

Dziesięć porad na udane lato z rodziną

Stres, latanie, bieganie... Stop!
Lato to złota okazja do przebywania z rodziną. Ale, konkretnie, co robić?

20-07-2021

Gloria Gratacós, ekspert od edukacji, matka kilkorga dzieci, podpowiada 10 sposobów, aby lepiej wykorzystać lato spędzone z rodziną.

1. Elastyczność w pewnym ładuie.

Rozkład zajęć - elastyczny i dostosowany do tego okresu.

2. Wspólne zajęcia rodzinne. Choć każdy ma swe preferencje, ważne jest znalezienie czasu na wspólne zajęcia: gotowanie, spacerowanie, rower, wycieczki...

3. Wdzięczność. Czas wakacyjny pomaga nam zauważyć dobroć innych. Warto uczynić wysiłek, by dziękować innym częściej...

4. Cieszyć się drobnostkami. Fajne zajęcia nie muszą być drogie ani ekstrawaganckie. Dobrze jest nauczyć dzieci cieszyć się prostymi rzeczami: zachodem słońca, oglądaniem ptaków, tanimi lodami...

5. Otwartość na innych. Lato to doskonały czas, by otworzyć się na drugiego człowieka. To wzbogacające. Warto zapraszać innych do domu i nauczyć własne dzieci robić to samo.

6. Uczestniczenie w kulturze.
Wykształćcie u swych dzieci

wrażliwość na dobra kultury: muzea, zabytki, miasta...

7. Czas na lekturę. Czytajcie podczas podróży na głos, słuchajcie audiobooków... Lato bez przeczytanych kilku książek - to zmarnowane lato!

8. Odwiedziny znajomych. Podczas roku szkolnego często brak czasu - teraz można to nadrobić. Odwiedź osoby chore, starsze, potrzebujące...

9. Języki. Nadszedł czas na oglądanie filmów w wersji oryginalnej... Kto w rodzinie zrozumie najwięcej?

10. Dziękować Panu Bogu za fajne chwile i możliwość bycia razem.