



**HEITERES
GEDÄCHTNISTRAINING.**

Teil 2

Demenzvorsorge-Initiative von
MeinMed.at und MAS Alzheimerhilfe

LÖSUNG

ZAHLEN FÜR DEN GEIST

Bei Tagesanbruch ist die Natur am intensivsten und klarsten wahrzunehmen.

$$12 + 25 + 13 - 24 + 8 = 34$$

Der sanfte Tourismus schont die Umwelt und gibt dem Menschen Freiraum für kreative Erholung und Entspannung.

$$126 - 44 + 28 - 35 + 75 = 150$$

Im Nordstau der Alpen sind Niederschläge häufiger und intensiver als im Alpenvorland, im Eferdinger Becken und im Marchfeld.

$$26 \times 5 + 56 - 22 - 44 + 39 - 120 = 39$$

Fritz Meierlich und Erik Burgner sind begeisterte Wanderer, sie planen ihre Touren exakt, sind sorgfältig, verfügen über ein passendes Equipment und geben somit all jenen ein Beispiel, die die Berge erwandern möchten.

$$112 \times 3 + 125 - 28 + 44 - 220 + 14 - 88 + 112 = 295$$

INFORMATION:

Viele wenden sich bereits ab, wenn sie das Wort „rechnen“ nur hören. Und Kopfrechnen geht schon gar nicht. Heutzutage nutzen wir dazu unser Handy oder „Google“. Dabei ist Kopfrechnen die älteste und wirksamste Übung, um das Gehirn fit zu halten und das Gedächtnis zu stärken. Deshalb: Geben Sie Ihrem Kopf heute wieder die Chance, Ihr Gedächtnis auf Touren zu bringen. Versuchen Sie zusammenzurechnen: die Preise Ihrer eingekauften Waren oder die Kosten für die Schuhe in Ihrem Regal oder die monatlichen Ausgaben für Zeitungen,.... Seien Sie kreativ. Hier lassen sich viele Beispiele finden.