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 @zdorovoe\_pokolenye\_rf ("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



#здоровоепоколение\_семьЯ