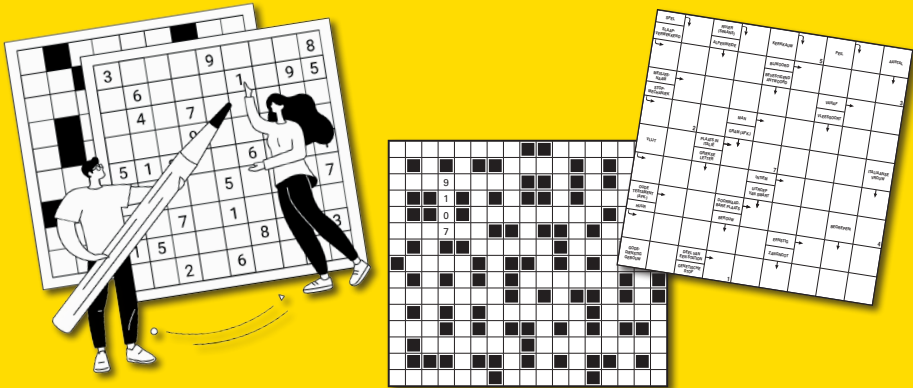


# PUZZELBOEKJE


*Om de hersenen te trainen en zo het risico op dementie te verkleinen*



*Volgens verschillende onderzoeken kun je het risico om dementie te ontwikkelen beperken door een gezonde levensstijl. Die voorkomt of vertraagt dementie voor maar liefst 40 procent!*

*Die gezonde levensstijl bestaat onder andere uit gezond eten (mediterraans dieet), voldoende bewegen, niet roken en matig drinken. Een ander facet is hersengymnastiek met behulp van leuke puzzels. Want je kunt je hersenen het best beschouwen als een spier en training zorgt er voor dat die spier in goede conditie blijft. Zo ben je beter beschermd tegen dementie.*

*In het kader van deze bescherming, ben ik verheugd om u dit puzzelboekje aan te kunnen bieden. Ik wens u een mooie zomer met veel puzzelplezier toe!*



Joost Martens  
Directeur Stichting Alzheimer Onderzoek



**Wilt u het onderzoek** naar Alzheimer en andere vormen van dementie ondersteunen? Gebruik de QR code hiernaast of maak direct een bedrag over op rekeningnummer **BE29 2300 0602 8164** en name van de Stichting Alzheimer Onderzoek.

**BELANGRIJK:** U vindt de oplossing van de puzzels in onze volgende nieuwsbrief die wij begin juli naar u opsturen.

# Binaire puzzel

Vul alleen nullen of enen in.

Niet meer dan twee nullen of enen naast of onder elkaar.  
Elke rij en elke kolom is uniek en bevat evenveel nullen als enen.



						1				1	1
	0			1						1	
1			0			0			0		
			0			0				1	
	1						1				
1		0						0		0	
							0			0	
0			0					0			
	1	1			0				1		0
							1			0	
					0				0		
1			1		1	0					

© De Puzzelaar

# Zweedse puzzel

SPEL		RIVIER (SPAANS)		KERKKAUW		PEIL		AANTAL
SLAAP- VERWEKKEND		ALPENWEIDE			5			
				BIJWOORD				
				BEVESTIGEND ANTWOORD				3
MEISJES- NAAM						VANAF		
STOP- MECHANIEK						VLEESSOORT		
			MAN					
	2		GRAM (AFK.)					
VLJUT		PLAATS IN ITALIË						ITALIAANSE VROUW
		GRIEKSE LETTER			7			
				INTIEM				
				UITROEP VAN SMART				
OUDE TESTAMENT (AFK.)			DOORWAAD- BARE PLAATS				BEGREPEN!	
HUUR			BEROUW					4
					ERNSTIG			
					ZANGNOOT			
GODS- DIENSTIG GEBOUW		DEEL VAN EEN STATION						
		GENETISCHE STOF	1					
				DUS				
				INTENSIVE CARE				
NIET VOOR					EUROPEAAN			
GROENTE						6		
			BRILSLANG					

© De Puzzelaar

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

Vul de puzzel in volgens de omschrijvingen.

METALEN SPIJL	↓	ELEKTRISCHE EENHEID	STIPPEL	↓	DEEL VAN PORTUGAL	↓	ZUID-KOREAANS AUTOMERK	ATMOSFEER (AFK.)
NIET TEGEN				3				
	→	↓	DANS	→			↓	↓
SCHEEPS-GROET	→				ZWART GESTEENTE	→		
LOOFBOOM					NOOT			4
	→		MARKTTENT	→				
BEZIT VAN EEN BOER		AARDSOORT	→				OPEN STROOK IN EEN BOS	WAPEN
		EVENTUEEL (AFK.)					↓	↓
1		↓	VRUCHTBARE PLAATS		VLAAMSE TV-ZENDER	→		
					JONGENS-NAAM			
GRIEKSE LETTER	VOGELHUIS	→	↓		↓			
	VLAK						2	
	↓			VOGEL-EIGENSCHAP		VERLAAGDE TOON	→	
						COMPUTER-BESTAND		
PIJN ACHTERAF		PANTOFFEL	→	↓		↓	LOFLIED	VISGEREI
		7	WELKE PERSOON				↓	↓
		↓			GELADEN ATOOM	→		
					BINNEN			
LUIAARD	→		BROEDER-SCHAP	→	↓			
			5					
WATER-DOORLATEND	→			LUIZENEI	→			
					6			

© De Puzzelaar

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

# Cijfercode

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26

~~A~~ B C D E F G H I ~~J~~ K L M N ~~O~~ P Q R ~~S~~ T U V W X I J Z

17	1	7		11	21	1	14	1	5	16		17	25	20
19		5	22	20	7		1		17	21	9	20		18
17	23	19	5	22		8	19	23		26	21	22	19	5
20	6	16	19		12	1	3	20	23		1	19	5	22
25	20		17	4	21	26		25	20	1	13		22	15
	20	25		5	8	5	25	12	20	6		20	17	
21	26	19	6	19	5		19		22	19	6	2	5	6
8		2		25		21	25	5		24		20		1
5	16	4	20	20	6		25		7	20	3	20	6	16
	1	16		6	19	2	5	22	19	20		16	5	
5	6		19	8	5	5		20	23	16	5		22	5
6	19	23	17		17	25	21	6	17		5	22	16	17
16	17	20	20	22		8	21	2		7	25	21	17	17
5		23	22	21	26		17		8	19	16	21		5
22	5	19		23	20	20	16	17	5	6		7	20	10

Elk cijfer staat voor een letter van het alfabet.  
 Gelijke cijfers zijn gelijke letters

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
		G					B	N				
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
										A		

~~A~~ ~~B~~ C D E F ~~G~~ H I J K L M ~~N~~ O P Q R S T U V W X I J Z

22	23	8	B	■	5	10	17	23	7	7	23	■	7	24	17
19	■	24	A	2	16	9	■	6	■	11	14	5	19	■	24
4	11	9	N	23	9	■	12	19	6	■	12	24	9	10	3
11	5	3	G	23	■	22	24	17	11	5	■	3	11	9	11
■	19	■	■	10	8	10	17	■	22	11	18	11	■	6	■
1	10	17	■	11	■	26	24	17	■	24	■	20	19	24	
23	7	7	24	15	24	■	23	■	6	5	11	19	7	17	
13	■	10	■	23	14	7	5	23	23	10	■	10	■	8	
16	25	6	19	9	7	■	7	■	6	24	11	22	22	24	
9	24	7	■	11	■	17	24	17	■	9	■	7	24	25	
■	8	■	2	5	11	7	■	7	19	7	19	■	25	■	
24	19	22	24	■	3	10	22	11	7	■	9	11	11	7	
6	22	24	10	1	■	22	23	25	■	22	10	8	10	11	
10	■	1	5	19	3	■	23	■	15	10	11	5	■	11	
9	11	11	■	23	23	7	21	23	11	1	■	23	23	25	

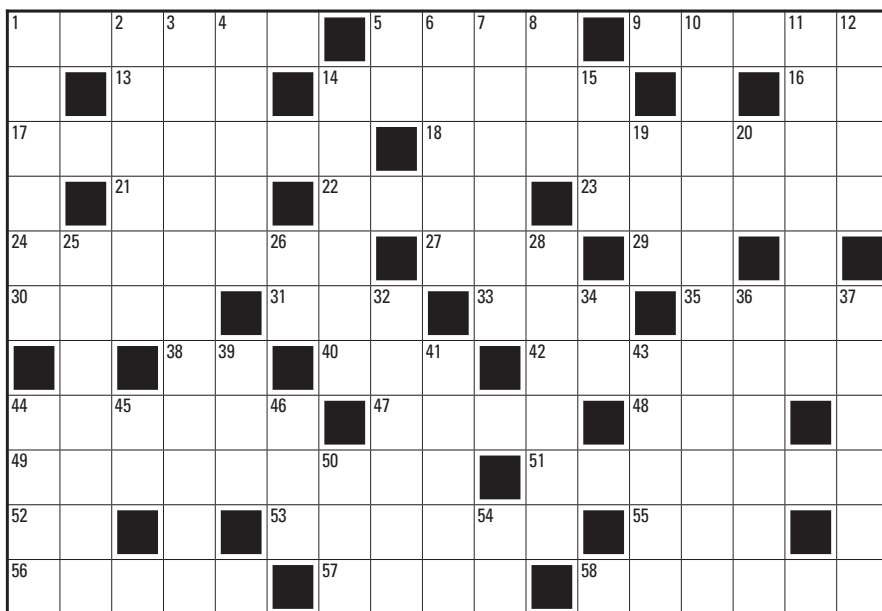
# Kruiswoord

## horizontaal

1 geleuter 5 natuur 9 boerderij 13 bezit van een boer 14 van kracht worden  
 16 muziknoot 17 scheel kijken 18 op grote afstand 21 landtong 22 scepter  
 23 zeer antiek 24 leerling aan een hogeschool 27 blauwwit metaal 29 individua-  
 liteit 30 deel van een trap 31 lage mannenstem 33 pose 35 strandwal 38 tegen-  
 woordig 40 Engels café 42 vlak maken 44 geestkracht 47 bereid dierenvol  
 48 Oost-Europeaan 49 bevolking 51 van dezelfde soort 52 dun 53 ongeboren  
 vrucht 55 meisjesnaam 56 een van de Romavolken 57 zich voeden 58 muziek-  
 genre.

## verticaal

1 begerig 2 brede laan met bomen 3 deel van een gebouw 4 zijrivier van de  
 Maas 5 meisjesnaam 6 kwartsgesteente 7 dun bindmateriaal 8 deel van de  
 week 10 bruingeel 11 genot 12 zwemvogel 14 het binnengaan 15 nieuw (voor-  
 voegsel) 19 steensoort 20 Japans bordspel 25 plaats in Libië 26 nota bene (afk.)  
 28 sterke ontkenning 32 onmiddellijk 34 République Française 36 ingevouwen  
 strook 37 computerterm 39 nachtroefvogel 41 geldstraf 43 licht breekbaar  
 44 koekvulling 45 internetprotocol (afk.) 46 weefsel 50 gesloten 54 United Nati-  
 ons.



© De Puzzelaar





# Woordzoeker

- AVENUE
- BOHEMIENS
- BUSLIJN
- CASINO
- EILAND
- FACADE
- FONTEIN
- FORT
- GALERIE
- GEVELS
- GIDS
- IONISCH
- KERKEN
- LIDO
- LOUVRE
- LUXE
- MARIKAPEL
- OEVERS
- ORLY
- PALEIZEN
- PANTHEON
- PARKEN
- PIJLERS
- RELIEF
- RIVIER
- SEINE
- STADspoort
- TAXI
- TERRAS
- TRAPPEN
- ZANGERS

A	S	R	E	L	I	J	P	P	Z	G	G	Y	E
V	T	M	A	R	I	A	K	A	P	E	L	D	
E	A	R	B	I	N	L	L	N	B	V	R	A	
N	D	L	A	T	I	E	H	G	O	E	O	C	
U	S	F	H	P	R	I	C	E	O	L	A	A	
E	P	E	O	I	P	Z	S	R	D	S	N	F	
T	O	N	E	N	H	E	I	S	I	D	E	K	
N	O	I	X	A	T	N	N	N	L	I	K	E	
S	R	E	V	E	O	E	O	I	J	L	G	R	R
T	T	S	D	N	A	L	I	E	L	V	A	K	
R	I	V	I	E	R	E	R	N	U	S	P	E	
O	S	N	E	I	M	E	H	O	B	E	U	N	
F	T	E	R	R	A	S	L	U	X	E	K	B	

© De Puzzelaar

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

## De overgebleven letters vormen de oplossing.

- BRUSH
- DOUBLE
- FIVES
- FLIGHT
- GAME
- GELUK
- HOGER
- INVLOED
- KEUZE
- KILLER
- KOKERTJE
- KRUISJE
- LOKALITEIT
- LOTING
- MISSEN
- ONEVEN
- OPTELLEN
- PARTIJ
- PLAATSEN
- PUNTLENGTE
- RONDE
- RUIMTE
- SCOREKANS
- SINGLE
- SOEPEL
- TABEL
- TOERNOOI
- TROFEE
- TYPE
- WERPARM
- WORP
- ZWART-WIT

R	S	C	O	R	E	K	A	N	S	E	S	N
G	S	O	E	P	E	L	M	I	S	S	E	N
E	S	H	R	D	O	U	B	L	E	V	V	P
L	L	O	K	R	U	I	S	J	E	T	I	U
U	W	G	P	A	R	T	I	J	N	H	N	F
K	R	E	N	T	K	U	O	G	V	U	I	T
M	O	R	T	I	E	T	I	L	A	K	O	L
R	N	K	L	W	S	L	O	M	B	L	O	E
A	D	L	E	T	F	E	L	R	T	T	N	N
P	E	T	B	R	D	A	U	E	I	E	R	G
R	P	L	A	A	T	S	E	N	N	A	E	T
E	P	Y	T	W	H	J	G	A	M	E	O	E
W	K	E	U	Z	E	E	E	F	O	R	T	T

© De Puzzelaar

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

# Sudoku

Makkelijk

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

Medium

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

Moeilijk

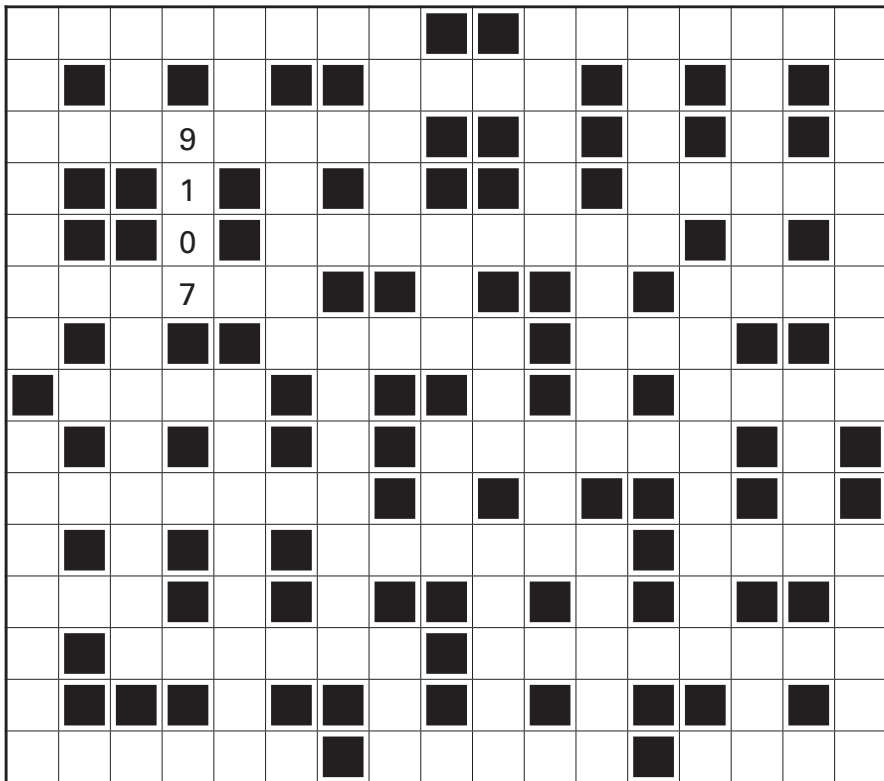
		5	7		2	4		
				1	3			6
							1	
		8						
2	6							
7	1		4				8	
9			3		8			
8		3	6	4			2	
					5			4

Zeer moeilijk

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

# Cijferlegpuzzel

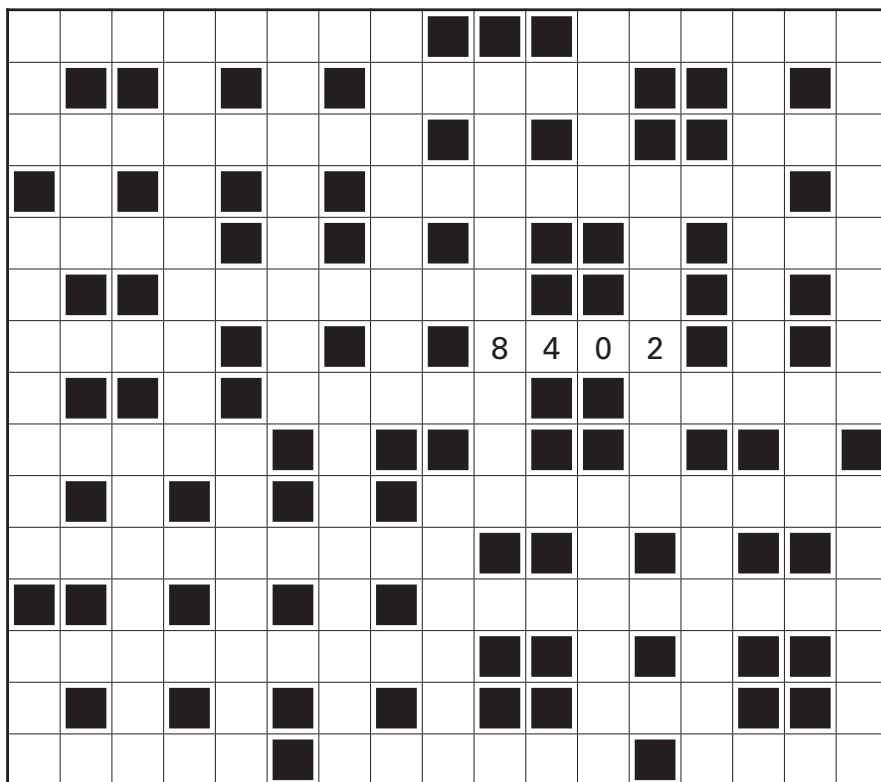
<b>3</b>	983	<del>9107</del>	54946	549343	<b>8</b>
198			72547	946814	40746144
202	<b>4</b>	<b>5</b>	77375		43675979
296	2290	13116	92119	<b>7</b>	43831861
548	3642	17388		2469879	64498271
562	3749	22447	<b>6</b>	3246519	67887343
644	6246	28219	229734	4961428	78644897
675	6623	30746	236533	7819292	83737218
747	7323	42886	284794	9525586	91866661
854	8204	50819	466226		



© De Puzzelaar

De getallen moeten op de juiste plaats in het diagram worden ingevuld. Eén getal is reeds gegeven.

<b>3</b>	<b>4</b>	75193	606575	<b>8</b>	<b>9</b>
147	3833	80824		10867528	377318523
430	4301	83814	<b>7</b>	14338118	539683872
720	6497		1002808	17182135	554323776
792	7062	<b>6</b>	1645158	49332164	753525169
813	<del>8402</del>	264097	3828144	61886658	881115127
848		294955	5812691	84733126	886673604
991	<b>5</b>	323006	7149745	89277182	
	14368	336154		91976156	



© De Puzzelaar



## **Samen stoppen wij Alzheimer**

In België zal één op de vijf mensen, en zelfs één op de drie vrouwen een vorm van dementie ontwikkelen. In 70% van de gevallen gaat het om de ziekte van Alzheimer. Er is echter nog steeds geen medicijn of behandeling die deze ziekte kan genezen.

Stichting Alzheimer Onderzoek is sinds 1995 erkend als stichting van openbaar nut en is gericht op het stimuleren van wetenschappelijk onderzoek naar de ziekte van Alzheimer en aanverwante hersenziekten.

De stichting heeft ook als missie om mensen te informeren en te sensibiliseren over neurodegeneratieve ziekten.