

# Avant-propos

Cet ouvrage **100 % neurones** a été conçu pour **muscler votre logique verbale en 30 jours**.

Il vous propose un véritable **programme d'entraînement cérébral** complet, composé **de plus de 800 jeux variés** et **de difficulté croissante** : de l'exercice abordable de logique verbale au défi laborieux (devinette, énigme visuelle, série, charade).

Même si **le cerveau n'est pas un muscle, il faut stimuler vos facultés cérébrales et cognitives** en leur présentant diverses activités ludiques et constamment renouvelées : séries, anagrammes, analogies, lettres manquantes, intrus, palindromes, anaphrases, homonymes, synonymes, master-mots, domi-mots, esca-mots, mots en épis, mots en croix, mots allographes, pléonasmes, codages et bien d'autres...

Outre la détente acquise et le plaisir de dompter la difficulté des problèmes offerts, **vous dynamiserez vos aptitudes intellectuelles**.

Vous pouvez utiliser ce livre comme **un cahier de jeux** (un ou deux tests selon votre envie) ou plus sérieusement comme **un véritable coach** (25 à 30 minutes de pratique quotidienne).

Au départ, votre cerveau vous semblera peut-être un peu ralenti.

Mais au fil des jours, **les entraînements étant de difficulté graduelle**, vous constaterez une **progression dans la rapidité et la résolution des jeux**.

Si un test vous semble trop déroutant, étudiez la correction : vous y reviendrez plus tard.

Familiarisez-vous avec les mécanismes intellectuels mis en œuvre.

Chacun des 30 jours vous propose 3 à 4 tests d'entraînement cérébral ainsi que plusieurs défis aiguisés.

**Voici les niveaux des tests proposés :**

<b>Jours</b>	<b>Difficulté</b>	<b>Niveau</b>
1 à 4	*	Angélique
5 à 12	**	Accessible
13 à 20	***	Confirmé
21 à 28	****	Acharné
29 et 30	*****	Diabolique

Un programme de 30 jours **100 % neurones** pour **muscler votre logique verbale**.

Ludique et bien construit, vous ne le lâcherez plus.

Bonne lecture.

**1<sup>re</sup> partie**  
**Jours 1 à 30**



## Test 2 : Séries alphabétiques

**Règle** : les séries alphabétiques consistent en une succession de lettres disposées selon une certaine loi. Pour chaque série, vous devez découvrir cette loi afin de compléter la série : une, deux ou trois lettres sont à trouver.

**Exemple** : A D G J M ?

**Explication** : d'une lettre à l'autre, vous augmentez de trois rangs.

**Réponse** : ? = P.

**À vous** : complétez les séries suivantes.

**10 minutes**

1. E H K N ? T W
2. B C E H L ?
3. ? W U S Q O
4. G KL H MN I ?? J QR
5. ZBA YDC ??? WHG VJI
6. EAFBG ECFDG ????? EGFHG
7. E C F D G ? H F
8. AB D FG I KL ? PQ
9. AZ BY ?? DW EV FU GT
10. BA DC FE HG ?? LK NM PO
11. L M M J ? S D
12. J F M ? M J J A S

### *Test 3 : Retrouvez l'étymologie*

**Règle** : vous devez retrouver la langue d'origine d'un point de vue étymologique de chacun de ces mots.

**À vous :**

**8 minutes**

abeille	1	•	• A	allemand
anorak	2	•	• B	anglais
autodafé	3	•	• C	arabe
bijou	4	•	• D	aztèque
boulevard	5	•	• E	breton
bretelle	6	•	• F	bulgare
brigade	7	•	• G	chinois
chérubin	8	•	• H	écossais
cigare	9	•	• I	espagnol
crocus	10	•	• J	grec
échec	11	•	• K	hébreux
karaoke	12	•	• L	hindi
mah-jong	13	•	• M	inuit
mammoth	14	•	• N	italien
pyjama	15	•	• O	japonais
redingote	16	•	• P	latin
robot	17	•	• Q	néerlandais
scrupule	18	•	• R	occitan
slogan	19	•	• S	persan
tomate	20	•	• T	portugais
toubib	21	•	• U	russe
yaourt	22	•	• V	tchèque

### *Test 4 : Métagramme*

Un métagramme est un mot obtenu par changement d'une lettre.

Règle : pour chacun des mots, changez une seule lettre afin d'obtenir un nouveau mot.

Exemple : LIVRE ➤ LIBRE ou LITRE.

À vous :

6 minutes

MOT INITIAL	➤	NOUVEAU MOT	MOT INITIAL	➤	NOUVEAU MOT
FEU	➤		PAON	➤	
ROUE	➤		MOULE	➤	
CANOË	➤		CALOT	➤	
VALISE	➤		TROUPE	➤	
POIGNE	➤		MOULURE	➤	
PELUCHE	➤		CIGOGNE	➤	

### *Expression correcte*

Utilise-t-on l'expression « s'entraider mutuellement » ?

### *Devinette*

Avec les lettres de mon nom, on peut écrire celui de ma maison.  
Qui suis-je ?

### *Énigme visuelle*

En tenant compte de la taille de ces lettres, de leur forme, de leur emplacement et de leur graphisme, trouvez une expression :

**R i e n**