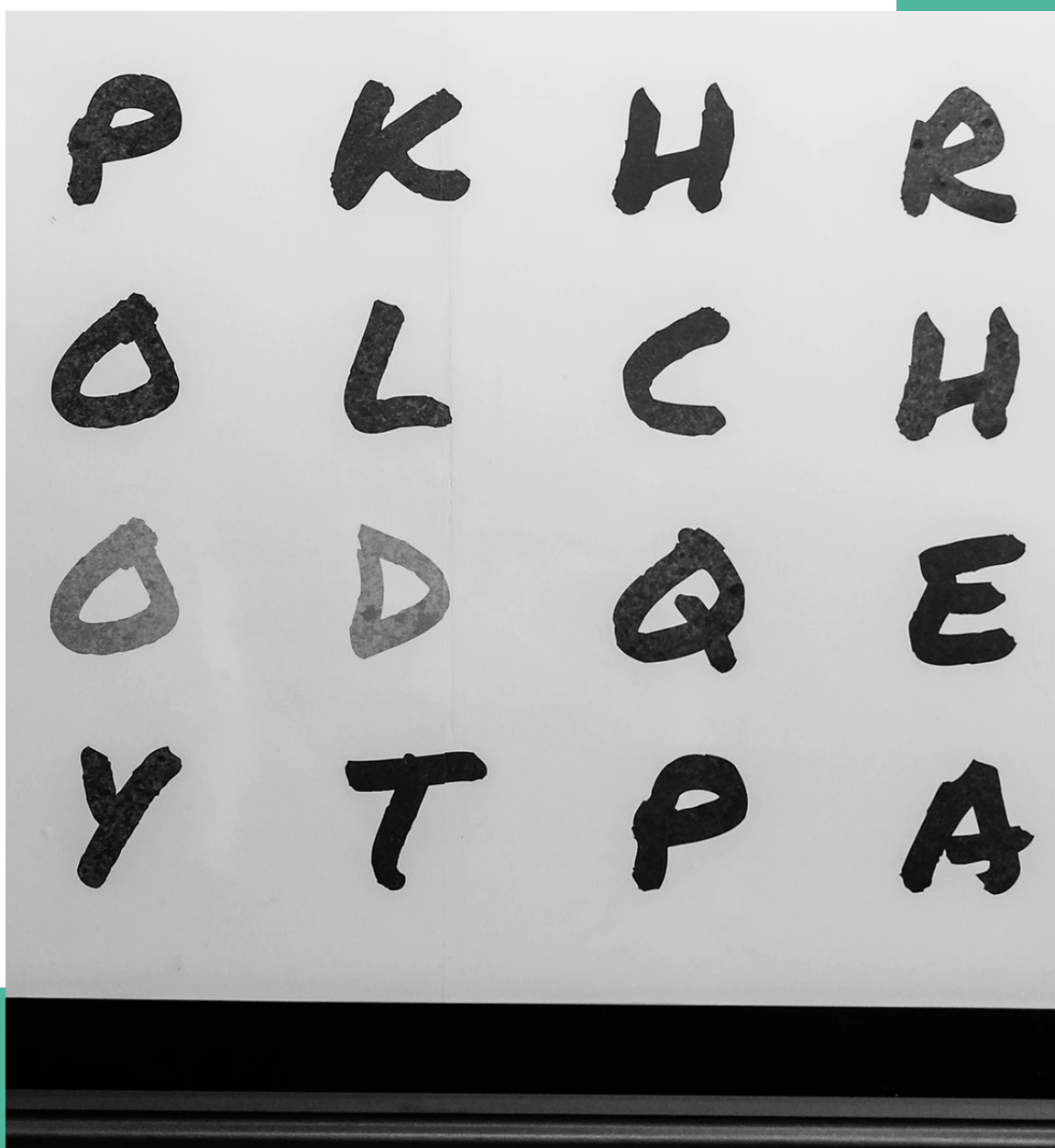


93

ATIVIDADE ANIMAÇÃO CÓGATIVA

SOPA DE LETRAS



Atividade enviada por: Alice Miranda
Técnica Superior de Serviço Social

Uma boa forma de se divertir e exercitar o cérebro...

OBJETIVOS



Aumentar a atividade cerebral;



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



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;

www.primesenior.com

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

Página 2



INSTRUÇÕES

Explicar o jogo aos participantes e mostrar exemplos;

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 completar a atividade 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.

www.primesenior.com

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

Página 3



NOME:

SOPA DE LETRAS

Encontre os seguintes nomes de animais, que podem estar na horizontal, na vertical e invertido.

**JOSEFINA
ANA
LAURINDA
LAURA
PALMIRA**

**PIMENTA
CONCEIÇÃO
ALICE
ROSALINA
ROSA**

**LEONOR
DEOLINDA
TORRES
JOSÉ
TERESA**

**MIRANDA
EMÍLIA
DIAS
FELISBINA
CUNHA**

**LEONOR
DEOLINDA
TORRES
JOSÉ
TERESA**

Grau de Dificuldade: ●

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

www.primesenior.com

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

Página 4



SOLUÇÕES

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