

# Landkaart van de geluiden

Leeftijd:	5 - 99 jaar
Groeps grootte:	vanaf 1 persoon
Benodigde tijd:	ongeveer 30 minuten
Waar:	in de vrije natuur (indien mogelijk vrij van lawaai en wegen)
Materiaal:	pen en tekenblok

## ► Voorbereiding:

Zoeken een plek in de vrije natuur, zo veel mogelijk vrij van het dagelijkse lawaai en verkeer.

## ► Beschrijving:

Elke deelnemer heeft een potlood en schetsblok nodig. Zij moeten zich in de omgeving verspreiden en een plek kiezen, waar ze rustig kunnen staan of zitten.

Het beste kun je je ogen sluiten en je alleen op je gehoor concentreren.

Van alle waargenomen geluiden moeten ze met eenvoudige symbolen een „landkaart“ samenstellen.

Opgenomen wordt, vanuit welke richting je de geluiden hebt gehoord, hoe deze klonken en wie de veroorzaker kan zijn. Na 10 minuten komt iedereen weer bij elkaar, en iedereen verklaart zijn/haar kaart.



Iedereen heeft behoefte aan een zekere mate van rust, om te herstellen, om zijn evenwicht en zijn gezondheid te behouden. Bij onze „beschaafde“ manier van leven (verkeer, vliegtuigen, treinen,...) valt ons dit niet altijd even gemakkelijk. Het opzoeken van rustige plaatsen kan ons helpen om te ontspannen en bij te komen.

