Kedjan 1

Vad händer, och vad leder det till?

Text: Natten bygger minnet

Varför du minns mer efter sömn

Bräckligt

Det nya minnet är först bräckligt och glöms lätt.

eftersom

Natten

I djupsömnen arbetar troligen samma nervceller en gång till.

det gör att

Hållbart

Hjärnbarken tar över, och minnet kopplas till det du kan.

därför

Minns mer

Efter sömn minns man mer, och utan sömn sämre.

först

En lapp till:

Sju korta nätter gav sämre uppmärksamhet, två långa räckte inte.

© Niclas Fohlin · niclasfohlin.se/stodundervisning/faktatextsamtal-i-grupp