Отчет за период

2021 год

БФ «Больше Чем Можешь»

Оглавление

Вступление

Обращение организации 03

Наша миссия, цели и задачи 04

Где мы работаем 05

Наша команда 06

Программы

ТРЕНИРУЕМСЯ ВМЕСТЕ 08

МАРАФОН ДЛЯ КАЖДОГО 13

ИНКЛЮЗИЯ – ЭТО ПРОСТО 17

Финансовые отчеты

Поступление средств 20

Все расходы 20

Организация

Попечительский совет организации 25

Об организации

Контакты и реквизиты 22

Как нам помочь 24

Обращение организации

Обращение основателя фонда #БольшеЧемМожешь

Зеленский Вадим Григорьевич

Учредитель, основатель Фонда, генеральный директор

Друзья!

В 2021-2022 году мы сделали большие и важные шаги в направлении развития инклюзии в спорте. Атлеты нашего фонда выходили на старты в таких мероприятиях как Московский полумарафон, забег Бегущие Сердца, Полумарафон Моя Столица и Ростов Великий, выступали на триатлоне в Казани, Волгоградском марафоне, полумарафоне на Автодроме в Сочи. Мы провели 67 инклюзивных тренировок.

Мы поддерживаем 63 подопечных, а команды фонда насчитывает более 300 активных волонтеров.

Запустили фандрайзинговый проект беговых экскурсий в формате «Беги и Слушай», сборы от которых идут напрямую в фонд. На экскурсиях я рассказываю участникам о деятельности фонда, о том почему так важно развитие инклюзии в спорте.

Мы благодарим всех неравнодушных людей, поддерживающих нашу деятельность и помогающих развивать инклюзию в спорте.

Вместе мы можем больше!

Наша миссия, цели и задачи

Миссия

Через общение, взаимодействие, совместные тренировки и участие в соревнованиях людей с ограниченными возможностями и здоровых людей в тандемах (парами) мы:

- Встраиваем спорт и физическую активность в жизнь каждого;

- Помогаем людям с инвалидностью ощутить себя равными членами общества, обрести уверенность в себе и своих силах;

- Помогаем здоровым людям избавиться от предрассудков и страха общения с инвалидами;

- Соединяем людей, объединяем общество;

- Меняем общественное восприятие и отношение к людям с инвалидностью.

Меняя отношение к спорту, меняем отношение к жизни!

Задача фонда - сделать спорт доступным для всех, вне зависимости от физического состояния и диагноза в медицинской карте. Подопечные Фонда #БольшеЧемМожешь - спортсмены с ДЦП, другими неврологическими заболеваниями и повреждениями опорно-двигательного аппарата трех категорий:

- Атлеты, передвигающиеся на колясках с сопровождением;

- Атлеты, передвигающиеся с поддержкой;

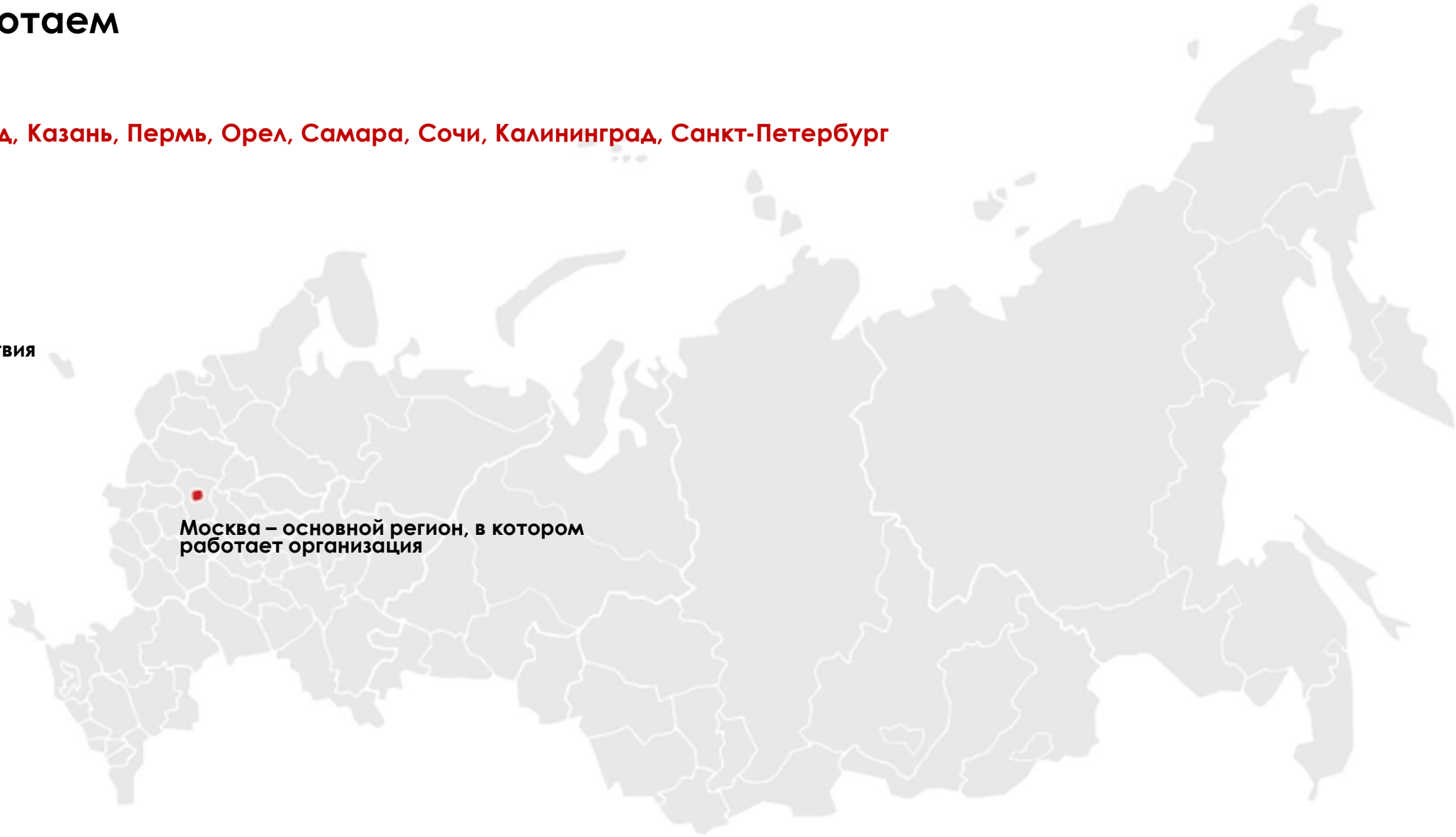
- Атлеты, передвигающиеся самостоятельно с сопровождением.

Где мы работаем

Москва, Волгоград, Казань, Пермь, Орел, Самара, Сочи, Калининград, Санкт-Петербург

9

Регионов присутствия



Москва – основной регион, в котором работает организация

Наша команда

Богданова Анна

Исполнительный директор

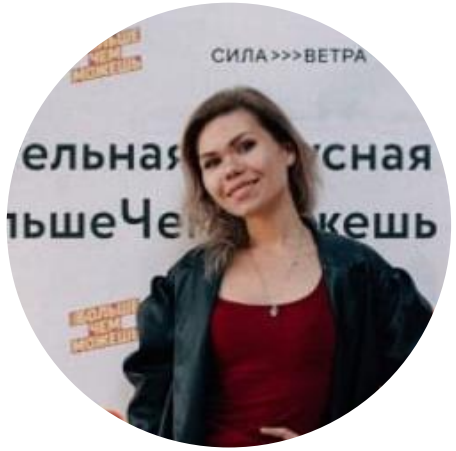
Руководит программами

МАРАФОН ДЛЯ КАЖДОГО

НЕ ТОЛЬКО БЕГАЕМ

Гришанина Маргарита

SMM-менеджер



Костромина Марина

PR-менеджер

Михайлова Валерия

Юрист

Наша команда

Сергей Тебайкин

Спортивный директор

Дмитрий Чешев

Менеджер по работе с подопечными

Николай Шведов

Тренер (реабилитация после тяжёлых травм и операций, восстановление опорно-двигательного аппарата, коррекция осанки)

Надежда Столярова

Тренер (фитнес-реабилитолог, сертифицированный тренер по бегу UESCA ASICSFrontRunner)

Тренируемся вместе

Основная программа

О программе

Цели и задачи:

- развитие инклюзивных тренировок по ОФП и беговой подготовке для атлетов Фонда с участием волонтеров с профессиональными тренерами-реабилитологами;
- адаптивные тренировки по ОФП для атлетов Фонда, направленные на укрепление мышечного корсета, двигательных навыков;
- создание инклюзивной среды, где люди с ОВЗ тренируются вместе и с поддержкой волонтеров;
- социализация для подопечных Фонда.

63

Количество атлетов с ДЦП, повреждениями ОДА

Оказанная помощь и достигнутый эффект

Благодаря еженедельным тренировкам с профессиональным тренером-реабилитологом наши подопечные приобретают новые двигательные навыки, начинают чаще пользоваться ходунками вместо инвалидных колясок. Присутствие на тренировках волонтеров фонда способствует социализации, развитию речевых навыков, коммуникации.

История благополучателя

Максиму – 22, у него ДЦП и спастическая диплегия.

Несмотря на свой диагноз, Максим очень жизнерадостный ребенок. Очень любит тусовки, и чем они больше, тем лучше. В силу ограниченной подвижности, по натуре, даже в компании он больше созерцатель, нежели созидатель, но, если процесс, за которым он наблюдает, ему нравится, то из созерцателя Максим быстро превращается в советчика, принимая тем самым посильное участие в происходящем и не теряясь среди окружающих.

Максим обожает цирк. С 2009 года не пропускает ни одной программы в цирке Танцующих Фонтанов Аквамарин. Ему нравятся все жанры циркового искусства, может смотреть, наверное, сутками. Еще одна большая любовь – мюзиклы. Из понравившихся всегда пытается напевать запомнившиеся мелодии.

Из спорта, как зрелища, любит фигурное катание и все водные виды спорта, кроме водного поло. Очень радовался, когда на Новый год 2017 удалось попасть на представление в бассейне СК «Олимпийский» со звездами синхронного плавания.

Из музыки Максим больше любит классику, нежели эстраду. С удовольствием будет слушать как орган, так и симфонический оркестр. Любимый композитор сына – Чайковский, а музыку из балета «Щелкунчик» знает чуть ли не наизусть. Один раз удивил до глубины души – прослушал православную кантату на одном дыхании, не отвлекаясь ни на что, при том, что половину кантаты церковный хор пел а капелла.

А не так давно Макс увлекся компьютерной игрой Just Dance – это не столько игра, сколько учебник эстрадного танца. В ней есть ролики для исполнения сидя, в свободное время пытается вовсю повторять движения за компьютерными персонажами. Как любой мальчишка, любит компьютерные игры, но только гонки. Увы, у самого рулить получается плохо, приходится папе помогать.

Максим очень любит своих домашних питомцев: собаку Фильку и кошку Нури (ее принесла в дом младшая сестра Тася, увлекающаяся сейчас аниме, отсюда и кличка такая необычная). Особенно радуется, когда пес (помесь таксы и йорика – таксерик) приходит к нему поиграть.

Знакомство со спортом состоялось для Максима в 2012 году. Когда он пришел на свою первую тренировку по бочча, оказалось, что максимально доступная для него дальность броска составляет не более 60 см, тогда как линия дальнего аута проходит в 11,5 метрах от места расположения коляски игрока. Тренер посмотрела на него и сказала примерно так: “Чемпионом ему стать будет очень сложно. Но мы попробуем”.

История благополучателя

Так начались долгие 4 года тренировок. Надо понимать, что диагноз спастическая диплегия в случае Максима означает неспособность мышц к расслаблению. А теперь представьте себе, что надо сделать со своей рукой, чтобы заставить себя бросать на дальность, в 20 раз превышающую естественную для данного организма! При этом рука в локтевом суставе должна уметь распрямляться практически полностью, иначе не будет точности.

Тогда представить себе, что через 6 лет он практически без замаха сможет закидывать мяч в дальний аут, было невозможно (к примеру, единственная девушка в его классе с таким же, как у Максима, диагнозом, сегодня может выбросить мяч только на 3 метра). Но постоянные тренировки показали, что сделать больше, чем можешь – реально: в 2016 году в составе команды Москвы Максим стал чемпионом Всероссийской Спартакиады – второго по значимости после первенства России юношеского турнира. Тогда же он познакомился со своим другом, тоже особенным молодым человеком, с которым уже 3 года они не перестают общаться почти ежедневно, даже если находятся за тысячи километров друг от друга.

Казалось, что все идет очень хорошо. Но постоянное преодоление себя неожиданно сказалось совсем с другой стороны – эмоциональной. После первой победы пропала мотивация. С августа 2016 по сентябрь 2017 спортивные результаты резко упали, да и физическое состояние стало ухудшаться. Все чаще Максим стал говорить, что не хочет ездить на тренировки. Пришлось обратиться к психологу, который посоветовал “разбавить” занятия бочча чем-либо еще. Увы, видов спорта, доступных для Максима, мы найти не смогли, а с искусством, пением или чем-то еще не подружились.

Максим учился в 31-й школе-интернате, с которой у тогда еще просто движения «Больше, чем можешь» сложились хорошие партнерские отношения.

Поэтому, когда ему в школе предложили попробовать пробежать полумарафон в тандеме, мы без колебаний решили попробовать. После каждой тренировки Максим приезжал домой в приподнятом настроении. Ну, а после забега был в полном восторге! Эмоциональный заряд оказался настолько большим, что, начиная с октября, спортивные результаты стали улучшаться с каждым турниром. Благодаря огромному опыту нашего тренера, Максима удалось подвести к главным стартам сезона в оптимальной форме. В феврале 2018 года он стал чемпионом Москвы среди юниоров, а через неделю вышел в полуфинал и взрослого чемпионата Москвы.

Затем последовали три месяца физической реабилитации, в течение которых тренироваться не удавалось. Только в конце мая Максим смог провести первую тренировку, но казалось, что осталось совсем мало времени для того, чтобы подготовиться к отбору на Всероссийскую Спартакиаду. И тут опять очень кстати настала очередь «Зеленого Марафона» – 27 мая состоялся забег, а уже 7 июня Максим не оставил шансов соперникам, отобравшись на Спартакиаду с первого места! После отборочного турнира тренер Максима по секрету призналась, что не верила в то, что такое возможно. Ну, а два месяца спустя Максим стал чемпионом Спартакиады в составе команды Москвы и бронзовым призером в личных соревнованиях.

Участвуя в Московском Марафоне 2018 и полумарафоне «Моя Столица» 2018, Максим получил очередной эмоциональный заряд. В конце октября сына ждет Московский этап розыгрыша Кубка России по бочча. Там уже в соперниках будут мастера и кандидаты в мастера спорта. Есть надежда, что двойной эмоциональный заряд позволит покорить новую вершину и попасть на финал Кубка. Максиму очень нужна поддержка. И очень хотелось бы получить ее еще раз от тех людей, которые помогают заряжаться столь нужной эмоциональной энергией во время забегов.

Марафон для каждого

Основная программа

О программе

Цели и задачи:

- дать возможность каждому, вне зависимости от диагноза в медицинской карте, пересечь финишную линию любительского массового забега на своих ногах;
- производим специализированные беговые коляски и велоприставки;
- ремонтируем специализированные беговые коляски;
- обеспечиваем участие атлетов фонда в массовых любительских забегах в городах России;
- рассказываем участникам забегов без ОВЗ о беге со смыслом;
- организуем собственные забеги.

63

Количество атлетов с ДЦП, повреждениями ОДА и другими неврологическими заболеваниями

Оказанная помощь и достигнутый эффект

Вместе с подопечными - атлетами фонда мы приняли участие в таких массовых стартах как: Полумарафон на Автодроме в Сочи, Московский полумарафон, забег «Бегущие сердца», велозаезды «ГранФондо», Волгоградский марафон, полумарафон «Моя Столица», триатлон в Казани.

Участвуя в массовых стартах, подопечные фонда погружаются в социум, обретают новые знакомства. На финиш подопечные обязательно заходят на своих ногах при поддержке сопровождающих волонтеров, что дает им возможность почувствовать себя финишерами на равных с другими бегунами.

История благополучателя

Петр Цыбко - подопечный фонда с 2019 года. За прошедшие годы принял участие в десятке соревнований в сопровождении волонтеров фонда. Петру 43 года, до знакомства с фондом Петр не занимался спортом.

Первый в России атлет с ДЦП, преодолевший полужелезную дистанцию IronMan (113 км) в тандеме.

Инклюзия - это просто

Основная программа

О программе

Цели и задачи:

- проводим вебинары с профессиональными психологами об инклюзии в обществе;
- тренинги про инклюзии;
- психологическое консультирование волонтеров и сопровождающих по вопросам взаимодействия с людьми с ОВЗ.

Оказанная помощь и достигнутый эффект

Неспортивные совместные мероприятия - это ключ к укреплению социальных связей между подопечными, их родителями и волонтерами фонда. В рамках проводимых мероприятий подопечные знакомятся с новыми навыками и новыми людьми.

Сотрудники компаний-организаторов мероприятий для фонда также погружаются в деятельность фонда, узнают о нашей работе и включаются в процесс развития инклюзии в обществе.

В рамках программы провели серию вебинаров об инклюзии в семье и социуме, организовали 3 тренинга по инклюзии для корпоративных доноров.

Поступление средств

Всего поступлений за 2021: 2 078 960,27 ₽

77% **Пожертвования от юридических лиц: 1 613 250,00 ₽**

12% **Сборы с краудфандинговых платформ: 240 898,47 ₽**

11% **Пожертвования от физических лиц: 224 811,80 ₽**

Все расходы

Всего организация потратила в 2021: 1 507 497,14 ₽

40% **Информационные и коммуникационные расходы: 597 700,00 ₽**

20% **Зарплата и другие выплаты сотрудникам: 309 598,14 ₽**

19% **Материально-техническое обеспечение: 282 750,00 ₽**

11% **Общехозяйственные расходы: 159 204,00 ₽**

10% **Профессиональные услуги: 158 245,00₽**

Тренируемся вместе

Основная программа

Расходы по Программе: 316 045,00 ₽

100%

316 045,00 ₽

Профессиональные услуги

Инклюзия – это просто

Основная программа

Расходы по Программе: 166 200,00 ₽

100%

166 200,00 ₽

Профессиональные услуги

Марафон для каждого

Основная программа

Расходы по Программе: 609 640,09 ₽

100%

609 640,09 ₽

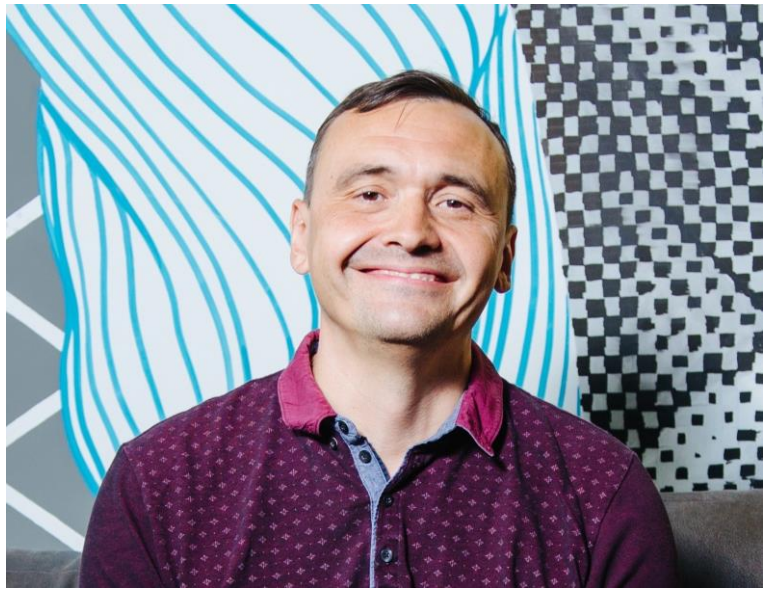
Профессиональные услуги

Попечительский совет организации

Куприянов Илья Александрович

Основатель платформы «Доктор на работе»

ООО «Доктор на работе»



Кабанов Сергей Олегович

Директор по продажам

Miele

Макаров Юрий Геннадиевич

Управляющий партнер, основатель

ONE STORY

Контакты

Официальное наименование

БФ «Больше Чем Можешь»

ИНН организации	КПП организации	ОГРН организации
7707418483	**770701001**	**1187700013632**

Юридический адрес	Почтовый адрес
127006, Москва, ул. Долгоруковская, д. 5, кв. 269, 269	**127006, Москва, ул. Долгоруковская, д. 5, кв. 269, 269**

Телефон	Электронная почта	Официальный сайт
+7 (926) 248-90-28	info@morethanable.ru	https://morethanable.ru/

Реквизиты

Название банка	БИК	Расчетный счет	Корреспондентский счет
ООО «Бланк Банк»	**044525801**	**40703810600001017610**	**30101810645250000801**

Как нам помочь

Сделать пожертвование

Стать волонтером

Поддержать информационно

Беговые экскурсии

ФОНД ПРЕЗИДЕНТСКИХ ГРАНТОВ

Проект реализуется с использованием гранта Президента РФ на развитие гражданского общества, предоставленного Фондом президентских грантов

БОЛЬШЕ ЧЕМ МОЖЕШЬ

Благотворительный Фонд «Больше Чем Можешь»