

17. ročník Týdne pro rodinu

BUĎME SPOLU u rodinného stolu

10.–18. května 2025



Proč?

více povídání a naslouchání
lepší porozumění
hezčí vztahy

Výhody společného stolování

zlepšení emocionální pohody u všech členů rodiny
podpora dobrých stravovacích návyků
prevence duševních obtíží, úzkostí, depresí
prevence obezity
podpora vyjadřovacích dovedností
zlepšení spánku
posílení respektu k ostatním
sdílení myšlenek
vytváření rodinných tradic
zvýšení sebedůvěry, kdy jsem vítanou součástí celku
prevence potíží s příjmem potravy
podpora kreativity, ...



RODINNÝ SVAZ ČR

Každý by měl dostat slovo



TÝDEN PRO RODINU

www.tydenprorodinu.cz/2025