

RIECHEN

Unsere Nase hilft uns, dass wir Gerüche aus der Umgebung wahrnehmen können. Manche Düfte wecken angenehme Erinnerungen. Bei manch anderen Düften müssen wir uns die Nase zuhalten, weil wir sie nicht gerne „riechen“. Oft kann sich unser Gehirn auch noch viele Jahre später an Gerüche erinnern, wenn wir nur an sie denken. Stell dir doch mal den leckeren Duft deines Lieblingsessens vor.

Wie können wir nun den Sinn „RIECHEN“ ganz bewusst wahrnehmen?

- Rieche heute beim Mittagessen einmal genau an deinem Essen? Riechst du einige Zutaten heraus?
- Kuschle dich einmal zu deiner Mama und deinem Papa – wie riechen sie? Riecht Mama anders als Papa? Riechst du ein Parfüm?
- Vielleicht entdeckst du im Garten schon die ersten Frühlingsblumen. Rieche einmal daran – an was erinnert dich dieser Duft?

FASTENIMPULS: „DUFTENDE BALLONS“

- ↳ Nimm dir die zwei Luftballone und suche dir zu Hause zwei Düfte die du gerne magst. Das kann zum Beispiel Lavendel, Vanille, Zimt, Nelken, Zitronensaft, ...sein.
- ↳ Am besten riecht dein Luftballon, wenn dein ausgewählter Duft zermahlen ist.
- ↳ Fülle nun jeden Luftballon mit je einem Duft – ev. hilft ein Trichter dabei.
- ↳ Anschließend pustest du deinen Luftballon auf und verknotest ihn fest. Es kann dir auch sicher jemand beim Aufpusten helfen, wenn es zu stark für dich geht.
- ↳ Nun kannst du schon daran riechen – riecht es gut?
- ↳ Manche Düfte brauchen etwas Zeit und dein Luftballon riecht vielleicht erst nach ein paar Stunden angenehm für dich.
- ↳ Die Luftballone riechen aber tatsächlich nach deren Inhalt, da die Geruchsstoffe durch die Gummimoleküle nach außen dringen.