



© unsplash.com



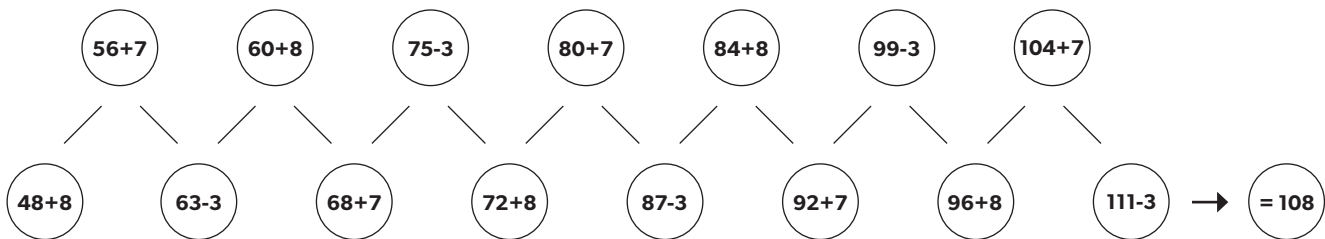
HEITERES
GEDÄCHTNISTRaining.

Teil 4

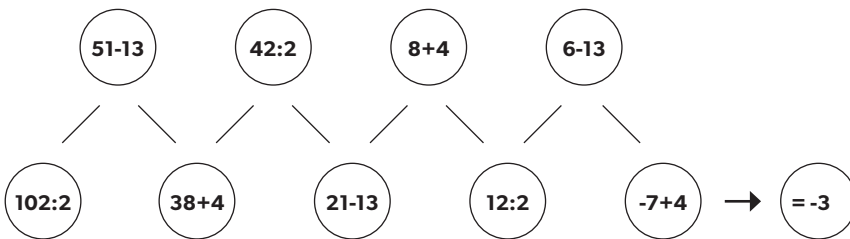
Demenzvorsorge-Initiative von
MeinMed.at und MAS Alzheimerhilfe

LÖSUNG

+8 / +7 / -3



:2 / -13 / +4



Bei dieser bekannten Übung werden vor allem die visuelle Wahrnehmung und das räumliche Vorstellungsvermögen trainiert. Wer sein Gehirn regelmäßig bewusst fordert, leistet einen wichtigen Beitrag für die eigene Gehirngesundheit.

