



Kijk voor exclusief (les)materiaal op: [www.vriendjesclub.nl](http://www.vriendjesclub.nl)

## Inhoud

Hallo vriendjes!	08
Wat zijn hersenen?	10
<b>Samen zingen:</b> De Tovertuinband	16
<b>Professor Erik legt uit:</b> Samen zingen	20
<b>Bewegen:</b> Nooit moe	22
<b>Professor Erik legt uit:</b> Bewegen	26
<b>Vervelen:</b> Gewonnen!	28
<b>Professor Erik legt uit:</b> Vervelen	32
<b>Knutselen:</b> Verrassing!	34
<b>Professor Erik legt uit:</b> Knutselen	38
<b>Gevoelens:</b> Pips paleis	40
<b>Professor Erik legt uit:</b> Gevoelens	44
Beloning: Een geluksgevoel	46
Wat ga jij doen?	48



## Wat zijn hersenen?

**'Weten jullie waar je hersenen in je lichaam zitten?'**

vraagt professor Erik. 'Ja!' Pip wijst naar haar oren. 'Hierachter.'

Professor Erik knikt. 'Heel goed, Pip. De hersenen zitten inderdaad in je hoofd.

En dat ziet er vanbinnen zo uit.' Hij wijst naar het schoolbord.

'Wow, dat lijkt wel een boom,' zegt Woezel verbaasd.

Professor Erik lacht. 'Dat klopt, Woezel! En je hersenen hebben net als een boom een stam, dat is de hersenstam. Eigenlijk zijn je hersenen een soort magische boom, waar heel veel mooie en spannende dingen in gebeuren. En vaak een heleboel tegelijk.'

'Maar wat doen je hersenen dan?' vraagt Pip.

'Je hersenen zorgen ervoor dat jij doet wat je doet en dat jij bent wie je bent.

Ze regelen bijvoorbeeld dat je je voet beweegt als je een bal weg wil schoppen en dat je pijn voelt als je valt. Bij alles wat je doet, helpen je hersenen jou.'

'Je hersenen zijn dus heel belangrijk.' Pip knikt.

'Inderdaad,' zegt professor Erik. 'En er zijn heel veel leuke plekken om te ontdekken in je hersenen. Deze plekken helpen je allemaal met iets anders. Zo helpt de ene plek je met het zingen van een liedje en de andere plek met het maken van een mooie tekening.'

'Gaaf!' roept Woezel. 'Hoe zouden die plekjes er allemaal uitzien?'

Professor Erik glimlacht. 'Kom maar mee! Ik zal het jullie laten zien.'



'Hier zie je een paar plekken in je hersenen die wij allemaal veel gebruiken. Kijk maar eens goed welk plekje waarvoor is.' Woezel en Pip kijken hun ogen uit.



**Knutselen:**  
zelf iets moois maken



**Vervelen:**  
ik heb niets te doen

12



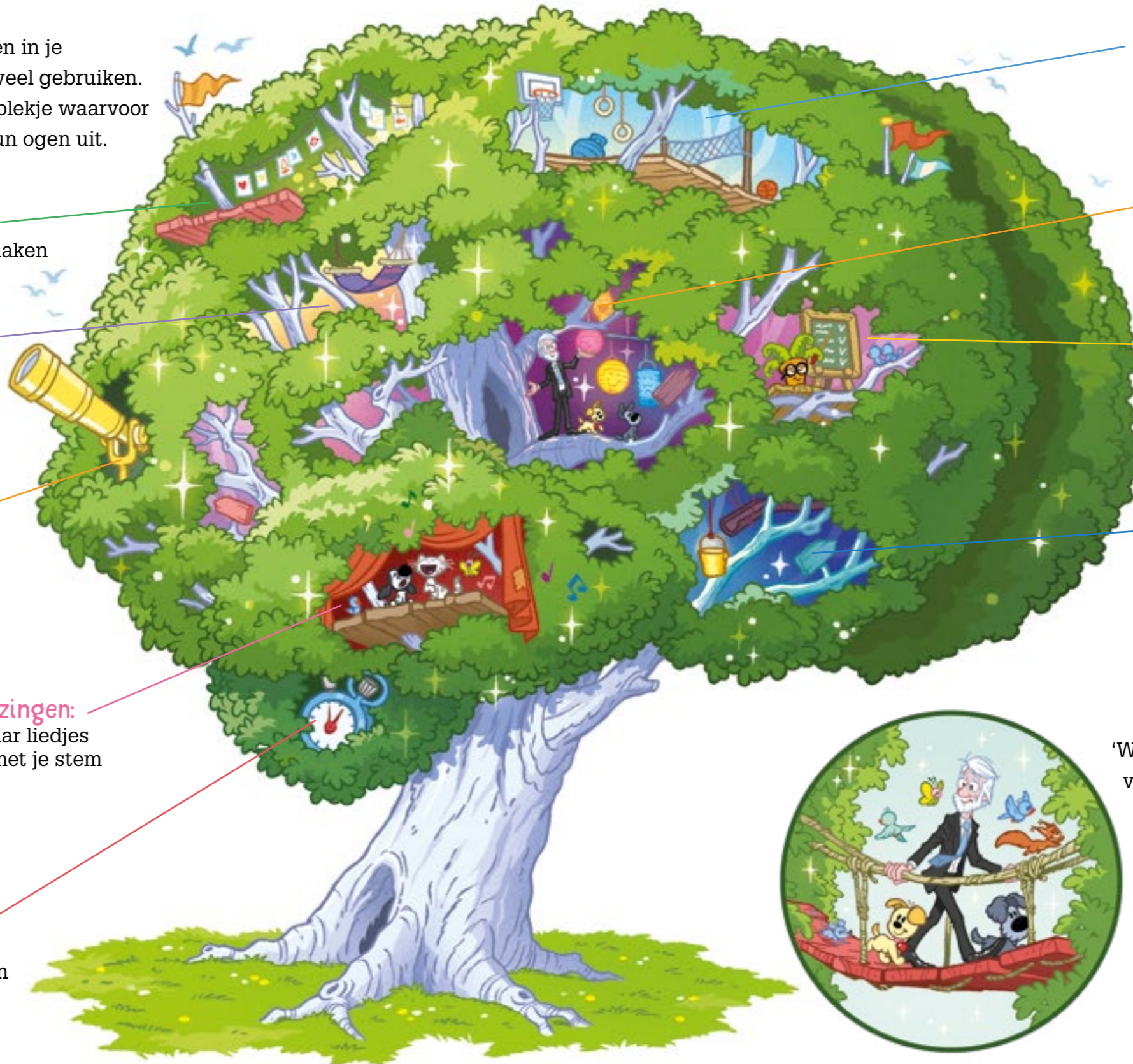
**Kijken:**  
alles wat je om je heen ziet



**Samen zingen:**  
met elkaar liedjes maken met je stem



**Dingen doen wanneer ze moeten:** op het juiste moment in actie komen



**Bewegen:**  
actief bezig zijn



**Gevoelens:**  
voel ik mij blij of verdrietig?



**Plannetjes maken:**  
bedenken wat je gaat doen



**Beloning:**  
een geluksgevoel!

13



'Waar gaat dit bruggetje naartoe?' vraagt Woezel.

'Naar de andere hersenhelft,' antwoordt professor Erik. 'Je hersenen bestaan uit twee helften en die moeten goed met elkaar samenwerken. Gelukkig zit er een bruggetje tussen de twee helften: de hersenbalk. Als je de hersenen recht van voren bekijkt, kun je het bruggetje zien.'



## Samen zingen: De Tovertuinband

'Lalala!' Er klinkt een prachtig geluid in de Tovertuin.

Buurpoes staat boven op haar muurtje. Ze heeft haar ogen dicht en zingt uit volle borst.

'Wauw, Buurpoes! Mogen wij meedoen?' vraagt Pip enthousiast.



**“Woezel en Pip worden blij als ze Buurpoes horen zingen, omdat ze goede herinneringen aan het liedje hebben. Je hersenen onthouden of je blij wordt van een liedje of juist niet. Knap hè?”**

Buurpoes schudt haar hoofd. 'Nee, sorry, dit is nou echt een poezenlied. Het is alleen voor poezen.'

Woezel draait zich boos om. 'Een poezenlied?' zegt hij tegen Pip. 'Dat bestaat toch niet?'

Pip haalt haar schouders op. 'Dan gaan we toch zelf een liedje zingen, Woezel,' zegt ze.

Dat vindt Woezel een goed idee.

Ze beginnen meteen met het opwarmen van hun stemmen.

Charlie en Molletje komen al snel op het geluid af.

'Jaaa, zingen!' juicht Charlie. 'Mogen wij meedoen?' vraagt hij.

Woezel knikt. 'Natuurlijk, iedereen mag meedoen!'

De vriendjes zingen allemaal op hun allerhardst. Samen maken ze een enorm kabaal.

Buurpoes vindt het maar niks. 'Zo kan ik mezelf toch niet horen,' moppert ze.

Nu komt ook de Wijze Varen kijken. 'Wat zijn jullie allemaal aan het doen?' vraagt hij nieuwsgierig.

'Wij zitten in een band,' antwoordt Pip trots.

'De Tovertuinband.'

‘Wat leuk,’ zegt de Wijze Varen. ‘Maar dan moeten jullie wel goed naar elkaar luisteren, anders zingen jullie door elkaar.’

‘O, ja,’ mompelt Woezel.

‘Als jullie dat goed oefenen, kunnen jullie straks een optreden geven,’ zegt de Wijze Varen.

‘Echt?’ vraagt Charlie opgewonden. ‘Gaaf!’

De vriendjes oefenen de hele middag.

Ze spreken af welk liedje ze gaan zingen en werken goed samen.

Het is best wel heel moeilijk.

Maar na een tijdje oefenen willen ze graag laten horen wat ze kunnen.



**“Als je samen zingt, gebruik je veel verschillende plekje in je hersenen. In het begin is samen zingen daarom best lastig. Maar je zult zien dat het steeds makkelijker gaat als je blijft oefenen.”**

‘Zijn jullie er klaar voor?’ fluistert Pip.

De vriendjes knikken nerveus.

Tante Perenboom en de Wijze Varen zitten in het publiek.

Ze zijn heel benieuwd naar het optreden.

‘Hier is... de Tovertuinband!’ kondigt de Wijze Varen aan.

De vriendjes tellen zachtjes af...

En dan beginnen ze te zingen.

De muziek danst door de Tovertuin!

De Wijze Varen klapt enthousiast met zijn bladeren.

Ook de Zingende Tulpjes en Tante Perenboom doen mee.

Zelfs Buurpoes komt om een hoekje kijken.

‘Buurpoes, wil jij je liedje ook laten horen?’ vraagt Pip, als het optreden van de band is afgelopen.

‘Uh...’ stamelt Buurpoes. ‘Neuh, dat hoeft niet hoor.’

Optreden is hartstikke spannend, zeker in je eentje!

‘Je mag ook met ons meedoen. Dit liedje is voor iedereen.’ Pip knipoogt.

Molletje zet al in: ‘Lalala!’

En al snel doet iedereen mee.

Ook Buurpoes.

Want samen zingen is het allerleukst!



## Samen zingen

'Buurpoes had veel plezier toen ze lekker aan het zingen was. Maar stiekem vond ze het nóg leuker toen ze samen met al haar vriendjes zong. Want als je samen zingt, maken je hersenen een soort knuffelgevoel aan,' zegt professor Erik.



'Een knuffelgevoel?' vraagt Woezel.  
'Ja, je zou elkaar eigenlijk wel een knuffel willen geven, zó fijn voelt het!' antwoordt professor Erik.  
'Ik vind samen zingen best wel moeilijk,' zegt Pip.  
'Dat klopt,' zegt professor Erik. 'Als je samen zingt, moet je goed naar elkaar luisteren.  
Dan kun je horen hoe je zelf klinkt en hoe de anderen klinken. En dan kun je samen de mooiste muziek maken.'  
'Je moet gewoon heel goed samenwerken,' begrijpt Woezel.

'Ja, maar niet alleen jij en je vriendjes moeten goed samenwerken om samen te zingen,' zegt professor Erik. 'De verschillende plekjes in je hersenen moeten ook heel goed samenwerken. Dat betekent dat er heel veel witte padjes worden gebruikt. En die padjes worden daardoor steeds sterker, net zoals je hersenbalk. Dat maakt samen zingen steeds makkelijker.'  
'Dus samen zingen is niet alleen heel leuk,' zegt Pip, 'maar ook hartstikke goed voor je hersenen!'

Wauw, dan heb ik  
vast supersterke  
hersenen!

