

Tøffetid

Til det gode børneliv hører en god portion **tøffetid**.

Tøffetid, er den tid, hvor vi ikke gør så meget andet, end at vi tøffer rundt sammen. Flytter lidt rundt på nullermændene. rydder lidt op, ser lidt TV, leger med hunden, keder os en anelse, laver mad sammen og snakker sammen.

Tøffetid er det modsatte af zoo-ture, cafe-ture, tivoli-ture, familiebesøg osv.

Tøffetid er meget vigtig for børnene, og er oftest den tid, hvor børnene for alvor får den opmærksomhed, som en del savner i en travl og hektisk hverdag.

Tøffetid er desværre samtidig den tid, som mange af os ubevidst føler, er spild af tid, kedeligt og som sjældent giver respekt blandt kollegaer og venner. De vil hellere høre om tre zoo-ture på en weekend, end at man tøffede hele weekenden eller det meste af ferien.

Men undervurder endelig ikke betydningen af **tøffetid** for familiens sundhed, helse og trivsel.

Gode råd til ferien

Alle familiens medlemmer har brug for og krav på lige lang ferie - børn som voksne - ja selv små vuggestuebørn har brug for **Tøffetid**.

Vær ikke bange for kedsomhed - det fører ofte til kreativitet.

Børn har brug for tøffe-tid - Tid hvor vi ikke gør meget andet, end at vi tøffer rundt sammen. Laver stort, småt, praktiske gøremål og ingenting.

Er sammen!

Pas på, ferien ikke bliver overbooket med gøremål - der skal også være tid til at genfinde 'familie-melodien'.

En god ferie er OGSÅ at tøffe rundt sammen derhjemme i ro og mag.

Men ferien er også den tid, hvor familien skal kittes sammen.

Hvor de løse ender skal samles igen, og hvor vi skal finde ud af, hvorfor vi kalder os en familie.

Måske ligefrem genfinder lidt af familiefølelsen ovenpå en travl periode.

En del af familielivet er også at kede sig.