

Einsteins gåte

Jeremy Stangroom

Utfordringene i denne boka vil holde deg og hjernen din i topp form etter hvert som du løser dem. Her finner du både Einstein gåte og flere andre kjente og ukjente nøtter, paradokser og gåter – noe for enhver smak og i alle vanskelighetsgrader.

«En mann peker på et portrett, og sier: "Jeg har ingen brødre eller søstre, men den mannens far er min fars sønn." Hvem er avbildet?»

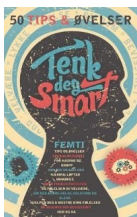


Rogaquiz

Ola Fintland og Tarald Aano

Hva heter sangen som gjorde Silje Vige fra Jørpeland kjent? Når skjedde Nokas-ranet? Hva er mellomnavnet til Ernst Baasland? Hvilket lag har slått Viking i cupfinalen to ganger? I hvilken kommune ligger Rogalands østligste punkt? Disse, og 795 andre spørsmål fra Rogaland, finner du i denne boka som er laget av Aftenblad-journalistene Ola Fintland og Tarald Aano.

Så nå er det bare å sette i gang: Test deg selv. Konkurrer med venner og familie. Eller les deg opp for å imponere kollegene dine med nyttig og unyttig kunnskap!



Tenk deg smart - 50 tips og øvelser

Hjernen er langt mer fleksibel og formbar enn man tidligere hadde forestilt seg, og den produserer nye nevroner etter hvert som vi eldes.

Alle som én har vi et ekstraordinært potensiale til å endre oss selv og det er aldri for sent (eller for tidlig) å trene opp hjernen din og prøve ut nye måter å se på verden på. Denne boken er en vitaminbombe til hjernen din. Den inneholder 50 øvelser og perspektiver som kan øke ditt velvære, hjelpe deg å mestre følelsene dine, utvikle konsentrasjonen, forbedre hukommelsen og oppmerksomheten, styrke forbindelsen mellom venstre og høyre hjernehalvdel og skjerpe tilstedeværelsen din.



Bedre hukommelse

Oddbjørn By

Ville det ikke vært fint å huske hele pensumboka eller navnet på alle du møter? Oddbjørn By satte verdensrekord i hukommelse i 2006 og kjenner de beste utøverne i verden. Han vet at det ikke finnes noen teknikker som gjør at du kan huske en hel bok. Du kan heller ikke huske absolutt alt - for alltid. Men som vist på Schrödingers Katt og Newton går an å bli mye flinkere til å huske, ved å lære Memo. Memo er en kombinasjon av de beste hukommelsesteknikkene fra antikken og teknikker Oddbjørn By har lært av konkurrenter i VM eller laget selv.

Utarbeidet av Sølvberget for bibliotekene i Rogaland. Få flere lesetips på ditt bibliotek eller solvberget.no/lesetips



Sølvberget

BIBLIOTEK OG KULTURHUS

Hjernetrim

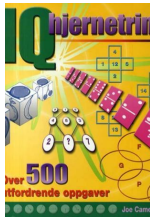


Få bedre hukommelse, finn ut hvor god IQ du har eller test quizferdighetene dine.



Sølvberget

BIBLIOTEK OG KULTURHUS

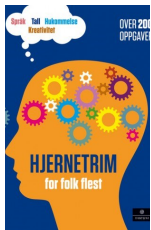


IQ-hjernetrim Joe Cameron

Sett dine mentale krefter på prøve i en rekke fascinerende og utfordrende oppgaver.

IQ-hjernetrim inneholder over 500 utfordrende oppgaver. Boka er delt i tyve nivåer med økende vanskelighetsgrad, og hvert kapittel inneholder ulike spørsmålstyper for å pirre og stimulere dine små grå celler.

Trim IQ-en din, hvis du tør! Kanskje er det Mensa neste?



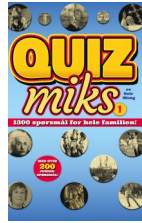
Hjernetrim for folk flest James Harrison

Vil du at hjernen din skal fungerer bedre?

Hjernetrim for folk flest inneholder over 200 spennende og varierte oppgaver som er laget for å få deg til å utnytte hjernens kapasitet maksimalt. Oppgavene vil hjelpe deg med å bedre dine språklige ferdigheter, forbedre tallforståelsen og hukommelsen, skjerpe konsentrasjonen og tenke mer kreativt.

Du får også nyttig informasjon om hvordan hjernen fungerer, og om mat, trening og andre stimuli som påvirker hjernens kapasitet. I tillegg lærer du effektive teknikker som du vil ha god nytte av i hverdagen.

Forbedre din mentale kapasitet og øk livsgleden!



Quizmiks Geir Mong

Nordmenn elsker quiz, enten det er på puben, i selskaper, på hytta eller hjemme. Her får dere 1300 spørsmål for hele familien, inkludert 200 juniorspørsmål, ordnet i passe lange quizer. Hvem i familien eller vennekretsen vet mest om pop, sport, politikk, film, TV, natur og vitenskap eller geografi?

Vanskelighetsgraden varierer, men de fleste vil kunne svare på mange av utfordringene. Den hendige boka er lett å få med seg på tur!



Lær å huske Dominic o'Brien

Lær å huske bygger på de usedvanlige evnene til Dominic O'Brien, sju ganger verdensmester i hukommelse.

Han presenterer et unikt repertoar av velprøvde og effektive metoder å forbedre hukommelsen på, i tillegg til en mengde teknikker som kan brukes til ulike praktiske formål, fra å memorere en tale eller en handleliste til å huske navn og ansikter.

Mestrer du kunsten å lagre, bevare og gjenkalle informasjon, vil du få et enklere liv.



Enigma : nøtter, gåter og annen hjernetrim Fabrice Mazza

I denne praktfulle boken finner du 222 utfordrende mysterier, nøtter og gåter. Her er det noe å bryne seg på for alle og enhver. Oppgavene er i alle vanskelighetsgrader, fra lett til hjerterå. Det er bare å skjerpe de små grå og sette i gang. Du kan bryne deg på bokstaver, ord eller tall, så vel som logiske rekker og andre klassiske hjerneøvelser. Boken er en skattkiste av underholdning og utfordring, med flotte illustrasjoner. Noen fyrstikker, papir og blyant er alt du trenger. Et viskelær kan sikkert også komme godt med. Til alle oppgavene finner du løsninger med grundig forklaring.



Lær italiensk Oddbjørn By

Tingen med mange språkkurs og bøker er at det er titusener av gloser. Det blir for mye, og vi får ingen hjelp til hvordan vi skal huske. I denne boka lærer du effektive teknikker for å huske de tusen mest brukte ordene på italiensk. Du kommer veldig langt med tusen ord.

Forfatter Oddbjørn By har skrevet Memo-bøkene. Han er også kjent fra Schrödingers katt, Puls, Newton og andre tv-programmer. Å lære språk kan føles som en hukommelseskonkurranse. Oddbjørn er huskemester, og har hentet mye inspirasjon fra VM i hukommelse. Hvis læring av språk hadde vært en øvelse i VM, ville ingen pugget gloser på tradisjonell måte. Folk ville brukt en teknikk, og i denne boka kan du lære teknikken som Oddbjørn bruker. Slik at du kan vinne hukommelseskonkurransen om å lære italiensk, på kort tid.