

SLAAP

Slaap is geweldig. Als je 's nachts slaapt, blijf je gelukkig en gezond.



Je hersenen en lichaam zijn dan klaar voor een nieuwe dag. En het helpt je groeien!



Dieren moeten ook slapen.
Net als jij hebben ze
veel rust nodig.

Maar ze doen heel andere dingen dan jij wanneer
het tijd is om te gaan slapen...

HONDEN

Honden likken hun poten voordat ze gaan slapen.
Dat brengt ze tot rust en het houdt hun poten schoon.

Wat doe jij voordat je naar bed gaat?



Voordat ze gaan liggen, draaien ze vaak rondjes
om een goed plekje te vinden waar ze zich fijn
en veilig voelen.



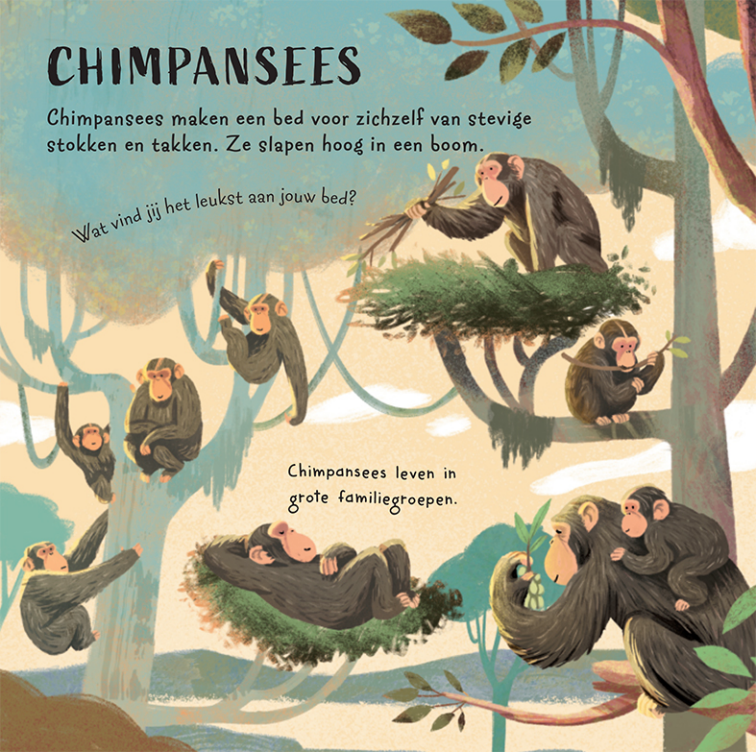
Puppy's hebben meer slaap nodig dan
volwassen honden. Heel oude honden ook.

CHIMPANSEES

Chimpansees maken een bed voor zichzelf van stevige stokken en takken. Ze slapen hoog in een boom.

Wat vind jij het leukst aan jouw bed?

Chimpansees leven in grote familiegroepen.



In de boom zijn ze veilig voor roofdieren die 's nachts rondsluipen.



DOLFIJNEN

A vibrant illustration of an underwater scene. In the foreground, a large dolphin with a dark blue back and a yellowish-white belly is swimming towards the left. Its eyes are closed, indicated by simple curved lines. Behind it, another dolphin is visible, also swimming left. To the right, a third dolphin is swimming towards the right. The background is a deep blue with white bubbles. In the top left, a group of small, striped fish swims. In the bottom left, there are pink and red coral reefs and a few more small fish, including a yellow and blue striped one.

Dolfijnen slapen met één oog open! Deze slimme dieren zijn altijd halfwakker, zelfs midden in de nacht.

Voel jij je veilig en slaperig wanneer je je ogen dichtdoet in bed?

Als dolfijnen slapen, slaapt maar één helft van hun hersenen.
's Nachts wisselen ze dat om – dan wordt die ene helft wakker en kan de andere helft slapen.

Daardoor kunnen dolfijnen even boven water
komen als ze adem moeten halen.

