Tehtävä: Aistit auki luonnolle



NÄKÖAISTI
Katsele ympärillesi kaikessa rauhassa. Mitä kaikkea näet? Etsi katseellasi 5 eri vihreän sävyä.

TUNTOAISTI
Kosketa puun pintaa, sammalta, neulasia. Mitä tunnet? Voit myös ottaa askelia paljain jaloin ja tuntea maan jalkojesi alla.

HAJUAISTI
Keskity nyt siihen, mitä haistat. Nimeä itsellesi 5 haistamaasi asiaa.

MAKUAISTI
Etsi lähistöltäsi syötävä marja. Se voi olla mustikka, puolukka, metsämansikka, lakka tai vaikka pihlajanmarja. Saatat löytää myös ketunleivän. Ethän syö mitään, mitä et varmasti tunnista.

KUULOAISTI
Sulje nyt silmäsi. Kuuntele luontoa. Sen hiljaisuutta. Alat erottamaan ympäriltäsi luonnon ääniä. Nimeä itsellesi 5 kuulemaasi ääntä.

Euroopan unionin osarahoittama
ESEDU Etelä-Savon ammattiopisto
SAVONLINNAN TOIMINTAKESKUS
XAMK
Nuorisoalan tutkimus- ja kehittämisyksikkö Juvenia
TUPA-HANKE Tuoretta osaamista nuorten palveluihin 2024–2026