

Seite

- 8 Ein Kapitel übers **SCHLAFEN**
Das Gehirn schläft nie, braucht aber den Schlaf
- 18 Ein Kapitel übers **ESSEN**
Auch das Gehirn hamstert
- 28 Ein Kapitel übers **BEWEGEN**
Tu doch was!
- 36 Ein Kapitel über **GEFÜHLE**
Herzklopfen und Schmetterlinge im Bauch
- 50 Ein Kapitel über **KREATIVITÄT**
Das kleine Universum in uns drin
- 60 Ein Kapitel über **DICH**
Sei doch (nicht) so!
- 70 Ein Kapitel über **UNS**
Du bist nicht allein
- 78 Aufbau des Gehirns und **GLOSSAR**
Glossar der geliebten Wörter