



Foto: contrastwerkstatt/stock.adobe.com

**4 Zum Glück gibt's Serotonin**  
Botenstoffe steuern unsere Emotionen

**12 Vorlesen für Demenzpatienten**  
Erinnerungen wecken



Foto: juiceteam2013/Fotolia

**18 Zu Hause fit werden**  
Übungsreihe

**22 Gewinnspiel**

**23 Gewöhnung vermeiden**  
Nasenspray



Foto: Mego-studio/stock.adobe.com

**32 Zucker – der süße Verführer**  
Gesunde Ernährung

**40 Wenn der Stress keine Pause macht**  
Richtig abschalten

**43 Das merke ich mir**  
Training fürs Kurzzeitgedächtnis

 Besuchen Sie uns auf Facebook unter:  
[www.facebook.com/SuDVerlag](https://www.facebook.com/SuDVerlag)

[www.kopf-fit.com](http://www.kopf-fit.com)

- 6 Warm-up**
  - 1) Der kleine Unterschied
  - 2) Vertauschte Vokale
  - 3) Kleine Rechenaufgaben
- 7 Ganz fix**
- 8 Besondere Tage**
- 9 Genau geschaut**  
Setzkasten
- 10 Sankt Martin**
- 11 Verfälschte Sprichwörter**  
Vorwärts und rückwärts
- 14 Windradrechnung**
- 15 Laterne, Laterne ...**
- 16 ABC-Übung**  
Einschub
- 17 Guter Tipp**  
Größer oder kleiner
- 20 Schneckenrätsel**  
Scherzrätsel  
Tier gesucht!
- 21 Würfel zählen**  
Reimwörter
- 25 Dazwischen gemogelt!**
- 26 Spezialitäten aus**  
Rheinland-Pfalz – verdreht!
- 28 Der kürzeste Weg?**  
Zusammenzählen
- 29 Berufe raten**  
Zahlenrätsel

- 30** Da fehlen mir die Worte!
- 31** Wie geht es weiter?  
Traumhaus? (Teil 1)  
Heinz Erhardt
- 34** Friedrich Hebbel:  
Der letzte Baum
- 35** Schieberätsel  
Traumhaus? (Teil 2)

## Denkspiele, Rätsel und Knoeleien für Kinder



- 36 Rechenschlange**  
Finde die zehn Fehler!
- 37 Ich geh mit meiner Laterne**  
Warum sind wir im Herbst  
hungriger?
- 38** Kleine Merkgeschichte (Teil 1)  
Würfelrechnen
- 39** Kein ... ohne ...
- 42** Kleine Merkgeschichte (Teil 2)
- 44** Sprichwörter mal anders!  
Versteckte Tiere!
- 45** Lösungen
- 46** Lösungen
- 47** Lösungen und Impressum

## Schon gehört?



Eine Mütze wärmt nicht nur Kopf und Ohren, sondern auch das Hörgerät. Die empfindliche Technik mag die Kälte da draußen nämlich gar nicht.

Jede Batterie verliert Leistung, wenn es kalt ist. Auch die eines Hörgerätes. Zur Sicherheit sollten Sie immer eine Ersatzbatterie dabei haben. Erhältlich in Ihrer Apotheke!

Vor dem Einsetzen ins Hörgerät sollten Sie die Batterie in Ihrer Hand oder Hosentasche kurz anwärmen.

Nass geworden? Legen Sie Ihr Audifon niemals auf die Heizung, sondern nur in eine spezielle Trockenstation. Dann besteht auch Ihr Hörapparat unbeschadet die kalte Jahreszeit.

**Batterien für Hörgeräte  
erhalten Sie in Ihrer Apotheke!**