LOMMEKORT

Stillhetsminuttet

Ett minutt helt stille — og fem ting man legger merke til som man ellers ikke ville sett.

Refleksjon trenger sjelden mer enn et minutt og litt stillhet.

Sitt stille i ett minutt, hver for seg eller sammen. Skriv eller si etterpå fem ting dere la merke til som dere ellers ikke ville tenkt over.

15 min | 10+ år

"Hvilken av de fem tingene overrasket deg mest?"