

LEEF BEWUST, WERK GEZOND

REUKBELEVING

**Doel:**

Reukbeleving creëren en laten ervaren

Materiaal:

Ballon opblazer
Make up watjes
Etherische oliën

Toepassing:

De ballon opblazer draai je aan de achterkant open (denk hierom bij het kopen). Je besprenkelt het watje met de uitgekozen geur en plaatst deze in de ballon opblazer.

Activiteit:

Met de ballon opblazer kun je een ruimte laten geuren en daardoor de deelnemers een bepaalde reukbeleving geven.

De deelnemer kan zachtjes en in het gezicht geblazen worden voor een persoonlijke reukbeleving.

Reukbeleving laten ervaren en laten raden welke geur er geroken wordt.

Ideeën:

Lavendel voor rust
Munt voor alertheid
Sinaasappel voor frisheid