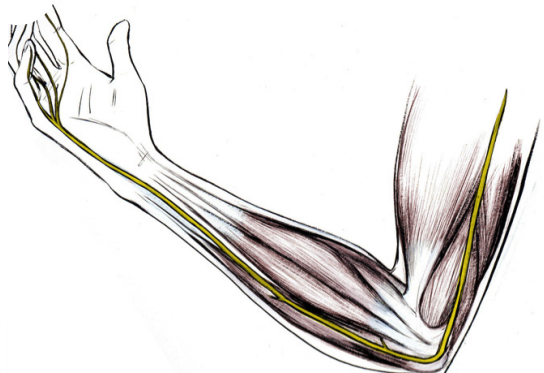


Bewegen met je brein!

Ons brein is complex, maar heel interessant. En het is heel belangrijk om goed te begrijpen hoe onze hersenen werken. Bijvoorbeeld om hersenaandoeningen te genezen of mensen met een verlamming te helpen om zich weer te kunnen bewegen. Want alle bewegingen die wij maken beginnen in onze hersenen: van het schoppen van een voetbal tot het maken van een boksbeweging.

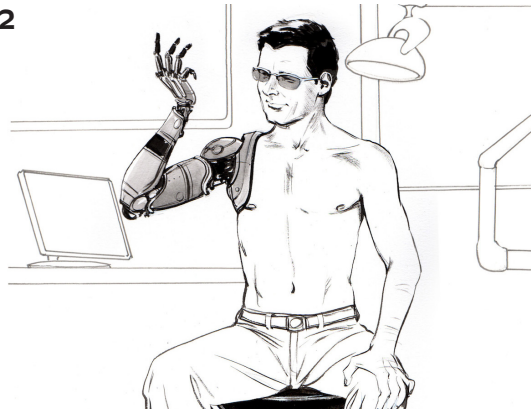
1



Stap 1: Denk aan bewegen

Als je een vuist wilt maken, denk je onbewust aan deze beweging. Je merkt hier helemaal niks van. Kleine kinderen of mensen die moeite hebben om te bewegen, moeten dit leren. Zij kunnen dus wel doorhebben dat ze dit doen.

2



Stap 2: Geef je spieren een opdracht

Doordat je aan de beweging denkt, geven je hersenen je spieren een opdracht. Bijvoorbeeld: Maak een vuist. Deze opdracht noemen we ook wel een 'frequentie'. Het is een soort energie, of elektriciteit die vanuit je hersenen naar je spieren gestuurd wordt. (Beeld: BackYard Brains)

3



Stap 3: Beweeg!

Je spieren herkennen deze frequentie en voeren de opdracht die ze krijgen uit. Je maakt een vuist.

(Beeld: ibailemon)

4



Stap 4: Beweeg iemand anders?

De frequentie die je naar je spieren stuurt, is niet uniek. Ieder mens en zelfs dier doet dit. Met een klein computertje en twee pleisters kun je hem 'aftappen' en naar de spieren van een ander sturen. En zo kun jij dus, met jouw hersenen, de hand van iemand anders bewegen! (Beeld: BackYard Brains)