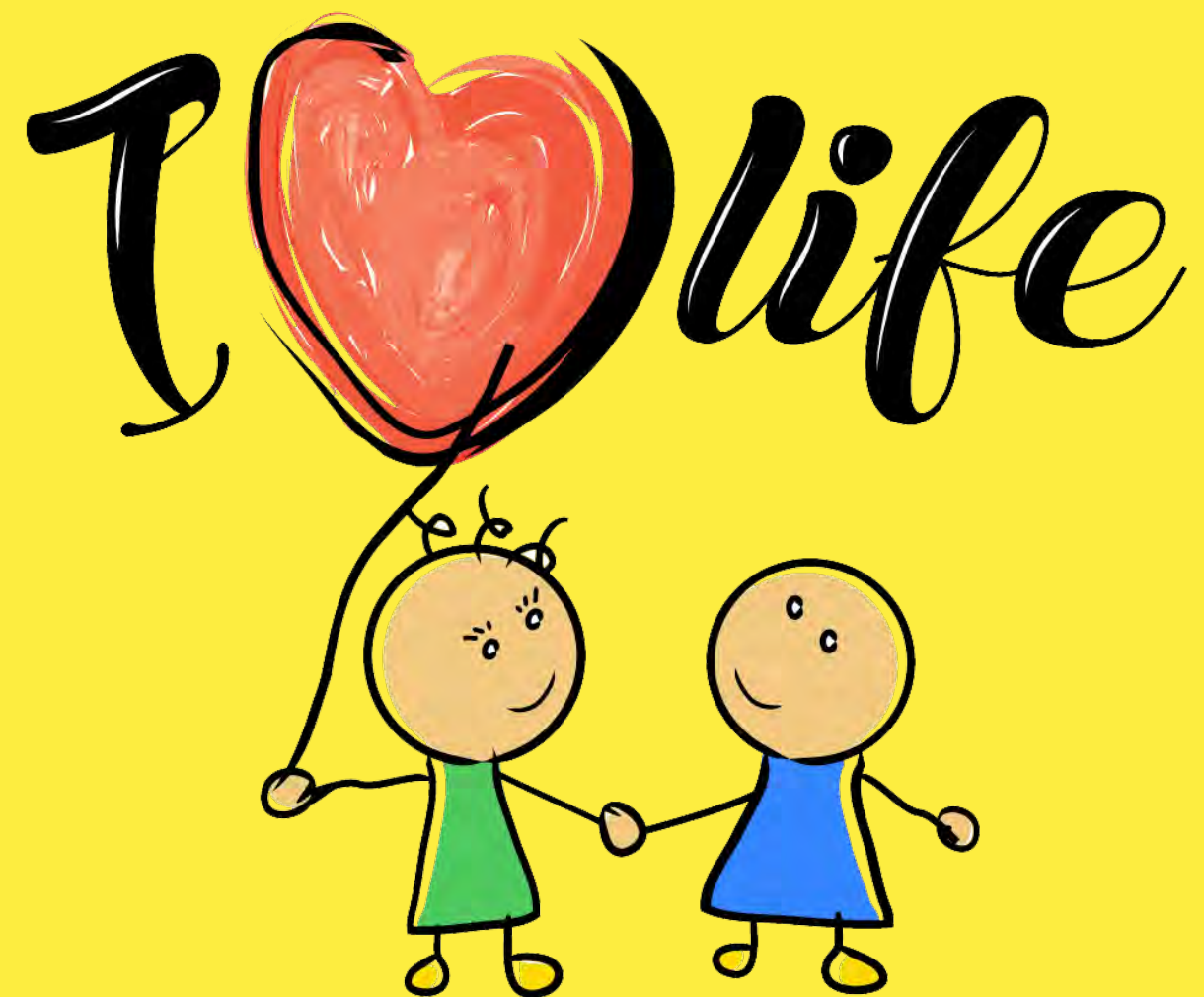
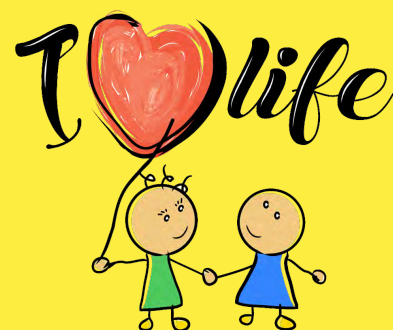




Я ЛЮБЛЮ ЖИЗНЬ
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД

История Фонда



Я ЛЮБЛЮ ЖИЗНЬ
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД



Оксана Андриенко
и Екатерина Алексеева

Фонд создали те, кто не понаслышке знают о том, как сложно проходить лечение от онкологии и быть рядом с теми, кто его проходит.

Изначально Фонд был зарегистрирован под названием «С тобой» в 2016 году в память о Мише Водопьянове и всех тех, кто помогал и поддерживал его по инициативе его подруги Екатерины Алексеевой.

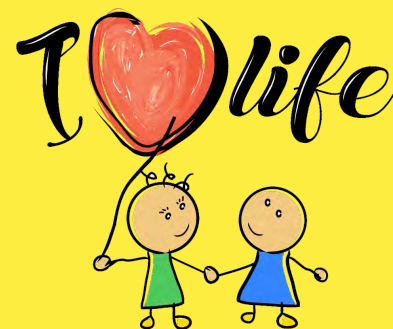
В 2020 году Фонд изменил название на «Я люблю жизнь» вследствие слияния с одноименным волонтерским социальным проектом, созданным в сентябре 2017 Оксаной Андриенко после перенесенного ею лечения от онкологии.

Почему «Я люблю жизнь»?

Как ни странно, соприкосновение с онкологией зачастую открывает новые смыслы и становится важным и ресурсным опытом не только для самих заболевших, но и для их близких.

Люди начинают полнее воспринимать жизнь, осознаннее относиться к происходящему, двигаться вперед с удовольствием от каждого прожитого дня. И наш Фонд делает все, чтобы поддержать их в этом стремлении.

Миссия Фонда



Я ЛЮБЛЮ ЖИЗНЬ
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД

Наш контекст работы

Узнав об онкологическом диагнозе, человек сталкивается не только с медицинскими, но и с психологическими сложностями.

Неуверенность в настоящем и будущем, изменяющиеся отношения с друзьями и коллегами по работе, зачастую потеря дохода, физический дискомфорт и изменения во внешнем виде, например, увеличение веса и потеря волос, сложное лечение — все это влияет на эмоциональное состояние. При этом люди зачастую, не задумываются о том, что это состояние можно изменить и облегчить.

В некоторых странах психологическая поддержка входит в стандарт лечения, в России пока нет. Также в нашей стране еще не сформирована культура обращения за психологической помощью в сложные периоды.

Миссия Фонда

Сделать общедоступными знания о психоэмоциональном аспекте онкологии, повысить качество жизни людей с онкологическим диагнозом и их близких в периоды лечения и ремиссии, стабилизировать эмоциональное состояние, помочь не допустить или избавиться от депрессий и фобий в процессе и после лечения, мотивировать на успешное излечение и реабилитацию.

Программы Фонда



Для реализации миссии в Фонде есть две благотворительные программы:

Я люблю жизнь

- ▶ мотивационные мероприятия, которые мы с любовью называем **“терапия счастьем”** (Они помогают выйти из состояния отчуждения, отвлечься от мыслей о болезни и вернуться к счастливой, наполненной радостными событиями жизни уже сейчас: фотопикники, фотомарафоны, бьюти-дни, творческие мастер-классы)
- ▶ **сообщества взаимоподдержки** (мы создаем городские сообщества в мессенджерах, чтобы объединить людей в помощь друг другу, приглашаем специалистов для ответа на вопросы в них)
- ▶ **просветительская работа** (мы сотрудничаем с медучреждениями и распространяем в них знания, которые смогут помочь пациентам пройти лечение максимально бережно; организуем фотовыставки с теми, кто вошел в ремиссию, показывая опыт этих людей тем, кто еще борется с болезнью; публикуем полезные статьи о различных аспектах лечения)

[Полный текст программы](#)

С тобой

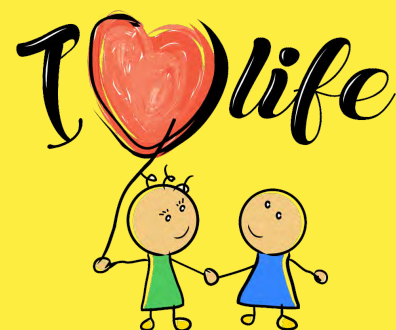
- ▶ **среднесрочная психологическая поддержка** (индивидуальная работа с психологом, группы поддержки и арт-терапии, психологические марафоны)
- ▶ **регулярные спортивные и мотивационные группы** (йога, медитации, танцы и др.)

[Полный текст программы](#)

Мы мечтаем о создании центров поддержки в разных городах РФ

В них человек, столкнувшийся с онкологическим диагнозом, сможет принять участие в наших мероприятиях, взять книги или брошюры в библиотеке, а, может, просто выпить чаю и побыть рядом с теми, кто так же, как и он, не понаслышке знают, что такое онкология. Это будет уютным и безопасным пространством, где тебя поймут и поддержат.

Мечта Фонда



Я ЛЮБЛЮ ЖИЗНЬ
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД



Проект первого центра поддержки совместно
с Британской высшей школой дизайна

Проекты

Терапия счастьем



Фотомарафон #МЫМОЖЕЯМОГУ

Что это?

Марафон фотосессий по всей России, модели в которых – люди, столкнувшиеся с онкологическим диагнозом

Цель

Оказать эмоциональную поддержку участникам, помочь принять свое изменившееся тело

59

фотосессий
проведено

402

участника

40

городов
России

« То, что вы делаете бесценно для тех, кто сейчас на пути к выздоровлению или уже прошел этот трудный путь. Нам, людям, а особенно девушкам, кто столкнулся с онко, необходима красота, эстетика, любование собой (разумное). Смотришь на свое фото с фотосессии и думаешь: "Ого, а я оказывается очень даже ничего!" И это еще больше придает внутренних сил и дает невероятную установку на поправку! »





Проекты

Терапия счастьем



Фотопикники

Что это?

Летнее мероприятие с фотосессией, на которое мы приглашаем заболевшего и всю его семью

Цель

Оказать эмоциональную поддержку участникам, помочь вырваться из рутины и отдохнуть с близкими

6

фотопикников
проведено

50

участников

« Фотопикник - это больше, чем чай и фотографии. Это живое общение, эмоции на лицах, радость, все то, чего так не хватает в наш информационный век, а уж тем более, когда жизнь чередуется очередями в больницах и капельницами. Спасибо огромное, от всего сердца визажистам, фотографам, художникам и организаторам! Вы не просто дарите прекрасные фотографии и картины, вы объединяете людей, дарите праздник, который так необходим нам всем. »





Проекты

Терапия счастьем



Творческие мастер-классы

Что это?

Мероприятия, на которых можно научиться новому творческому навыку

Цель

Создать пространство для совместной деятельности подопечных, подарить им теплые эмоции

20
мероприятий

118
участников



Проекты

Терапия счастьем



Бьюти-дни

Что это?

Мероприятия, на которых мы создаем красивый образ и даем мастер-классы по красоте (визаж, завязывание платков и др)

Цель

Помочь женщинам найти красоту в изменившемся образе

6
мероприятий

58
участников

« Столько улыбок, полезной информации и радости общения с замечательными людьми! Подарили новый взгляд на саму себя) Всем здоровья и ощущения себя прекрасными женщинами! Несмотря ни на что! »



Проекты

Региональные
сообщества



Региональные сообщества

Что это?

Чаты в различных мессенджерах

Цель

Создать пространство для взаимного общения,
информационной и эмоциональной поддержки

7
сообществ
действует

9437
участников

« Я сюда пришла именно в поиске тех людей,
которые прекрасно понимают меня,
которые проходят те-же этапы,
сталкиваются с такими же переживаниями.
Это очень помогает! Тут никто не
нагнетает атмосферу, все с чувством
юмора. Я очень рада что нашла эту группу,
где меня всегда поддержат и поймут, как
никто ❤️ »



Проекты

Просветительская
работа



Фотовыставки

Что это?

Фотовыставки в медицинских учреждениях.
Каждое фото – это история участника фотомарафона Фонда.

Цель

Привлечь внимание общественности к проблеме
и вдохновить пациентов медицинских учреждений.

25

фотовыставок
проведено

16

городов
России

« Мы стараемся делать все, что необходимо, чтобы победить в этой борьбе. Но это будет невозможно сделать, если не будете помогать Вы, не будете крепки духом. Иногда нам кажется, что вот такие пациенты, которые сплотившись себя ведут, они целеустремленные, мощнее идут вперед к победе над этим заболеванием. Поэтому мы всячески будем поддерживать и помогать любому движению, которое поможет в борьбе с этой сложной проблемой. Мы всегда рядом с вами. Спасибо Вам большое. Спасибо Фонду "Я люблю жизнь" за организацию такого прекрасного мероприятия. »



Андрей Дмитриевич Каприн,
главный внештатный онколог
Минздрава

Проекты

Просветительская
работа



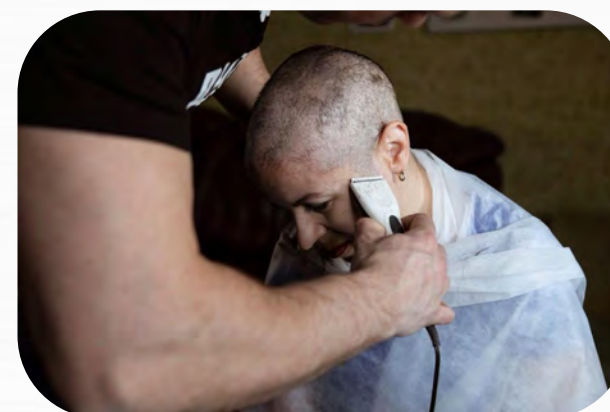
Документальный фотопроект «Время жить»

Что это?

Фотодокументация жизни нескольких людей с онкологическим диагнозом с последующей интерактивной выставкой в 2021 году

Цель

Снять завесу с того, что происходит с человеком после постановки диагноза и развеять ужас неопределенности и страха, с которым сталкиваются те, кто только узнал о диагнозе



Проекты

Просветительская
работа



Статьи и эфиры

>100
эфиров и статей

Что это?

Публикуем на сайте статьи, а в сообществах проводим прямые эфиры о различных аспектах лечения

Цель

Дать необходимые знания о медицинских процедурах, юридических нюансах, сборе средств на лечение, уходе за заболевшим и др.

Стенды в медучреждениях

Что это?

Размещаем в медучреждениях стенд с информацией о психоэмоциональном аспекте онкологии

Цель

Дать необходимые знания для улучшения эмоционального состояния заинтересованным людям, столкнувшимся с диагнозом онкология

1

диспансер, в котором
разместили стенды

7

учреждений, с которыми
ведем переговоры

Проекты

Просветительская
работа



Парусная регата в Сочи

Что это?

Благотворительная регата, в которой на парусных лодках под руководством профессиональных шкиперов люди в ремиссии соревнуются между собой.

Цель

Силами выздоровевшим показать, что рак победим, а после выздоровления можно и нужно наслаждаться жизнью!



Соорганизатор: **Yacht** RUSSIA
ЖУРНАЛ
ПАРУС КАК ОБРАЗ ЖИЗНИ

Проекты

Просветительская
работа



Интервью об онкологии от первого лица

Что это?

Сайт, на котором мы публикуем интервью тех, кто столкнулся с онкологией

Цель

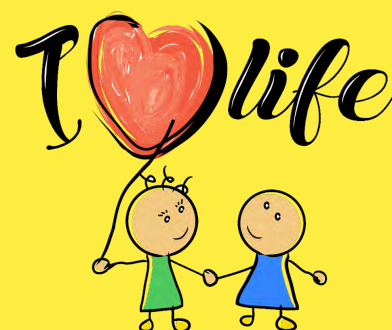
Создать ресурс, на котором можно найти искренние и открытые интервью об эмоциональном аспекте лечения онкологии: какие эмоции и чувства люди переживали, что их поддерживало и давало силы, как менялась их жизнь и отношения с близкими людьми в этот период, как болезнь отразилась на их дальнейшей жизни.

<https://fuckcancer.ru/>



Проекты

Среднесрочная
психологическая
поддержка



Я ЛЮБЛЮ ЖИЗНЬ
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД

Индивидуальные консультации

>300
консультаций
проведено

Что это?

Курс из 5 индивидуальных консультаций с психологом фонда

Цель

Оказать психологическую поддержку подопечным, дать инструменты для улучшения адаптации

« Меня зовут... и это был мой первый опыт работы с психологом. После второго рецидива болезни во мне кипела масса негативных эмоций, с которыми я не могла самостоятельно справиться, просто силы меня покинули. Я обратилась за помощью в фонд к Екатерине, и так началась наша работа с Александрой. После первого сеанса я поняла, что я не одна и во мне зародилась надежда избавления от того мрака, в котором я жила. Сейчас, после десяти сеансов, я совсем другой человек. Не скажу, что это далось легко, ведь работа идёт обоюдная и нужно прилагать некоторые усилия, чтобы разобраться в своих чувствах. Но то чувство лёгкости и умиротворения без сомнения стоят того. Александра может просто задать два вопроса и этим дать толчок очень тонким очистительным процессам. Словами непросто объяснить. После четвёртого сеанса у меня с души свалился какой-то тяжеленный булыжник и жить стало намного проще. Благодаря терапии в фонде у меня появилась жизненная сила, позитивный настрой, энергия для решения давно задвинутых вопросов. Жалею только об одном. Что не обратилась за психологической помощью раньше. »

Проекты

Среднесрочная
психологическая
поддержка



Арт-терапия

Что это?

Групповой курс арт-терапии

Цель

Оказать эмоциональную поддержку участникам, помочь принять свое изменившееся тело

6

курсов
проведено

54

участника

« Принимала участие в группе арт-терапии. Очень советую всем. Необыкновенная, доброжелательная и доверительная атмосфера. Марина, ведущая курса - чудесный, добрый и знающий психолог. Курс помогает приобрести уверенность и получить поддержку. Спасибо! »



Проекты

Среднесрочная
психологическая
поддержка



Психологические группы (открытые и закрытые)

Что это?

Мы проводим регулярную открытую группу поддержки и периодические закрытые группы из 5-10 сессий

Цель

Оказать психологическую поддержку участникам

« Участвовала в группе психологической поддержки 10 недель. Это здорово! Восхищена профессионализмом психологов Марины и Даши, таких добрых и светлых. Спасибо за тот опыт, которым они делились с нами, он бесценный. Особая благодарность организаторам программы - Фонду «Я люблю жизнь» и его руководителю Оксане. Марина и Даша смогли создать такую атмосферу, в которой я почувствовала, что меня принимают и поддерживают. Так, шаг за шагом, мне удалось очень многое понять о себе, многое переосмыслить. После прохождения программы появилось много новых мыслей, разложилось все по полочкам. Не все проблемы решены, но я понимаю, куда надо двигаться, чтобы начать получать результаты. У меня появилось то знание, которое дает твердую почву под ногами. Я благодарю всех девочек, участвовавших в программе за свои истории, открытость, доброту, любовь к людям, к жизни. Очень тепло, душевно, даже по-семейному проходили консультации »

Присоединяйтесь!

Наш сайт

<https://ilovelifefund.ru/>

Также заходите к нам в instagram

<https://www.instagram.com/ilovelife.fund/>



*Оксана Андриенко
Директор Фонда*

oksana@ilovelifefund.ru

[+7 926 330-50-60](tel:+79263305060)