|  |  |
| --- | --- |
|  | **АНО ДПО «Университет персонализированной диетологии и нутрициологии»**  Образовательная лицензия: 040796 серия 77Л01 N 0011727  123112 Москва Пресненская наб., д.12 башня «Федерация» восток, оф.А30 |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|  |  |

В рамках реализации ключевых государственных инициатив Года Семьи в России, а также поддержки комплексной работы Министерства образования и науки в части работы с образовательными учреждениями Всероссийский социальный благотворительный проект “Здоровое поколение” разработал материалы в помощь родителям (законным представителям), детям и подросткам в период экзаменов.

Для свободного пользования и размещения в социальных сетях, родительских чатах, официальных сайтах школ вашего региона предоставлены:

* текст для информационного сопровождения и дальнейшей публикации;
* гайд по продуктам для улучшения памяти, внимания и успеваемости.

Родители (законные представители) и педагогическое сообщество могут бесплатно воспользоваться разработанными материалами, чтобы оказать максимальную поддержку ребенку в стрессовый период - время экзаменов и промежуточной аттестации. Материалы разработаны экспертами проекта "Здоровое поколение" - врачами и специалистами в области правильного питания. Сторонние ссылки и реклама отсутствуют.

Формат поддержки родителей и педагогического сообщества разработан и апробирован нами в виде ежемесячных общегородских родительских онлайн-собраний «Родительский лекторий» совместно с Департаментом образования мэрии города Новосибирска, которые реализуются с 2023 года. В рамках лектория проводится комплексная работа по информированию родителей и законных представителей посредством родительских чатов, а также онлайн-встреч с экспертами по вопросам здорового образа жизни и формирования правильного рациона детей.

**Ссылка на материалы:** [**https://disk.yandex.ru/d/M4v9z7d913tmGA**](https://disk.yandex.ru/d/M4v9z7d913tmGA)



|  |  |
| --- | --- |
| Генеральный директор  Пустовая К.В. |  |

Скоро экзамены, и вы переживаете всей семьей за успехи ребенка?

ОГЭ, ЕГЭ, ВПР - эти аббревиатуры пугают и родителей, и школьников.

Именно в этот момент ваша поддержка нужна ребенку больше, чем когда-либо. Стресс, связанный с контрольными и экзаменами, огромен, и родителям важно быть рядом физически и морально

Один из способов помочь ребенку преодолеть стресс - правильное питание. Убедитесь, что ваше чадо получает полноценное и сбалансированное питание, богатое витаминами и минералами.

Чем разнообразить рацион, чтобы оказать ощутимую поддержку организму и стимулировать умственную деятельность?

Как помогает физическая активность в успешной сдаче экзаменов?

Узнайте ответы на эти и другие вопросы в специальном материале, разработанном Министерством образования совместно со Всероссийским социальным проектом “Здоровое поколение” в рамках Года Семьи.

“Гайд по продуктам для улучшения памяти, внимания и успеваемости” станет отличным помощником родителям и педагогическим работникам в самый активный и тяжелый период учебного года.

Вместе вы преодолеете любые трудности и добьетесь успеха на экзаменах!

#здоровоепоколениеупдн

