



ENTSPANNUNG



5-FINGER ÜBUNG

Welche 5
Gegenstände
kannst du sehen?
Benenne sie.

05



04

Berühre 4 Dinge in
deiner Umgebung

Welche 3
Geräusche
kannst du hören?

03

02

Versuche 2 Dinge
zu riechen.

Welchen
Geschmack hast
du im Mund?

01