

Waarom lezen de wereld kan redden

1 Omdat het je creativiteit vergroot

Lezen opent nieuwe werelden. Je komt op plaatsen en in tijden waar je nog nooit bent geweest of waar je misschien nooit zal kunnen komen. Hierdoor groeit je verbeeldingskracht. Dit maakt je vindingrijker en helpt je bijvoorbeeld met plannen smeden om de wereld te redden van klimaatverandering.

2 Omdat je concentratie verbetert

Een goede concentratie is een must als je voor wereldvrede wil strijden (of gewoon miljonair wil worden). Met alle prikkels die we tegenwoordig binnenkrijgen is dat alleen niet altijd even makkelijk. Maar uit een onderzoek van Stanford blijkt dat het lezen van teksten de optimale training is om je concentratie onwankelbaar te maken. Perfect voor als je van plan bent de wereld te redden van een totale ondergang.

3 Omdat het je empathischer maakt

Lezen is niet alleen goed voor je ontwikkeling, maar ook de relaties met de mensen om je heen kunnen er behoorlijk op vooruitgaan. Het blijkt namelijk dat onze hersenen vrijwel geen onderscheid maken tussen de ervaringen die wij zelf meemaken en de ervaringen waar we over lezen. Door je in te leven in personages waar je het niet direct mee eens bent, stel je je brein open voor nieuwe ideeën en zienswijzen; je ontwikkelt meer begrip voor de gedachten, verlangens en overtuigingen van anderen. Wereldvrede komt zo nóg dichterbij.

4 Omdat het een medicijn is tegen stress

Stress is tegenwoordig een veelvoorkomend probleem, ook onder jongeren. Maar volgens Dr. David Lewis, onderzoeker aan de Britse universiteit van Sussex, is hier een vrij simpele oplossing voor: zes minuten lezen per dag kan er namelijk al voor zorgen dat je hartslag daalt en je spierspanning vermindert. Dus nu kun je je stressvrij voorbereiden op het redden van mensenlevens.

5 Omdat het je woordenschat vergroot

Dit is misschien wel de meest voor de hand liggende reden: hoe meer je leest, hoe meer nieuwe woorden je leert kennen. Tijdens het lezen van teksten leer je vaak onbewust de betekenis van bepaalde woorden, omdat je ze in een bepaalde context leest. Dus door het lezen van zoveel mogelijk teksten, kun je binnen no time je woordenschat uitbreiden. Geen excuus meer om niet die handleiding 'Hoe red ik de wereld 101' te schrijven dus!

6 Omdat het een work-out is

Oké, je krijgt er misschien geen wasbord of afgetrainde billen van, maar lezen is wel degelijk een work-out; voor je hersenen! Studies hebben aangetoond dat veel lezen het brein jong houdt. Door je brein te blijven stimuleren verkleint je de kans dat je op latere leeftijd te maken krijgt met dementie.

7 Omdat je er gelukkiger van wordt

Uit onderzoek blijkt dat als je boeken leest, je daar een gelukkiger persoon van wordt. Tijdens het lezen word je namelijk zodanig meegesleept door het verhaal, dat dit invloed heeft op jouw eigen geluk. En een gelukkig mens heeft natuurlijk meer tijd om ieder stukje afval te recyclen!

9 Omdat het goed is voor de mens

Het lezen zorgt ervoor dat je beter geïnformeerd bent en daardoor kun je jezelf beter staande houden in de maatschappij.

10 Omdat het ontroert

Lezen doet iets met je. Of je nou al moet huilen bij de puppy's uit de Page-reclame of bekend staat als ijskoning(in); tijdens het lezen van een boek komen er allerlei verschillende gevoelens los. Of je nu houdt van spannende verhalen vol actie, horrorverhalen, poëzie, romans of thrillers: lezen laat je huiveren, lachen en huilen. Heel bruikbaar als je je voor een schoolproject van je zachtere kant moet laten zien.

8 Omdat lezers minder vooroordelen hebben

Het lezen van boeken vermindert de angst voor het onbekende. Verhalen vormen namelijk een veilige haven waarbinnen je indirect in contact kan komen met andere groepen. En hoe het tegengaan van vooroordelen de wereld kan redden, hoeven wij vast niet uit te leggen!

11 Omdat je er langer door leeft

En last but not least: geloof het of niet, maar door te lezen verhoog jij je kansen op een lang, lang leven. Volgens een onderzoek van de Yale University School of Public Health hebben volwassenen die meer dan 3,5 uur per week lezen 23 procent minder kans om te sterven in de twaalf jaren die volgen.



SEXTINGSPELREGELS

VOOR EEN SEKSUELE REVOLUTIE

Maak zo veel sexy naaktfoto's als je wilt, in allerlei poses, en in wat voor gezelschap of in welk decor dan ook, wees creatief (of gewoon sexy)! Schaam je niet: foto's en filmpjes maken is hartstikke normaal.

Stuur ze naar wie je wilt. Nou ja, natuurlijk alleen als de ontvanger daar toestemming voor geeft. Je kunt er voor de zekerheid bij zeggen dat je foto of filmpje alleen voor diegene bedoeld is, en voor niemand anders.

11:30

Als je een naaktfoto of -filmpje van iemand ontvangt, is het jouw verantwoordelijkheid deze voor jezelf te houden. Bewaar 'm op een veilige plek op je laptop of telefoon, in een map met een wachtwoord bijvoorbeeld. Je kunt er ook voor kiezen om de foto na het bekijken te verwijderen, dan weet je zeker dat-ie nooit per ongeluk bij iemand anders belandt.

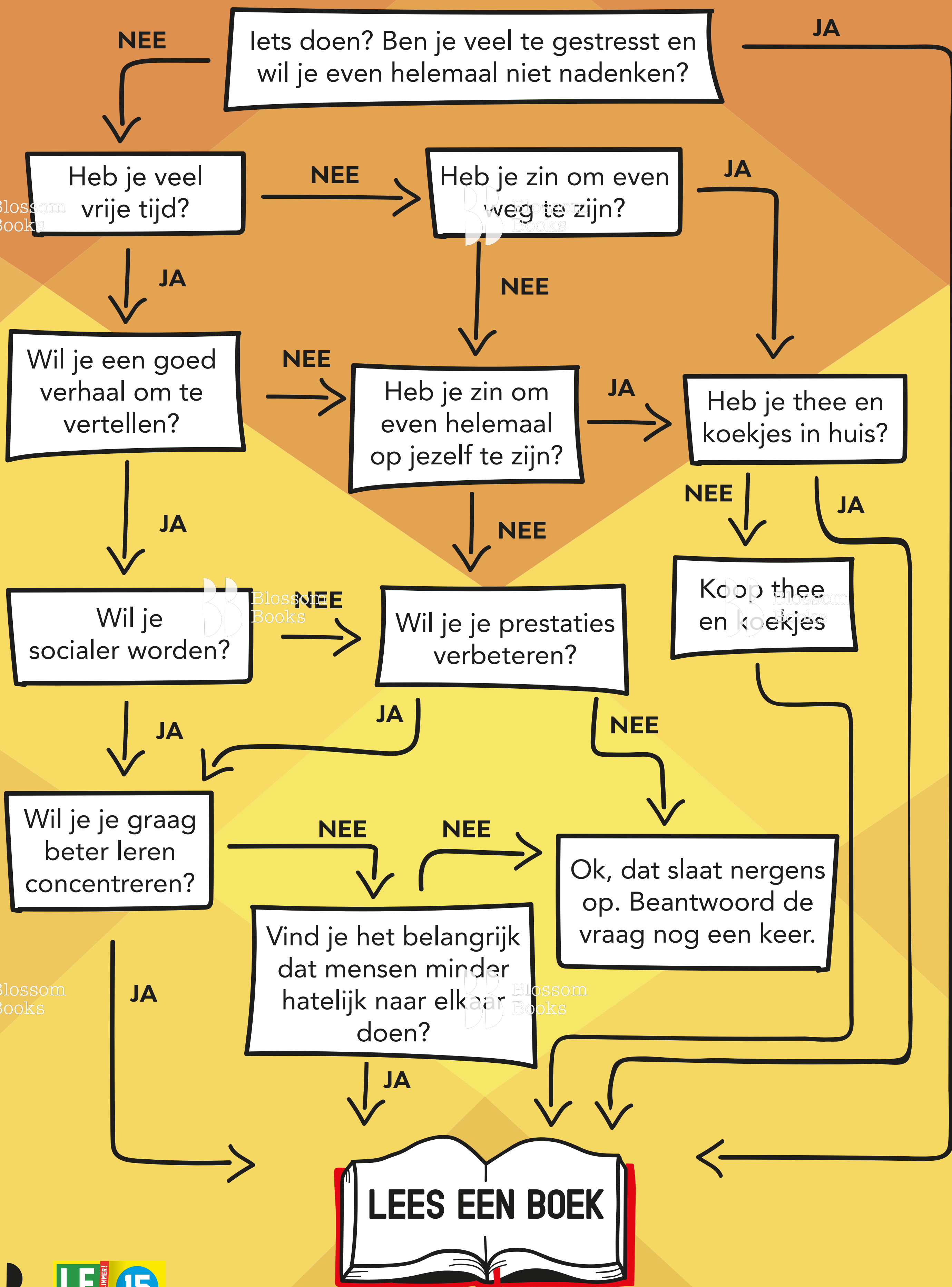
Als je (privé of in een appgroep) een naaktfoto of -filmpje ontvangt van iemand anders dan de persoon die erop staat, verwijder hem direct, spreek de afzender erop aan, leg die persoon uit hoe strafbaar en schadelijk het ongewenst verspreiden van andermans beeldmateriaal is, en vertel hem of haar dat-ie daarmee moet stoppen.

12:35

Geniet van sexting! Het is een fantastische hobby en een goede manier om jezelf, je verlangens en je seksualiteit (en die van een ander) te ontdekken.

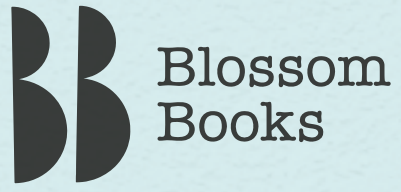
VERSTUREN

Wat zal ik gaan doen vandaag?



HOOFDZAKEN

Maakt neurodiversiteit en mentale gezondheid bespreekbaar aan de hand van persoonlijke verhalen.



Ruim
65.000
boeken in de
serie verkocht

Scan voor
meer info:



'WAT EEN OVERROMPELEND
PRACHTBOEK IS DIT.' -TROUW



€15,-



KOOP NU



WINNAAR WINNAAR
**BESTE
 BOEK VOOR
 JONGEREN
 2023**
 WINNAAR WINNAAR

Blossom
 Books

B Blossom
 Books

**“Prachtig geschreven met goed
 uitgewerkte personages en een plottwist
 die je niet ziet aankomen.”**

– JURYRAPPORT BESTE BOEK VAN JONGEREN

B Blossom
 Books



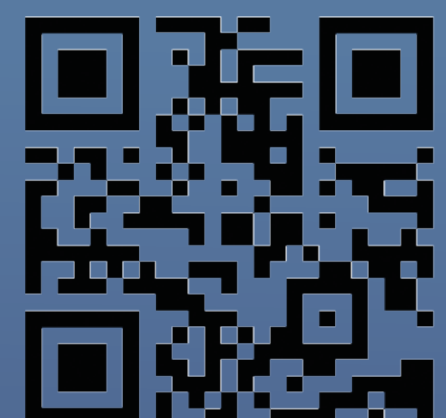
B Blossom
 Books

B Blossom
 Books

B Blossom
 Books

€ 15,99

LEES NU HET
 EERSTE HOOFDSTUK:



B Blossom
 Books

B Blossom

B Blossom