



*W ogóle jedzenie jest niesamowite w tym, jak potrafi łączyć ludzi.*

Pascal Brodnicki

Warszawa, 3 kwietnia 2017

Szanowni Państwo,

Fundacja Humanites - Sztuka Wychowania zaprasza do włączenia się w:

### VI Edycję Akcji społecznej dla Pracodawców

#### „DWIE GODZINY DLA RODZINY”

15 maja Międzynarodowy Dzień Rodzin to doskonała okazja, aby zastanowić się nad tym **jaka jest rola Pracodawców w integrowaniu sfery prywatnej i zawodowej swoich Pracowników.**

Badania przeprowadzone wśród 10 tysięcy menadżerów z 70 krajów wykazały, że najważniejszą wartością dla nich jest rodzina. Jednocześnie na pytanie: „Która wartość jest najbardziej zagrożona” odpowiedź brzmiała również rodzina<sup>1</sup>.

W ostatnich dwóch dekadach hołdowano tezie, że rzeczywistość zawodowa i życie prywatne to dwa odrębne światy, a kariera zawodowa wymaga bezwzględnej dyspozycyjności i zaangażowania. Powstała szkodliwa, fałszywa alternatywa: przeciwstawienie życia rodzinnego i oddania sprawom firmy. Koszty tego odczuwamy wszyscy. Najnowsze trendy zarządzania idą w kierunku integrowania sfery zawodowej i osobistej, rozumiejąc, że w

---

<sup>1</sup> Stan Slamp, „Burry my heart at conference room”

interesie Pracodawcy jest pracować ze szczęśliwymi, zaangażowanymi ludźmi, dla których praca jest wartością, a nie przymusem.

Akcja **Dwie Godziny dla Rodziny** jest właśnie wyrazem troski Pracodawców o sferę rodzinną życia ich Pracowników. Firmy, które ponoszą trud podarowania swoim ludziom dwóch dodatkowych godzin wolnego czasu na spędzenie go z najbliższymi, wyrażają tym symbolicznym gestem, że dostrzegają, rozumieją i wspierają również ich odpowiedzialną rolę społeczną – członka rodziny – matki, ojca, syna, córki, babci, dziadka itd.

Jak wynika z badania Frisco „Polacy po godzinach”, 41 proc. Polaków deklaruje, że spędza z rodziną więcej niż 5 godzin tygodniowo. Częściej mieszkańcy mniejszych miejscowości (51 proc.) niż dużych miast (36 proc.). Jednocześnie 25 proc. osób deklaruje, że chciałoby rodzinie poświęcać więcej czasu.

Państwa zaangażowanie w akcję jest odpowiedzią na potrzebę wielu rodzin, które czują, że najcenniejszym darem w naszych współczesnych czasach, kiedy mamy wszystko, jest obecność i więź.

Akcją Dwie Godziny dla Rodziny zainicjowaliśmy w Polsce obchodzenie Międzynarodowego Dnia Rodzin, który przypada na 15 maja. Chcemy, aby był to czas, kiedy człowiek zatrzymuje się, zaczyna bardziej zastanawiać się nad sobą oraz nad tym, kto go otacza. Na nowo zdaje sobie sprawę, jak ważni są dla niego bliscy, jak istotne są miłość, wzajemna życzliwość, spokój.

Co roku nasza akcja ma inny motyw przewodni, który wybierają uczestnicy, to oni decydują, o czym chcą rozmawiać, co chcą odkrywać na nowo. W tym roku nasze rozmowy i refleksje przeniosą się do kuchni w myśl hasła:

### GOTOWANIE NA RODZINNYM PLANIE

Mówi się, że kuchnia to serce domu, kojarzy się z ciepłem, zapachem, przyjazną atmosferą. Znamy na pewno takie domy, w których niemal całe życie – domowe i towarzyskie – toczy się właśnie w kuchni, szczególnie, gdy znajdują się w niej duży stół i wygodne krzesła. Stół zawsze był miejscem spotkań, żywych rozmów, wymiany poglądów. Wspólny posiłek, nie tylko od święta, był podstawą funkcjonowania wielu rodzin bez względu na ich status

społeczny. Teraz sztywne godziny pracy każdego z domowników często nie pozwalają na przeżywanie wspólnych chwil. Różne są godziny jedzenia, często posiłki są spożywane na szybko i bez zwracania uwagi na to, co się je. Dzisiaj często zapominamy, że spożywanie razem posiłków to rytuał, część naszej polskiej tradycji i podstawa tworzenia wspólnych więzi.

Z badań marki MOSSO wynika, że zaledwie 4 na 10 rodzin w Polsce zasiada razem do stołu każdego dnia, czyli tylko 38 proc., 50 proc. Polaków jada z najbliższymi tylko w weekendy, a 14 proc. „od święta”. Najczęściej w gronie rodziny spożywamy obiad (57 proc.), następnie kolację (29 proc.) oraz śniadanie (14 proc.).

Jest to zatrważające, jeśli spojrzymy na fakt, że aż 94 proc. ankietowanych Polaków przyznaje, że wspólne celebrowanie posiłków jest ważnym aspektem w życiu rodziny. Wspólny czas przy stole to nie tylko jedzenie, 78 proc. ankietowanych przy stole porusza tematy związane z życiem rodzinnym, 57 proc. ze swoim życiem osobistym, a także z aktualnymi wydarzeniami na świecie (28 proc.). Badanie pokazało również, że Polacy są świadomi zalet jedzenia wspólnych posiłków: dla 79 proc. to jedyny moment kiedy mają możliwość spotkania się i porozmawiania z najbliższymi, 71 proc. odczuwa, że wspólny posiłek pogłębia ich więzi z najbliższymi, a 29 proc. wzmacnia swoje poczucie bezpieczeństwa i stabilizacji. Dla 15 proc. ankietowanych bycie razem przy stole wpływa pozytywnie na samopoczucie.

Robert Putnam w książce *Samotna gra w kręgle* zauważa: „*Widoczny spadek znaczenia wspólnego posiłku w ciągu życia zaledwie jednego pokolenia jest znaczącym świadectwem tego, jak gwałtownej zmiany doświadczają nasze więzi społeczne*”. Tradycja codziennego jedzenia posiłków w gronie bliskich odchodzi do lamusa, a wraz z nią nasze wyobrażenia o idealnej rodzinie. Stół coraz rzadziej jest dzisiaj miejscem spotkań, żywych rozmów czy wymiany poglądów.

Liczymy bardzo na Państwa zaangażowanie, mamy ogromną nadzieję, że nasze wspólne działania przyczynią się do zatrzymania, a nawet odwrócenia tego niepokojącego trendu. W naszym odczuciu bardzo ważne jest podkreślanie tego, jak istotne jest pogłębianie relacji z naszymi najbliższymi.

Chcąc wziąć udział w akcji i wyrazić poparcie dla bliskich relacji w rodzinie należy wejść na stronę: [www.mamrodzine.pl](http://www.mamrodzine.pl) i wypełnić [formularz zgłoszeniowy](#).

Akcja jest bezpłatna, nie wiąże się z żadnymi dodatkowymi kosztami dla firmy. Warunki udziału znajdą Państwo [tutaj](#).

Przygotowaliśmy również materiały komunikacyjne i graficzne, z których możecie Państwo skorzystać, chcąc zainspirować swoich Pracowników, aby wykorzystali ten czas na pogłębianie swoich relacji z najbliższymi. [Materiały do pobrania](#).

Przy stole załatwia się wiele spraw i nawiązuje przyjaźnie. Rzadko zapraszamy do stołu tych, których nie lubimy. Jedzenie jest jak miłość: smakuje, kiedy się nim dzielimy. Tym zdaniem chcemy życzyć Państwu wzruszającego Dnia Rodzin.

W razie pytań lub wątpliwości, prosimy o kontakt: [amanda.szeligowska@humanites.pl](mailto:amanda.szeligowska@humanites.pl) lub [zofia.dzik@humanites.pl](mailto:zofia.dzik@humanites.pl).

Kontakt telefoniczny: 505 976 309 lub 504 144 784.

Z poważaniem

Zofia Dzik - Prezes Zarządu

Fundacja Humanites-Sztuka Wychowania