

Precisa de apoio?

*Sente-se só?
Precisa conversar
ou requerer outro tipo de ajuda?*

800 210 283

LINHA DE APOIO DO MUNICÍPIO DE ARRAIOLOS



GERAR IDENTIDADES

CONTACTOS GERAR IDENTIDADES - CLDS 4G

MONTE - Desenvolvimento Alentejo Central

Rua Joaquim Basílio Lopes n.º1
7040-066 Arraiolos

Telefone: 266 490 090

Email: monte@monte-ace.pt



GERAR IDENTIDADES

LIVRO

DE

ATIVIDADES

TERCEIRA EDIÇÃO

PROJETO GERAR IDENTIDADES (GI) NO CONCELHO DE ARRAIOLOS

O que é e a quem se destina?

O projeto Gerar Identidades destina-se à população idosa do concelho de Arraiolos (*) e visa promover o envelhecimento ativo e saudável.

Que atividades vão ser desenvolvidas?

- Oficinas Temáticas de Arte, Expressão e Informática
- Oficina dos Sabores - Doçaria e Culinária
- Atelier de Fotografia
- Sessões Culturais
- Partilha de Vivências e Histórias de Vida
- Promoção de Saúde e Bem Estar
- Voluntariado Sénior

Como posso participar?

Pode inscrever-se através dos contactos do MONTE e Linha de Apoio do Município, que constam na última página, bem como através da sua Junta de Freguesia.

(*) População maior de 65 anos, residente no concelho de Arraiolos, **que não esteja institucionalizada** (em frequência de Lar de Idosos, Centro de Dia ou em Apoio Domiciliário)

ATIVIDADE 5

Rimas

Leia as palavras abaixo e, para cada uma delas, escreva três outras palavras que rimem.



Sabão _____ _____ _____	Sapato _____ _____ _____	
coelho _____ _____ _____	avião _____ _____ _____	
saia _____ _____ _____	boneca _____ _____ _____	peteca _____ _____ _____
carro _____ _____ _____	mulher _____ _____ _____	comida _____ _____ _____

ATIVIDADE 4

Procure na sopa de letras os 10 Países

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

- Portugal
- França
- Itália
- Luxemburgo
- Canadá
- Espanha
- Holanda
- Jamaica
- México
- Polónia

ATIVIDADE 1

Quantas vezes aparece a letra F?

E T F E L E E L F E L E F L E F L E E F L E F
E L E E L F E L E F L E F L E E F L E F L E E
E T F E L E E L F E L E F L E F L E E F L E F

A letra F aparece ____ vezes.

ATIVIDADE 2

Leia com atenção as pistas abaixo. Descubra o nome de cada criança e escreva nos espaços em branco.



- O Rui não é o 1º nem o 5º.
- O Pedro está em penúltimo.
- O André está à direita do Pedro.
- O Miguel está numa das pontas.
- O Tiago está à direita do Rui.

ATIVIDADE 3

Escreva 8 coisas que consegue encontrar numa cozinha.

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____