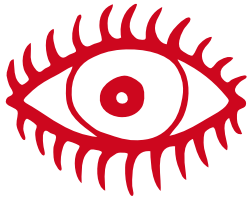


Sinn-Voll

Nutze bei den folgenden Übungen all Deine Sinne und fülle Deinen Pass.

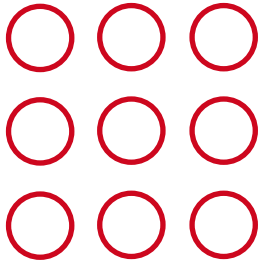


1. Station:

Sehen



Was kannst Du auf den Fotos erkennen?
Welche Fotos gehören zusammen?



2. Station:

Fühlen

Befühle den Inhalt der Stoffsäckchen mit deinen Fingern.

Wie fühlt es sich an?
Was könnte in den Säckchen sein?



- 1
- 2
- 3
- 4
- 5



3. Station: Riechen



Öffne jeweils eine kleine Dose und rieche daran.
Beschreibe den Geruch. Was ist in jeder Dose?

Riecht wie

erinnert mich an...



4. Station: Schmecken

Probiere das Pulver aus jedem Streuer.
Wie schmeckt es?



schmeckt sauer



schmeckt salzig



schmeckt umami



schmeckt bitter



schmeckt süß

5. Station:

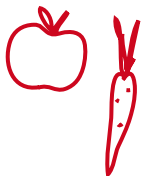
Hören



Nimm Dir ein Knäckebrot, beiße ab und
höre genau auf das Geräusch.

Kannst Du es beschreiben?

Wie klingt Obst, Gemüse?





Nun hast Du Deine Sinne kennen gelernt. Nutze sie zu mehr Genuss. Und erinnere Dich auch daheim beim Essen an Deine Sinne: Schau genau hin, wie etwas aussieht. Rieche daran: schmeckt es süß, sauer oder salzig? Wie fühlt es sich an? Welche Geräusche macht es beim Kauen?

Und was passiert, wenn Du verschiedene Lebensmittel miteinander isst?

**Viel Spaß auch weiterhin
beim Genießen
mit allen Sinnen**



Hier bitte falten!

Sinn-Voll

**Genuss beim Essen
– mit allen Sinnen**

Pass
von

.....
Dein Name



Slow Food®
Deutschland e.V.