

Jak możemy miło spędzać czas przy stole, w kuchni i w pracowni?



Wspólnie dbamy o dobrą atmosferę

– chcemy, żeby każdy czuł się bezpiecznie i swobodnie.



Szanujemy wybory dzieci

– każdy sam decyduje, czy i ile chce zjeść.



Wszyscy jesteśmy równi

– bez względu na płeć, wiek itp., bo każdy głos jest ważny.



Zachęcamy, ale nie zmuszamy

– można odmówić jedzenia bez tłumaczenia powodu.



Warto poznawać i próbować

– oglądamy, wączymy, dotykamy, próbujemy, w każdej chwili możemy zrezygnować z jedzenia.



Gotujemy razem i uczymy się współpracy.



Siadamy razem do posiłku, odkładamy telefony i spokojnie jemy w miłej atmosferze. To dobry czas na rozmowę.



Dbamy o higienę i bezpieczeństwo

– myjemy ręce i reagujemy, gdy ktoś potrzebuje pomocy.



Pomagamy sobie nawzajem i wspólnie sprzątamy po zakończeniu pracy.



Dajemy dobry przykład

– jesteśmy obecni, uważni i odkładamy telefony.

