

WAAROM moet ik naar bed?



Een nacht goed slapen...



Waar slapen DIEREN?

Waar ze zich veilig
en op hun gemak
voelen.

Sommige slapen
in bomen.



Andere slapen op
een open plek...

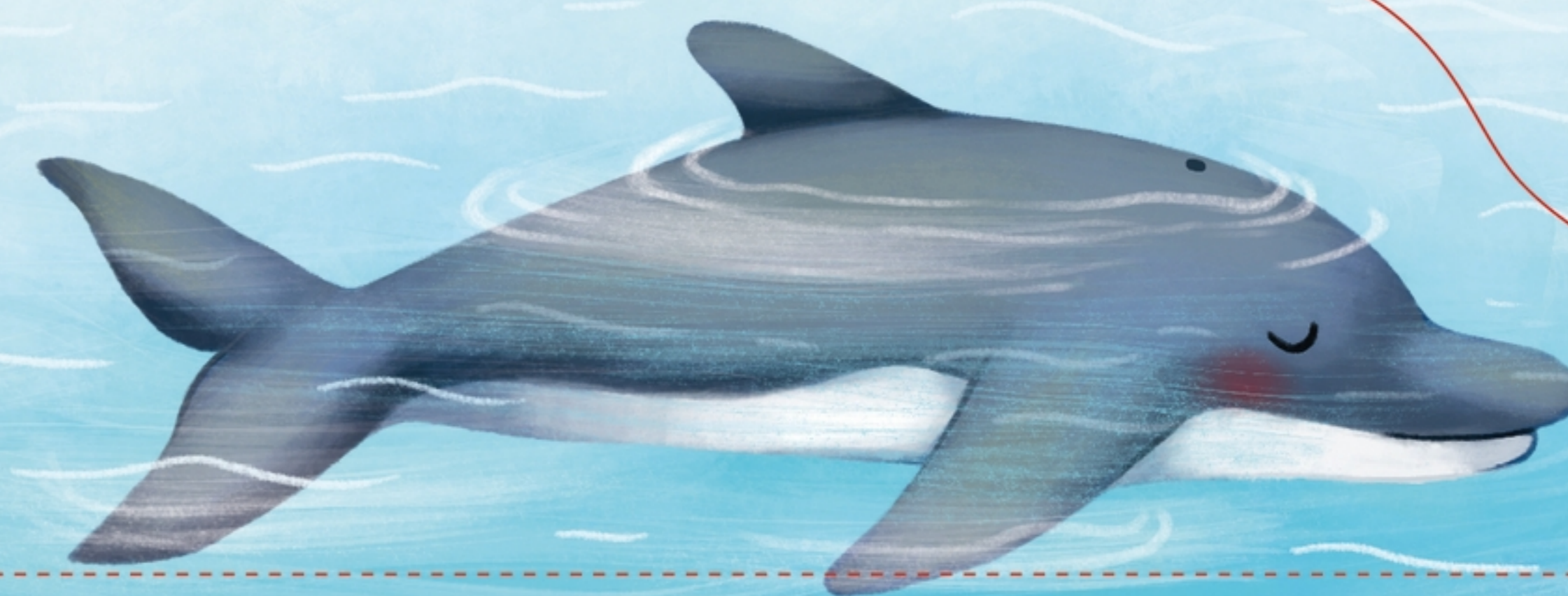


... of onder
de grond.



DIEREN?

Zeeotters
houden elkaars
pootje vast...



Dolfijnen slapen...

Walrussen en
zeehonden...



Waarom is het
DONKER als het
bedtijd is?

Omdat de ZON ook
naar bed gaat.

Door de zon weet
ons lichaam wanneer
de dag begint en
eindigt.



Het hoeft
niet eng te zijn
in het donker.

Een nacht-
lampje kan
helpen.



Of een
zachte
beer.



Of wat zachte,
kalmerende
muziek.

