



15. Mond en lippen

Doel: beweeglijkheid van de lippen verbeteren.

1 Maak de lippen breed en laat de tanden zien (denk aan grijnzen).

Herhaal 5 x



2 Tuit de lippen (denk aan zoenen).

Herhaal 5 x



3 Blaas de wangen bol en houd 10 tellen vast.

Herhaal 5 x



TIP Doe deze oefeningen voor de spiegel.

TIP Probeer vooral de aangedane zijde te bewegen.

4 Spreek krachtig uit:
pa- pa- pa- pa- pa.

Herhaal 5 x

