

## **Всероссийский спортивный фестиваль «Здоровая семья - сильная Россия!»**

Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, совместно с РОО «Объединение многодетных семей города Москвы» в 2021 г проводят Всероссийский спортивный фестиваль «Здоровая семья - сильная Россия!».

«Берегите здоровье смолоду!» - основное условие полноценной жизни каждого человека. Здоровая активная семья - залог успеха развития страны! Программа фестиваля направлена на поддержку активного, здорового образа жизни, формирование у членов семей мотивации к изменению физических и пищевых предпочтений и ответственного отношения к своему здоровью.

Фестиваль пройдет в период **с 10 апреля по 15 августа**. В программе: конкурсы книга рекордов «Многодетная Россия», «Здоровье нации», «Спасибо за то, что мы живы!», Всероссийский велопробег, обучающая программа «Родители агенты влияния», и финальное мероприятие на свежем воздухе!

С 10 апреля по 15 июля на сайте проекта в онлайн формате пройдет Всероссийский конкурс книга рекордов «Многодетная Россия» - Мы самая спортивная семья РФ.

У вас самая спортивная семья!? Вы победили на знаковых соревнованиях!?, Покажите пример другим! Присылайте на конкурс документы об участии и победах в спортивных соревнованиях разного уровня. Победителями будут признаны семьи, имеющие наиболее заметные достижения в спорте. Статьи о семьях-победителях конкурса войдут в книгу семейных рекордов «Многодетная Россия». От каждого субъекта РФ в издание будет включена как минимум одна семья. Отдельно будут отмечены спортивные династии — семьи, в которых на протяжении нескольких поколений поддерживаются спортивные традиции!

С 10 апреля по 10 июня 2021 года, онлайн на сайте проекта пройдет Всероссийский конкурс «Здоровье нации» - серия спортивных семейных конкурсов, направленных на физическое развитие и здоровое питание. Регистрируйтесь и выбирайте задания на выполнение разнообразных индивидуальных и командных упражнений. Снимайте видеоролики с выполнением заданий всей семьей и присылайте их на конкурс. Креативный подход приветствуется!

С 10 апреля по 20 июня 2021 года на сайте проекта, в режиме онлайн проходит Всероссийский конкурс «Спасибо за то, что мы живы!» Украсьте свои транспортные средства (велосипеды, самокаты, беговелы, ролики, скейтборды, и даже коляски), используя военную символику! Выходите на улицы своих городов и сделайте творческую работу (фото, видео, слайд шоу). Чтобы принять участие в конкурсе заполните заявку на сайте и выложите свои работы в социальные сети с хештегом #СпасибоЗаТоЧтоМыЖивы. Самые оригинальные работы будут отмечены грамотой и памятным призом!

Вес желающие могут принять участие во Всероссийском велопробеге «Спасибо за то, что мы живы!». Пробег можно провести на улицах и в парках города с 1 по 23 мая 2021 г. Своим участием в пробеге выразим благодарность старшему поколению за победу в Великой Отечественной войне и возможность свободно жить и развиваться!

В программе «Родители агенты влияния» с 10 апреля 2021 г - 15 июля 2021 г будут проведены онлайн терапевтические группы по оказанию комплексной психологической, диетологической помощи. Всем заинтересованным родителям доступно участие в онлайн-семинарах с авторитетными диетологами, эндокринологами, гастроэнтерологами, психологами и другими специалистами, которые работают с проблемой лишнего веса у детей и взрослых.

Финалом Всероссийского фестиваля «Здоровая семья сильная Россия!» станет масштабное мероприятие на свежем воздухе, в июле 2021 года, где наградят многодетные семьи, продемонстрировавшие наивысшие результаты в рамках Фестиваля!

Подробная информация о Всероссийском фестивале «Здоровая семья сильная Россия!» размещена на сайте <https://многодетные-семьи.рф> . Для участия в конкурсах и мероприятиях заходите на сайт, регистрируйтесь и оставляйте заявки!

**Всероссийский фестиваль «Здоровая семья сильная Россия!»**

- фестиваль, в котором каждый может принять участие и проявить свои спортивные таланты, а также получить необходимые знания о принципах ведения ЗОЖ!!