**To nejlepší pro děti i rodiče najdete na březnovém Festivalu Evolution**

**Zapomeňte na drahé značky nebo designové produkty, to nejlepší, co můžete svým dětem dopřát, je totiž váš čas a energie, kterou jim věnujete. Pokud přemýšlíte nad výchovou potomků nebo jste teprve v očekávání, rozhodně si nenechte ujít jarní Festival Evolution. Ten se bude konat o víkendu 23. – 25. března na Výstavišti v Praze Holešovicích.**

Dětské programy, hrací zóny, tvořivé dílničky, hlídací koutek, ale také pohybové aktivity, výtvarné i hudební workshopy a semináře věnující se rozvoji talentů a dětského potenciálu. To je jen stručný průřez všeho, co můžete se svými potomky zažít na Festivalu Evolution. Především potom páteční program potěší svou nabídkou rodiče a jejich děti. Ty si totiž na festivalu mohou užít spoustu zábavy.

**Workshopy pro děti**

Pomáhají vám vaše děti rády v kuchyni? V tom případě se jim budou líbit workshopy restaurace Krmelec, kde si mohou na minikurzu vaření vyzkoušet přípravu zdravé a veselé svačinky. Ve výtvarné dílničce si zase mohou vyrobit originální památku na festival a zabaví se při malování barevnými písky.

Velký úspěch má u dětí a jejich rodičů hudební nástroj citerka, proto, pokud ho ještě neznáte, doporučujeme se s ním seznámit na workshopu Kamily Zenklové. Budete překvapeni, co vše citerka rozvíjí – od hudebnosti, jemné motoriky, logického myšlení, ale také logopedie. Pokud dává váš potomek přednost pohybu, můžete s ním zavítat do pohybového sálu, kde si může vyzkoušet lekci jógy, tance nebo taiči.

Abyste měli čas si na festivalu nakoupit nebo zajít na některý z programů, můžete dát vaše dítko do dětského hlídacího koutku Rossmánek, kde vám ho rádi zdarma pohlídají. Maminky zde navíc najdou i zázemí na kojení a přebalování.

**Přednášky o dětech určené rodičům**

Pokud jste v očekávání, doporučujeme navštívit přednášky věnované přirozenému porodu, kde se dozvíte, jak se připravit na porod, když ho chcete prožít co nejpřirozeněji. Věděli jste, že začátek kojení souvisí se způsobem porodu? Na tyto a další otázky vám odpoví zkušená průvodkyně počátkem mateřství a spoluzakladatelka České asociace dul Vlasta Jirásková.

Máte zmatek v očkovacím kalendáři? V tom případě vám poradí Martina Suchánková ze společnosti Rozalio, která vám přesně řekne, jak u nás funguje systém povinného očkování. Zápisy do škol se blíží a vy stále nemáte jasno, jakou školu vybrat? **Pavel Kraemer** z Institutu pro podporu inovativního vzdělávání, ve které vám prozradí **výhody i nevýhody alternativních škol,** čím se jednotlivé školy od sebe liší a jak najít tu správnou.

**Kalman Horvát** představí **MateMagiku**, což je metoda akreditovaná MŠMT a naučí matematiku i děti, které jinak ve škole s tímto předmětem zápasí. Přijďte si i vy vyzkoušet netradiční sčítání, odčítání, násobení a dělení.

O tom, že každé dítě má na něco talent, jen je třeba jej umět „odemknout“, pohovoří Jan **Mühlfeit a Kateřina Novotná, kteří zároveň poradí, jak být svému dítěti pozitivním koučem. Této debaty se zúčastní také olympijský vítěz a moderní pětibojař David Svoboda a blogerka Carrie Kirsten.**

**Zdravé jídlo i domácnost**

Aby těch rodičovských témat nebylo až moc, můžete si odpočinout ve food zóně, kde na vás čekají opravdové delikatesy, jejichž výhodou je fakt, že nemusíte řešit, zda moc nehřešíte. Všechny totiž budou nejen chutné, ale také zdravé.

Na festivalu můžete pořídit za výhodné ceny nejen zdravé potraviny včetně bio produktů, ale také přírodní kosmetiku nebo ekologické produkty do domácnosti. Tak nezapomeňte, první jarní víkend se uvidíme na Festivalu Evolution!

**Kompletní festivalový program včetně seznamu vystavovatelů najdete na webových stránkách** [www.evolution.cz](http://www.evolution.cz).