



HEITERES GEDÄCHTNISTRAINING.

Teil 2

Demenzvorsorge-Initiative von
MeinMed.at und MAS Alzheimerhilfe

LÖSUNG

BUCHSTABENBEISPIELE FÜR FORTGESCHRITTENE

1.

„Ein Lächeln ist die kürzeste Entfernung zwischen zwei Menschen.“ Victor Borge

„kEbiunALmäecdhleilonZiasatrdiiobkwüertzheisdtevenEnnjtefwedriniuonPglzxwcihsbcn hmeznUziwaeaik-
MlelndxcwHretn.“

kVRIsCstGolr bBloSrlGke

2.

„Nur wer erwachsen wird und Kind bleibt, ist ein Mensch.“ Erich Kästner

„vnJulREwzEzrZEurGWhabcMHmSMegnTwlllRidmuGntdDKwlYnxdBbglweliMBnTelWsrTTEziuNOmpE-
üNNSkcjh.“

RElrUiLCHh GKSäSsBTMnReRr

3.

„Das Glück ist das Einzige, was sich verdoppelt, wenn man es teilt.“ Albert Schweitzer

„AddaFSgGhljüKClköIPsoTUDzatsREElwnqzYlCgVEBwNamssoSKlbcjhHvgetrDEOdpcPVEblgTtwUENNtnrmEAl-
NoejsutGeNlnIVt.“

ZAvllbReErSt eSeCohIWÖeLimTFzoELR

4.

„Lächeln ist die Sprache, die jeder versteht.“ Unbekannt

„sLdÄfchjeklInZiustrdeioePSmpnrbafcrheEwdsixeCjjeödkezrevteGrbsftveBhvt.“

bUsnRBletKlasnTnOt

5.

„Man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar.“ Antoine de Saint-Exupéry

„vmnaDnesriteuhltonpUürlmkijthdGermeHcedrEzretnrgsuwtedwaesDWcexsqewneTrltizcuhieklmsnthfkülrödoi-
terAfudgsexncUvnfsrieCwhttzbuAir.“

eAcNWtgOmIUnre rdee GSwAmiNnvt - sElxwUlpZérriy

INFORMATION:

Bei dieser Übung werden Wörter in einer Weise vorgegeben, die für das Gehirn ungewohnt ist. Die zusätzlich eingefügten Buchstaben müssen aktiv vom Gehirn ausgeblendet werden, damit die Zitate zielgerichtet aus der Buchstabenschlange herausgefiltert werden können. Buchstabenschlangen gehören zu den beliebtesten Denksportaufgaben. Solch eine Gedächtnisübung ist eine unterhaltsame und effektive Methode, das Gedächtnis zu trainieren und die kognitive Flexibilität zu verbessern.