



Conversation Starters

A program for families to eat together, have fun,
and grow closer through conversation!

Let's Talk!

**Who do you most admire and
why?**



Let's Talk!

**What do you want to
accomplish in the next 10 years?**



Let's Talk!

**If you were making dinner
tonight, what would we be
eating?**





Iniciadores de conversación

¡Un programa para que las familias coman juntas, se diviertan y se acerquen más a través de la conversación!

¡Hablemos!

¿A quién admiras más y por qué?



¡Hablemos!

¿Qué quieres lograr en los próximos 10 años?



¡Hablemos!

Si estuvieras preparando la cena esta noche, ¿qué estaríamos comiendo?



Let's Talk!

What is one thing you need to work on?



Let's Talk!

Have you ever felt pressure from your friends to do something you didn't want to do or thought was wrong?



Let's Talk!

What is your favorite thing about yourself?



Let's Talk!

If you could rate your day on a scale of 1 to 5, what would it be and why?



¡Hablemos!

¿En qué cosa necesitas trabajar?



¡Hablemos!

¿Alguna vez has sentido presión por parte de tus amigos para hacer algo que no querías hacer o pensabas que estaba mal?



¡Hablemos!

¿Qué es lo que más te gusta de ti?



¡Hablemos!

Si pudieras calificar tu día en una escala del 1 al 5, ¿cuál sería y por qué?



Let's Talk!

**What makes you happy
when you're sad?**



Let's Talk!

**If you could only eat one
thing for the rest of your life,
what would it be?**



Let's Talk!

**What is your favorite
memory?**



Let's Talk!

**Who can you talk to when
you're feeling peer pressure?**



¡Hablemos!

¿Qué te hace feliz cuando estás triste?



¡Hablemos!

Si sólo pudieras comer una cosa por el resto de tu vida, ¿qué sería?



¡Hablemos!

¿Cuál es tu recuerdo favorito?



¡Hablemos!

¿Con quién puedes hablar cuando sientes presión social?



Let's Talk!

What are 3 things you're grateful for?



Let's Talk!

What is your favorite season and why?



Let's Talk!

If you could be famous, what would you want to be famous for?



Let's Talk!

If you could plan a family trip, where would we go and what would we do?



¡Hablemos!

¿Cuáles son 3 cosas por las que estás agradecido?



¡Hablemos!

¿Cuál es tu estación favorita y por qué?



¡Hablemos!

Si pudieras ser famoso ¿por qué te gustaría ser famoso?



¡Hablemos!

Si pudieras planificar un viaje familiar, ¿a dónde iríamos y qué haríamos?



Let's Talk!

If you could change anything in the world, what 3 things would it be and why?



Let's Talk!

Do you have a friend who would encourage you to do the right thing regardless of the situation?



Let's Talk!

Do you think you are a good friend? Why?



Let's Talk!

Would you rather have loads of acquaintances or a few good friends?



¡Hablemos!

Si pudieras cambiar algo en el mundo, ¿cuáles serían las tres cosas y por qué?



¡Hablemos!

¿Tienes un amigo que te animaría a hacer lo correcto independientemente de la situación?



¡Hablemos!

¿Crees que eres un buen amigo? ¿Por qué?



¡Hablemos!

¿Preferirías tener muchos conocidos o unos pocos buenos amigos?



Let's Talk!

How would you describe a perfect day?



Let's Talk!

What's had the greatest impact on your life, good or bad, and why?



Let's Talk!

How can you help someone today/tomorrow?



Let's Talk!

**Have you passed up on any chances that you now regret?
What were they?**



¡Hablemos!

¿Cómo describirías un día perfecto?



¡Hablemos!

¿Qué ha tenido el mayor impacto en tu vida, bueno o malo, y por qué?



¡Hablemos!

¿Cómo puedes ayudar a alguien hoy/mañana?



¡Hablemos!

¿Has dejado pasar alguna oportunidad de la que ahora te arrepientes? ¿Cuáles fueron?



Let's Talk!

**Think of the worst thing
that's happened to you...
what did you learn?**



Let's Talk!

**What is something you are
really good at?**



Let's Talk!

**If you could make a law,
what would it be?**



Let's Talk!

**What are you most proud of
accomplishing?**



¡Hablemos!

Piensa en lo peor que te ha pasado... ¿Qué aprendiste?



¡Hablemos!

¿En qué eres realmente bueno?



¡Hablemos!

**Si pudieras hacer una ley
¿cuál sería?**



¡Hablemos!

**¿De qué estás más orgulloso
de haber logrado?**



Let's Talk!

What is your favorite song?



Let's Talk!

Did you do something kind for someone else today?



Let's Talk!

Where in the world would you most like to live?



Let's Talk!

What is your favorite snack?



¡Hablemos!

¿Cual es tu canción favorita?



¡Hablemos!

¿Hiciste algo bueno por alguien más hoy?



¡Hablemos!

¿En qué parte del mundo te gustaría vivir?



¡Hablemos!

¿Cuál es tu snack favorito?



Let's Talk!

What are you most afraid of?



Let's Talk!

What is your greatest strength/weakness?



Let's Talk!

What's a hobby that you don't currently do that you'd love to learn? What's holding you back?



Let's Talk!

What are 3 really small victories that you've had in the last few days that you're proud of?



¡Hablemos!

¿A qué le tienes más miedo?



¡Hablemos!

¿Cuál es tu mayor fortaleza/debilidad?



¡Hablemos!

¿Qué pasatiempo no practicas actualmente y te encantaría aprender? ¿Qué te lo impide?



¡Hablemos!

¿Cuáles son tres victorias realmente pequeñas que has tenido en los últimos días y de las que estás orgulloso?



Let's Talk!

When do you feel a teen becomes an adult?



Let's Talk!

Do you think it's better to have one great skill you're an A+ at or many skills you're a C at?



Let's Talk!

If you could be invisible for one day, what would you do?



We encourage families to eat together at least once a week with no electronics!

Children of families that share meals together have better academic performance, higher self-esteem, a greater sense of resilience, lower risk of teen pregnancy, lower risk of depression, lower rates of obesity, and a lower likelihood of developing an eating disorder. If children have better relationships with their parents and siblings, they are less likely to try drugs and alcohol.



thedinnertableproject.org

¡Hablemos!

¿Cuando sientes que un adolescente se convierte en adulto?



¡Hablemos!

¿Crees que es mejor tener una gran habilidad en la que eres un A+ o muchas habilidades en las que eres un C?



¡Hablemos!

Si pudieras ser invisible por un día ¿qué harías?



¡Alentamos a las familias a comer juntas al menos una vez a la semana sin dispositivos electrónicos!

Los hijos de familias que comparten comidas tienen mejor rendimiento académico, mayor autoestima, mayor resiliencia, menor riesgo de embarazo adolescente, menor riesgo de depresión, menores tasas de obesidad y menor probabilidad de desarrollar un trastorno alimentario. Si los hijos tienen mejores relaciones con sus padres y hermanos, son menos propensos a consumir drogas y alcohol.



thedinnertableproject.org