

# 91

## ATIVIDADE ANIMAÇÃO CÓGNITIVA

SOPA DE LETRAS



primesenior

## OBJETIVOS



Aumentar a atividade cerebral;



Retardar os efeitos da perda de memória, bem como da acuidade e velocidade perceptiva;



Treinar a atenção e a memória.

## MATERIAIS

Sopas de letras;  
Caneta/ lápis.

## INSTRUÇÕES

Imprimir as sopas de letras (disponível para download em anexo);

Reunir um grupo de pessoas à volta de uma mesa e dar uma cópia a cada uma delas;

Explicar o jogo aos participantes e mostrar exemplos;

[www.primesenior.com](http://www.primesenior.com)

Pergunte, Encontre e Aconselhe,  
Partilhe a sua experiência e faça parte desta comunidade!

## INSTRUÇÕES

Dar-lhes tempo, 10 ou 15 minutos, para que consigam encontrar as palavras escondidas;

Cada participante deve de fazer a atividade de acordo com as suas capacidades, ou seja, não têm que encontrar todas no mesmo período de tempo;

Atribuir 1 ponto por cada palavra encontrada;

Lembrar os participantes que a primeira vez é sempre mais desafiadora. Quanto mais treinarem, melhor será o desempenho.

Elogiar os participantes à medida que vão encontrando as palavras, ajuda a incentivá-los a continuar.



**NOME:**

## SOPA DE LETRAS #1

Encontre as seguintes palavras, relacionadas com o Ano Novo, que podem estar na horizontal, vertical ou diagonal.

**AMIGOS  
ANO NOVO  
ANSIEDADE  
BEBIDA  
BRINDES**

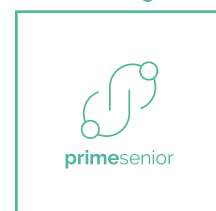
**COMIDA  
CONQUISTAS  
ESPERANÇA  
FAMÍLIA  
FOGO DE ARTIFÍCIO**

**MEIA NOITE  
OBJETIVOS  
PLANOS  
PROSPERIDADE  
RÉVEILLON**

**SAÚDE  
SURPRESA  
TCHIM TCHIM  
VIDA NOVA**

Grau de Dificuldade: ● ●

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



**NOME:**

## SOPA DE LETRAS #2

Encontre as seguintes palavras, relacionadas com o Ano Novo, que podem estar na horizontal, vertical ou diagonal.

**DIA DE REIS  
ALEGRIA  
PRENDAS  
FÉ  
REALIZAÇÕES**

**MIRRA  
INCENSO  
OURO  
CHOCOLATES  
FÉRIAS**

**REIS MAGOS  
NOVO ANO  
CELEBRAÇÃO  
ESTRELA  
BELÉM**

**MENINO JESUS  
MARIA  
JOSÉ  
CABANA  
PALHINHAS**

Grau de Dificuldade: ● ●

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

## SOLUÇÕES

