



POZITÍV ÉLMÉNYEK, ÉRZÉSEK, ÉRZÉKELÉSEK ☺ ☺ ☺ + + + ☺ ☺ ☺

Keresd meg emlékeidben, írd le majd mesélj a számodra kedves érzékszervi élményekről! Az öt érzékszervedre koncentrálj!
Milyen hatás várható? Pozitív életérzés, mosoly, feltöltődés, mindfullness és kinfullness alapok megértése.

Látvány	Hang	Illat	Íz	Érintés