

Stärken Sie Ihr Gehirn

Im Alter steigt das Risiko, an (einer Form von) Demenz zu erkranken. Die MAS-Alzheimerhilfe hat 21 Übungen entwickelt, die unser Gehirn aktiv halten und so das Risiko der Erkrankung senken. Einige Beispiele stellen wir vor.

Alphabetisches Ordnen einmal anders gemacht



Diese Aufgabe ist eine Herausforderung an die Konzentration. Ordnen Sie diese Wörter alphabetisch, anhand des dritten Buchstabens im Wort und notieren Sie diese auf einem Blatt Papier (bei Birne wäre das das „r“.) Es wurden diese 20 Wörter ausgewählt.

Abend
 Apfel
 Bewässerung
 Buchhandlung
 Sturmo
 Anzug
 Dividenden
 Geschenke
 Kaufhaus
 Taxi
 Familien
 Vogel
 Fahrrad
 Erde
 bequem
 Cabrios
 Grashalm
 Bayern
 Katzen

Lösungen: Grashalm, Cabrios, Buchhandlung, Erde, lie, Sturmo, bequem, Geschenk, Katze, Kaufhaus, Dividenden, Bewässerung, Taxi, Bayern, Anzug