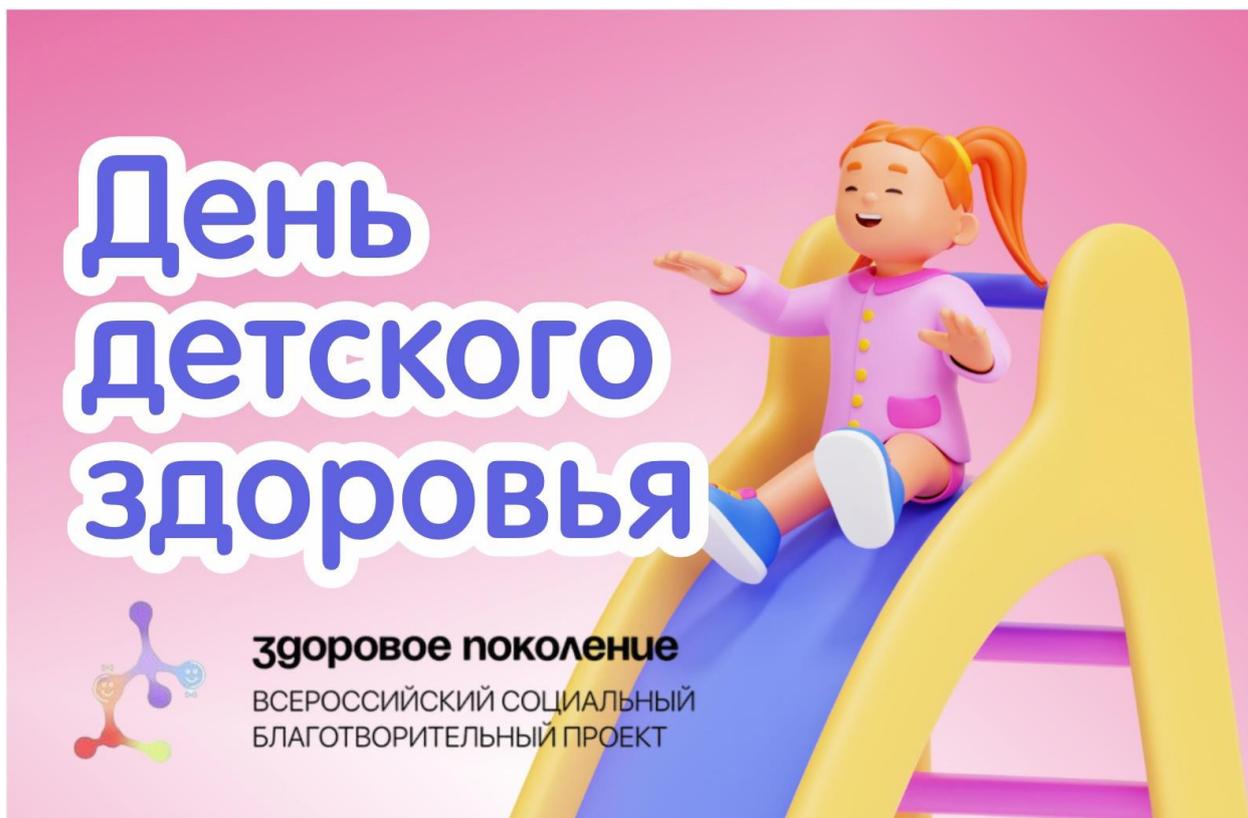


Всемирный день детского здоровья: Забота о будущем начинается с нас!



7 октября отмечается Всемирный день детского здоровья, и это отличный повод задуматься о том, как мы можем поддержать здоровье детей.

Как часто вы задаетесь вопросами:

- Получает ли ваш малыш все необходимые витамины?
- Достаточно ли он двигается?
- Спит ли спокойно?

Эти заботы волнуют каждого из нас, и именно поэтому важно не оставаться наедине с ними.

Давайте сделаем шаг навстречу здоровью: включите в повседневную жизнь активные игры, обогащайте рацион фруктами и овощами.

Присоединяйтесь к акции Всероссийского социального проекта «Здоровое поколение».

В помощь родителям подготовлен полезный гайд «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей и подростков» — его можно забрать по ссылке: <https://disk.yandex.ru/d/HUvhDTgvHDVPjQ>