

# TWISTER QUIZ

De quiz die jullie gaan doen is geen gewone quiz. Tijdens de quiz spelen jullie namelijk tegelijk het spel twister. Elke vraag is gelinkt aan bijvoorbeeld je linker/rechter voet of je linker/rechter hand. Bij elke vraag is er een antwoord a of b, deze antwoorden zijn weer gelinkt aan een kleur. Dus bijvoorbeeld bij vraag 1 ga je voor antwoord a, dan ga je met je rechter voet op rood staan. Veel plezier!

# 1

**Je vriendje/vriendinnetje wil graag een spelletjes spelen op jouw mobiel of tablet, maar kent het wachtwoord niet.**

*Rechter voet op*



- a. Je geeft gewoon je wachtwoord
- b. Je geeft nooit je wachtwoord, maar logt zelf in

# TWISTER QUIZ

## 2

Een wachtwoord zorgt ervoor dat niemand op je mobiel/tablet kan als je die verliest of als je het eigenlijk niet wil. Een goed wachtwoord is:

### *Linker hand op*

-  a. Kort en makkelijk te onthouden.  
(Bijvoorbeeld 0000 voor je mobiel)
  
-  b. Lang of lastig

# TWISTER QUIZ

## 3

**Wat doe je als:**

**Je een filmpje krijgt doorgestuurd van een vriend,  
waar een klasgenootje op staat van zijn fiets valt en  
iedereen om moet lachen...**

*Rechter hand op*

- a. Dan verwijder ik dit filmpje en stuur het niet door omdat het voor mijn klasgenootje niet leuk is.
- b. Dan plaats ik het filmpje op social media

# TWISTER QUIZ

4

Heb jij weleens iemand geholpen die  
online gepest werd?

*Linker voet op*

a. Ja

b. Nee

*Antwoord: Op deze vraag is er geen goed of fout antwoord. Er zijn verschillende manieren van online pesten. Vaak bestaat het pesten uit het versturen mailtjes en whatsapp berichtjes met on aardige en kwetsende teksten. Het is lastig om door te hebben wanneer iemand online gepest wordt. Wanneer je dit wel weet kan je het beste helpen door de pester op te sporen en op alle manieren te blokkeren.*

# TWISTER QUIZ

5

**Je krijgt een whatsapp bericht van een onbekend persoon met daar in een link.  
Wat doe je?**

*Rechter hand op*

- a. Eerst klikken op de link om te kijken of het belangrijk is
- b. De persoon blokkeren en het bericht weggoien

# TWISTER QUIZ

6

Als iemand die ik niet ken, mij berichtjes stuurt vertel ik dat aan mijn ouders.

*Linker hand op*

a. Waar

b. Niet waar

*Antwoord: Wanneer je met iemand praat op whatsapp die je niet kent, dan weet je niet wie er echt achter de andere kant van de telefoon zit. Het is per gezin verschillend wat je wel en niet met je ouders bespreekt. Maar vergeet niet, als je je ouders niet verteld waar je mee zit of waar je mee bezig bent, dan kunnen ze je ook niet helpen.*

# TWISTER QUIZ

7

De telefoon gaat één keer over en stopt daarna.  
Wat doe je?

*Rechter voet op*

- a. Niks. Als het belangrijk is bellen ze nog wel een keer
- b. Even terugbellen. Misschien is het wel belangrijk

# TWISTER QUIZ

8

**Mijn foto's op Instagram/snapchat zijn  
voor iedereen zichtbaar.**

*Linker hand op*

- a. Nee natuurlijk niet. Dat is privé en alleen voor mijn vrienden
- b. Ja, waarom niet?



# TWISTER QUIZ

9

**Foto's of filmpjes die online worden geplaatst  
blijven voor altijd ergens staan.**

*Linker voet op*

- a. Waar
- b. Niet waar

# TWISTER QUIZ

10

**In vlogs op YouTube zit vaak stiekeme reclame verborgen.**

*Rechter voet op*

- a. Waar. Bijvoorbeeld hoe mooi de schoenen zijn van een bepaald merk
- b. Niet waar

Antwoord: Het juiste antwoord is 'waar'; Vloggers krijgen bijvoorbeeld merk-schoenen, wanneer zij deze in de vlogs dragen en in beeld brengen. Vloggers hebben veel volgers, waardoor veel mensen kennis maken met het merk en het ook graag willen hebben.

## 11

**Wat is het effect van het gebruik van een beeldscherm in de avond?**

*Rechter hand op*

- a. Hierdoor heb je een minder goede nachtrust
- b. Dit heeft geen effect

Antwoord: 58% van de mensen gebruiken in het laatste uur voordat ze gaan slapen een tablet, smartphone of computer. Ze doen dit meerdere keren per week of dagelijks. Het gebruik van deze apparaten kort voor het slapen is de oorzaak van mindere en slechter slapen. Licht regelt in belangrijke mate onze biologische klok. De meeste nieuwere apparaten hebben ledlampen en zenden meer blauw licht uit dan traditionele kunstlichtbronnen. Het slechtere slapen wordt mogelijk veroorzaakt door het blauwe licht van deze schermen. Ook is het zo dat mensen tijdens het gebruik van deze schermen meer alert zijn op dat moment en daardoor minder snel in slaap vallen.