

MINUTUL INTERNAȚIONAL AL MIROSURILOR

10 iunie 2025

Respiră, simte, scrie

Ora 10:06



O EXPERIENȚĂ SENSORIALĂ ȘI POETICĂ

Deschis tuturor, peste tot în lume. O idee a scriitorului Mathieu Simonet

PROTOCOLUL

ESTE FOARTE SIMPLU ȘI DUREAZĂ DOAR CÂTEVA MINUTE

- 1 Pe 10 iunie, plănuiește să fii afară la ora 10:06 pentru a începe această experiență.
- 2 Mergi încet, concentrându-te asupra respirației tale. Păstrează liniștea.
- 3 Oprește-te imediat ce nasul tău percepe un miros. Nu contează ce fel de miros este. Poate fi plăcut sau nu, puternic sau subtil, persistent sau trecător.
- 4 Închide ochii. Încearcă să nu te gândești la nimic. Concentrează-te doar asupra mirosului. Încearcă să-l memorezi și să găsești cuvinte pentru a-l descrie.
- 5 Apoi, ia un pix! Pe un bristol alb (format 10x15 cm), povestește acest miros cu propriile tale cuvinte: senzații, evocări, emoții, adjective, amintiri... Ești complet liber să-l descrii în română sau în limba dumneavoastră maternă, în câteva cuvinte sau în câteva fraze.
- 6 Pe verso-ul bristolului, menționează prenumele și vârsta ta, precum și adresa (chiar aproximativă) a locului în care ai făcut observația. Dacă dorești să fii informat despre acțiunile Minutului internațional al mirosurilor, lasă-ne datele tale de contact.
- 7 Trimite textul cât mai repede posibil, ideal până la 17 iunie, la adresa următoare :
Atmo Normandie, 3 place de la Pomme d'Or, 76000 Rouen, France

DE LA 7 LA 107 ANI: DESCHISĂ TUTUROR, ÎN ÎNTREAGA LUME!

PRECIZĂRI PENTRU UN GRUP SAU O CLASĂ

EXPERIENȚA

PREGĂTIRE

- 1** Decide dinainte locul de observație olfactivă și perimetrul care nu trebuie depășit (de exemplu curtea școlii sau un parc din apropiere).
- 2** Acest perimetru de „explorare a mirosurilor” trebuie să fie suficient de larg pentru ca fiecare să poată trăi propria experiență senzorială fără a fi deranjat de vecini prea apropiați, dar și suficient de delimitat pentru ca însoțitorii să poată supraveghea participanții — mai ales în cazul copiilor.
- 3** Insistă asupra faptului că experiența trebuie realizată individual, la câțiva metri distanță unii de alții și în liniște: nu trebuie să ne influențăm reciproc și nici să perturbăm concentrarea necesară fiecăruia pentru a trăi pe deplin experiența.
- 4** Ia-ți timp să explici acest protocol grupului înainte de a ieși. Asigură-te că fiecare a înțeles bine. Precizează că este atât o experiență științifică, cât și una artistică.
- 5** Dacă este vorba despre un grup de copii, poți prezenta Minutul ca pe o mică scenetă teatrală : un rol de jucat singur, păstrând distanța față de colegi, mergând calm etc. Reasigură-i pe copii : nu există note, nici răspunsuri corecte sau greșite. Bristolurile care conțin greșeli de ortografie nu vor fi penalizate.
- 6** Împarte bristolurile înainte de a ieși. Fiecare trebuie să aibă un pix și, dacă este posibil, un suport pentru a scrie mai ușor în exterior. Nu uita să vă îmbrăcați în funcție de vreme.
- 7** Planifică suficient timp înainte de ieșire pentru a ajunge cu grupul la locul observației, astfel încât să poată începe efectiv experiența la ora 10:06.

Ești profesor sau animator?
Poți descărca ghidul nostru :

‘Introduction à l’olfaction’

(Disponibil numai în limba franceză)



DESFĂȘURARE

- 1** Un semnal sonor (clopoțel, fluier, muzică de pe un telefon etc.) poate fi folosit pentru a marca începutul experienței, făcând momentul mai solemn și clar, cu un start exact la 10:06.
- 2** Experiența nu trebuie să dureze prea mult. Se recomandă oprirea ei la ora 10:15, de exemplu printr-un al doilea semnal sonor.
- 3** Dacă unii elevi nu au simțit nimic, trebuie să o menționeze pe bristolul lor, de exemplu prin cuvântul „Nimic”. Valorizează acești participanți, amintindu-le că pentru oamenii de știință un rezultat zero este tot un rezultat valabil. Trebuie deci luat în considerare.
- 4** Pentru a întări dimensiunea colectivă a experienței, poți propune grupului să se adune pentru o lectură cu voce tare. Fiecare poate citi propriul text sau textul altei persoane. Emoție garantată !
- 5** Profesorii sunt și ei invitați, dacă doresc, să participe la experiență nu doar pe un bristol alb, ci și prin notarea observațiilor generale despre activitate pe un bristol colorat (de exemplu cum a decurs atelierul, cum a reacționat grupul etc.).



Mai multe informații pe atmonormandie.fr

Contactați-ne la mio@atmonormandie.fr sau la numărul de telefon **+33 2 35 07 94 30**