Informacja prasowa z dnia 12 marca 2020 r.

**Czas na czytanie? Teraz! Mniej stresu, lepsza przyszłość**

**Od dziś wszystkie polskie dzieci i wielu dorosłych jest zmuszonych do pozostania w domu. O tak wiele wolnego czasu konkurować będą zarówno producenci gier, filmów i telewizja, jak i… autorzy książek.**

„Najlepszy czas na czytanie” to hasło rzucone przez Fundację Powszechnego Czytania. Celem jest zachęcenie Polaków do skorzystania z kwarantanny w sposób, który zbuduje kompetencje dzieci na przyszłość i w tym obszarze **przekuje potencjalny kryzys w sukces**.

*„Dzieci, nawet najmłodsze, doskonale wyczuwają nasze emocje. Obecne przekazy medialne oraz fakt odwołania zająć w przedszkolu i szkołach, brak kontaktu z rówieśnikami, wszystko to podminowuje w dzieciach poczucie bezpieczeństwa. Wspaniałym sposobem na odwrócenie tej tendencji będzie wspólne czytanie i rozmowa. Skorzystajmy mądrze z tego wspólnego czasu w domu, którego oczywiście nie planowaliśmy, ale który można przekuć na sukces. Gorąco zachęcam, by znaleźć czas na wspólne czytanie i rozmowę z dziećmi, z korzyścią dla dziecka i nas samych*” **–** podkreśla **profesor Piotr Albrecht, członek zarządu Polskiego Towarzystwa Pediatrycznego.**

Badania udowodniły, że czytanie skutecznie niweluje stres: **już 6 minut czytania obniża poziom stresu o 60%.** Czytanie przynosi także wiele innych skutków długofalowych:, buduje kompetencje społeczne, emocjonalne i kognitywne, ma moc niwelowania różnic społecznych.

*„Tak więc zachęcamy: macie czas? Czytajcie! Dla uspokojenia, dla rozwoju emocjonalnego oraz dla odbycia najwspanialszych podróży pozostając we własnych czterech ścianach! Jeśli chcecie się podzielić zdjęciami – wrzucajcie je na social media z hasztagiem #TerazCzasNaCzytanie – bądźmy razem, choć każdy w swoim domu*” – zachęca **Maria Deskur, Prezeska Fundacji Powszechnego Czytania**.

Fundacja Powszechnego Czytania powstała jesienią 2018 i stawia sobie za cel zwiększenie poziomu czytelnictwa w Polsce poprzez namawianie rodzin do czytania i rozmowy z dziećmi.

Fundacja otwarta jest na przyjmowanie kolejnych sprzymierzeńców – zapraszamy do kontaktu!

[sekretariat@fpc.org.pl](mailto:sekretariat@fpc.org.pl)

[www.fpc.org.pl](http://www.fpc.org.pl)

[www.ksiazkanarecepte.pl](http://www.ksiazkanarecepte.pl)

Więcej informacji:

Bartosz Lewicki, 693 55 54 53