

Ein Moment zum Nichtstun?

Mache eine Pause und erhole dich in der Natur. Wusstest du, dass du die Natur schützen kannst, wenn du behutsam mit Tieren und Pflanzen umgehst und dich an vorgegebene Wege hältst? Einfach mal nichts tun und der Natur eine Pause gönnen. Du könntest...

zeichnen, was du gerade siehst,
oder



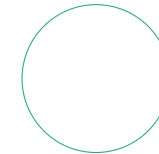
Du könntest dir einfach kurz die
Sonne ins Gesicht scheinen
lassen,

... die Augen schließen und dem
eigenen Atem lauschen,

oder ganz langsam barfuß über
eine Wiese laufen ...



... wirklich intensiv an einer Pflanze
riechen.



und danach einen
Smiley malen. Er zeigt,
wie du dich beim Nichtstun gefühlt hast.



Oder dich unter einen Baum
legen und den Wind in den
Blättern beobachten ...

und einen Schluck kaltes Wasser
trinken.



Einfach stundenlang Tic**tac**toe
spielen.



Durchgeführt von:

BildungsCent e.V.

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit
und Verbraucherschutz

BfN
Bundesamt für
Naturschutz

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages