

12. Пишите письма себе в будущее. Помечтайте и опишите, какие вы стали, где побывали, что удалось реализовать. Открыть можно будет, например, через 5 лет: прочитать, проанализировать, что сбылось из ваших прогнозов и снова написать письмо.

13. Изобретите свои способы для подзарядки позитивной энергией. Испеките все вместе печенье или пряники, заварите чай, включите любимую музыку, нарисуйте или слепите эмблему хорошего настроения и повесьте её на видное место.

14. Начните осваивать новый вид спорта или творчества. Коллективные занятия объединяют, а командные успехи мотивируют и вдохновляют!

15. Вносите семейный вклад в развитие позитивного образа жизни. Принимайте участие в городских субботниках, конкурсах для активных семей, посадках деревьев или станьте их организаторами или инициаторами!

Придумывайте свои традиции, улучшайте настроение себе и близким, фотографируйте и оформляйте в альбомы запечатлённые моменты семейного счастья!

Мир, гармония и радостное запоминающееся детство зависит от нас с вами, уважаемые родители!



РЕЖИМ РАБОТЫ

ПН – ПТ: с 9.00 до 17.30

Обед: с 12.30 до 13.00

СБ – ВС: выходной

Адрес: 305044 г. Курск
ул. Краснознаменная, д.20
Телефон/факс
+7 (4712) 34-34-80
+7 (4712) 34-21-60

Отделение «Семейный МФЦ»
Адрес: 305022 г. Курск
ул. Республиканская, д.50 М

электронный адрес (e-mail): zentr-nl@mail.ru
группа в социальной сети «ВКонтакте»: [club172804502](https://vk.com/club172804502)

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ: 8–800–2000–122

Директор учреждения:
Нарыкова Ирина Николаевна



Министерство социального обеспечения,
материнства и детства Курской области

ОКУ «Курский центр социальной помощи семье
и детям «Возрождение»



«Семейные традиции»



«Семья – это основанное на браке или кровном родстве сообщество людей, связанных общностью быта, взаимной моральной ответственностью и взаимопомощью», - так гласит одно из определений.



И в каждой семье есть кое-что ещё, объединяющее всех, укрепляющее веру и вселяющее надежду, создающее неповторимую атмосферу комфорта и гармонии. Конечно, это семейные традиции.

Семейные традиции – это принятые нормы и манеры поведения в семье, обычаи и ритуалы, как передающиеся из поколения в поколение, так и вновь созданные, призванные укрепить и обогатить семейное взаимодействие.

Во многих семьях есть ритуалы прощания и приветствия, совместного просмотра фильмов, чтения книг вслух, празднования дней рождения, встречи Нового года, проведения Дней памяти, определённых домашних обязанностей, подготовки подарков к значимым событиям, совместные обеды и поездки.

И вы знаете, насколько яркой, насыщенной, полноценной становится наша жизнь, когда мы вместе с семьёй. Любые ситуации уже не кажутся такими неприятными, когда мы ощущаем присутствие и поддержку наших близких.

Вашему вниманию предлагается рассмотрение **15 особенных традиций**,

которые можно взять на заметку и попробовать внедрить в своей семье после всеобщего согласия!

1. Придумайте тему месяца или недели, которым будете посвящать своё свободное время. Например, это может быть подготовка к Дню Рождения Семьи – годовщине свадьбы, когда вечерами вы посмотрите видео и фото с того памятного дня, расскажите историю знакомства своим детям, вспомните эмоции и чувства от неожиданных сюрпризов, устраиваемых в период ухаживания.

2. Ведите Летопись семейной жизни или заполняйте Семейный дневник. Записи могут касаться индивидуальных успехов и семейных эмоций, неожиданных озарений и открытий.

3. Раз в сезон устраивайте тематические кулинарные дни, посвященные одной из мировых кухонь. На такие обеды можно пригласить бабушек, дедушек, родственников и устроить целое представление с рассказами о приготовленных национальных блюдах.



4. Заведите волшебную коробочку с планами, записанными на листочках бумаги, которые нужно реализовать всей семьёй. Например, их можно доставать в субботу вечером, а в воскресенье исполнять. Это могут быть приглашения гостей, посещения родственников, походы в кино, просмотр интересного мультфильма и многое другое.

5. Сделайте Семейную карту Желаний. Пусть каждый член семьи нарисует или приклеит фото своих желаний, а вместе вы будете радоваться исполнению!

6. Начните вести семейный блог. Это



отличный вариант хранения воспоминаний, а также возможность найти единомышленников.

7. Устраивайте День добровольной помощи. Почистите снег у дома одинокой бабушки; покормите птиц или животных зимой, оставив лакомство в парке или в лесу.

8. Заведите копилку для «штрафов». Договоритесь складывать в неё определённые суммы в качестве штрафов за произнесённые бранные слова, невыполненное обещание, неубранные вещи. Опустошая копилку, например, раз в год покупайте интересную книгу или займитесь благотворительностью, перечислив эти деньги на счет Фонда помощи детям.

9. Торжественно встречайте своё любимое время года. Приготовьте что-нибудь особенное, украсьте дом, почитайте стихи и сказки об этом времени года, спланируйте, куда хотели бы съездить или сходить всей семьёй.

10. Играйте в настольные игры. Это интересно, весело и способствует приобретению положительного опыта общения.

11. Придумайте свои приметы. Увидел самолёт – загадай желание о поездке в интересное место.