



WAAR HEB JIJ  
JE HOOFD  
VANDAAG?

## NATUURIMPULS #4

**Ga naar...** een buitenplek waar je vaak langsloopt, maar nooit stilstaat.

**Even aankomen:** Bedenk dat er een knopje in je zit: zet je hoofd uit en je zintuigen aan. Kijk zo'n vijf minuten rond en ga na wat je hier hoort, ziet, ruikt en voelt. Merk je andere dingen op dan als je hier snel langsloopt?

**Denk beide terug aan vroeger:** Hoe speelde je vroeger? Met je hoofd of je handen?

**Aan de slag:** Kies een van de dingen die je net is opgevallen. Kan je dit ding adopteren? Hoe zou je het noemen als je zelf mocht kiezen? Bedenk hoe je dit ding voortaan kunt begroeten.

**Wat hebben jullie van elkaar geleerd?**

### Hoe zit dat?

Op plekken waar je langs komt, loop je vaak op de automatische piloot. Je hebt de automatische piloot niet zomaar, het zou heel vermoeiend zijn om altijd bewust na te moeten denken over alles wat je doet. Het nadeel is dat we door kleine geluksmomentjes kunnen missen, zoals de glinsterende waterdruppels op een spinnenweb of een zonnestraal op je huid. Af en toe stilstaan bij dit soort momenten maakt je dankbaarder en gelukkiger. Kinderen hebben vaak een goed gevoel voor deze kleine geluksmomentjes.

## (AAN-) TEKENINGEN



We horen graag hoe je deze natuurimpuls hebt beleefd, scan de QR!

