

Linksammlung

Kopf in Aktion - Kostenlose digitale Übungen und Spiele

- <https://richtigfitab50.dosb.de/gehirnsport/> - Beim Fitnessparcours fürs Gehirn des Deutschen Olympischen Sportbundes können Sie mit 10 unterschiedlichen Spielen und Übungen wie Buchstabensalat, Fingerakrobatik oder Zahlen-Dschungel Ihren Kopf mobilisieren.
- <https://bvgt.de/> - Auf der Seite des Bundesverbandes Gedächtnistraining e.V. finden Sie unter Markt der Möglichkeiten/Übungen verschiedene Aufgaben wie „Um die Ecke denken“, „Was gehört nicht dazu?“ oder „Quadrate zählen“.
- <https://www.brain-fit.com> - Hier finden Sie vielfältige Trainings-Angebote wie Basis-Übungen, Denk- und Bilderrätsel und Weiterbildungsmaterial wie Lerntechniken und -Tipps eines Trainers für Mentale Aktivierung (MAT).

Kostenfreie Angebote auf kommerziellen Seiten

- <https://www.ahano.de/gehirnjogging> - Eine große Vielzahl unterschiedlicher Übungen, Spiele und Rätsel können zum Trainieren genutzt werden.
- <https://www.senioren-ratgeber.de/Gehirnjogging> - Rechnen, Merkspiele, Wörter raten und weitere Aufgaben können gelöst werden.

Beispiele für kostenfreie Apps:

- Senior Games z.B. Trainiere dein Gehirn - Gedächtnisspiele (Android) - In dieser App finden Sie verschiedene Spiele, um Ihre Merkfähigkeit und Ihr Gedächtnis kurz- und langfristig zu testen.
- Smart - Puzzlespiel & Logik Spiele (Android) - Neben Gedächtnis-Übungen können Nutzer hier auch das kognitive Reaktionsvermögen trainieren und die Konzentration schärfen.
- Skillz - Logisches Denkspiel (Android) - Bietet eine große Auswahl an abwechslungsreichen Denk-, Merk- und Knobelspielen.
- Lumosity (Android und iOS) - Ein umfassendes Gehirntrainingsprogramm, das Ihr kritisches Denken, Gedächtnis und Ihre Problemlösefähigkeiten auf die Probe stellt.

Bitte beachten Sie, dass die meisten kostenlosen App-Versionen Werbung schalten und auch die Spieleanzahl begrenzen. In der Regel lässt sich dies mit der kostenpflichtigen Variante einer App abschalten.