



# Памятка: как завести знакомство с другими родителями

Из курса Учебника Т—Ж

«Как упростить жизнь после рождения ребенка»

- 👐 Спросите у мамы или папы что-то про малыша. Например, сколько ему лет, как зовут, как спит и ест ли уже прикорм. Можно обсудить коляски, детскую одежду, наличие или отсутствие пандусов в вашем районе
- 👐 Узнайте, как часто родители гуляют на этой площадке или бывают на занятиях
- 👐 Предложите обменяться телефонами и, например, выходить гулять в одно время
- 👐 Узнавая человека лучше, пробуйте предлагать варианты совместного времяпрепровождения, которые ему будут удобны и интересны. Кто-то с удовольствием пойдет в кафе с колясками во время детского сна, а другой — отправится в долгую прогулку пешком по парку
- 👐 Если чувствуете, что человек неохотно идет на контакт, навязываться не стоит. Можно попробовать снова в другой день или познакомиться с кем-то еще
- 👐 Если вы общаетесь в чатах, спросите, кто из мам живет в вашем районе и тоже ищет компанию для прогулок
- 👐 Когда вы обсуждаете темы, которые волнуют всех родителей: режим сна, прикорм или развитие ребенка — выше шанс найти точки соприкосновения, чаще общаться и со временем подружиться

