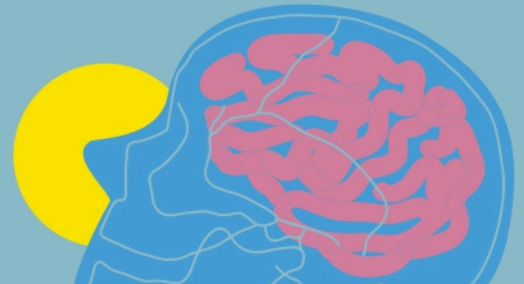


国际气味一分钟

2025年6月10日

呼吸, 感受, 书写

10:06



感官和诗意的体验

面向所有人，全世界皆可参加. 本活动由作家Mathieu Simonet发起

规程

非常简单，仅需几分钟

- 1 今年6月10日，请确保10:06在户外，开始本次体验。
- 2 缓慢行走，专注于你的呼吸。保持安静。
- 3 一旦你的鼻子闻到某种气味，不管是什么气味，立刻停下来。它可以是愉快的，也可以不是，强烈或微弱，持久或短暂。
- 4 闭上眼睛。试着什么都不去想。专注于这股气味，仅仅关注它。努力记住它，并尝试用词语去描述它。
- 5 然后，拿起你的笔！在一张白色的bristol卡片上（尺寸10x15厘米），用你自己的语言描述这股气味：感觉、联想、情感、形容词、回忆.....你可以完全自由地描述——用中文或您的母语，可以只用几个词，也可以用几句话。
- 6 在bristol卡片的背面，注明你的名字和年龄，以及观测地点的地址（大致即可）。如果你想获得更多关于国际气味一分钟的活动信息，请留下你的联系方式。

7 请尽快将你的文字寄出，最好在6月17日前，邮寄至：

Atmo Normandie, 3 place de la Pomme d'Or, 76000 Rouen, France

适合7到107岁：向全球每个人开放！

体验说明

准备阶段

- 1 提前确定气味观测的地点和不可超越的区域（如学校操场或附近公园）。
- 2 这个“气味探索区域”要足够大，能让每个人独立体验，不会被邻近的人打扰，同时也足够有限，便于工作人员看护所有参与者，特别是小朋友时。
- 3 强调必须独自体验，彼此间隔几米且保持安静：不能互相影响，也不能打扰专注力，每个人都需要全心投入体验。
- 4 出发前要花时间向团队说明本协议，确保每个人都完全理解。说明这既是科学体验也是艺术体验。
- 5 如果是儿童群体，可以把这次“Minute”体验比喻为一个小剧场片段：每个人单独扮演自己的角色，安静地、与他人保持距离地走动等。让孩子们放松，不要担心，没有打分，也没有标准的对错。即使bristol卡片有拼写错误也不会被扣分。
- 6 在出门前发放bristol卡片。每人需带一支笔，最好有写字板以便户外书写。不要忘记根据天气穿着合适。
- 7 计划好充足的时间，确保与团队一起按时到达观测地点，真正能在10:06开始体验。

您是教师或活动带领者吗？
可下载我们的指南：

‘Introduction à l’olfaction’

(仅有法文版)



活动流程

- 1 可用响铃、口哨、手机音乐等声音信号来宣布体验开始，使这一刻更有仪式感，准确地从10:06开始。
- 2 体验时间不宜过长。建议在10:15结束，例如用第二个声音信号通知大家。
- 3 如果有学生什么气味都没有闻到，请他们在自己的bristol卡片上注明“无”。要鼓励这些参与者，让他们明白，对科学家来说，“零结果”同样是一种有效的体验结果，也应被记录。
- 4 为加强集体体验，可让大家聚在一起朗读文字。每个人可以朗读自己的，也可以朗读别人的作品。感动时刻保证！
- 5 教师也鼓励参加体验——不仅可以用白色bristol卡片，也可以用彩色bristol卡片记录对整体体验的观察（例如活动是如何进行的、团队反应如何等）。

更多信息请访问 atmonormandie.fr

联系我们 mio@atmonormandie.fr 或致电

+33 2 35 07 94 30



本活动由以下合作伙伴协办

ACADÉMIE
DE NORMANDIE

Direction des services départementaux
de l'éducation nationale
de la Seine-Maritime