



ГАЗЕТА
ДОБРЫХ ДЕЛ

РАДУГА

Помочь всегда можно!

Газета для всей семьи Издаётся с 21 декабря 2011 года

РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ БЕСПЛАТНО

www.raduga-omsk.ru



Фото с этим знаком «оживают»

№ 11 (129), ноябрь 2023



**ДЕТСТВО ДОЛЖНО БЫТЬ
БЕЗЗАБОТНЫМ!**
Кто зависит от нас?

Стр. 3



**КОГДА СВОЯ НОША
НЕ ТЯНЕТ!**

Правила подъёма тяжёлого
ребёнка

Стр. 10



ВЫ ПОМОГЛИ

Отчёт благотворительного центра
«Радуга» за октябрь 2023 года

Стр. 14



**НАСТЯ
ХОЧЕТ
СЛЫШАТЬ
МИР -
ПОМОЖЕМ
ДЕВОЧКЕ
ВМЕСТЕ!**

СТР. 7

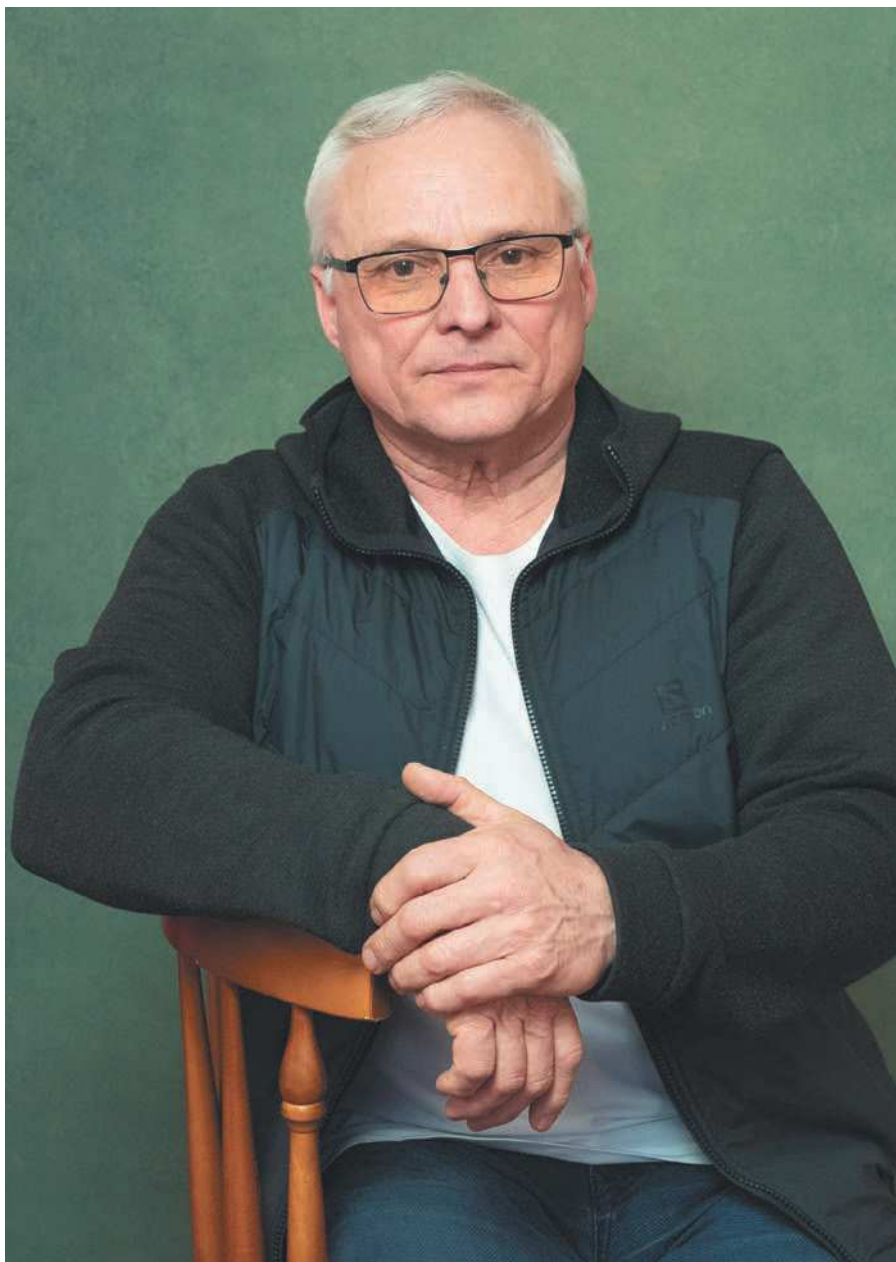
Qr-код для перевода
пожертвования
только через
приложения банков



В назначении платежа
нужно указать имя
и фамилию ребёнка

А ПРАЗДНИК СОВСЕМ УЖЕ СКОРО!

Дорогие друзья! Чуть больше месяца осталось до самого волшебного праздника всех времён и возрастов. Совсем скоро наступят те дни, когда мы все снова будем находиться в ожидании чуда! Все: и дети, и взрослые! Но только нам, уже совсем большим и серьёзным, известно, что сказка не приходит сама по себе, и Дед Мороз не примчится по щелчку пальцев, увы... Сказка и её герои будут, если найдутся самые обычные люди, с добрым сердцем и горящими глазами. А ведь каждый из нас в предновогодней суете стремится стать этим самым волшебником, который сделает хоть немного счастливее своих родных и близких.



Придёт ли сказка к нашим подопечным ребятам, которые в ежедневном режиме борются с тяжёлыми недугами? Конечно, придёт! И мы обязательно поддержим в стремлении создать праздник родителей наших детей. Специально для этого благотворительный центр «Радуга» 18 ноября запустил традиционную новогоднюю акцию «Добрый Дед Мороз». О том, как стать её участником, мы рассказываем в этом номере на стр. 4.

Призываем всех поучаствовать и ещё в одном мероприятии, которое в этом году выпадает на 28 ноября. Речь о «Щедром вторнике». Он тоже посвящён помощи подопечным детям. Об этом подробнее можно узнать на стр. 7.

В этом номере газеты, безусловно, тоже много историй о самих детях. И о тех, которым так необходима наша с вами помощь сегодня. И о тех, которым мы вместе помогли не один год! О последних скажу так: результатами длительных реабилитаций и многолетнего лечения этих детей мы не просто гордимся. Достижения детей помогают нам понимать, что живём с вами в этом мире не зря! Очень хочется, чтобы милосердных и добродушных становилось больше! И, конечно, не только в предпраздничные дни.

Помогая друг другу, мы чувствуем внутри себя тепло, которое не может сравниться больше ни с чем. Мы ощущаем радость, потому что сделали этот мир чуточку добрее и счастливее! Уж мы с вами точно знаем, что в нашем огромном и порой жестоким мире, можно дать шанс ребёнку обрести здоровое детство. Только вместе сделать это легко! В одиночку же справиться бывает просто невозможно...

*С уважением, В. А. Евстигнеев
Руководитель БЦПД «Радуга»*

МЫ ТЕБЕ ПОМОЖЕМ, САША!

У Саши были все шансы родиться в машине скорой помощи. Но Марию секунда в секунду успели довести до больницы. Экстренные роды в 26 недель, из-за слабых сосудов новорождённого кровоизлияние в головной мозг на 3 сутки, ГНЦ и только почти через 3 месяца выписка домой. Подобная история появления на свет почти у каждого подопечного «Дома радужного детства». Такие дети, как правило, уже в первые годы своей жизни получают инвалидность, а потом очень долго и кропотливо борются за право жить как все. Дорогу осиливают лишь идущие!



При осмотре Саши специалисты выездной паллиативной помощи «Радуги» пришли к выводу, что ребёнку можно помочь развить физические навыки. Уже совсем скоро мальчик вместе с мамой приедет на реабилитацию в «Дом радужного детства». А пока благотворительный центр открывает сбор средств на восстановительное лечение для Саши. Если вы желаете поучаствовать в судьбе ребёнка, то можете сделать это по реквизитам, которые указаны на стр. 16. Назначение платежа: Саша Жуменко



Как только Мария поняла, что преждевременные роды сказались на здоровье её малыша, она сразу же твёрдо для себя решила: на ноги сына поставит! Саше сегодня два с небольшим и всё это время женщина не сидит, сложа руки. Пока решали вопросы исключительно медицинского характера, подошла очередь для занятий Саши с педагогами-дефектологами.

«Сын, к счастью, не пострадал интеллектуально. Но пока не говорит, поэтому очень важно подготовить его. Ещё из проблем — Саша не сидит, не ходит. У него слабая спина. Радует, что он чувствует опору и делает шаг».



СРОЧНО!



БЦ «РАДУГА» ИЩЕТ В СВОЮ КОМАНДУ СПЕЦИАЛИСТОВ, ГОТОВЫХ И ЖЕЛАЮЩИХ РАБОТАТЬ С ОСОБЕННЫМИ ДЕТЬМИ И ИХ РОДИТЕЛЯМИ

Нам нужны реабилитолог, массажист, инструктор ЛФК, журналист, которые будут задействованы в двух социальных проектах «Радуги» — «Дом радужного детства» и Центр социальной адаптации. Об условиях работы и требованиях к кандидатам можно узнать по телефону: **8-913-617-95-10**. Резюме необходимо направлять на radeva@yandex.ru



«ДОБРЫЙ ДЕД МОРОЗ» СТАРТУЕТ!

Любит ли Дед Мороз получать подарки, многие спорят год от года, но все знают, что он обожает их дарить!

Однако его команда каждый год сильно занята приготовлением сюрпризов, поэтому мы предлагаем вам помочь всеми любимому волшебнику!

18 ноября в благотворительном центре «Радуга» стартовала предновогодняя акция «Добрый Дед Мороз». Стать её участником может абсолютно любой человек или целая организация. Нужно всего лишь приготовить детский подарок и принести его в пункт сбора по адресу: **г. Омск, ул. Красина, д. 4/1. Подарки нужно успеть принести до 25 декабря.**

Какие подарки мы будем принимать?

Ограничений нет! Пусть это будут игрушки или развивающие наборы, сладкие подарки или сувениры, сделанные своими руками! Также мы будем рады, если вы подарите средства гигиены (для паллиативных детей — это ежедневная помощь): подгузники, одноразовые пелёнки, влажные салфетки, детские кремы. Любые вопросы вы всегда можете задать по телефону 908–902.

Развозить подарки в семье с подопечными детьми будет выездная паллиативная служба «Радуги».

Сбор новогодних подарков для детей!

С 18 ноября до 25 декабря соберите подарки для подопечных "Радуги" и детского хосписа "Дом радужного детства" и передайте к нам в офис.

Адрес: г. Омск, ул. Красина 4/1
Телефон для связи: 908-902



НУЖНА ПОМОЩЬ

ГОЛУБЫЕ ГЛАЗА НЕ ЗНАЮТ ЗЛА



«Какая активная у вас девочка!» — очень часто слышит Ольга о своей дочери Софии

Софа, действительно, любит бегать, прыгать и играть с детьми. С четырёх лет ходит в детский сад, но много пропускает из-за болезни...

Очень часто девочке приходится лежать в больницах, но для неё это уже стало привычным делом. Иногда даже спрашивает маму, когда поедут в больницу, потому что там дети, с которыми можно пообщаться. Там интереснее, чем сидеть дома только с мамой. Уже давно малышка не боится ни белых халатов, ни лекарств... Надо, значит надо!

На вторые сутки после рождения у Софии выявили врождённый порок сердца. В восемь месяцев сделали операцию, но полностью устранить дефект не удалось. **Помимо основного заболевания, у Софы множество сопутствующих, поэтому она наблюдается у множества врачей:**

у хирурга и невролога, у окулиста, ортопеда и гастроэнтеролога...

«Каждой маме очень сложно принять какие-то проблемы, которые возникают с её ребёнком, тем более, если эти проблемы влияют на его жизнь, — делится с нами Ольга. — И я уверена, что практически каждая мама, которая родила не совсем здорового ребёнка (назовём это так), сначала задаётся вопросом: «Почему так случилось? Почему с моим ребёнком?» Так было у меня... Потом наступил этап принятия: это есть и нужно что-то делать! Ты начинаешь бороться... Не так просто найти хороших врачей, специалистов. Мы ездили в Москву, в Краснодар в Томск. Я всегда старалась найти лучших специалистов для максимально хорошего результата».

В августе 2023 года Софии провели операцию по исправлению косоглазия. Теперь глазки смотрят ровно, и, как отмечает Ольга, дочка стала намного меньше падать. Два раза в год Софа проходит реабилитации, но отставание в развитии всё ещё есть. Также у ребёнка проблемы с суставами, с моторикой, с дикцией...

Именно поэтому врач-генетик рекомендовала пройти генетический анализ. Возможно, что причина всех заболеваний в поломке какого-то гена, эту поломку необходимо найти как можно скорее.

Голубые глаза Софии не знают зла. Она не ожидает плохих поступков и обидных слов ни от взрослых, ни от детей. А если такое случается, она с досадой спрашивает у мамы: «Как же так, почему люди так поступают?»

Мы хотим помочь Софии и показать ей, что добрых людей очень много!

Центр «Радуга» открывает сбор на генетический анализ «Полное секвенирование генома». Сумма сбора — 134 002 рубля! Помочь девочке можно по реквизитам, которые указаны на стр. 16. Назначение платежа: София Ткаченко

«ПАЛКА О ДВУХ КОНЦАХ, А МЫ ПРОСТО НАСТОЙЧИВЫЕ!»



Рита — долгожданный ребёнок в семье. Разница между старшими детьми и девочкой 12 лет. К появлению третьего ребёнка на свет Ольга готовилась тщательно: у неё ведь не только опыт материнства, но и мудрость уже взрослой женщины. Всё шло по плану, анализы и обследования показывали нормальное течение беременности, но после 23 недель у Ольги начало подниматься давление. Врачи как могли сохраняли беременность, всё же в 30 недель приняли решение об экстренном кесаревом сечении.

Рита родилась очень маленькой. Ростом не больше 40 см и весом чуть больше килограмма. В первые сутки у девочки произошло кровоизлияние в мозг, часть органа погибла. Врачам удалось выводить ребёнка и уже в 2,5 месяца Риту выписали домой. Последствия преждевременного рождения сказались уже в 9 месяцев: произошёл первый приступ эпилепсии. «С этого момента начались ежедневные приступы, их удалось купировать в стационаре. Сейчас дочери 7 лет, она принимает препараты. Она живёт как все дети», — рассказывает Ольга.

То, что Рита сегодня умеет сидеть и кушать, говорить и развиваться — великое счастье для всей семьи. Сколько

было вложено сил, времени и финансовых средств, Ольга сказать не берётся. **Одно лишь понятно женщине: остановить процесс восстановления после сильнейшего нарушения невозможно ни на секунду.** Тогда, в самом начале сложной борьбы с последствиями раннего появления ребёнка на свет, родители и врачи учили Риту улыбаться и гулить. Сегодня же другая цель — научить девочку ходить.

«Она всё умеет, но вот самостоятельно передвигаться на ногах, — пока никак. **Мы 4 раза в год проходим курсы восстановительного лечения в московском, челябинском реабилитационных центрах. Не забываем и про помощь омского «Дома радужного детства».** Послеоперационные реабилитации здесь дали возможность Рите встать на полную стопу. Замечательно, что в «Доме радужного детства» можно получить комплексно все процедуры. При этом далеко от дома мы не уезжаем».

Сегодня Рите важно не только научиться ходить, но и укрепить спину. Дело в том, что за время, пока её ноги были за гипсованы после операции,



мышцы спины очень сильно ослабли. «Это такая палка о двух концах. Пока исправляем одно, провисает другое. И без посторонней помощи детскому организму самому не справиться», — комментирует Ольга.

Следующей осенью девочка пойдёт в школу. Родители очень надеются, что получать знания их дочь будет в стенах школы, сидя вместе со своими сверстниками в настоящем классе. Но до этого момента нужно проделать ещё очень много работы, пройти не один курс реабилитации. Чтобы Рита своевременно получила реабилитационную поддержку, её родители обратились в благотворительный центр помощи детям «Радуга». Здесь уверены, что вместе с многочисленными добрыми сердцами, удастся собрать средства и для Риты. **Нужны 236 504 рубля. Всё для того, чтобы уже 1 сентября девочка смогла сама сделать свои первые шаги в интересную жизнь! Если вы желаете помочь ребёнку, сделать это можно по реквизитам, которые указаны на стр. 16. В назначении платежа важно указать: Рита Сорокина**



СПАСЁМ ДЕТСКОЕ СЕРДЦЕ ВМЕСТЕ!

В семье Василенко 5 детей и все мальчишки! Они — гордость для папы и самая надёжная защита для мамы! Младшие — двойняшки Арсений и Савелий родились 6 лет назад. Но большое счастье принесло с собой и страх, ведь врачи поставили детям диагнозы: врождённый порок сердца и дефект межпредсердной перегородки (ДМПП) — это отверстие в перегородке, разделяющее левую и правую предсердные полости, наличие которых обуславливает патологический сброс крови.

Такой дефект часто встречается у новорождённых, но со временем отверстие закрывается само, без оперативного вмешательства.

Недавно двойняшки прошли обследование. Результаты показали, что у одного из них (у Арсения) дефект сохранился. Отверстие составляет уже 10 мм, и, если не сделать операцию, то оно будет увеличиваться и приведёт к развитию осложнений, угрожающих жизни.



К счастью, сейчас Арсений не испытывает никаких симптомов заболевания. Он серьёзный и спокойный парень, при этом общительный и активный. Всегда готов заступиться за брата.

«Они всегда вместе! — рассказывает мама Ирина. — Даже если поссорятся, то через пару минут уже играют вдвоём. Мы уже рассказали Сене, что операция будет только у него, немного подготовили, но без подробностей. Он отреагировал спокойно, с пониманием».

Операция, которая необходима ребёнку, проводится бесплатно в Омске. После неё у Арсения не останется даже шрама, благодаря эндоваскулярному методу — проколом через бедренную артерию.

Но инструмент для операции (окклюдер) родители приобретают за собственные средства. Но у семьи их нет, поэтому они обратились за помощью в благотворительный центр.

«Радуга» открывает сбор на окклюдер для Сени на сумму 238 812 рублей! Помочь можно по реквизитам, указанным на стр. 16. Назначение платежа: Арсений Василенко



СТАРТ АКЦИИ «ЩЕДРЫЙ ВТОРНИК»

В 2023 году 28 ноября — последний вторник ноября, а это значит, что именно в этот день люди по всему миру будут дарить щедрость и добро, помогать и благодарить!

«Щедрый вторник» — ежегодная акция, цель которой — помочь как можно большему количеству нуждающихся людей!

В рамках акции «Радуга» призывает присоединиться к сбору средств гигиены для подопечных «Дома радужного детства». Вы можете участвовать всей организацией или же самостоятельно.

В период до 28 ноября (включительно) приносите свою помощь в офис (г. Омск, ул. Красина, д. 4/1). Каждая позиция поможет тяжелобольным детям комфортно проходить реабилитацию в «Доме радужного детства»!

По всем вопросам звоните по номеру 908–902.

ПУСТЬ ДЕТСТВО БУДЕТ ЯРЧЕ!

Лидия Анатольевна рассказывает о том, как их семья впервые столкнулась с проблемами по слуху. Это случилось много лет назад. Сыну Лидии Анатольевны, Сергею, было полгода, и он заболел отитом. Спустя время врачи пришли к выводу, что именно это стало причиной тугоухости 4 степени.

«В то время нам не разрешали разговаривать жестами, поэтому он научился читать по губам, — вспоминает Лидия Анатольевна. — Получил образование, нашёл работу, создал семью».

У Сергея и его супруги родились Лиза и Настя.

И если у старшей Лизы со слухом проблем никогда не было, то когда забирали из роддома Настю, врачи рекомендовали перепроверить слух ещё раз.

«Я догадывалась, какой будет результат, — вспоминает бабушка девочек Лидия Анатольевна. — Сейчас аппараты, которые выдаёт государство, Насте не подходят, она в них не слышит ни слоги, ни слова. Даже сурдопедагог

отказался заниматься, потому что девочке сначала нужны хорошие аппараты».

Но стоимость аппаратов сильно высокая. Таких средств у семьи нет. Помочь некому, а просить у чужих людей помощи как-то не по себе. Родные Насте обратились в «Радугу».

«Десять лет назад старшей внучке удалили желчный пузырь, — рассказывает бабушка. — Мы все работали и тогда справились с затратами. А сейчас финансовая ситуация в семье иная...», — делится женщина.

Настя внимательная и старательная в любом деле, у неё во всём порядок. Она очень любит ходить в школу, хотя учёба даётся непросто. Давайте поможем ей жить полноценнее и ярче!

«Радуга» открывает сбор на слуховые аппараты для девочки.

Сумма сбора — 420 525 рублей. Поучаствовать в судьбе ребёнка можно, перечислив абсолютно любую сумму помощи по реквизитам, которые указаны на стр. 16. Назначение платежа: Настя Умовист

Щедрый вторник - время помогать!

Что можно собрать:

- подгузники;
- подгузники для купания;
- одноразовые пелёнки;
- детские влажные салфетки;
- белковое питание «Pediasure Малоежка»;
- туалетная бумага;
- детские кремы;
- бытовая химия.





«ПЕРЕСТАЛ ДЕРЖАТЬСЯ ЗА ШКАФ И ПОШЁЛ!»

«На пятки наступай, ручки опусти! Не торопись, к окошку иди! Давай!»

То, что чудеса случаются, Айгуль теперь знает точно. Женщина, застав дышание, смотрит на сына



Нурлана, который совсем недавно научился ходить. В этот момент её глаза наполняются слезами от счастья. Ведь ещё несколько лет назад врачи не давали никаких прогнозов по состоянию сына и только разводили руками...

Нурлану 11 лет. Свои первые шаги без чьей-либо помощи он сделал всего несколько месяцев назад. До этого мальчик не ходил, а только ползал. Нурлан не говорит, но очень хорошо понимает обращённую речь. О мальчишке все: и родители, и учителя, и врачи говорят «способный». А он, и правда, любит вычислять, отстукивать музыкальные ритмы, рисовать.

«Чёрный карандаш возьми, теперь розовый», — помогает мама Нурлану.

Математика Нурлану даётся легко. Занятия с педагогом не проходят мимо: без особого труда мальчишка может спокойно складывать и вычитать.

«Два карандаша плюс один, три ка-

рандаша — правильно», — комментирует математическое упражнение мама.

Нурлан — долгожданный ребёнок. Всю беременность Айгуль проходила нормально. Но даже представить не могла, что во время родов что-то пойдёт не так. И только после того, как мальчик родился, стало понятно, что ребёнок тяжело болен.

«Он отказался от грудного вскармливания. Я обращалась к врачам, но они что-то не договаривали. Когда у Нурлана пропал сосательный рефлекс, нас направили в город. Лежали около месяца в больнице, потом нас отправили домой, сказали, чтобы приезжали через полгода. Это первый ребёнок... я вообще ничего не знала... В итоге к годiku ребёнку дали инвалидность. Он не ходил, не сидел, не ползал. Так вот оказались с диагнозом ДЦП», — вспоминает Айгуль.

С этого момента в жизни семьи пошла череда больниц. Все говорили, что ребёнок тяжёлый, никто ничем помочь не мог. И только после встречи с благотворительным центром «Радуга» в жизни родителей появилась надежда. Нурлану было тогда 7 лет.

«Он не разговаривал. Я его тогда носила на руках на коляске. Сын не ходил даже с поддержкой, только ползал как лягушка. Мы начали проходить реабилитацию».

Первое знакомство с «Домом радужного детства» и благотворительным центром «Радуга» стало началом большой и многолетней дружбы. Здесь Айгуль и Нурлану подарили не только знания, но и огромный круг друзей. А ещё надежду на лучшее и веру в то, что невозможное возможно. С тех пор Нурлан не раз посетил реабилитационные курсы в «Доме радужного детства».

«Когда я сказала, что мы едем в «Дом радужного детства», сын очень обрадовался. Мы, конечно, очень плотно и качественно занимаемся и дома реабилитационными упражнениями, но в «Доме...» всё комплексно. И там есть

бассейн. Это очень значимо для нас!» — рассказывает женщина.

Чудеса не заставили себя долго ждать. И сейчас уже можно смело сказать, что чаяния и старания Айгуль и специалистов «Дома радужного детства» не были напрасными. Многолетний кропотливый труд с применением новейших методик в реабилитации, таких, например, как BDA-терапия, принесли свои плоды.

Был и ещё один яркий момент. Однажды благодаря благотворительному центру «Радуга» маленький Нурлан встретился с самой настоящей звездой.

«Мы были первый раз в «Доме радужного детства». В это время в Омск приехал Владимир Спиваков. Именно этот человек когда-то давал благотворительный концерт для строительства «Дома радужного детства». А так как Нурлан очень любит музыку, то решили организовать встречу Владимира Теодоровича с подопечным «Дома...». Нам предложили съездить. И у ре-

бёнка и у меня эмоции зашкаливали. Нурлан играл на сцене на барабанах. Это было необычно!»

Айгуль уверенно говорит, что «Дом радужного детства» стал для их семьи настоящим другом, которому без сомнения можно доверить самое ценное, что есть у матери — ребёнка!

Только вместе мы можем помочь встать на ноги и другим подопечным БЦ «Радуга». Внесите свой вклад на raduga-omsk.ru, чтобы детских улыбок стало больше!



БЕРЕГИТЕ СПИНУ!

Спина — та часть тела человека, которая больше всего страдает при неправильном подъёме тяжести. «Болит грудной отдел», «отваливается поясница», «невозможно повернуть шею»... — такие жалобы, как правило, слышат врачи от своих пациентов. Родители радужных паллиативных детей находятся в числе тех, кто ежедневно испытывает те или иные

Правило № 1.

Подпоясайте низ живота перед подъёмом ребёнка!

Я рекомендую каждому приобрести борцовский пояс для кимоно. Обычно простой человек, который не занимается спортом, поднимает тяжести, как получается:



криво и косо. И наши позвонки в поясничном отделе — вместе с мышцами, связками, тазом, крестцом — начинают страдать и воспаляться.

Что нужно делать? У человека на внешней стороне ягодиц — в районе таза и тазобедренных суставов — есть ямочки. Поясом для кимоно проходим через эти точки и низ живота. Завязываем пояс под животом на выдохе. Таким образом, мы создаём невидимую опору для нашей спины перед подъёмом тяжести. В этом положении позвонки растягиваются, таз стягивается, кровоснабжение и иннервация улучшаются, и ничего не зажимается.

Правило № 2.

Сделайте небольшой присед перед подъёмом ребёнка!



Перед тем, как взять лежачего ребёнка, важно расположить пальцы своей руки как у инопланетянина: указатель-

ные пальцы отдельно, все остальные отдельно. Такое положение не только поможет спине взрослого человека, который берёт ребёнка под шею и голову рукой «инопланетянина», но и обезопасит самого ребёнка от произвольных поворотов. Затем необходимо чуть-чуть раздвинуть свои ноги, обеспечивая этим самым хорошую опору и немного присесть в прямом положении. Вот теперь можно брать ребёнка. Спину нужно держать при этом прямо.

ный палец отдельно, все остальные отдельно. Такое положение не только поможет спине взрослого человека, который берёт ребёнка под шею и голову рукой «инопланетянина», но и обезопасит самого ребёнка от произвольных поворотов. Затем необходимо чуть-чуть раздвинуть свои ноги, обеспечивая этим самым хорошую опору и немного присесть в прямом положении. Вот теперь можно брать ребёнка. Спину нужно держать при этом прямо.

Правило № 3. **Если ребёнок тяжеловесный, соблюдайте этапы поворота его тела!**

Необходимо сделать присед на высоту кровати. Одну руку подводим под шею ребёнка, вторую — под его таз. Затем двигаем ребёнка немного на себя, с учётом положения нашего таза и наших коленей. За счёт своих ног поднимающий делает небольшой поворот ребёнка и спускает его ноги с кровати. Важно помнить, что всё это делается с прямой спиной! И только за счёт своих ног взрослый начинает поднимать корпус тела тяжеловесного ребёнка и садит его на кровать. Из сидячего положения берёт ребёнка за подмышки и поднимает.



Правило № 4. **Не прогибайте свою спину при кормлении ребёнка!**

Когда нужно ребёнка кормить, обязательно нужно сесть прямо на стул и при этом под свой поясничный отдел подложить небольшую подушечку. Важно, чтобы голова лежачего ребёнка при кормлении не находилась ниже уровня его тела! Иначе, произойдёт заброс пищи в дыхательные органы.





Совет № 1. «Теннисный мяч»

Когда ощущается небольшое защемление в пояснице или в ягодицах, то хорошо может помочь в такой ситуации теннисный мячик. У нас есть анатомические некие ориентиры: когда мы руку сжимаем в кулак и большой палец ставим на костяшку, то получается такая остренькая фаланга. И эту остренькую фалангу ставим на середину ягодицы, где находится грушевидная мышца. Зная теперь это место, можно теннисным мячиком его промассировать. Мышцы начнут сразу расслабляться.

Совет № 2.

«Валик из полотенца»

Обычное полотенце для рук скатываем в трубочку на толщину предплечья. На уровне, где рука сгибается в локте, кладем под спину валик. Руки тянутся вверх, ноги — вниз. Желательно полежать так 2–3 минуты, потом этот же самый валик нужно положить между лопаток и уже плечами просто покатаются на нём, чтобы грудная клетка разгрузилась, а позвонки распрямлялись. Получается очень хорошее растяжение. Можно применять и резиновый пояс для пилатеса. Заводим руки за спину и начинаем сжимать, а у нас руки обратно возвращаются, грудная клетка при этом начинает раскрываться.



Совет № 4.

«Восьмёрка из пояса»

Для укрепления мышц грудного пояса можно также использовать пояс для кимоно. Проводим его через подмышечные впадины и плечо в виде восьмёрки и завязываем на спине. Получается своего рода корсет. Если ходить в нём 1–1,5 часа в день 3–4 недели, то можно выработать потребность в прямой спине. А это уже почти идеал! Берегите себя!

Совет № 3.

«Сам себе массажист»

Когда происходит большая перегрузка в шейном отделе, то необходимо большие пальцы поставить на затылочные бугорки, голову при этом немного запрокинуть назад и помассировать голову в этом месте. Затем из этого положения голову словно приподнимаем голову наверх. Можно также немного потянуть кожу на переносице на себя и медленно её опустить. Очень действенно массирование кости лба от переносицы и до волосистой части головы. Снять напряжение можно и, приложив два пальца на глаза.



«У НАС ВСЁ ПОЛУЧИТСЯ!»



Василиса Ефимова медленно тянет ногу к ноге. Получается шаг! Неровный, неуверенный. Но это пока. Ещё в начале года девочка перенесла ахиллотомию — оперативное вмешательство на сухожилиях. С тех пор Василиса ежедневно учится ходить. «Пока дочь передвигается только с поддержкой. Но за эту реабилитацию ребёнку удалось укрепить ноги. Они стали лучше работать: разводиться и приводиться. Дочь начала стоять без поддержки».

К достижениям Василисы в этом заезде в «Дом радужного детства» можно отнести и уверенное ныряние. И это при том, что держится на воде девочка пока ещё плохо, сказывается сильный тонус мышц.

У Льва Подгорова артрогриппоз. Последние полгода его жизни прошли на больничной койке. Мальчишка пережил две операции на ногах, после которых нужно было лежать под аппаратами Илизарова. После выписки к ногам Льва невозможно было даже прикоснуться, болью отзывалось малейшее движение. Только на послеоперационной реабилитации удалось снять болевой синдром. На это ушло практически половина курса. Вертикализация подростка стала главной целью занятий. Благодаря этому Лев стал чувствовать опору, делать шаг на занятиях, немного удерживать координацию.



**«ДОМ РАДУЖНОГО ДЕТСТВА» ВЕДЁТ СВОЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ
ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО НА СРЕДСТВА БЛАГОТВОРИТЕЛЕЙ!
ПОМОЧЬ ДЕТЯМ МОЖНО НА САЙТЕ: RADUGA-OMSK.RU**

КОГДА ТЕБЯ ПОНИМАЮТ!

Санька бежал из школы, в глазах у него были слёзы. Он сердито смахивал их замёрзшей ладошкой, и только после этого начинал видеть улицу с ржавыми металлическими гаражами и унылыми пятиэтажками. И у улицы, и у Саньки было одинаково серое настроение.

— Саша, стой! Я не успеваю за тобой! Ну, подожди меня, пожалуйста!

Девочка лет десяти в расстёгнутой курточке и с подпрыгивающим на спине ранцем мчалась следом.

— Ну чего тебе? — буркнул мальчик, останавливаясь.

— Ну что ты на дураков обиделся? — запыхавшись от быстрого бега, спросила она. — Знаешь, как моя бабушка таких называет? Убогими.

— Ну вот! И бабушку сюда припле- ла. Да чего вы все о нас знаете?! — проговорил мальчишка, глядя мимо участливо смотревшей на него Кати. — И не распространяйся о том, что у нас увидишь.

Здесь, казалось бы, настала очередь обидеться Кате, ведь она вовсе не была болтушкой. Но вместо этого она спросила:

— А какое ваше окно?

— Да вон на втором этаже, где герань стоит. Там как раз кухня, — сказал мальчик и опять отчего-то погрузился. Девочка мыслей читать не умела и решительно отворила дверь в подъезд. Катя решила не сдаваться.

— А я ключ от дома забыла, — неожиданно сказала она и добавила. — Папа с мамой приедут поздно и мне некуда идти.

— Ладно, — секунду подумав, сказал Санька. — Пойдём к нам. Только ты не вздумай моей маме сказать, что меня в школе бомжем из-за одежды дразнят. И, словно вспомнив о чем-то, добавил:

— Улыбнись! Не делай испуганное лицо! — скомандовал он вдруг, и Катя сразу же подчинилась.

Дверь в квартиру им отворила женщина с уставшим добрым лицом. Из кухни, что была за её спиной, приветливо аела геранька. Вы раздевай-

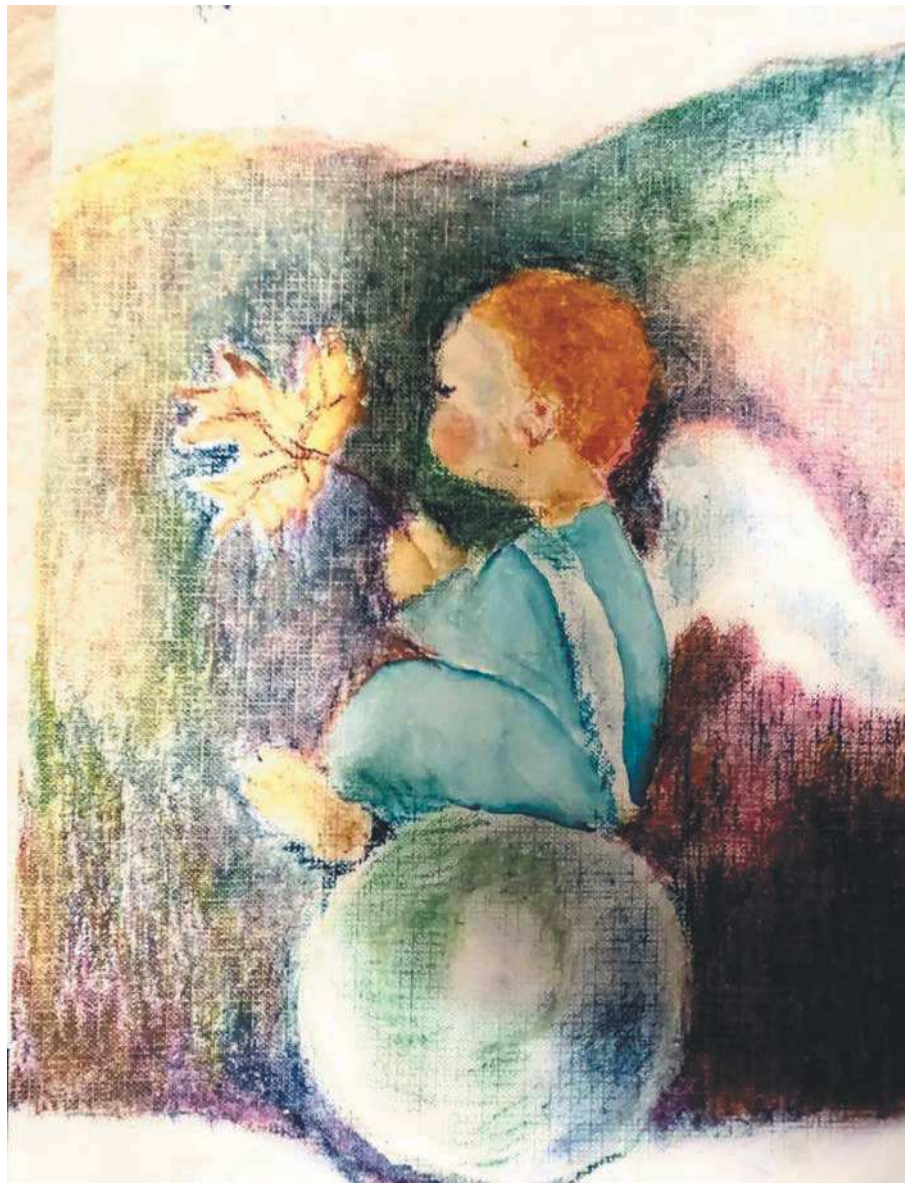
тесь, ребятки, а я сейчас... — сказала она и почти побежала в комнату, откуда раздавался то ли стон, то ли всхли- пывание.

— Сейчас-сейчас, мой милый, — донеслось оттуда ласковое воркование Санькиной мамы. Санька испод- лобья посмотрел на Катю, но на лице её он не обнаружил ни тени празд- ного любопытства. Приглашающим жестом он показал на дверь, и они вместе вошли на кухню. Квартира, как догадалась девочка, была одно- комнатной.

Кухня была для кого-то и спальней, о чем красноречиво свидетельствова- ла прислонённая к стене сложенная раскладушка.

— Раз уж пришла, то слушай, — каш- лянув и оглянувшись на прикрытую дверь, прошептал Санька. — Мы тут живём втроём — мама, больной бра- тишка и я. Отец ушел от нас. Мама моет полы в подъездах и ЖЭУ. Сейчас побе- жит на работу, а я буду с братом. Всё по- няла? Катя молча кивнула.

Продолжение в следующем номере





АНТОН РОМАНОВ, 16 ЛЕТ

Спастика мешает конечностям Антона функционировать в полную силу, но улучшить состояние рук и ног ребёнка можно. И это реально! Так считают инструкторы «Дома радужного детства», которые осмотрели мальчишку. Так решили жертвователи, которые помогли собрать необходимую для реабилитации сумму средств. Благодарим всех, кто откликнулся на призыв о помощи!



ЭЛЕОНОРА МИЛОВАНОВА, 17 ЛЕТ

Семья девочки обратилась в «Радугу» за помощью в реабилитации Элеоноры и в приобретении для неё ортезов на нижние конечности. Именно вы, те, кто не оставляет особенных детей наедине с недугом, помогли осуществить намеченные планы в восстановлении ребёнка. Центр и семья девочки выражают огромную благодарность каждому неравнодушному!



АЛАН АМИРОВ, 8 ЛЕТ

Алан сможет пройти второй курс химиотерапии с необходимым для этого медицинским препаратом. Лекарство дорогостоящее, но средства на его приобретение удалось собрать всем миром. Спасибо, что не оставили ребёнка в беде!



ДАРХАН СМАЙЛОВ, 5 ЛЕТ

У Дархана появятся новые аппараты на голеностопный сустав. Из прежних он вырос, а для мальчишки очень важно не растерять достигнутые успехи. Потери навыков можно не бояться, потому что ребёнку помогли сотни милосердных людей. Семья благодарит всех, протянувших руку помощи!



ВАРЯ И ЛЕРА КУРОЧКИНЫ, 1 ГОД

Радужные благотворители собрали средства на биомеханический курс реабилитации (BDA-терапию) для сестёр-близнецов Вари и Леры Курочкиных. У девочек СМА. Они уже получили дорогостоящую инъекцию, которая спасает от болезни. Теперь дело за восстановлением и наработкой навыков. Девочкам нужно помочь укрепить спину и научиться ходить. Благодарим за поддержку!



ЯРОСЛАВ СКОПИНЦЕВ, 3 ГОДА

Генетический анализ «Полное секвенирование экзома» совсем скоро прольёт свет на болезнь Ярослава. Чтобы уточнить диагноз и начать необходимое правильное лечение, жертвователи «Радуги» собрали необходимую сумму средств в достаточно короткие сроки. Благодарим за своевременность и неравнодушие!

ЕСЛИ ВЫ ТОЖЕ ХОТИТЕ ПОМОЧЬ ДЕТЯМ, ТО МОЖЕТЕ ОТПРАВИТЬ СМС НА НОМЕР 3434 СО СЛОВОМ «РАДУГА» И ПОСИЛЬНОЙ ДЛЯ ВАС СУММОЙ ПОЖЕРТВОВАНИЯ, НАПРИМЕР: «РАДУГА 300»

СПАСИБО ЗА ОКТЯБРЬ!

Отчёт благотворительного центра «Радуга» за октябрь 2023 года

Благодаря вашей поддержке оказано помощи на **3717939,00 руб.**

Расскажем подробнее, что было сделано в октябре:



«Дом радужного детства», «Усадьба Грибаново»:

Омский «Дом радужного детства» помогает паллиативным детям! Ребята вместе со своими родителями приезжают сюда не умирать, как думают многие обыватели. В «Доме радужного детства» едут за новыми навыками. Специалисты центра, созданного по европейским стандартам, проделывают тонкую ювелирную работу, чтобы очередной ребёнок научился переворачиваться или смог сесть, начал держать голову или заговорил. В «Доме радужного детства» у родителей происходит переосмысление не только своей жизни, но и в целом окружающей действительности. Они начинают жить по-новому: качественно! Не верите? Спросите об этом тех, кто здесь побывал. В октябре в «Доме радужного детства» прошли реабилитацию и абилитацию 10 детей.

1899074,45 руб. — пребывание подопечных семей в детском хосписе (оплата питания и проживания, приобретение оборудования, GSM, коммунальные расходы, услуги связи, оплата труда персонала, хоз. расходы, расходы на проведение мастер-классов).



Выездная паллиативная служба:

Чтобы облегчить участь тяжелобольных ребят, выездная паллиативная служба благотворительного центра помощи детям «Радуга» добирается до самых глубинки Омской области.

В октябре ВПС посетила 14 семей, где проживают дети с различными недугами. Всем им нужна не только медицинская помощь, но и правильный уход. Специалисты ВПС ведут осмотр детей, консультируют родителей, доставляют в семьи необходимое оборудование.

142245 руб. — расходы на GSM, услуги связи, специализированное питание для подопечных, средства гигиены.

Центр социальной адаптации на Кондратюка, д. 75:

Детский Центр социальной адаптации (ЦСА) принимает на реабилитацию детей с ограниченными возможностями здоровья. После завершения курсов восстановления в «Доме радужного детства» ребята проходят процедуры и получают занятия в новом Центре уже в режиме дневного стационара.

В октябре специалистам ЦСА удалось реабилитировать 9 детей. Создание ещё одного радужного места для помощи детям стало возможным благодаря помощи жертвователей!

574043,43 руб. — хозяйственные расходы, коммунальные услуги, оплата труда специалистов.



Адресная помощь детям:

10570 руб. — оплата МРТ для Миши Луценко

443210,12 руб. — оплата медицинских услуг для Ильи Калёкина

41600 руб. — оплата генетического анализа для Саши Мананкова

201800 руб. — оплата реабилитации в реабилитационном центре «Родник» для Степана Бекка

45600 руб. — оплата генетического анализа для Ярослава Скопинцева

62796 руб. — оплата корректировки кетодиеты, тест-полосок на кетоны для Миши Ющенко

107000 руб. — оплата динамического ортеза на голеностопный сустав для Дархана Смаилова


60000 руб. — оплата антенны для процессора слухового аппарата для Ромы Кузнецова

130000 руб. — оплата кресла-коляски складного с электроприводом для Матвея Пиляева

НАШИ ПАРТНЁРЫ:



Установите приложение ATLANTIS AR на ваше мобильное устройство. Откройте приложение и через него отсканируйте данный QR-код.

Ищите на страницах газеты символ , наводите камеру приложения на фотографии с этими знаками. Смотрите видео!

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЕ ПОЖЕРТВОВАНИЯ

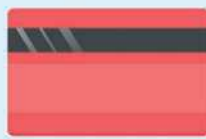
Шаг 1
Перейти на сайт БЦ "Радуга" в раздел "Хочу помочь"



Шаг 3
Ввести свои данные, данные карты и выбрать сумму пожертвования



Шаг 2
Выбрать, кому вы хотите помочь и кликнуть "Ежемесячный платёж"



Оформить один раз, чтобы помогать постоянно

Помочь детям пройти путь к выздоровлению можно удобным для вас способом:

✓ По реквизитам в любом банке:
Омская региональная общественная организация «Благотворительный центр помощи детям «Радуга»
ИНН 5503097573. КПП 550301001
Р/счет 40703810945400140695 в Омском отделении Сбербанка России № 8634 г. Омска
К/счет 30101810900000000673
БИК 045209673

Назначение платежа:
Благотворительное пожертвование для (фамилия, имя ребенка)
Внимание! Сбербанк не берет комиссию с платежей.

✓ С помощью банковских карт на сайте: www.raduga-omsk.ru

✓ Опустив пожертвования в специальные фондбоксы

✓ Отправив СМС на номер 3434 слово Радуга (пробел) и сумма — на проект «Дом радужного детства» Слово Омич (пробел) и сумма — на помощь детям. Вам придет СМС о подтверждении, ответьте на него!

...
А также мы всегда рады видеть вас по адресу: г. Омск, ул. Красина, 4/1
Звоните нам по телефону:
+7 (3812) 24-68-60, 908-902

Пишите на электронную почту: radeva@yandex.ru, raduga-omsk.ru
С удовольствием ответим на каждое ваше обращение!

Над номером работали: Валерий Евстигнеев, Марина Бургова, Анна Митяева, Ольга Горбунова, Сергей Богуш, Наиля Скабелкина. Использованы фото из архива БЦ «Радуга», личного архива семей, сети Интернет. «Радуга. Газета добрых дел». Учредитель - Евстигнеев Валерий Алексеевич. Главный редактор — М. А. Бургова. Дата выхода: 23.11.2023. Подписано в печать: 22.11.2023 По графику в 17.00, фактически в 17.00. Тираж 3 000 экз. Рег. свидетельство ПИ №ТУ55-00544. Газета зарегистрирована в Управлении Роскомнадзора по Омской области. Распространяется бесплатно. Адрес редакции, издателя: 644043, Омская область, г. Омск, ул. Красина, 4/1. Отпечатано в АО «Советская Сибирь»: 644042, г. Омск, пр. К. Маркса, 39

*Фотографии подопечных публикуются с разрешения родителей. Внимание! Все процедуры в детском хосписе «Дом радужного детства» проводятся только после консультаций медицинских специалистов. Все права защищены. Копирование, воспроизведение и иное использование материалов газеты без согласия редакции (авторов материалов) является незаконным и влечёт уголовную, административную и гражданскую ответственность.

