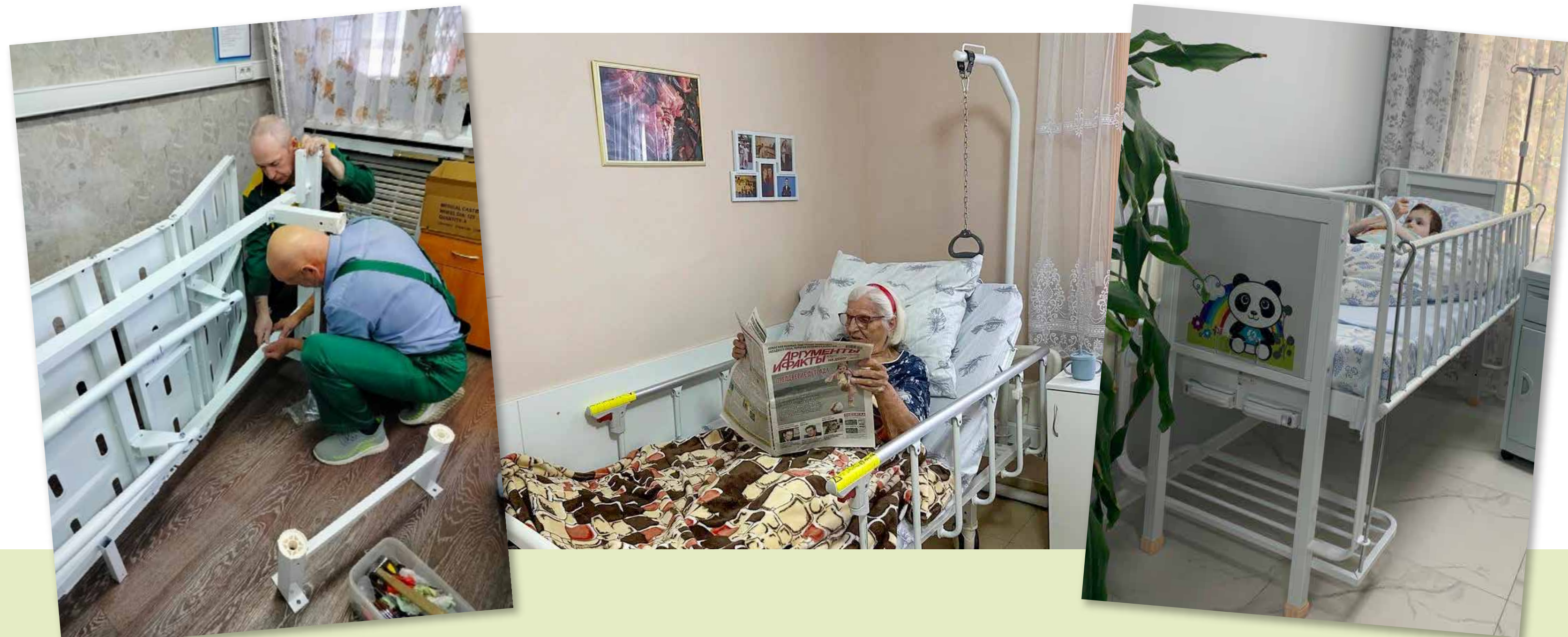


Медицинское и реабилитационное оборудование

Медицинская помощь не могла бы быть полной без закупок технических средств реабилитации, медицинской техники (это и электрические подъемники, и небулайзеры, тонометры, глюкометры и т.д.). Не должен пожилой человек гадать, от повышенного давления ему плохо или от пониженного! Также мы закупаем оборудование и тренажеры для реабилитации.

Объемная часть расходов – кровати. Ведь для человека, ограниченного в движении, кровать может составлять практически целый мир, где он проводит большую часть дня или круглые сутки месяц за месяцем. Беда, если этот маленький «мир» неудобен, не дает опоры, скрипит и шатается.

Особенности многофункциональных кроватей, кроме самого главного – возможности менять положение тела немобильных людей с помощью изменения ложа кровати, - еще и в том, что их можно передвигать и легко ставить на тормоз, так что можно подойти к подопечному с разных сторон. Это важно, чтобы менять позу, проводить гигиенические процедуры. У кровати поднимается подголовник и опора в изножье, чтобы можно было посадить человека в кровати и он не сползал. Все это позволяет сидя есть, общаться, да и органы дыхания и кровообращения у человека не предназначены для горизонтального существования.



ИСТОРИИ

Получили крепкие медицинские кровати в Шиловском интернате Рязанской области.

Валентина Федоровна всю жизнь работала в детском садике. Ей было несложно понимать детей: она сама выросла в многодетной семье. Правда, когда стала заведующей, понимать больше приходилось взрослых, и конфликты решать не в игровой и не в песочнице. Уже два года она живет в интернате – и благодарит за комфорт в новой кровати, который вы ей подарили, ведь ей почти 90, и здоровье уже очень хрупкое.

Сосед Валентины Федоровны, **Павел Александрович**, работал газосварщиком. Но про сварку говорить неинтересно, а про службу в Афганистане — тяжело. Павел Александрович передает спасибо за новую кровать, которая выдерживает мужчину без скрипа, и возвращается к разгадыванию кроссвордов.

Мария Гавриловна работала поваром, почтальоном и мастером машинного доения. Но уже пять лет она в Шиловском интернате. Здесь раскрылся ее талант мастера лоскутного шитья.

В Зверевском ПНИ Ростовской области получили подростковые многофункциональные кровати. «Удобные, легкие в эксплуатации, — говорят сотрудники. — Спинки с закругленными углами. Исключает травматизацию». Подопечные, для которых эти кровати куплены, к сожалению, живут с множественными нарушениями развития, и многие в 30 лет выглядят едва ли на 10 лет. На кроватях для взрослых им и высоко, и неудобно. Подростковые кровати освобождают место в комнате (и для кресел-колясок, и для развивающих материалов), а главное — позволяют увеличить самостоятельность тех людей, кто раньше не мог сам даже повернуться.

В Ачинском ПНИ Красноярского края попросили купить multifunctional кровать для тренировочного класса. Теперь сотрудники тренируются не на пожилых людях, а друг на друге, а в комнаты к подопечным приходят уже со сноровкой, чтобы не причинить боли и максимально эффективно помочь.

В 2024 году мы расширяли помощь подопечным на дому – в частности, покупали кровати, которые в большинстве регионов не входят в перечень оборудования, которое возможно было бы получить бесплатно при оформлении инвалидности. При этом люди лежат кто на продавленном диване, а кто и на матрасе на полу, чтобы не пришлось лишний раз падать и ждать, пока смогут поднять упавшего. Ухаживать в такой ситуации качественно невозможно.

Благодаря вам получил multifunctional медицинскую кровать 84-летний **Николай Семенович** из Ставропольского края, и теперь по ночам может спать... его дочь. Впервые уже сама не помнит за какое время она может не контролировать всю ночь отца, как бы он не упал с дивана.



Антонина Борисовна лежит уже два года – сломала шейку бедра и слегла. Каждый день после работы прибегает помогать дочь, которая живет отдельно и оказалась в своей семье единственным кормильцем. Инвалидность не оформлена, но социальный работник приходит дважды в день – приготовить, постирать, переодеть. У Антонины Борисовны дрожат руки, но ест она сама, умывается над тазиком прямо в кровати. Теперь она не боится упасть, не сползает, когда ее сажают, и гораздо удобнее стало с гигиеной.

43-летнему кемеровчанину **Александру**, еще молодому мужчине, была очень нужна кровать, и не обычная, а multifunctional, цена которой для людей, чьи деньги уходят в основном на лекарства и уходные средства, неподъемная. У Александра производственная травма, рассеянный склероз и... парализация рук и ног. Позаботиться о себе сам он не может. До появления кровати с поднимающейся спинкой Александр большую часть дня проводил в обычном домашнем кресле, а ведь и в него еще надо умудриться пересесть.



Multifunctional кровати и матрасы также отправились подопечным на дому в Омской области.

За 64-летней Зинаидой Павловной ухаживает дочь. Ей пришлось переехать к маме, которая не может самостоятельно передвигаться по дому после инсульта. Кровать для их семьи – очень нужная вещь.

Халит Мухутдинович очень много лет страдал сахарным диабетом, развившимся после ранения, полученного в Афганистане, где он служил в армии. Длительное течение заболевания привело к патологии сосудов, Халит Мухутдинович мог передвигаться по квартире на костылях, но случился инсульт, и мужчина слег... Ухаживает за ним жена Людмила, которая прежде 15 лет боролась за жизнь своей дочери Дианы с тяжелым ДЦП. Два года назад Диана умерла, и теперь в руках Людмилы здоровье мужа.

Иван Васильевич тоже теперь не боится упасть: ему удобно лежать на новой функциональной кровати. Рядом на прикроватном столике все самое необходимое. Когда социальные работники кормят Ивана Васильевича – они приподнимают его в кровати, и он не сползает вниз, как это бывало, когда его присаживали в обычной кровати.



Подъемники – способ сохранить силы и здоровье

По опыту знаем, что обездвиженный человек может оказаться очень тяжелым, и в одиночку его не пересадишь и не переместишь. Напряжение для сотрудников – это еще опасность травмы для пожилых. Чуть сильнее надавил, пересаживая, и могут остаться синяки или даже вывихи, ведь с годами мышцы атрофируются, а кости и ребра становятся очень хрупкими.

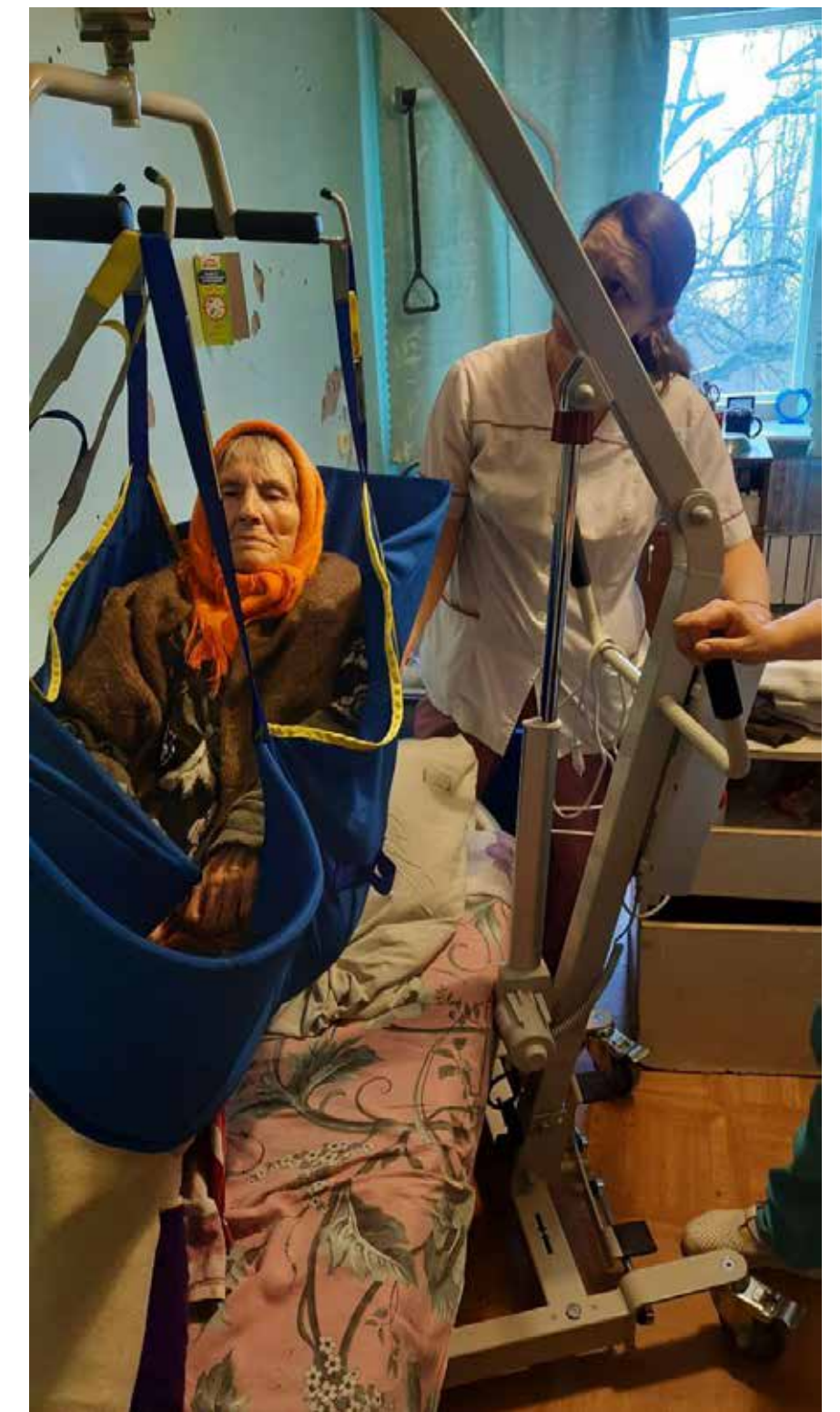
«Подъемник с весами удобен при позиционировании, выполнении гигиенических процедур, погружении в ванну. Помогает контролировать вес – показатели определяются точно, пользоваться легко. Самим подъемником пользоваться также несложно. А корзину мы обрабатываем при помощи кожного антисептика с распылителем», – делится Благовещенский ДИПИ Амурской области.

А вот что пишет Яковлевский ДИ Белгородской области: «Удобно и безопасно пересаживать людей! Из-за того, что персоналу легче физически, сами проживающие чувствуют, что перемещение проходит более комфортно, нет страха, что их могут уронить. Помимо взвешивания, пересадки из кровати в коляску и обратно, используем подъемник для пересаживания людей на кресло для мытья».

В Шуйском интернате Ивановской области, получив подъемник, сразу приноровились поднимать и пересаживать жильцов обычной комплекции. Для более грузных людей сотрудники приноровились использовать подъемник вдвоем.

«Получили подъемник, гамак, весы. Хороший подъёмник. Выглядит надежно, аккуратно, подопечным не страшно им пользоваться. Зарядки хватает надолго. Работает медленно, плавно, без рывков – опять же, никакого испуга», – говорят в Карачевском ПНИ Брянской области.

В Ачинском ПНИ Красноярского края получили подъемник с люлькой и весами и отметили, что люлька достаточно жесткая и позволяет пересаживать человека, для которого трудно самостоятельно держать голову: она не запрокинется, будет комфортно. На люльке имеется боковая петля – человек может за нее держаться и подтягиваться при перемещении. Тормоза устойчивые – это снимает еще часть страхов и персонала, и подопечных.



ПОМОЩЬ ЭВАКУИРОВАННЫМ В КУРСКОЙ ОБЛАСТИ

Беда, которая случилась в Курской области, сорвала с обжитых мест тысячи пожилых людей и людей с инвалидностью – и тех, кто жил дома самостоятельно, и тех, кто жил в интернатах. Эвакуация проходила срочно, без возможности взять с собой иногда и документы, не то что запас подгузников, а уж тем более кровать.



Чтобы бабушки и дедушки действительно оказались в безопасности, недостаточно сменить пункт А на пункт Б. Нужно очень много заботы, помощи, наконец кроватей, белья, лекарств, средств гигиены.

Вся оказанная эвакуированным людям помощь в цифрах включена в отчете в итоги по каждой программе – но поскольку это была экстренная ситуация, в которой жертвователи фонда проявили огромную отзывчивость и мгновенно включились в оказание помощи, мы не можем отдельно не рассказать о том, что удалось сделать. Ведь каждое ваше пожертвование давало возможность решить какую-то большую или маленькую проблему, купить глюкометр или трость, кровать или тюбик крема, набор посуды или одеяло.

География проекта «помощь Курску» вышла далеко за пределы региона. Эвакуированные спасались в Липецкой и Московской, Тульской и Калужской областях, а вместе с ними туда приходила и ваша помощь.

Только **медицинских кроватей** в один Железнодорожный дом социального обслуживания Курской области мы закупили на **1 072 500,00 (более миллиона!) рублей** – поскольку при интернате был организован пункт временного пребывания. В Обоянский дом социального обслуживания Курской области – кровати на **408 400,00 рублей**. Кровати в пансионат «Сосновый бор» – на **501 750,00 рублей**.



Посуда, одежда, запасы подгузников и медикаментов, постельные принадлежности, лекарства – всё это приобреталось благодаря жертвователям фонда и направлялось в регионы, где размещались наши подопечные.

Например, только в Железнодорожный ДСО были направлены **подгузники и пеленки** на **780 814,25 рублей**, в Курский интернат – на **194 744,54 рублей**, в Щигровский ДСО – на **146 133,06 рублей**, в Краснооктябрьский ДСО – на **159 947,28 руб.**

Прикроватные столики и прочее «мелкое» оборудование на **356 250,00 рублей** было направлено в Краснооктябрьский ДСО, на **174 670,00 рублей** – в Железнодорожный ДСО, **посуда** на **69 555,50 рублей** – в Щигровский ДСО.

Постельные принадлежности на **243 480,00 рублей** были отправлены в Краснооктябрьский ДСО, на **176 450,00 рублей** – в Железнодорожный ДСО.





Огромной задачей была оплата организации помощи и ухода в тех интернатах, куда перевезли эвакуированных пожилых людей, а также в специальных пунктах временного размещения для маломобильных людей. **Благодаря вам работали 48 помощников по уходу в 5 интернатах, 11 медсестёр в 2 интернатах.** Ведь даже если в интернат приезжали 60 эвакуированных, а 60 прежних жильцов отправлялись в другие регионы вглубь страны, уезжали самостоятельно ухаживающие за собой люди, а привозили на их место – немобильных, которым нужна была помощь даже в том, чтобы поест и умыться. Потребность в уходе возросла стократно, а тревога и стресс только усугубляли ситуацию.

Вот как работали дополнительные сотрудники в пансионате «Сосновый бор»:

Нянячка-организатор дневной занятости Елена Юрьевна имеет музыкальное педагогическое образование, трудилась в детском садике в Рыльском районе музыкальным работником. Она тоже была эвакуирована, и детский сад её закрыт, а в школах района «дистанционка». С пожилыми людьми она занималась музыкой, чтением, пальчиковой гимнастикой, разминкой с гимнастической палкой и эспандерами. Старалась организовать и прогулки, но порой только выведешь и вывезешь бабушек и дедушек – звучал сигнал тревоги.

Помощница по уходу Наталья Николаевна 20 лет работала санитаркой в Суджанском психоневрологическом интернате. Она тоже была эвакуирована – её муж и дети были в ПВР, она возвращалась к ним между сменами в интернате. Наталье Николаевне приходилось быть опорой и для своих детей, и для бабушек и дедушек в «Сосновом бору».

«Мы такие же бездомные, как вы», – часто говорили помощницы по уходу и медсёстры, обнимая эвакуированных бабушек в ответ и на «мне некуда теперь возвращаться», и на «я только телом здесь, а всеми мыслями – дома».

В Ширковском ДСО и Железнодорожном ДСО работа дополнительного персонала продолжилась до конца 2024 года, и сохранилась необходимость такой помощи в 2025 году.

Мы благодарим всех, кто участвовал в помощи. Вы вместе собрались и перечислили — каждый кто сколько мог — и словно на руках подняли бабушку на коляску, дедушку на крепкую кровать. Каждого, до кого дотянулись. «Что бы мы делали без вас!» — часто слышали мы от пожилых людей и сотрудников социальных учреждений Курской области. К счастью, без вас им не пришлось.

ПРОГРАММА ДОСУГ

Каждый из нас хочет быть нужным и востребованным, мечтает проживать каждый день интересную и полную впечатлений жизнь. Тем более важно это и для пожилых людей и людей с инвалидностью, зависящих от посторонней помощи. Мы стараемся максимально поддержать пожилых людей и людей с инвалидностью, которые не могут сами обеспечить себе полезный досуг и продуктивную занятость — в интернатах и на дому.

Работа организаторов дневной занятости в отделениях милосердия

Мы привлекаем дополнительных организаторов досуга (культ организаторов), музыкальных работников, психологов в отделения милосердия психоневрологических интернатов и домов престарелых.

К сожалению, зачастую единственный штатный культорганизатор в интернате занят кружковой работой с активными пожилыми людьми, и маломобильные пожилые люди и люди с инвалидностью предоставлены в плане дневной занятости сами себе. Кроме смены белья и подготовки к приему пищи, им нечем себя занять, так как большая часть из них не смогла бы выехать даже в холл, или самостоятельно пересесть в коляску. Дни этих людей становятся до неотличимости похожими.

Организаторы дневной занятости, труд которых оплачивает фонд, каждый день работают именно в отделениях милосердия, чтобы уменьшить серость будней, наполнив их смыслом и радостью. Именно они помогают подобрать каждому занятие по его вкусу и интересам, будь то выращивание цветов или зелени на специальных грядках для колясочников или занятия с тренажерами для тренировки мелкой моторики и улучшения памяти.

Вот как рассказывают в отделении милосердия Ржевского интерната об одной из типичных недель работы организатора дневной занятости:

«Мы выходили для занятий в холлы и занимались по комнатам индивидуально с теми, кто не встает с кровати. Раскрашивали, рисовали, собирали мозаики, пазлы, тетрис, конструкторы, занимались по карточкам, читали вслух, слушали песни под баян и просто общались. Провели кружок по выжиганию. Провели «Круг друзей» по творческим интересам. Показали в «Красном уголке» на большом телевизоре комедийный фильм. Занимались огородиками и танцевали на дискотеке. На этой неделе отмечали на этажах Милосердия день арбуза, назвали его Веселый Арбузник. А на вечерних посиделках занимаемся по интересам, читаем вслух, поем песни под баян, приятно общаемся в дружеской атмосфере».

Всего в 2024 году по программе израсходовано 16 005 677,88 рублей.

Работа организаторов дневной занятости в 8 стационарных социальных учреждениях Псковской, Тверской и Ростовской областей была оплачена на 3 505 553,98 рублей за 2024 год.

В хорошую погоду организаторы дневной занятости помогают всем желающим выбраться на улицу, проводят занятия на Летней площадке. Ведь на свежем воздухе можно и рисовать, и в мяч поиграть, и песни петь, и зарядку делать. На территории Ржевского интерната много лет назад с помощью фонда установлена теплица — и сотрудники помогают тем, кто передвигается на колясках, а также всем желающим, разводить рассаду на подоконниках, сажать овощи и ухаживать за ними в теплице и в комнатах.

Также организаторы дневной занятости от фонда помогают жильцам отделения милосердия ухаживать за своими питомцами (в Ржевском интернате это и кролики, и шиншиллы, и попугаи, и рыбки, и, конечно, коты), а также регулярно приносят шиншиллу и кроликов немобильным подопечным в комнаты для психологической терапии. Ведь погладить кролика — это прекрасно!

Творчество

Мы закупаем для пожилых людей и людей с инвалидностью необходимые материалы для арт-терапии, творческих занятий, когнитивных тренингов и занятий по физической активности. Самое радостное, когда жители интернатов просят нас не о готовых изделиях, а о материалах, и сами делают полезные бизборды, геоборды, тактильные панно и адаптивные игры, с которыми потом будут заниматься более зависимые от ухода их соседи. Таким образом, мы можем создавать полезную и интересную занятость всем участникам процесса.

Адаптивная одежда

Использование комбинезона значительно облегчает процесс одевания на улицу и раздевания после для маломобильных людей. Ведь если человек ног не чувствует, как их – такие непослушные – запихнуть в теплые штаны? Также комбинезон-конверт делает комфортной саму прогулку: не мерзнут ноги, не задирается в коляске куртка, нигде не «задувает». Цельная конструкция и отсутствие складок делают комбинезон комфортным, а прогулки – более частыми, ведь и персоналу, и подопечным легче это осуществить. Такие адаптивные комбинезоны получили жильцы 11 учреждений.

Особенная радость – когда в учреждениях подхватывают новые способы адаптации. В Глазовском филиале Республиканского интерната в Удмуртии была разработана выкройка и сшит комбинезон из трикотажной ткани для молодого человека, проживающего в отделении милосердия. Комбинезон оказался настолько удачным, что было решено изготовить такие обновки и для других жильцов. От фонда интернат получил красивые и уютные ткани, а также электрический раскройный нож. В нашей швейной мастерской сразу же началась активная работа. Жильцы из отделения реабилитации с удовольствием помогали швее в раскрое и пошиве.

Живые уголки и озеленение

Когда ты дома хозяин, ты посадишь что-то зеленое или заведешь питомца. Так, на живые уголки и оборудование для содержания животных, на семена и грунт и прочее для озеленения и огородных работ в 2024 году потребовалось 241 302,73 рублей.

Например, в рамках проекта «Огород в ладошке» в Ново-Ленинском интернате вырастили клубнику на подоконниках, а в Новлянском интернате в горшках выросли кустики тимьяна, мяты, розмарина, петрушки.

Материалы для творчества и занятости, настольные игры были закуплены на 341 605,11 рублей, их получили в 26 учреждениях.



Адаптивная одежда для прогулок приобретена 375 822,00 рублей.



На живые уголки и оборудование для содержания животных, на семена и грунт и пр. в 2024 году потребовалось 241 302,73 рублей.



Новогоднее застолье в интернатах: тонны конфет и фруктов, центнеры сыра и нарезки



Каждый декабрь мы очень волнуемся, как пройдут новогодние поздравления, и каждый раз лучшим подарком для нас становятся отзывы бабушек и дедушек о ваших подарках, о вашей заботе, о вашем неравнодушии.

Конечно, в учреждениях, которые постоянно взаимодействуют с фондом, где администрация проходила обучение в школах директоров и школах организации ухода, собственными силами тоже постарались бы выделить новогодний обед или ужин среди прочих дней. Как минимум украсили обеденные залы, включили бы новогодние песни... Однако невозможно состряпать праздничное меню из тех же продуктов и по той же цене, что в будни. Так что помощь была не просто кстати – без нее такого праздника бы не случилось!

Благодаря вам люди в интернатах получили возможность отправиться в магазины и «добыть мамонта» – закупить продукты. Бабушки и дедушки, люди разного возраста с инвалидностью собирались, чтобы самостоятельно нарезать салаты и накрыть столы. Где-то сами пекли, делали заливное, где-то «баловались» мороженым – всё благодаря вашим пожертвованиям. Если сложить закупленное из разных регионов – счет пойдет, мы уверены, на тонны фруктов, сыра, сока и прочих вкусностей.

«Объехали пять магазинов, т.к. наполняемость в них очень маленькая, всё, что нужно, сразу было не закупить. Но мы справились! Теперь наших подопечных ждет большой сюрприз!» – писали нам перед праздником из **Красноярского пансионата «Солнечный»**. Похожая история и в других учреждениях: например, фрукты купили в одном магазине, а за пельменями пришлось ехать в другой.

В большинстве учреждений в поездках в магазин принимали участие жильцы. Разумеется, по желанию. Там, где есть волонтерские команды – в волонтерской форме. Ну, а если уж волонтеры – физически крепкие парни, они сами, конечно, гордились тем, как лихо загружают и выгружают пакеты.

Но во многих местах поехать в магазин захотели бабушки и дедушки, которые скорее сами на тележку в супермаркете опираются. Многие из них, конечно, к чаю себе в ближайшей палатке нередко что-то покупают. И все-таки это было для них приключение – приехать «как на такси» на машине интерната в супермаркет, да ходить между стеллажей не с печеньем, а с икрой и сыром! Как придирчиво они выбирали колбасу! Как строго проверяли срок годности на каждой упаковке. *«Это была настоящая контрольная закупка»*, - шутили сотрудники интернатов в чате, где наши коллеги по фонду всегда были готовы помочь с механикой акции.

Из Кемеровского интерната прислали фотографии практически безбрежных подносов с тартелетками с красной икрой. А уж какие лица были у жильцов – от года, который так встречали, они явно ожидают хороших вестей.

В Сумкинском доме-интернате назвали праздничный ужин «банкетом» и передали «спасибо от всех наших жильцов за волшебный праздник». В Тульском психоневрологическом интернате отметили как самое важное – возможность разнообразить стол жителей, учитывая их собственный выбор и пожелания.

В Устюженском доме социального обслуживания Вологодской области сделали праздничным напитком йогурт. В Новгородский интернат внутренние волонтеры несли 15 кг мандаринов и прочие продукты действительно как «добытого мамонта».

В Смоленской и Самарской, в Воронежской и Ульяновской области, по десяткам городов и весей звучали новогодние пожелания – мира и здоровья, добра и счастья. Поднимались бокалы с соком и детским шампанским, мигали гирлянды, отсвечивала мишура... Вы приняли участие в этом празднике, тосты поднимались и за ваше здоровье!

Новый год у подопечных на дому

Почти 40 тысяч подарков



Благодаря участию тысяч неравнодушных мы вручили почти 40 тысяч подарков людям, живущим дома и порой едва сводящим концы с концами. Подарки символические – небольшой набор сладостей к чаю – и тем не менее они стали событием для наших подопечных.

В первую очередь мы старались охватить приграничные регионы, где жизнь пожилых людей была во второй половине 2024 года особенно полна тревог: Курскую, Брянскую, Белгородскую область. Также охватили Смоленскую область и некоторые районы Калмыкии.

Многие бабушки и дедушки, люди с инвалидностью в деревнях, в отдаленных регионах увидели Деда Мороза своими глазами. Он приходил к кому-то со Снегурочкой, к кому-то с зайчиком, к кому-то со снеговиком, но ко всем — со сладкими подарками и добрыми пожеланиями от вас.

Мы считаем невероятно важным поздравить с Новым годом одиноких людей, к кому (в отличие от жильцов интернатов) не приезжают ни артисты, ни волонтеры. Кто не ждал подарков ни от близких, ни от дальних. Кто может быть и вовсе не планировал отмечать очередную смену дат в календаре как праздник.

«Приходится во многом себе отказывать», - говорит получившая подарок **Раиса Андреевна** из Калмыкии. Ей 74 года, в детстве не было возможности получить образование, она работала то дояркой, то разнорабочей в колхозе, то рабочей на кирпичном заводе. Какое тут могло остаться здоровье. Раиса Андреевна живет одна в домике без удобств – то есть без канализации, а не без евроремонта. Трижды она пыталась создать семью – но не имела детей. С подарком от вас она почувствовала вашу заботу и ваше внимание.

Алексей Александрович из Калмыкии тоже живет один. За плечами работа слесарем, художником-оформителем, оператором котельной. Алексей Александрович заядлый рыбак: ловит, вялит, засаливает рыбу сам. Также любит готовить, варить варенье. При его пенсии это не только развлечение, но и подспорье. Ваш подарок – как лучик солнца.

«В каждом доме нас встречали с теплотой и радушием. Наших обслуживаемых порадовали внук Деда Мороза и Снегурочка, которые принесли с собой поздравления и искренние пожелания благополучия, здоровья, счастья и долголетия», – говорили социальные работники Жуковского района Брянской области, которые разносили ваши подарки, а также ощущение заботы и внимания.

Проект «Литературная гостиная»

С начала лета 2024 года литературные гостиные заработали в шести социальных учреждениях Воронежской, Смоленской, Ульяновской, Кемеровской, Ростовской и Тверской областей.

Творческие мастер-классы и литературные встречи, обсуждение фильмов, а также возможность самостоятельно занять свое время интересно и познавательно, читая бумажные книги или слушая их аудио-версии через наушники или с использованием колонок, появились в том числе и в отделениях милосердия!

У нашего проекта были прекрасные помощники. Это сотрудники интернатов, которые постарались сделать литературные гостиные удобными и уютными, а их интеллектуальное наполнение разнообразным, а также целая группа активных участников, проявляющих, несмотря на возраст, незаурядный творческий подход. Программа работы оказалась очень интересной и насыщенной, а сами литературные гостиные стали местом притяжения, в том числе для самых ослабленных людей.

Рассказывает Екатерина Андреевна из геронтологического центра «Вишенки» Смоленской области: «Формы работы в «Литературной гостиной» самые разнообразные. Это встречи с интересными людьми и чтение стихов. «Так, один из дней был посвящен поэзии Александра Сергеевича Пушкина. Здесь же мы провели презентацию альманаха из жизни «Вишенки», который сами написали».



ПРОГРАММА УЮТНЫЙ ДОМ

В доме должно быть безопасно и уютно. Человек чувствует себя дома, когда сам выбирает, как обустраивать его, кого приглашать, а кого не пускать, когда оказаться на виду, а когда в одиночестве. Мы делаем всё от нас зависящее, чтобы было безопасно и комфортно и в социальном стационарном учреждении, и в доме с печным отоплением и без канализации.

Чтобы дом был уютным и безопасным – мы работаем по проекту «Независимое пространство».
В рамках проекта в 2024 году была оказана помощь на 33 131 672,84 руб.

Прикроватные столики — простой способ сделать удобнее жизнь ослабленных людей, не имеющих возможности самостоятельно покинуть кровать. Чтобы человек мог сам решать, когда почитать, а когда разгадать кроссворд, у кроватей должно быть индивидуальное освещение.

На прикроватные столики и лампы за 2024 год было направлено 4 468 476,01 рублей. Их получили в 118 учреждениях.

Мы также покупаем ширмы, чтобы сохранить интимность и достоинство подопечных отделений милосердия во время гигиенических процедур, а также, чтобы, при желании, была возможность создать ощущение уединения.



Фаине Спиридоновне 91 год, она уже полтора года живет в Вяземском ДИПИ Смоленской области, куда мы с вашей помощью отправили новые столики. В прошлом учительница русского языка и литературы даже с выходом на пенсию не перестала быть активной – 12 лет пела в хоре, но годы дали о себе знать и сильно отразились на здоровье. Сейчас даже ест Фаина Спиридоновна в комнате, а не в общей столовой, но обедать-то хочется в комфорте и, конечно, самостоятельно – самой держать ложку в руке, и тарелка чтобы стояла на столе, а не была в руках у персонала, и стол чтобы этот был удобный, красивый, практичный и не отбивал своим видом аппетит.

Вера Петровна всю жизнь проработала дояркой, а Нина Дмитриевна – воспитателем детского сада. Теперь им неудобно было без столиков, которые удалось купить с вашей помощью.

«Новые прикроватные столики имеют более крепкое основание, они заметно устойчивее старых, – рассказывают сотрудники учреждения. – У них проще регулируется высота и в целом их легче передвигать. Столешница более гигиеничная, так как отсутствует пластиковый ограничитель по краям, куда постоянно забивались крошки. Ее площадь больше, поэтому хорошо располагается над кроватью, удобно нашим жильцам: и сами могут все достать, и, если есть необходимость, удобно руки положить во время трапезы или рисования».



В прежние времена фонд «Старость в радость» закупал одежду и обувь крайне редко (по крайней мере, в таких количествах). Однако в 2024 году пожилые люди и люди с инвалидностью, эвакуированные из опасных районов Курской области, зачастую оказывались на новом месте не то что без теплой одежды, но даже без смены белья, в домашних тапочках, если не босиком.

При этом размещались эвакуированные люди не только в Курской области – и просьбы о помощи с одеждой и обувью поступали из разных регионов.

Одежда и обувь в 2024 году были закуплены на 3 242 411,00 рублей.

Постельные принадлежности в 2024 году закупили на 1 342 017,99 рублей – тоже не самая стандартная ситуация для фонда. Естественно, что и здесь много закупок – чтобы сделать выносимой жизнь людей в эвакуации. Однако мы не можем отказать и в случаях, когда в учреждении не справляются со своевременной заменой постельных принадлежностей.

Постельные принадлежности закуплены на 1 342 017,99 руб.

Конечно, среди просьб о посуде многие – также для эвакуированных из Курской области. Взять с собой тарелки и ложки они не могли. Однако железной посудой, не обладающей не то что эстетическим, а даже просто человеческим видом, пользуются еще не в одном учреждении. Да, у нее есть свой функционал и смысл, но также есть свойство заставлять людей – жильцов интернатов – чувствовать себя не такими, как все, людьми другого сорта.

Посуда была закуплена на 2 531 644,25 рублей.



Наши специалисты, приезжающие в интернаты, всегда настоятельно рекомендуют железную посуду забывать и заменять, и, по возможности, мы помогаем приобрести новую, чтобы дело двигалось, и названия учреждений не зря носили приписку «дом».

Для бабушек, дедушек, людей с инвалидностью, попавших в интернат, просто белая, пусть без голубых каёмочек и узоров, но, главное, новая посуда – уже за счастье. Сделанная из современного материала, позволяющего не бояться, что посуда разобьется и станет причиной травмы, при этом пригодного для мытья при высокой температуре.

Помимо того, что новые тарелки и салатники не бьются и не царапаются, они еще и украшают обеденный стол: супы, гарниры – все блюда стали выглядеть более аппетитно и по-домашнему.

Благодаря вашей поддержке мы смогли заменить металлические тарелки на белоснежные и красивые, например, в отделении особого ухода Новоузенского дома-интерната Саратовской области.

«Хочу поблагодарить вас, теперь у меня есть красивые тарелки, есть стало приятнее! Спасибо за заботу», – говорит 67-летняя Светлана Ивановна.



«Такие небольшие изменения радуют наших жильцов! Это не просто посуда, а настоящий знак внимания и домашнего тепла!», – говорят сотрудники интернатов.

Проект «Неотложка»

Проект «Неотложка» – это поддержка малоимущих пожилых людей и людей с инвалидностью, живущих на грани бедности, в одиночестве и часто в полном отчаянии.

Срочность, скорость, острая необходимость – это все про «Неотложку». Еще несколько лет назад мы и не подозревали, что запустим продуктовую и дровяную поддержку, что тысячи нуждающихся людей недоедают и греют дом, чем придется, влезают в долги, чтобы купить топливо на зиму, слабые и немощные держат огороды, чтобы прокормить себя.

Наша с вами скорая помощь для них – это продуктовые наборы с бакалеей, крупами, тушенкой, консервами, сахаром, маслом, чаем и сладостями к нему, а также дрова/уголь для тех, кто живет в домах с печным отоплением.

Мы с вами не можем находиться рядом, рука об руку с теми, кому нужны, но делаем все, чтобы им было из чего приготовить обед и чем затопить печь.

В 2024 году **продуктовую помощь получил 7821 малоимущий пожилой человек** в Архангельской, Курганской, Оренбургской, Псковской областях, республиках Алтай, Бурятия, Калмыкия, Карелия, Марий Эл, Тыва, Хакасия, Коми, Чувашия, а также в Еврейской Автономной области и Забайкальском крае.

Теплая помощь в виде дров (или угля) для отопления домов была доставлена 2177 пожилым и людям с инвалидностью в республиках Алтай, Бурятия, Марий Эл, Тыва, Хакасия, Коми, Чувашия, а также в Еврейской Автономной области, Забайкальском крае и в Архангельской, Курганской, Новгородской, Псковской и Смоленской областях.

40 человек обедают два раза в неделю в нашей бесплатной столовой в Великих Луках Псковской области, 40 пожилым людям, у которых из-за нездоровья нет сил дойти до столовой, а готовить самим очень тяжело, горячие обеды 2 раза в неделю привозят на дом.

Всего в 2024 году на проект израсходовано 101 689 144 руб.

Дрова

В городе Старая Русса Новгородской области живет 70-летний **Владимир Лаврентьевич**, он один из тех, кто получил дрова от нашей «Неотложки».

«В моем доме отопление печное, и, чтобы в морозы не околеть, нужна не одна охапка дров. Стоит это все немало, а пенсия у меня весьма скромная, много денег уходит на лекарства. После смерти жены в 2021 году я тяжело заболел, осложнением болезни стал острый тромбоз и вследствие этого ампутация левой ноги. Беды все принимаю как испытания, быстро овладел коляской и передвигаюсь на ней не только дома, но и по городу. Спасибо за вашу помощь!»



Для 69-летней **Татьяны Харисановны** из Алатырского района Республики Чувашия дрова – это огромная ценность. Похоронив мужа в 2022 году, она осталась совсем одна. Истории ее потерь трогают за душу: супруг умер после инсульта и ампутации ноги, а единственный сын Сережа в 2010 году ушел после продолжительной борьбы с онкологией. Татьяне Харисановне помогает социальный центр.

Дрова, доставленные ей в рамках нашего проекта «Неотложка», Татьяна Харисановна назвала «сказочным подарком» и сказала, что добро обязательно возвращается добром!

Продукты

71-летнего **Григория Гавриловича** из Аскизского района Республики Хакасия называют «наш уважаемый». Он – один из ликвидаторов последствий взрыва на Чернобыльской АЭС, попал туда в те годы, служа в армии. А вернувшись, почти всю свою сознательную жизнь Григорий Гаврилович протрудился зоотехником в Есинском совхозе. Семья у него была. Правда, брак распался, дети выросли и разъехались, поэтому всеми своими историями и воспоминаниями сейчас Григорий Гаврилович делится с социальным работником Лилией Валерьевной. На свой день рождения он попросил: *«Валерьевна, сделай мне, пожалуйста, подарок: приготовь что-нибудь ну очень вкусное, ты же умеешь!»* С вашей помощью привезли Григорию Гавриловичу продуктовый набор – пусть вкусное в его жизни будет чаще и больше, и не только по праздникам.



Алефтина Ооржаковна родилась в селе Шекпээр Республики Тыва и всю жизнь проработала чабаном. Сейчас у нее инвалидность и пенсия в районе прожиточного минимума, хватает которой только на продукты первой необходимости и лекарства. Жизнь в чабанской стоянке в труднодоступном месте – не из легких. В зимнее время дома там отапливают углем, и дело это дорогое. Не случайно многим приходится брать кредиты и для их погашения экономить и выкраивать деньги на еду. Социальную помощь Алефтина Ооржаковна никогда раньше не получала и очень растрогалась, открывая коробки и пакеты с бакалеей, консервами и другими продуктами. *«Теперь станет легче. Такого раньше не могла себе позволить...»* – признается она.



Столовая Великие Луки

Бесплатную столовую в Великих Луках Псковской области посещают 40 человек, про нее говорят не только «там вкусно», но и «я нашла/нашел там друзей и поддержку».

Дважды в неделю Татьяна Эдуардовна может не думать, что приготовить и из чего, а подумать, что надеть на встречу с подругами. Подружились они с Верой Васильевной и с Татьяной Борисовной в кафе в своем городе – в Великих Луках Псковской области. Это обычное кафе, которое играет роль благотворительной столовой, ведь дважды в неделю здесь обедают пожилые люди, оказавшиеся в сложной ситуации, и ничего за это не платят, потому что на их обеды жертвуете средства вы, друзья фонда.



Татьяне Эдуардовне 69 лет, родом из Архангельской области, но живет в Псковской вот уже почти полвека. Работала она нянечкой в детском саду. *«Я как пенсию получу свою копеечную – оставляю в первую очередь на квартплату. На отопление, на воду и свет, на это все. И таблетки. Так на еду сто рублей на день остается! Приходится планировать, экономить. В один день возьму молоко и хлеб примерно на сто рублей, в другой день суповой набор за сто рублей по акции – а со вчера хлеб-то остался, вот и весь рацион...»*

Обеды на дом

80-летняя **Ольга Александровна** не так давно оставила дом в деревне с огородом, по которому особенно скучает.

«Готовую еду сейчас получаю раз в неделю, сразу двойную порцию, но я делю второе на четыре раза, а первое – как получится, могу и на три. Экономлю. За раз ничего не съедается. Я человек деревенский, сама работала в столовой. Тогда что нам привезут, из того и готовили, сейчас все по-другому. Еда горячая нормальная. Спасибо большое вам и соцработнику за то, что о нас помнят!»

И **Антонине Владимировне**, которая живет в коммунальной квартире, горячие обеды привозят прямо на дом, и без такой поддержки, по ее словам, было бы очень сложно.

«Пенсия у меня маленькая, цены растут неимоверно, и привозимая еда – серьезное подспорье! Без горячего не могу! А здесь еще и паровая пища бывает, печеночные котлеты тоже нравятся!» Так что вот уже полтора года хотя бы два дня в неделю Антонине Владимировне можно не думать о том, из чего готовить. Ей 62, и с инвалидностью приходится жить по определенным правилам, ограничивая себя и на всем экономя.



Оренбург

В 2024 году мы помогали людям, пострадавшим от паводков в Оренбургской и Курганской областях.

В зоне подтопления в Оренбургской области были два интерната для пожилых людей и инвалидов. И тысячи обычных домов и домиков, где жили и хотели продолжать жить бабушки и дедушки, люди с инвалидностью. Но пришла большая, холодная и грязная вода и смыла их быт, огороды, немудрящие запасы и планы на будущее... Самим им было не справиться. А были еще и те, кто и до этой трагедии сводил концы с концами, – они и вовсе оказались на краю.

За продукты – стандартные наборы с крупами, бакалеей, консервами и прочим, из чего можно готовить сытные и полноценные обеды, которых в Оренбургскую область было доставлено 1350, – люди благодарили со слезами на глазах.

«Я 52 года живу в хуторе Степановское. Спасибо большое людям, которые такую помощь сделали! У меня очень маленькая пенсия, я инвалид второй группы и много трачу на лекарства. Я вам всем-всем очень благодарна!»

Валентина Ивановна, 77 лет

«Воды много было. Волонтеры помогли немного просушить дом. Супруг у меня инвалид, почти не встает с кровати, забочусь о нем одна. У меня тоже инвалидность есть, установлена после онкологии. Переживаю, как бы следующей весной вновь не затопило. Продукты, конечно, очень кстати! На лекарства много тратим...»

Анна Васильевна, 77 лет

«Я привыкла экономить на всем. Дай Бог добрым людям здоровья и мира! От души благодарю, столько всего привезли, ой-ой! После смерти мужа живу одна. Справляюсь, как могу...»

Любовь Григорьевна

«Честно скажу, очень давно хотела тушенку поесть и, когда увидела, обрадовалась. И спагетти люблю, они тут тоже есть. Спасибо вам, люди! После двух инсультов мне поставили инвалидность, при всем желании работать не смогу, чтобы денег еще найти»

Татьяна Викторовна, 63 года

«Набор хороший! Сахар на варенье пойдет, молоко – к кофе, мармеладки – с соседями чай попьем, а круп-то сколько, мне надолго хватит одной-то. А консервов-то, девчат, сколько! Шикарно! Я такого и не видела никогда»

Лидия Борисовна, 71 год

«Пенсия у меня 10 000 рублей, и 3000 льгота по инвалидности. Как жить на это? Ну живем, куда деваться. Сейчас, например, у меня 1000 осталась, а до пенсии две недели еще. Радует набор – крупы, консервы, тушенка, хоть на праздники оставляй. Живем!»

Татьяна Александровна, 71 год

«За ваше большое внимание к нам, старикам, большое вам спасибо! Мне этого хватит надолго – для бодрости и сил. Живу один с кошкой. Жена умерла. Из дома почти не выхожу, здоровье не то»

Федор Григорьевич, 90 лет



ВНЕДРЕНИЕ СИСТЕМЫ ДОЛГОВРЕМЕННОГО УХОДА

Система долговременного ухода — это та защита, которая должна обеспечить зависимым от ухода людям и их семьям самый необходимый минимум помощи.

Фонд занимается внедрением системы долговременного ухода по всей России и выступает методологом и экспертом в совместной работе с Министерством труда и социальной защиты РФ, региональными министерствами и НКО.

С сентября 2023 года в соответствии с Приказом Минтруда РФ все регионы России вошли в проект, в связи с чем в 2024 году Фонд выполнял методическое сопровождение реализации Типовой модели системы долговременного ухода в во всех субъектах РФ.

За 2024 год для 15 266 региональных специалистов из министерств социальной защиты регионов и организаций социального обслуживания (комплексных центров помощи на дому, домов престарелых, психоневрологических интернатов, центров дневного пребывания, координационных центров, негосударственных организаций и т.д.) — нашими силами проведены 82 семинара, 46 тренингов и 280 консультаций по всем аспектам СДУ, от внедрения процессов долговременного ухода в надомных и полустационарных организациях социального обслуживания до повышения качества ухода для стационарных организаций.

Каждый из этих 15 тысяч специалистов организует помощь для десятков и сотен нуждающихся в уходе людей и их семей. Для того, чтобы система долговременного ухода становилась частью нормальной работы социальных служб, мы в течение 2024 года проводили мониторинги внедрения системы долговременного ухода во всех субъектах РФ.

Выходили, вместе с социальными службами, на дом к людям, кто ожидал или к кому уже пришла помощь в виде помощника по уходу, посещали дома престарелых и психоневрологические интернаты, чтобы собрать рекомендации для учреждения и составить настоящую дорожную карту тех изменений, которые должны, общими усилиями, в нем произойти.

Мы старались сделать все, чтобы развивающаяся система долговременного ухода могла бы максимально комфортно и бережно поддерживать и самих зависимых от помощи людей и людей с инвалидностью, так и ухаживающих за ними родственников. А еще — вселять надежду, что они не один на один с бедой, что помощь есть и она должна прийти. И хоть эта помощь и не вернет всю полноту жизни, но точно уменьшит страдания и принесет облегчение.



15 266 специалистов
82 семинара
46 тренингов
280 консультаций

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР

В Учебно-методическом центре нашего фонда в 2024 году было проведено несколько больших программ повышения квалификации для специалистов, которые организуют уход за пожилыми людьми и людьми с инвалидностью, живущими у себя дома или в домах престарелых и психоневрологических интернатах.

По программе **«Экспертная деятельность по определению индивидуальной потребности граждан в социальном обслуживании, в том числе в социальных услугах по уходу»** (72 ак.ч.) в 2024 году было 4 потока обучений:

- в 1 потоке обучилось 267 человек из 45 регионов,
- во 2 потоке — 320 человек из 33 регионов,
- в 3 потоке — 197 человек из 48 регионов,
- в 4 потоке — 370 чел. из 54 регионов.

Для специалистов школ ухода регионов была разработана новая программа **«Особенности организации работы школы ухода»**, где было обучено 162 специалиста из 43 регионов

По запросам региональных социальных служб мы проводим также и большие просветительские программы. В 2024 году таких программ было две. Это **«Основы организации ухода за пожилыми людьми и инвалидами в надомной форме социального обслуживания»** и **«Роль ответственных по организации ухода и сопровождения в стационарных организациях социального обслуживания. Уход, сопровождение и социализация как ключевые элементы совершенствования деятельности организаций»**.

Первую программу прослушали всего 1059 человек из 88 регионов. Вторую программу - 228 специалистов из 37 регионов.

Для того, чтобы постепенно дать возможность регионам самим готовить специалистов по экспертной деятельности, фонд проводит подготовку будущих преподавателей. В 2024 году по программе **«Обучение основам преподавания методики определения потребности в уходе»** (108 ак.ч.) было 2 потока, за время обучений было подготовлено:

- в 1 потоке — 79 специалистов из 29 регионов
- во 2 потоке — специалистов из 33 регионов

Для руководителей стационарных учреждений в рамках повышения квалификации продолжается курс **«СДУ. Совершенствование работы стационарных организаций социального обслуживания»**. За 2024 год было организовано 3 школы обучений:

- в 1й школе приняли участие 116 директоров из 26 регионов
- во 2й школе — 37 директоров из 14 регионов
- в 3й школе — 90 директоров из 28 регионов





Дорогие и любимые наши друзья, благотворители, волонтеры
и все-все, кто поддерживает пожилых людей!

Все, что сделано и делается – вся помощь и поддержка
бабушек и дедушек, людей с инвалидностью – все это –
благодаря вам! Вы самые лучшие! Вам – наша самая теплая
и искренняя благодарность, и все добрые пожелания от наших
подопечных! Вы меняете мир к лучшему.

Пусть у вас все будет хорошо. И пусть вас всегда греет то тепло,
которым вы согрели других. Любим вас!

Старость
в РАДОСТЬ

годовой отчёт | 2024