



BOOSTEZ VOTRE QI

160 énigmes et exercices pour
entraîner votre esprit

BOOSTEZ VOTRE QI

160 énigmes et exercices pour
entraîner votre esprit

À propos d'énigmes, n'oubliez pas les autres offres de notre catalogue !

Expert – Les énigmes de Turing :

*Jeux d'intelligence ; Calculs en chaîne ;
Énigmes mathématiques ; Défis cérébraux ; Sudoku ; Super Sudoku.*

Les énigmes de Bletchley Park :

*Nombres & Mathématiques ; Test de QI ; Énigmes logiques et mathématiques ;
Boostez votre cerveau ; Sudoku ; Casse-têtes à résoudre en 1 minute.*

Dans la même collection :

*Brain Power ; Memory Power ; Brain Training ;
Pierre feuille ciseaux ; Number Games.*

Titre original : *Boost your IQ*
Copyright : 2019 © Arcturus Holdings Limited
All puzzles by Any Puzzle Media Ltd

Traduction de l'anglais : Nathalie Miglierina

Impression : Print on Web – Isola del Liri (FR), Italie

Publié pour Gremese par les Éditions de Grenelle s.a.s.
Propriété intellectuelle réservée
2025 © Éditions de Grenelle s.a.s. – Paris

*Tous droits réservés. Aucune partie de ce livre ne peut être reproduite,
enregistrée ou transmise, de quelque façon que ce soit et par quelque moyen
que ce soit, sans le consentement préalable de l'Éditeur.*

ISBN : 978-2-36677-412-2

Dépôt légal : août 2025
(Imprimé en Italie)

Sommaire

Introduction 5

Jeux d'esprit :

★ Niveau 1 6

★ ★ Niveau 2 38

★ ★ ★ Niveau 3 70

★ ★ ★ ★ Niveau 4 102

★ ★ ★ ★ ★ Niveau 5 134

🔑 Solutions 166

Introduction

Les jeux d'esprit offrent un excellent entraînement pour notre cerveau qui a besoin de s'exercer régulièrement pour rester en pleine forme, tout comme notre corps. Le niveau de notre intelligence peut être amélioré avec de l'exercice mais peut également stagner s'il est négligé, et une stimulation régulière sous forme de jeux constitue une façon amusante de le stimuler.

Ce volume contient 160 jeux très variés, certains que vous connaissez peut-être, et d'autres qui sont probablement nouveaux pour vous, mais tous offrent des façons drôles et passionnantes de défier votre intelligence et d'affûter votre QI. Vous y trouverez notamment ceux dans lesquels on doit placer des objets, comme le placement de dominos, en passant par des questions de mathématiques et des énigmes de logique et de perception.

Ces jeux ne nécessitent aucune connaissance spécifique, à part une compréhension de base des mathématiques. Vous aurez cependant besoin de votre sens de la logique, et d'une certaine volonté pour vous concentrer et persévérer ! Les jeux sont classés en cinq niveaux de difficulté. Si vous êtes débutant, ou si vous avez simplement besoin d'un échauffement, commencez par le niveau 1 et voyez vos compétences s'améliorer au fur et à mesure que vous progresserez dans le livre. Ou, si vous vous sentez plus courageux, vous pouvez commencer à un niveau supérieur. Quoi qu'il en soit, vous constaterez au fur et à mesure que vous progressez dans les niveaux que votre esprit s'accoutume à la pensée logique, et donc ce qui aurait pu sembler incroyablement difficile lorsque vous vous êtes lancé devient plus accessible. Imaginez à quel point c'est satisfaisant !

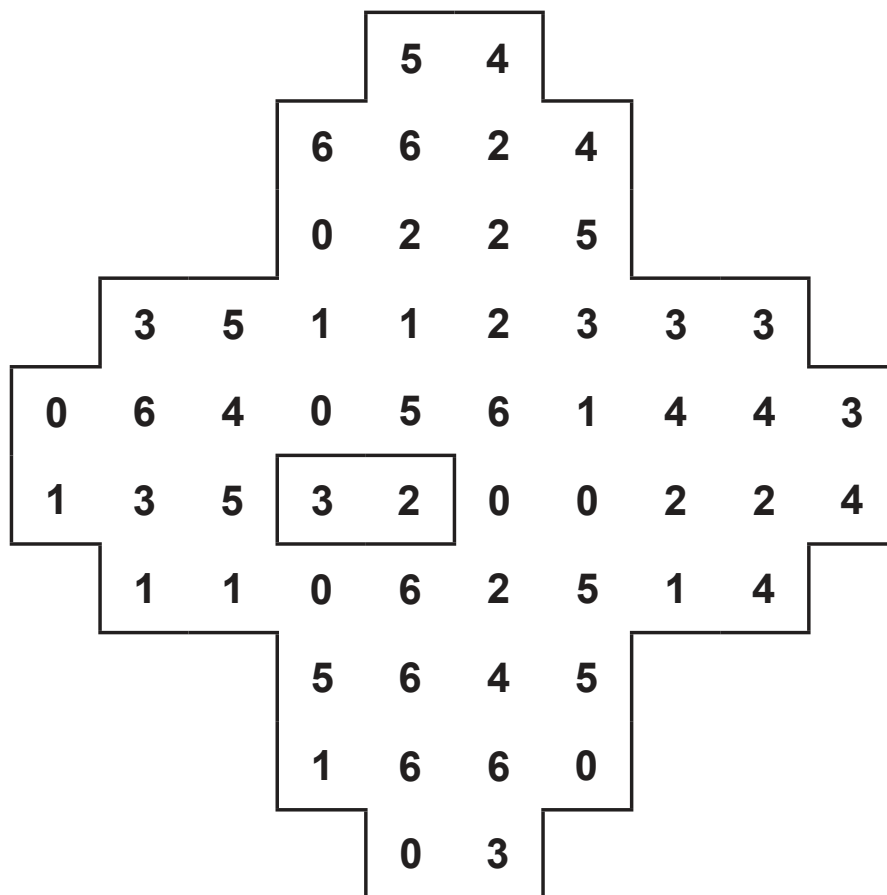
Les solutions de tous les jeux se trouvent à la fin du livre au cas où vous auriez besoin d'un coup de main. Maintenant, installez-vous et profitez de nombreuses heures de plaisir cérébral !



Domino

Un jeu classique de 28 dominos a été disposé de la manière suivante. Pouvez-vous délimiter les contours de chaque domino ?

Une pièce est déjà placée pour vous aider à trouver quels dominos ont été utilisés.



0-0	0-1	0-2	0-3	0-4	0-5	0-6	1-1	1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	2-2

2-3	2-4	2-5	2-6	3-3	3-4	3-5	3-6	4-4	4-5	4-6	5-5	5-6	6-6
✓													



Hidato

En commençant par 1 et en terminant par 36, déplacez-vous d'une case à l'autre, soit horizontalement, soit verticalement, ou en diagonale, en plaçant des nombres consécutifs dans les cases vides au fur et à mesure que vous avancez.

	13	14	11	5	
17				10	3
18		7			2
20		24	23	1	35
	25			34	36
26		29	30		



Somme totale

Remplissez chaque case vide de façon à ce que chaque ligne contienne 10 chiffres différents de 0 à 9. Dans les colonnes, les chiffres peuvent être répétés mais chaque fois qu'une case en touche une autre, que ce soit horizontalement, verticalement ou en diagonale, les chiffres doivent être différents. Certains sont déjà en place.

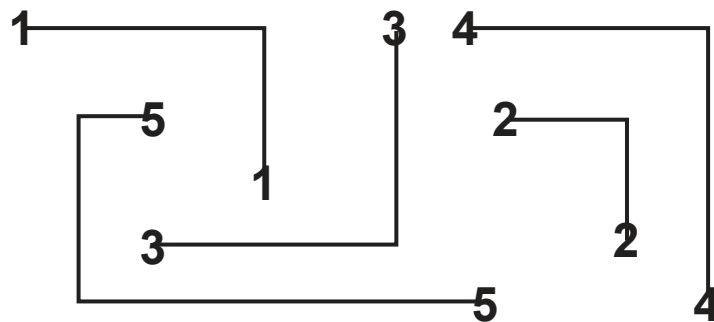
		7		0	6	2	5	9	3
	8			5		4	0	7	
6	7		9		2	1		8	
3	8					7			9
		3	7		6		4		8
16	33	17	31	9	28	16	20	31	24



Chiffres liés

En vous déplaçant d'une case à l'autre, horizontalement ou verticalement (jamais en diagonale), tracez de simples lignes pour associer chaque série de mêmes chiffres.

Aucune ligne ne peut en croiser une autre, aucune ne peut traverser une case contenant un chiffre, et chaque case ne doit être traversée qu'une seule fois.

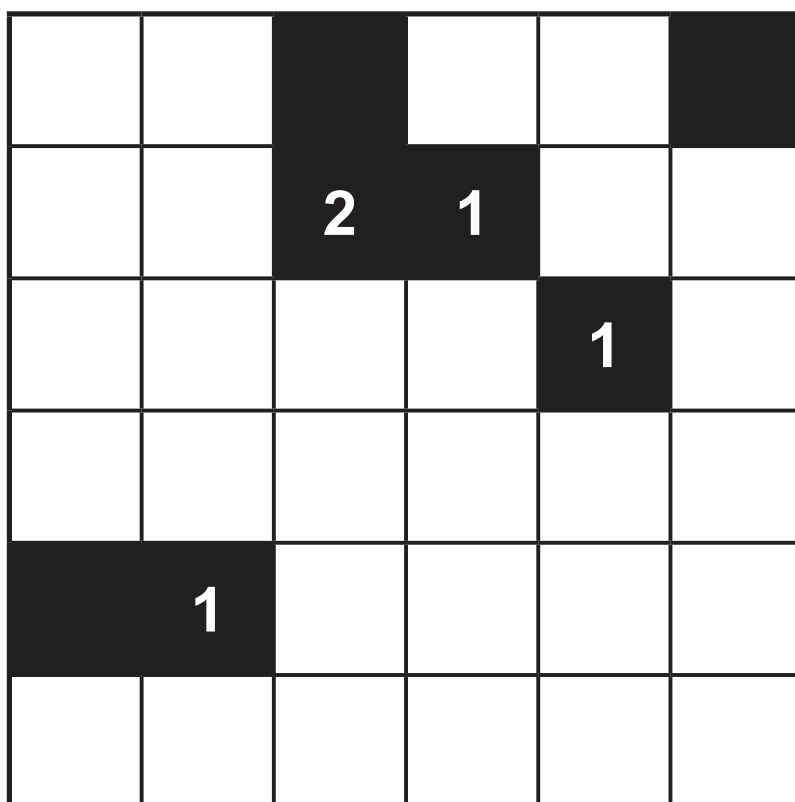


							11
10	2		8	3	4	8	
2			3				
6				10	9	4	
7		5					
				1			7
	6	5		9	1	11	



Allumez la lumière

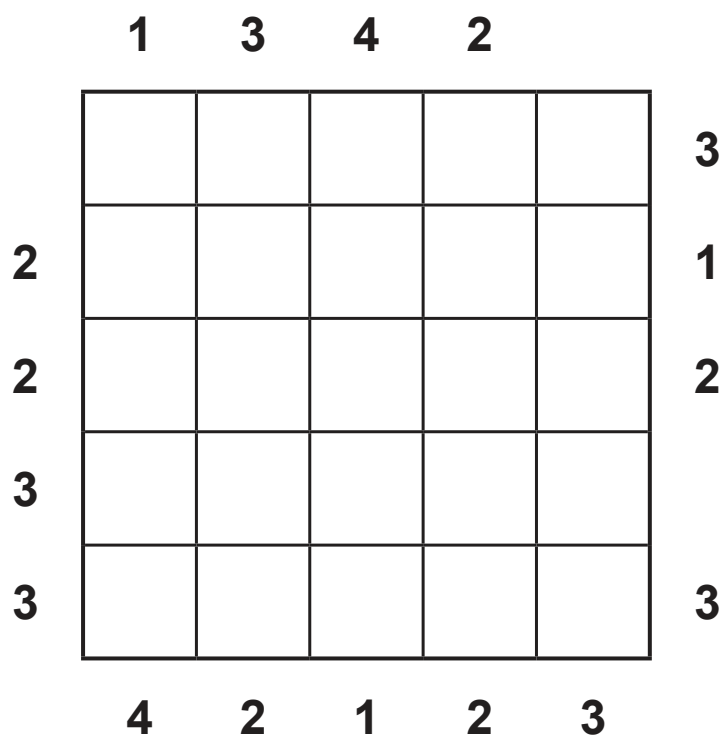
Placez des cercles (représentant des ampoules) dans certaines cases vides, de manière à ce que chaque ampoule n'en éclaire pas une autre, et ce jusqu'à ce que chaque case de la grille soit éclairée. Une ampoule diffuse des rayons de lumières horizontalement et verticalement, éclairant la totalité de sa ligne et de sa colonne sauf si sa lumière est bloquée par une case noire. Certaines cases noires contiennent des chiffres qui indiquent le nombre d'ampoules dans les cases adjacentes, que ce soit juste au-dessus, au-dessous, à droite, ou à gauche. Les ampoules placées en diagonale, adjacentes à une case numérotée ne sont pas comptabilisées. Une case noire non numérotée peut avoir n'importe quel nombre d'ampoules qui lui sont adjacentes, voire aucune, et toutes les ampoules ne sont pas nécessairement situées à proximité des cases noires.





Le jeu du gratte-ciel

Placez les chiffres de 1 à 5 dans chaque ligne et chaque colonne, un chiffre par case. Chaque chiffre représente un gratte-ciel avec un nombre d'étages de 1 à 5. Positionnez les gratte-ciels de façon à ce que le chiffre donné à l'extérieur de la grille indique le nombre d'immeubles visibles de ce point de vue, en prenant en compte uniquement la ligne ou la colonne de ce chiffre. Un gratte-ciel avec un plus petit nombre d'étages ne peut pas cacher un immeuble plus grand, mais un gratte-ciel avec un nombre d'étages supérieur cache toujours tout immeuble situé derrière celui-ci.

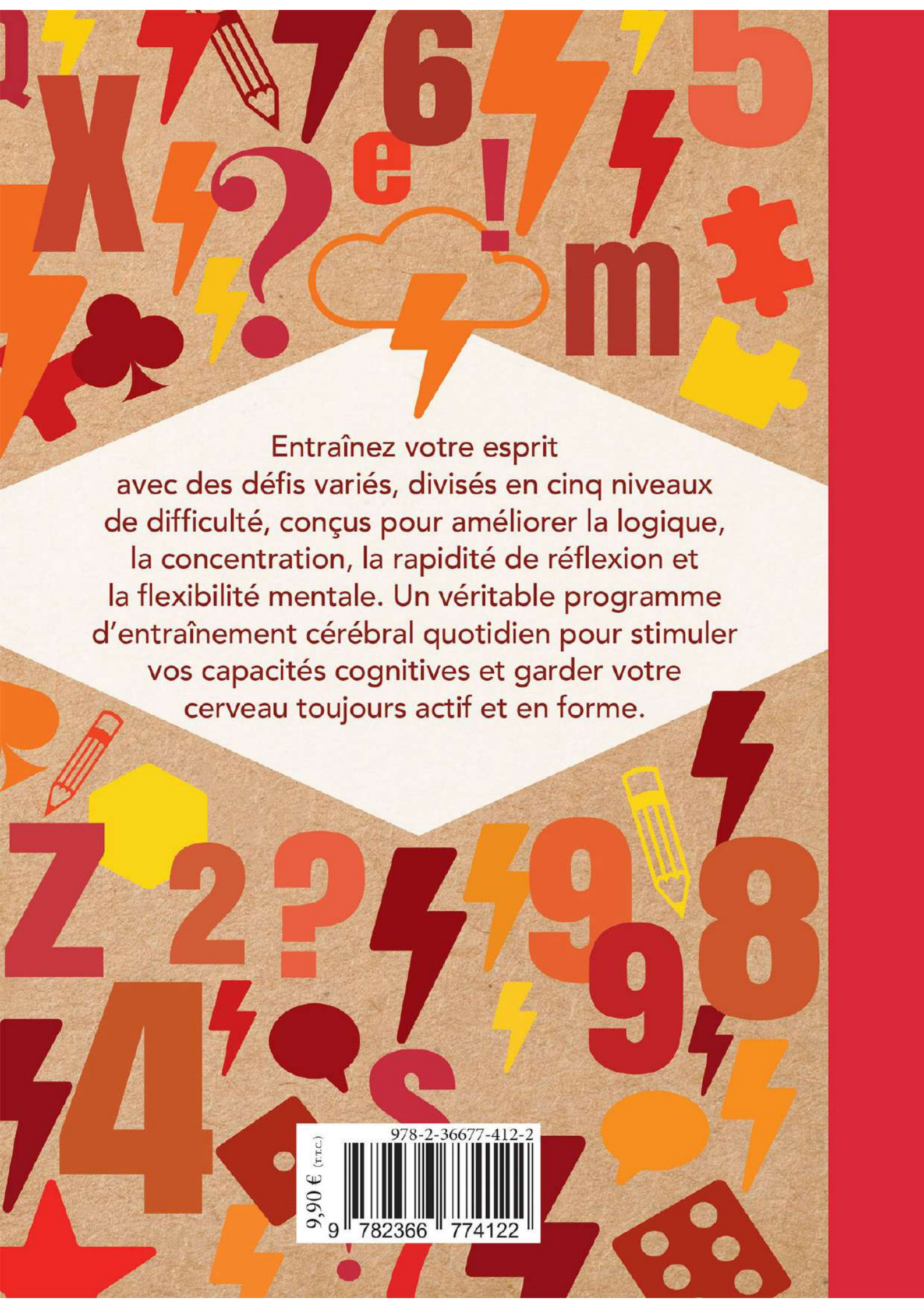




Briques

Chaque case doit être remplie d'un chiffre de 1 à 6.
Aucun chiffre ne peut apparaître deux fois dans une ligne
ou une colonne. Chaque brique composée de deux cases
contient à la fois un nombre impair et un nombre pair.

6					4
			2	1	
5					2
	1				5
3			4	2	
	2				6



Entraînez votre esprit
avec des défis variés, divisés en cinq niveaux
de difficulté, conçus pour améliorer la logique,
la concentration, la rapidité de réflexion et
la flexibilité mentale. Un véritable programme
d'entraînement cérébral quotidien pour stimuler
vos capacités cognitives et garder votre
cerveau toujours actif et en forme.

