



**HEITERES
GEDÄCHTNISTRAINING.**

Teil 3

Demenzvorsorge-Initiative von
MeinMed.at und MAS Alzheimerhilfe

LÖSUNG

1. Lösung: 9125 Tage
2. Wegen vermeintlicher Gürkchenallergie verweigerte er das Buffet kompromisslos. Ja
3. Lösung: 208 Wochen
4. Ihre stets aufs Neue hervorgekehrte Selbstverleugnung wirkte beklemmend.
5. Lösung: 1961
6. Das mysteriöse Geräusch hinter dem Bücherregal ließ ihren ohnehin schon strapazierten Nervenstrang beinahe reißen.
7. Lösung: 106 Jahre
8. Während des Spaziergangs durch die herbstlich verfärbte Allee erblickte ich plötzlich ein Eichhörnchen, das behände über das nasse Kopfsteinpflaster huschte.
9. Lösung: 2050
10. Aus Gründen der Zerknitterungsprophylaxe verweigerte er das Sitzen.

INFORMATION:

Kopfnuss-Aufgaben sind gut für die geistige Aktivierung, weil sie das Gehirn zum Nachdenken, Kombinieren und Problemlösen anregen. Sie fordern Konzentration, logisches Denken und fördern die geistige Flexibilität. Solche Aufgaben aktivieren verschiedene Hirnregionen gleichzeitig und halten das Denken wach und beweglich.