

## **Stap 1: sta even stil bij volgende vragen.**

Welke chocolade/snoep is je favoriet?

Wat kun je allemaal doen met chocolade?

## **Stap 2: vooronderzoek**

In deze stap ga je gedurende 2 volle minuten met je volle aandacht elk zintuig optimaal gebruiken.

Bij elk zintuig noteer je nadien de woorden, ervaringen die je had tijdens de oefening. Tracht je gedachten bij de opdracht te houden.

- Zicht: kijk naar de chocolade/snoep. Wat zie je?
- Reuk: ruik eraan en neem de geuren goed in je op.
- Gehoor: luister ernaar (welk geluid maakt chocolade/snoep).
- Gevoel: voel hoe het in je hand ligt.