



GUEDES
gerontologia

DESAFIE E AFIE SEU



CÉREBRO



**Trinta exercícios de
Estimulação Cognitiva**

por Beatriz Guedes e Mariana Guedes



GUEDES
gerontologia

Quem somos nós?

Criada em 2020, a Guedes Gerontologia é uma empresa composta por duas irmãs gerontólogas, com foco na promoção da saúde cognitiva e na prevenção de demências por meio da Estimulação Cognitiva, conhecida popularmente como Ginástica Cerebral.



Beatriz Guedes
Gerontóloga - USP
Formação em Estimulação Cognitiva



Mariana Guedes
Gerontóloga - USP
Mestre em Ciências - FMUSP

Atuamos com sessões de Ginástica Cerebral em grupo e individuais de forma on-line, com participantes de todo o Brasil. Também contamos com sessões individuais presenciais na cidade de São Paulo.

Você pode conhecer mais sobre o nosso trabalho através do nosso site e redes sociais:

 **11 94989-2039**

 **@guedesgerontologia**

www.guedesgerontologia.com.br

O que é cognição?

A nossa cognição é composta por um conjunto de habilidades cerebrais que nos permitem compreender e viver o mundo ao nosso redor.

É a cognição que nos permite realizar tarefas cotidianas, como lembrar de dar um recado para alguém, fazer o percurso até a casa de um amigo, encontrar algo que procuramos em uma gaveta, planejar uma viagem, manter uma conversa e calcular o troco que precisamos receber no mercado.

As principais habilidades cognitivas são:

**Memória • Atenção • Linguagem
Visuopercepção • Funções Executivas
Raciocínio Lógico • Funções Visuoespaciais**



O que é Estimulação Cognitiva?

Assim como nosso corpo necessita de exercícios para manter-se forte, nosso cérebro também precisa de desafios para manter-se ativo. A Estimulação Cognitiva é uma academia para o cérebro, na qual exercitamos nossas habilidades cognitivas por meio de atividades, jogos e dinâmicas que buscam desafiá-las, criando novas conexões neurais. A Estimulação Cognitiva é um processo contínuo, composto por exercícios com graus de dificuldade progressivos.

A Ginástica Cerebral busca proporcionar um melhor funcionamento das habilidades cognitivas. Ela também auxilia na prevenção da doença de Alzheimer e outras demências, favorecendo um envelhecimento com mais independência e autonomia.

Preparamos para este eBook, um cronograma de um mês de Estimulação Cognitiva. Ele é composto por trinta exercícios originais, criados e utilizados por nós em nossas sessões. Esperamos que gostem de desafiar e afiar seus cérebros conosco.

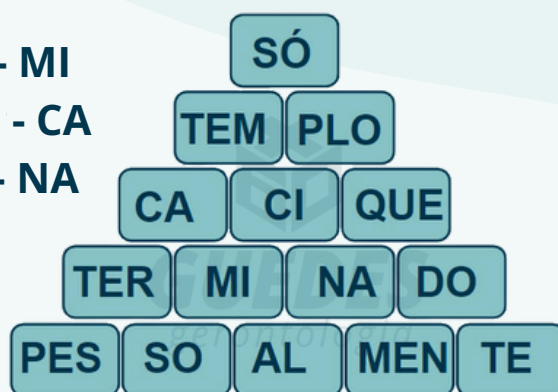
Aproveitem!

DIA 1

Seguindo as dicas, utilize as sílabas dadas para completar as pirâmides formando cinco palavras em cada. Cada sílaba poderá ser utilizada apenas uma vez.

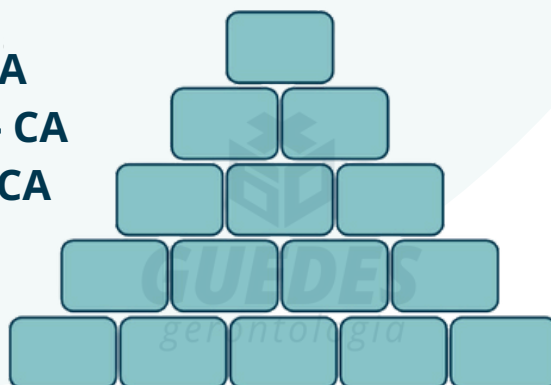
EXEMPLO:

TER - PLO - CI - SÓ - MI
SO - MEN - TEM - DO - CA
PES - QUE - TE - AL - NA



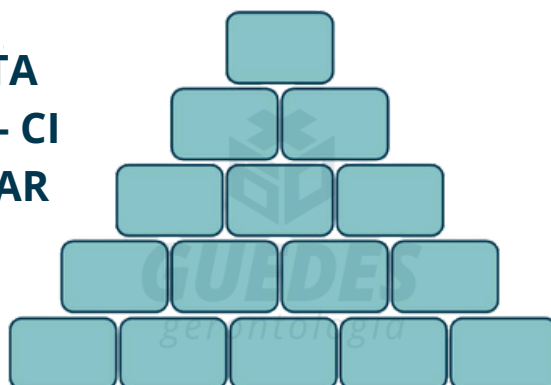
1. Apenas
2. Local
3. Líder indígena
4. Fim
5. Presencial

PO - TI - TO - VA - LA
SER - QUE - FÚN - PI - CA
O - ROS - DI - NHA - CA



1. Verbo
2. Corpo
3. Comida
4. No queixo
5. Rural

ES - JE - DA - CÃO - TA
PA - LÂM - LÁ - MAN - CI
VO - RI - O - CRA - NAR



1. Indicar
2. Flor
3. Luz
4. Tempero
5. Carro

DIA 2

Ligue os cálculos aos resultados correspondentes.

- Sempre que possível, realize os cálculos mentalmente.

434

$345 : 5$

111

$82 - 15$

249

$968 : 4$

14×13

49

476

$32 + 17$

69

$43 + 68$

217×2

$342 + 421$

182

68×7

67

763

$824 - 575$

242

Encontre no caça-palavras abaixo:

QUATRO VERBOS
NO PASSADO

1 2 3 4

TRÊS VERBOS
NO PRESENTE

1 2 3

TRÊS VERBOS
NO FUTURO

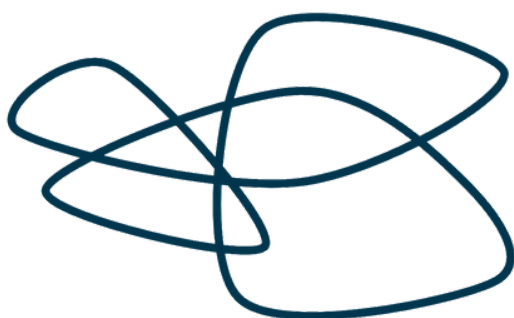
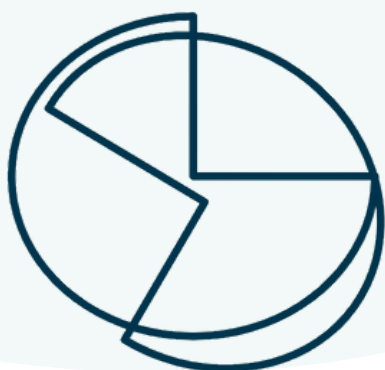
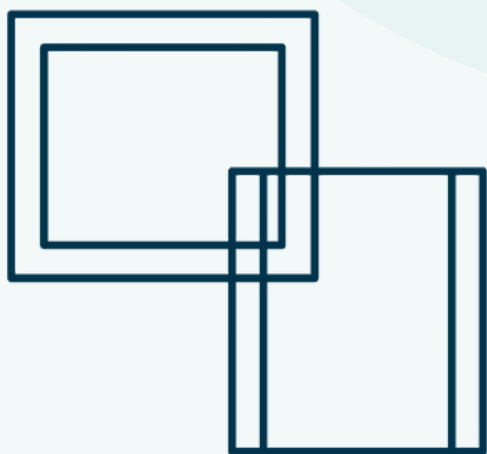
1 2 3

Os verbos podem estar na vertical, na horizontal e nas diagonais. As conjugações podem estar em primeira, segunda e terceira pessoa.

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

DIA 4

Reproduza os desenhos abaixo de forma mais parecida possível:



Desembaralhe as palavras de cada um dos quatro grupos abaixo. Em seguida, assinale qual delas não possui relação com seu grupo.

- A primeira letra de cada palavra está destacada.

1. I O M **A** R R Á → _____
2. E **C** A I D R A → _____
3. L O N **P** O A T R → _____
4. A **C** O S A C → _____

1. S **E** C L A O → _____
2. S P O L **H** I A T → _____
3. A **P** O L A H Ç → _____
4. R J **I** A G E → _____

1. ã I E L **T** V E O S → _____
2. S A R **V** T E I → _____
3. I R O **Á** D → _____
4. E **C** U L R A L → _____

1. X A N O **C** I H → _____
2. O A **C** D A C → _____
3. I M U **P** D → _____
4. J R A A N **M** → _____

DIA 6

Memorize as duplas compostas por frutas e temperos durante noventa segundos. Em seguida, cubra com um papel e passe para a próxima etapa.

CAQUI	TOMILHO
AMORA	SÁLVIA
GOIABA	MANJERICÃO
PITANGA	ORÉGANO
MORANGO	PÁPRICA
PÊSSEGO	CÚRCUMA

Complete a tabela com as duplas memorizadas:

DIA 7

Crie frases compostas por QUATRO palavras. Todas as palavras de cada frase devem iniciar com a letra indicada.

EXEMPLO:

LETRA A



Ana agendará aula amanhã.

LETRA E



LETRA M



LETRA L



LETRA B



LETRA S



LETRA G



Utilizando as dicas, resolva o problema abaixo:

Eduardo, Fabiana, Gabriel, Helena e Igor estão fazendo compras na feira. Cada um deles escolheu uma fruta diferente para comer: maçã, banana, uva, pera e abacaxi.

- Eduardo não escolheu a maçã nem a banana.
- Fabiana escolheu a pera.
- A uva foi escolhida por Igor.
- Helena não escolheu a banana nem o abacaxi.
- Gabriel não escolheu o abacaxi.

Quem comeu cada fruta?

BANANA	UVA	ABACAXI	PERA	MAÇÃ

Forme trinta palavras utilizando apenas as letras disponíveis abaixo.

- As letras podem ser acentuadas.
- As palavras não possuem um número mínimo de letras.

M	N	O	I	N
M	T	E	O	A
S	T	R	C	S
D	A	U	I	O

- | | | |
|-----------|-----------|-----------|
| 1. _____ | 11. _____ | 21. _____ |
| 2. _____ | 12. _____ | 22. _____ |
| 3. _____ | 13. _____ | 23. _____ |
| 4. _____ | 14. _____ | 24. _____ |
| 5. _____ | 15. _____ | 25. _____ |
| 6. _____ | 16. _____ | 26. _____ |
| 7. _____ | 17. _____ | 27. _____ |
| 8. _____ | 18. _____ | 28. _____ |
| 9. _____ | 19. _____ | 29. _____ |
| 10. _____ | 20. _____ | 30. _____ |

Anote o máximo de itens que conseguir para cada categoria abaixo:

1. ANIMAIS QUE COMEÇAM COM D	2. ANIMAIS QUE TERMINAM COM O	3. FRUTAS QUE TERMINAM COM O	4. FRUTAS QUE COMEÇAM COM C
5. NOME DE COR COM OITO LETRAS	6. NOME DE COR COM QUATRO LETRAS	7. NOME DE PESSOA COM TRÊS LETRAS A	8. NOME DE PESSOA COM DUAS LETRAS T

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

8. _____

Memorize os vinte animais abaixo durante dois minutos. Em seguida, cubra com um papel e passe para a próxima etapa.

COBRA	GORILA	SALMÃO	LAGARTIXA
URSO	CISNE	CAVALO	ARARA
GALINHA	ATUM	MOSCA	FORMIGA
IGUANA	MARIPOSA	BAGRE	TILÁPIA
FALCÃO	ABELHA	CAPIVARA	JACARÉ

Encaixe os animais memorizadas nas categorias abaixo:

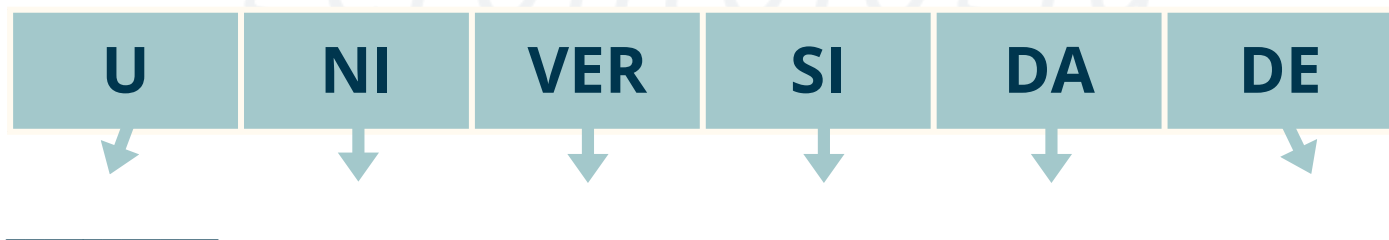
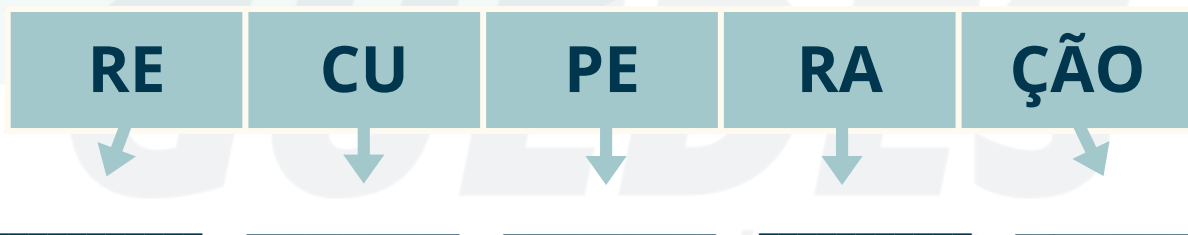
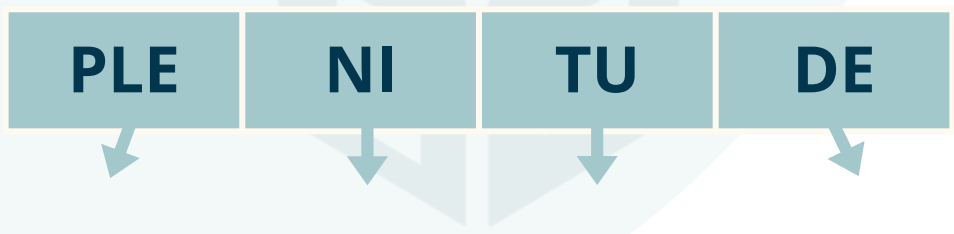
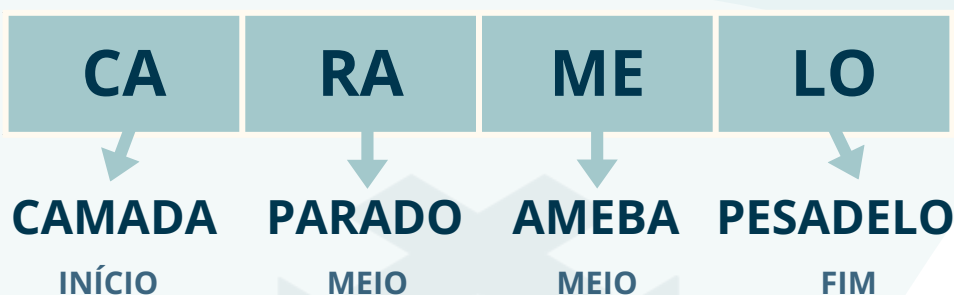
AVES	MAMÍ- FEROS	PEIXES	INSETOS	RÉPTEIS

Anote DOIS itens de cada categoria para cada letra abaixo:

CATEGORIA	LETRA M	LETRA G	LETRA F
ARTISTA			
SOBREMESA			
PAÍS			
FRUTA			
SOBRENOME			
MARCA			
ANIMAL			
CARRO			
PROFISSÃO			

Para cada sílaba das palavras abaixo, complete com outra palavra na qual a sílaba aparece na mesma posição.

EXEMPLO:



Encontre os sinônimos das palavras abaixo no caça-palavras:

- Sinônimos são palavras que possuem o mesmo significado.
- As palavras podem estar na horizontal, na vertical e nas diagonais.

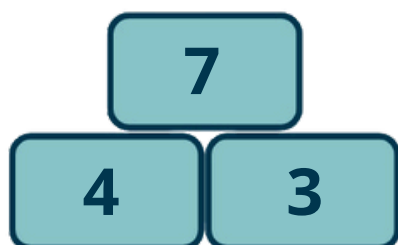
RÁPIDO	✓
LOTADO	
CORRETO	
VALENTE	
COMEÇAR	

QUALIDADE	
IMUNDO	
ESCURO	
MOSTRAR	
BONITO	

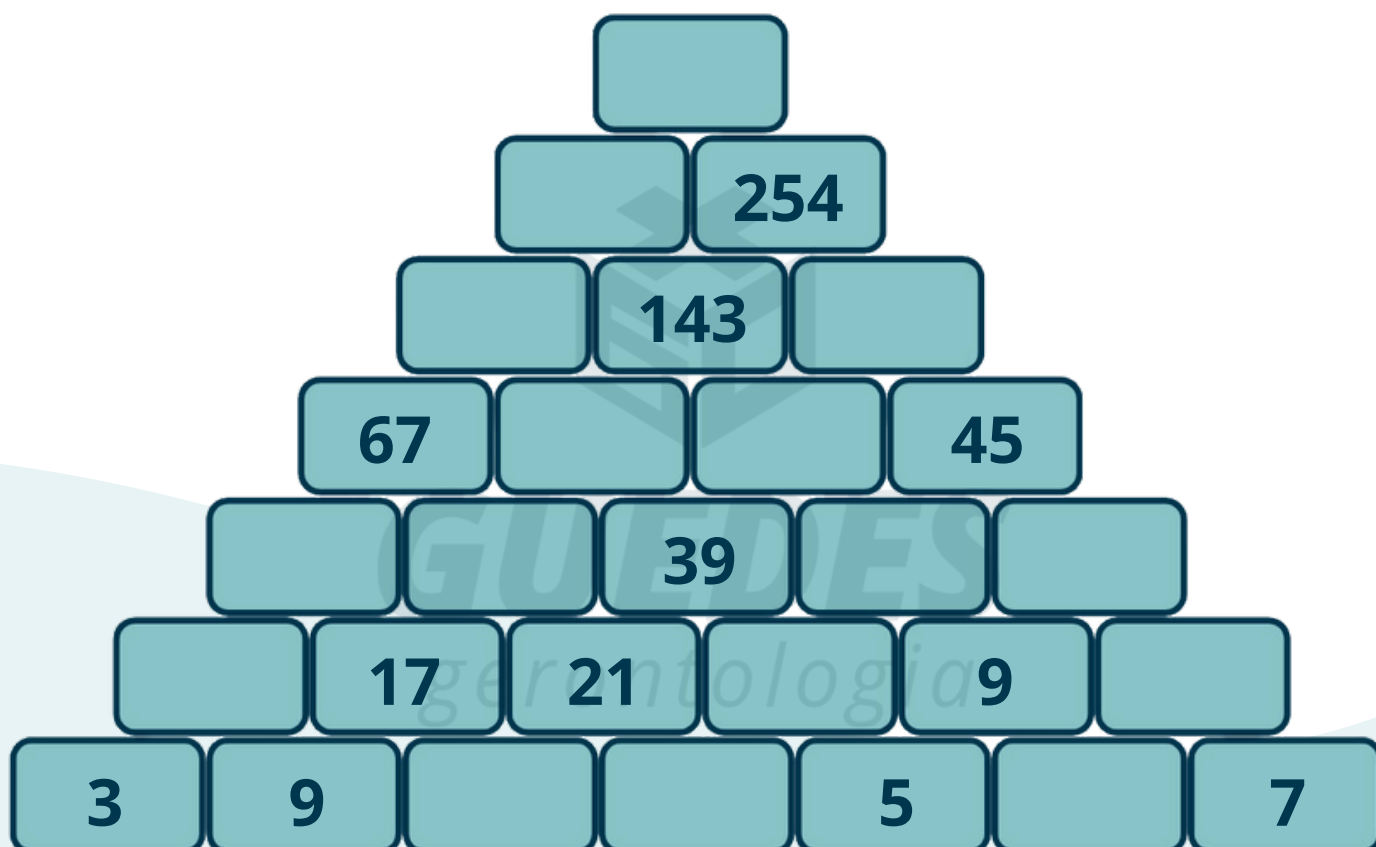
L T A T H I U E E D I E O H I B I E
 E Y I R R C S H D A U L G W M I U L
 N H I O T S O M B D A O D O S N C E
 L I A E R Q O E I E F A R O I I V G
 W T T T L B C M O N I C K V G C I D
 F S D F E L H R B Y O W S T E I R L
 K N U L A I E E S R O C S R M A T T
 G V O J F S I C A W I F T H Y R U H
 T E X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

Complete a pirâmide abaixo. Cada bloco é o resultado da soma dos dois blocos que o sustentam.

EXEMPLO:



$$4 + 3 = 7$$



Utilizando as dicas, resolva o problema abaixo:

Ana, Bruno, Carla, Diego, Eduarda e Felipe participaram de um evento esportivo. Cada um deles competiu em um esporte diferente: natação, corrida, ciclismo, salto em altura, arremesso de peso e tênis.

- Ana não competiu em natação nem em corrida.
- Bruno competiu em salto em altura.
- Carla competiu em ciclismo.
- Diego não competiu em arremesso de peso.
- Eduarda competiu em corrida.
- Felipe competiu em tênis.

Quem competiu em cada esporte?

NATAÇÃO	PESO	CICLISMO	SALTO	CORRIDA	TÊNIS

Junte as sílabas abaixo e encontre o nome de vinte animais escondidos.

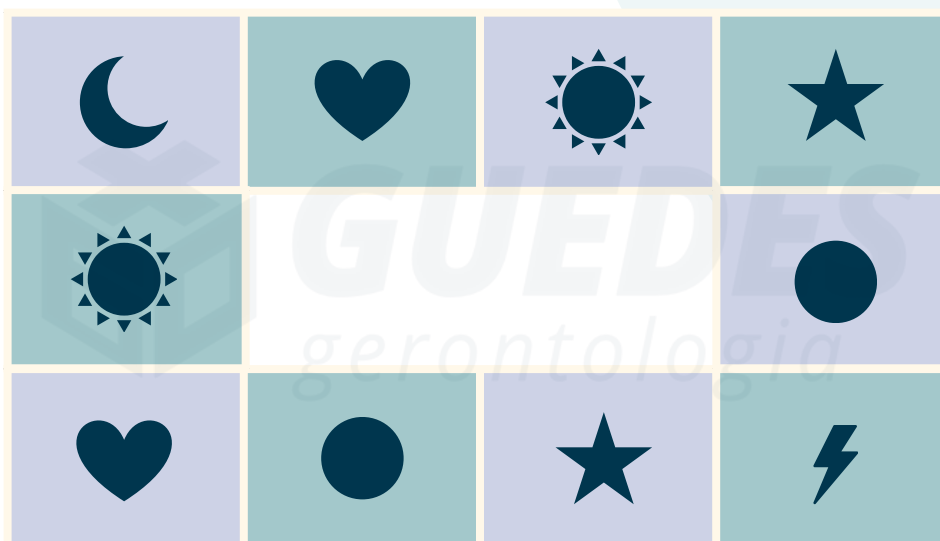
- As sílabas podem ser utilizadas mais de uma vez e podem ser acentuadas.

**JA - NEI - TI - ON - A - CA - RU - LON - LI
RE - GAR - NO - BU - CAO - PU - TO - RO
CAR - PE - ÇA - TRA - MA - AS - U - FAL
GAM - LEI - VA - PA - CO - LO - BA**

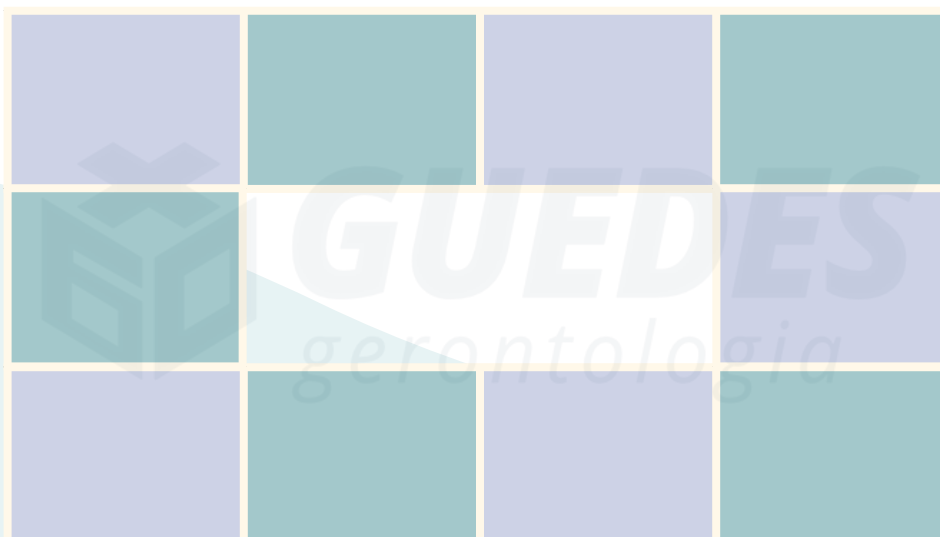
1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

11. _____
12. _____
13. _____
14. _____
15. _____
16. _____
17. _____
18. _____
19. _____
20. _____

Memorize a sequência de figuras abaixo por noventa segundos. Em seguida, cubra com um papel e passe para a próxima etapa.



Reproduza as figuras memorizadas nas posições corretas:



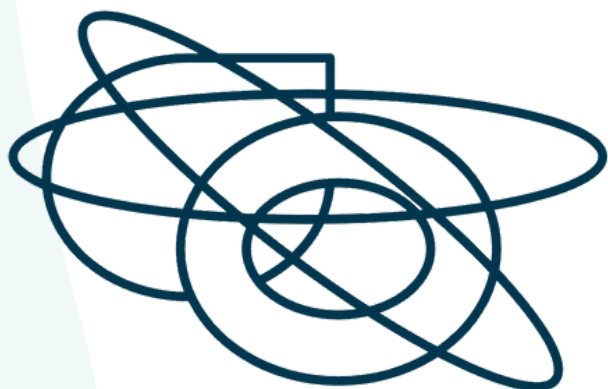
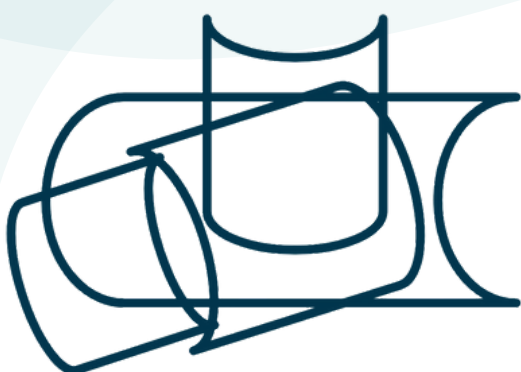
Forme frases com as seguintes letras iniciando cada uma das palavras, de acordo com o exemplo. Não é permitido adicionar palavras extras.

T elma	F ez	B olo
R _____	A _____	L _____
B _____	M _____	G _____
F _____	T _____	M _____
C _____	D _____	V _____

G _____	E _____	C _____	B _____
S _____	L _____	A _____	T _____
D _____	N _____	P _____	O _____
J _____	V _____	R _____	L _____
T _____	M _____	R _____	G _____

J _____	A _____	P _____	G _____	S _____
E _____	G _____	B _____	R _____	A _____
R _____	F _____	O _____	C _____	T _____
P _____	V _____	A _____	B _____	D _____
O _____	D _____	S _____	E _____	N _____

Reproduza os desenhos abaixo de forma mais parecida possível:



Desembaralhe as palavras de cada um dos quatro grupos abaixo. Em seguida, assinale qual delas não possui relação com seu grupo.

1. R A C R O → _____

2. C T I B E L I C A → _____

3. ã I C O H M N A → _____

4. O R A B C → _____

1. U L A C E I P O T → _____

2. O T I E V L A → _____

3. U R Í Q D O A E → _____

4. R A M I G D A R A → _____

1. I U R C T B I A → _____

2. O A R M I R A → _____

3. A E M C Ó I → _____

4. I Á C B U A → _____

1. I A C M A S → _____

2. A B S U L → _____

3. L A Ç A C → _____

4. T A J U E Q A → _____

Forme duplas com as quarenta palavras abaixo para encontrar vinte termos conhecidos, conforme o exemplo:

COLA	PORÓ	BATE	ASTRAL	BOA
GUARDA	ALTO	SUPER	DOCE	ÁGUA
BATE	VIVA	DITO	FLOR	CAIXA
ALHO	PÉ	QUENTE	<u>MATÉRIA</u>	FALANTE
NOVA	ALGODÃO	LEVE	CUJO	ESCALDA
BEIJA	PÉS	OURO	FLOR	CHUVA
HERÓI	PRETA	ALTO	BOCA	PADRÃO
BUSCA	PAPO	<u>PRIMA</u>	COUVE	MÃO

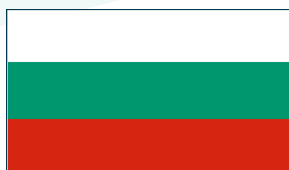
1. Matéria-prima
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

11. _____
12. _____
13. _____
14. _____
15. _____
16. _____
17. _____
18. _____
19. _____
20. _____

Memorize as bandeiras dos países abaixo por um minuto e meio. Em seguida, cubra com um papel e passe para a segunda etapa.



FILIPINAS



BULGÁRIA



BOLÍVIA



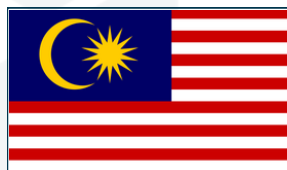
GANA



SUÉCIA



SÍRIA



MALÁSIA



CROÁCIA

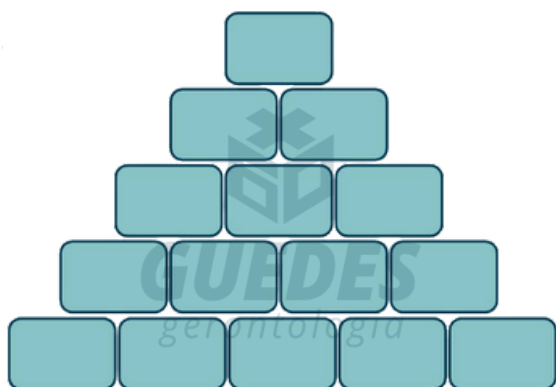
Tente recordar a qual país cada bandeira pertence:



Utilize as sílabas dadas para completar as pirâmides formando cinco palavras em cada. Cada sílaba poderá ser utilizada apenas uma vez.

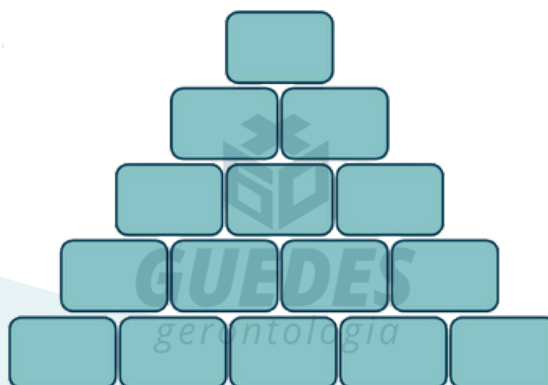
EXEMPLO:

COR - MA - DA - TE - AR
PE - CON - DO - MÁ - TI
CA - RI - CA - MA - ÇO



DA - OR - FRAL - MOR - TE
ÇÃO - GU - SEN - CE - A
DOR - LHO - SÓ - SA - PE

LA - ÇU - SU - RA - LEI
SER - BRA - CO - REI - RO
REI - RO - A - CA - SI



Encontre as palavras de oito letras no caça-palavras abaixo, de acordo com o exemplo.

- As palavras podem estar em sentido horário e anti-horário

LEALDADE ✓
DEVANEIO ☐
DANÇANTE ☐
RELATIVO ☐

EQUÍVOCO ☐
RESPALDO ☐
PALAVRAS ☐
METÁFORA ☐

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

Utilizando as dicas, responda às perguntas abaixo:

Alice, Bob, Carol e David estão sentados em uma mesa redonda para jogar um jogo de cartas. Cada um deles está usando uma camiseta de uma cor diferente: vermelha, azul, roxa e amarela.

- Bob está sentado à direita de Carol e está usando a camiseta azul.
- A pessoa com a camiseta amarela está sentada à esquerda de Alice.
- Carol está usando a camiseta roxa.
- A pessoa com a camiseta vermelha está sentada à direita de Bob.

a) Quem está usando a camiseta vermelha? _____

b) Quem está sentado à direita de Alice? _____

c) Qual é a ordem das pessoas ao redor da mesa em sentido horário, começando pela Alice? _____

Crie frases compostas por SEIS palavras. Todas as palavras devem iniciar com a letra indicada.

EXEMPLO:

LETRA C

➤ Caio comemorou comprando cinco calças cinzas.

LETRA F



LETRA T



LETRA D



LETRA P



LETRA V



LETRA R



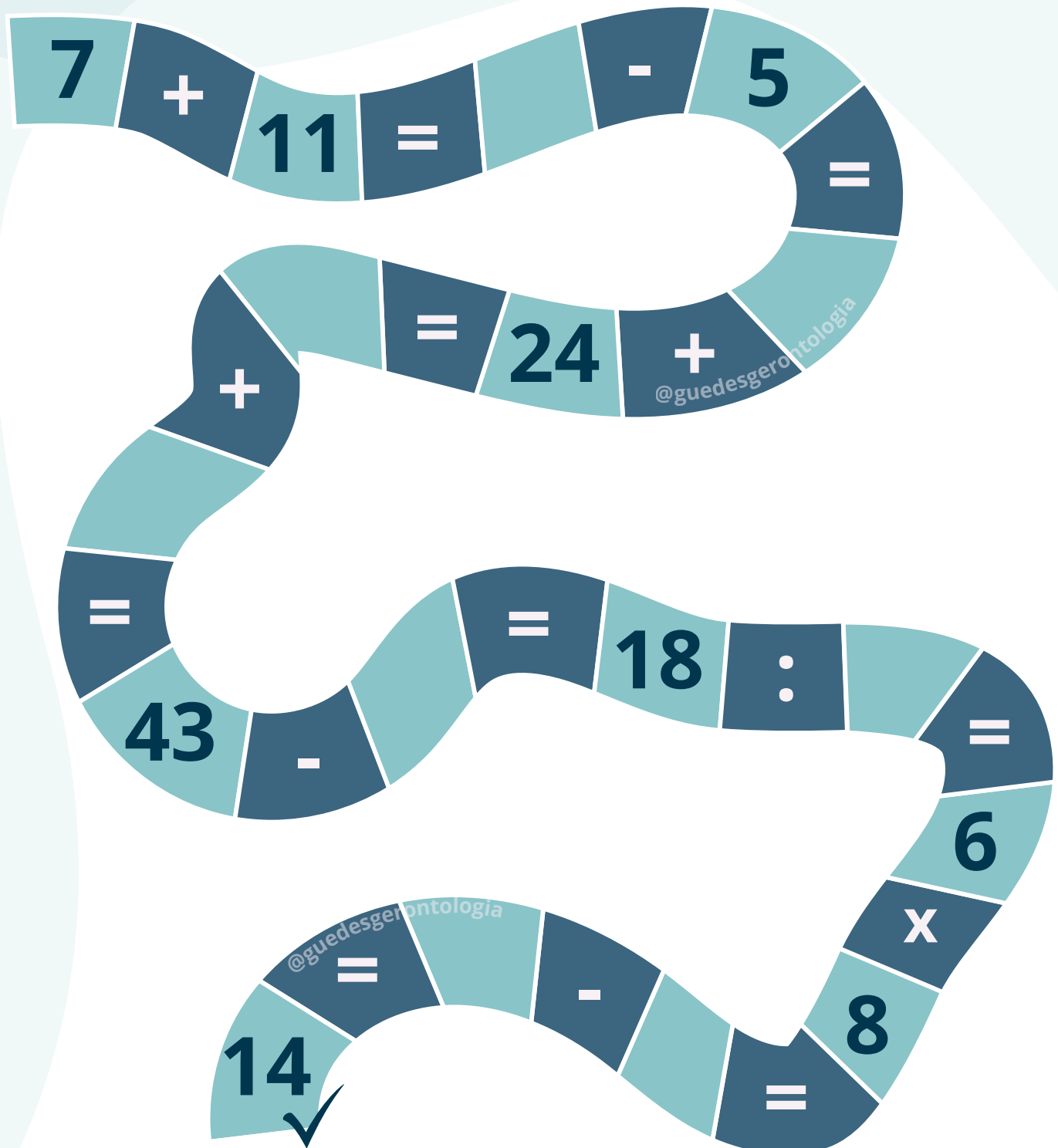
Memorize as vinte palavras abaixo durante dois minutos. Em seguida, cubra com um papel e passe para a próxima etapa.

SOFÁ	URSO	ALUMÍNIO	CADERNO
OURO	BORRACHA	CADEIRA	COMPASSO
LÁPIS	PRATA	CAMA	LIQUIDIFICADOR
PANELA	MESA	FERRO	LÊMURE
LEÃO	RATO	BATEDEIRA	GRILL

Encaixe as palavras memorizadas nas categorias abaixo:

METAIS	ANIMAIS	ESCOLA	MÓVEIS	COZINHA

Resolva o caminho abaixo realizando os cálculos mentalmente, sempre que possível:



Junte as sílabas abaixo e encontre o nome de vinte países escondidos.

- As sílabas podem ser utilizadas mais de uma vez e podem ser acentuadas.

IR - RO - TRA - CHI - ES - LAN - ME - IN - TO - COS
IS - NI - DA - LOM - POR - TRI - NA - PRE - RU - LE
MAR - TAI - DI - GAL - CO - GO - LA
BI - PE - AUS - GRE - LI - A - TU - AN - SI - CI

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

11. _____
12. _____
13. _____
14. _____
15. _____
16. _____
17. _____
18. _____
19. _____
20. _____



Parabéns! Você chegou ao fim dos trinta dias de Ginástica Cerebral!

Gostou de desafiar e afiar seu cérebro conosco? Que tal continuar os desafios participando das nossas aulas em grupo on-line de Ginástica Cerebral?

- **Elas acontecem semanalmente pelo Google Meet e possuem 90 minutos de duração;**
- **Grupos divididos de acordo com idade e perfil cognitivo e possuem até seis participantes, assim todos conseguem interagir e conversar, mas também se concentrar nos exercícios e desafios;**
- **Além das sessões semanais, enviamos exercícios extras para serem feitos ao longo da semana;**
- **Você com certeza vai se divertir bastante e nem vai sentir o tempo passar.**

Entre em contato e agende sua aula experimental:

 **11 94989-2039**

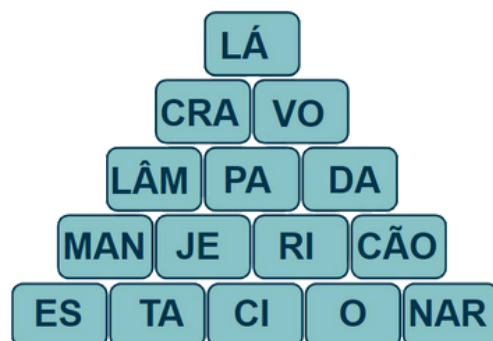
 **@guedesgerontologia**

www.guedesgerontologia.com.br

Aguardamos você!

GABARITO

DIA 1



DIA 2

$$345 : 5 = 69$$

$$82 - 15 = 67$$

$$968 : 4 = 242$$

$$14 \times 13 = 182$$

$$32 + 17 = 49$$

$$217 \times 2 = 434$$

$$43 + 68 = 111$$

$$342 + 421 = 763$$

$$68 \times 7 = 476$$

$$824 - 575 = 249$$

DIA 3



DIA 5

- | | | | |
|-------------|--------------|-------------|------------|
| 1. ARMÁRIO | 1. TELEVISÃO | 1. ESCOLA | 1. COXINHA |
| 2. CADEIRA | 2. REVISTA | 2. HOSPITAL | 2. COCADA |
| 3. POLTRONA | 3. RÁDIO | 3. PALHAÇO | 3. PUDIM |
| 4. CASACO | 4. CELULAR | 4. IGREJA | 4. MANJAR |

DIA 8

BANANA	MAÇÃ	UVA	PERA	ABACAXI
GABRIEL	HELENA	IGOR	FABIANA	EDUARDO

DIA 9

É POSSÍVEL FORMAR OUTRAS PALAVRAS QUE NÃO CONSTAM AQUI.

- | | | |
|--------------|----------------|----------------|
| 1. MENINA | 11. MATEMÁTICO | 21. TETO |
| 2. TROCO | 12. TERNO | 22. AUDACIOSO |
| 3. MENTIRA | 13. CASAMENTO | 23. ESTRADA |
| 4. NOSSA | 14. ÉTICA | 24. MOMENTO |
| 5. DOUTOR | 15. SAUDOSA | 25. NASCIMENTO |
| 6. NECROSADO | 16. RESTO | 26. ASTUTO |
| 7. COISA | 17. MONSTRO | 27. CRASE |
| 8. TRAUMA | 18. MOEDA | 28. DORMIU |
| 9. TESTAR | 19. SAÚDE | 29. OSSADA |
| 10. SENTIR | 20. NOITE | 30. ARCO |

DIA 10

OUTRAS RESPOSTAS TAMBÉM SÃO POSSÍVEIS.

1. DROMEDÁRIO, DONINHA, DINGO E DRAGÃO DE KOMODO.
2. URSO, RATO, CAMARÃO, HIPOPÓTAMO, LEÃO E MORCEGO.
3. FIGO, TAMARINDO, COCO, DAMASCO, LIMÃO E ABRICÓ.
4. CAJU, CACAU, COCO, CEREJA, CARAMBOLA E CAQUI.
5. VERMELHO.
6. ROSA, ROXO E AZUL.
7. MARIANA, AMANDA, MAYARA E AMÁLIA.
8. TATIANA, TÁBATA

DIA 12

OUTRAS RESPOSTAS TAMBÉM SÃO POSSÍVEIS.

ARTISTA: Marília Mendonça, Mariana Ximenes, Grazi Massafera, Gilberto Gil, Fábio Jr e Fátima Bernardes.

SOBREMESA: Manjar, merengue, goiabada, gelatina, flan e fondue de chocolate.

PAÍS: Marrocos, México, Gana, Grécia, Finlândia e França.

FRUTA: Morango, mexerica, goiaba, graviola, figo e framboesa.

SOBRENOME: Mendes, Maia, Guedes, Gouveia, Faro e Flores.

MARCA: Motorola, Makita, Gatorade, Gillette, Ferrero e Fini.

ANIMAL: Macaco, morcego, gorila, gavião, falcão e formiga.

CARRO: Mobi, Montana, Gol, Golf, Fox e Fusca.

PROFISSÃO: Maquinista, marceneiro, gari, geólogo, feirante e florista.

DIA 13

OUTRAS RESPOSTAS TAMBÉM SÃO POSSÍVEIS.

PLENITUDE: pleonasma, aniquilar, atitude, parede.

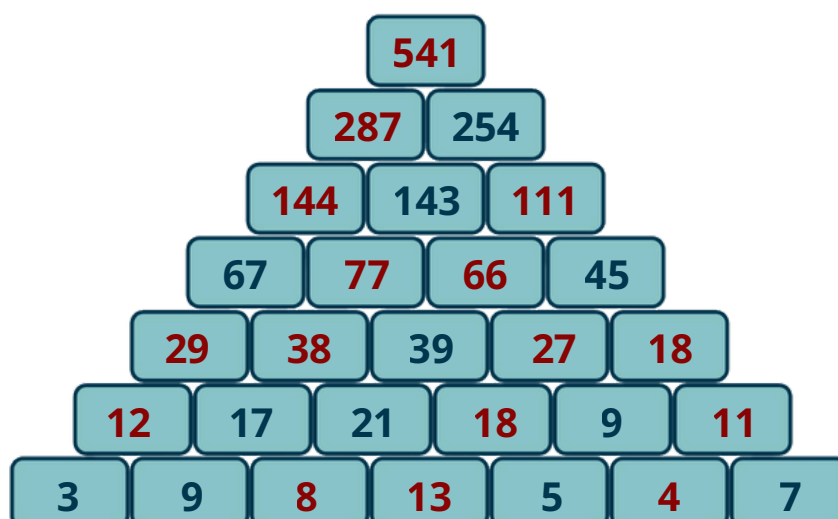
RECUPERAÇÃO: recreação, ocupado, tempero, parado, canção.

UNIVERSIDADE: único, onipresente, convergir, cassino, pedaço, piedade.

DIA 14



DIA 15



GABARITO

DIA 16

NATAÇÃO	CORRIDA	CICLISMO	SALTO	PESO	TÊNIS
DIEGO	EDUARDA	CARLA	BRUNO	ANA	FELIPE

DIA 17

OUTRAS RESPOSTAS TAMBÉM SÃO POSSÍVEIS.

- | | | | |
|-----------|-----------|------------|------------|
| 1. JACARÉ | 6. PACA | 11. PUMA | 16. VACA |
| 2. ONÇA | 7. LONTRA | 12. JABUTI | 17. MACACO |
| 3. PATO | 8. CAVALO | 13. URUBU | 18. CORUJA |
| 4. GARÇA | 9. TOURO | 14. BALEIA | 19. ASNO |
| 5. CÃO | 10. GAMBÁ | 15. PERU | 20. FALCÃO |

DIA 21

- | | | | |
|--------------|--------------|-------------|------------|
| 1. CARRO | 1. EUCALIPTO | 1. CURITIBA | 1. CAMISA |
| 2. BICICLETA | 2. VIOLETA | 2. RORAIMA | 2. BLUSA |
| 3. CAMINHÃO | 3. ORQUÍDEA | 3. MACEIÓ | 3. CALÇA |
| 4. BARCO | 4. MARGARIDA | 4. CUIABÁ | 4. JAQUETA |

GABARITO

DIA 22

1. MATÉRIA-PRIMA
2. ALHO PORÓ
3. COLA QUENTE
4. BEIJA-FLOR
5. GUARDA-CHUVA
6. BATE-PAPO
7. ESCALDA PÉS
8. SUPER-HERÓI
9. BUSCA PÉ
10. ALTO ASTRAL

11. MÃO LEVE
12. ALGODÃO DOCE
13. DITO CUJO
14. ÁGUA-VIVA
15. ALTO FALANTE
16. COUVE-FLOR
17. CAIXA PRETA
18. PADRÃO OURO
19. BOA NOVA
20. BATE BOCA

DIA 24



DIA 25

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

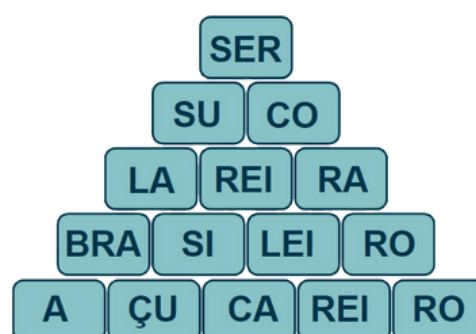
GABARITO

DIA 22

1. MATÉRIA-PRIMA
2. ALHO PORÓ
3. COLA QUENTE
4. BEIJA-FLOR
5. GUARDA-CHUVA
6. BATE-PAPO
7. ESCALDA PÉS
8. SUPER-HERÓI
9. BUSCA PÉ
10. ALTO ASTRAL

11. MÃO LEVE
12. ALGODÃO DOCE
13. DITO CUJO
14. ÁGUA-VIVA
15. ALTO FALANTE
16. COUVE-FLOR
17. CAIXA PRETA
18. PADRÃO OURO
19. BOA NOVA
20. BATE BOCA

DIA 24



DIA 25

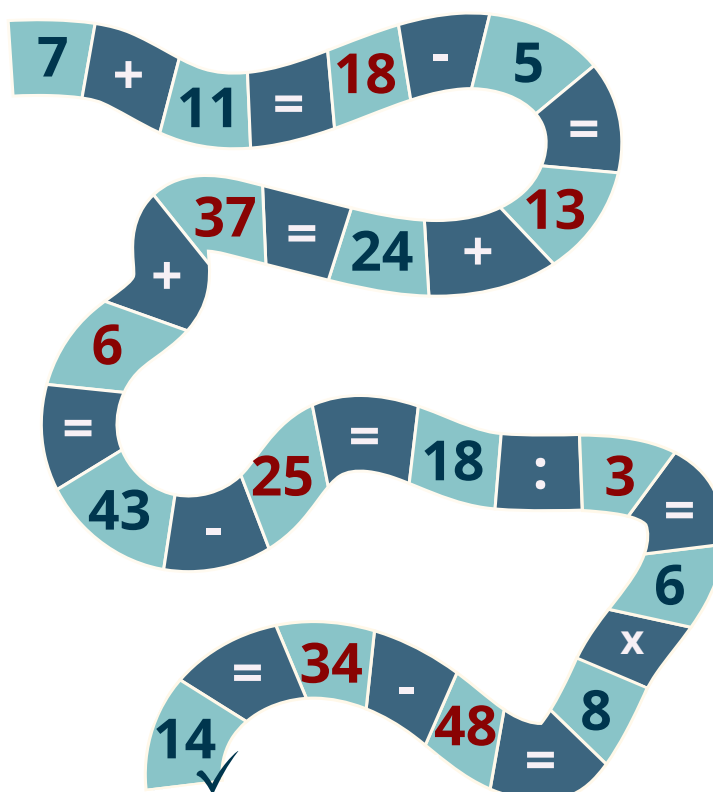
O	R	A	L	Q	E	W	Í	V	O	L
F	S	M	A	X	T	S	U	Q	C	A
Á	T	E	A	L	G	X	Q	E	O	R
T	B	L	P	D	E	T	F	E	A	T
P	L	E	D	A	Q	N	G	H	W	A
C	M	P	L	N	Ç	A	W	K	B	S
P	A	L	R	L	P	A	S	R	O	V
S	A	D	E	V	S	T	Y	E	K	I
E	R	O	F	A	G	S	A	L	A	T
R	E	I	E	N	R	E	P	B	V	R
E	H	T	Y	U	P	T	S	A	R	S

GABARITO

DIA 26

- A) ALICE
- B) DAVID
- C) ALICE, BOB, CAROL, DAVID.

DIA 29



DIA 30

- | | | | |
|--------------|--------------|-------------|---------------|
| 1. IRLANDA | 6. ISLÂNDIA | 11. TUNÍSIA | 16. AUSTRÁLIA |
| 2. CHILE | 7. COLÔMBIA | 12. CHIPRE | 17. ÁUSTRIA |
| 3. LETÔNIA | 8. CHINA | 13. ÍNDIA | 18. GRÉCIA |
| 4. MARROCOS | 9. PERU | 14. ROMÊNIA | 19. ANGOLA |
| 5. TAILÂNDIA | 10. PORTUGAL | 15. ESTÔNIA | 20. LITUÂNIA |