



Hier findet ihr die Lösungen:



Rita Immisch

DWV-Gesundheitswanderführerin  
[www.gesundheitswandern-bremen.de](http://www.gesundheitswandern-bremen.de)  
[info@gesundheitswandern-bremen.de](mailto:info@gesundheitswandern-bremen.de)

Let's go  
 jeder Schritt hält fit



Mit freundlicher Unterstützung:  Die Sparkasse Bremen

# MENTALPFAD im Bremer Westen

*Ein Weg voller Ideen -  
 Entdecke die Kraft deines Denkens*



Der Mentalpfad bietet eine wunderbare Möglichkeit, das Gehirn an der frischen Luft mit Spaß zu aktivieren und zu trainieren. Bereits 10 Minuten Gehirntraining täglich verbessert die geistige Fitness spürbar. Bewegen wir uns dabei, kann die Merk- und Denkfähigkeit zusätzlich gesteigert werden.

Wir können viel dafür tun, unser Gehirn zu unterstützen:

- Behalte deine gesunde Neugier.
- Bleibe sozial aufgeschlossen.
- Denke positiv.
- Bewege dich und habe Freude daran.
- Genieße den Moment bewusst.
- Gebe deinem Gehirn von Zeit zu Zeit neue Aufgaben.

Hier ist Platz für Notizen 

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

1) Stein auf Stein  
Es sind \_\_\_\_ Würfel

2) Blumenwiese - Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

3) Zahlenband  
Die Summe 21 ergibt sich \_\_\_\_ - mal

4) Bremer Zeitreise - Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11		13	14	15	16
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	--	----	----	----	----

1) Wer bin ich? - Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

2) Zitat-Spur

---

---

3) Hände und Finger: Flink und geschmeidig ✓

4) ABC-Wanderung - Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

5) Würfelpfad  
Die Augenzahl \_\_\_\_ liegt oben

6) Gedanken-Schritte ✓

7) Pilzhandel im Zwergerland  
Zwerg 1 hat \_\_\_\_ Pilze, Zwerg 2 hat \_\_\_\_ Pilze

8) Fotostrecke - Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

9) Figuren drehen  
Figur \_\_\_\_ wurde fehlerfrei gedreht

10) Wozu unser Gehirn fähig ist ✓

