



**HEITERES
GEDÄCHTNISTRAINING.**

Teil 2

Demenzvorsorge-Initiative von
MeinMed.at und MAS Alzheimerhilfe

LÖSUNG

HEUTE SCHON ÜBER DIE ZUNGE GESTOLPERT?

INFORMATION:

„Blaukraut bleibt Blaukraut ...“ – bei solchen Zungenbrechern kann man schon mal ins Stolpern geraten. Erhöht man dann auch noch das Tempo, wird es richtig kompliziert. Regelmäßiges Zungenbrecher-Training steigert Aufmerksamkeit, Konzentration und Gedächtnisleistung. Gleichzeitig verbessern Sie Ihre Aussprache und erhöhen Ihr Sprechtempo. Diese Übungen sind ideal für die Förderung der Mundmotorik. Ihr Geist wird vielseitig gefordert und dadurch flexibler. Ein zusätzlicher Vorteil: Die Sätze sorgen für richtig gute Laune.

