

Plano semanal de estimulação cognitiva

7 caça-palavras de LETRA GRANDE — um para cada dia
com ficha de acompanhamento e gabarito

Grade 11×11 · 10 palavras por folha
Só na horizontal e na vertical
Nunca na diagonal, nunca de trás pra frente

Blobsmith Studio · grátis · pode imprimir para o grupo inteiro

Como usar este plano

São sete folhas, uma para cada dia da semana, já na ordem. Imprima o caderno inteiro uma vez e aplique uma folha por dia — a ideia é justamente não ter que escolher a atividade na hora.

1. **Sessões curtas e regulares.** A orientação que se repete nos materiais de estimulação cognitiva é de 15 a 20 minutos, quase todo dia, de preferência no mesmo horário. Uma folha por dia cabe nisso.
2. **Não corrija durante.** Deixe procurar. Se travar, dê a primeira letra e mostre a linha — nunca aponte a palavra inteira.
3. **Pode parar no meio.** Uma folha começada e não terminada continua no dia seguinte. Sete folhas não são uma meta.
4. **Anote depois, não durante.** A ficha da próxima página leva menos de um minuto e é o que transforma sete folhas soltas em um acompanhamento.

Cada palavra da lista aparece exatamente uma vez na grade, e só da esquerda para a direita ou de cima para baixo. Isso foi conferido por computador nas 8 direções, folha por folha — se a pessoa achou, é aquela mesma.

Isto é um passatempo, não um tratamento. Não substitui avaliação nem acompanhamento de profissional de saúde, e nada aqui promete prevenir, retardar ou tratar qualquer doença.

Para imprimir: papel A4, escala 100%. Se a impressora oferecer "ajustar à página", desligue — é o que encolhe a letra.

Ficha de acompanhamento

Uma linha por folha. Preencha logo depois da sessão, com caneta — é a folha que você mostra para a família ou anexa ao registro.

Dia	Data	Tempo	Achou (de 10)	Precisou de ajuda?	Observações (humor, cansaço, o que comentou)
Segunda-feira Dias da semana					
Terça-feira Barbearia e salão					
Quarta-feira Praça e coreto					
Quinta-feira Chás e ervas					
Sexta-feira Farmácia de bairro					
Sábado Trem e estação					
Domingo Varal e roupa lavada					

Nome: _____

Semana de ____ / ____ a ____ / ____ · Aplicado por:

Pode imprimir à vontade

Estas 7 folhas são grátis para uso pessoal e **para uso em grupo**: casa de repouso, centro de convivência, CRAS, sala de espera, terapia ocupacional, sala de aula. Pode imprimir quantas cópias precisar, para quantas pessoas quiser, inclusive a ficha de acompanhamento.

O que não pode é vender estas folhas nem incluí-las em outro produto.

Estas 7 folhas não estão no livro e não repetem as outras folhas grátis do site. Nenhum tema aqui é capítulo do *Caça-Palavras do Brasil*, nenhuma lista divide mais de 3 palavras com um jogo do livro ou com uma folha grátis já publicada, e nenhuma grade é igual a uma grade já distribuída. Isso não é promessa: o script que monta este PDF recompara tudo a cada build e se recusa a gerar o arquivo se qualquer uma dessas frases deixar de ser verdade.

Baixe de novo, ou veja o roteiro de aplicação em grupo, em blobsmith.lbwma.com/caca-palavras-para-idosos

Data: ____ / ____ · Começou: ____:____ Terminou: ____:____

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

☐ SEGUNDA

☐ TERÇA

☐ QUARTA

☐ QUINTA

☐ SEXTA

☐ SABADO

☐ DOMINGO

☐ SEMANA

☐ FERIADO

☐ ROTINA

Data: ____ / ____ · Começou: ____:____ Terminou: ____:____

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

☐ TESOURA☐ NAVALHA☐ SECADOR☐ BIGODE☐ CABELO☐ ESMALTE☐ GRAMPO☐ LOÇÃO☐ GORJETA☐ REVISTA

Data: ____ / ____ · Começou: ____:____ Terminou: ____:____

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

☐ CORETO

☐ CHAFARIZ

☐ POMBO

☐ ESTÁTUA

☐ CANTEIRO

☐ SOMBRA

☐ BANDA

☐ PASSEIO

☐ SORVETE

☐ GRAMA

Data: ____ / ____ · Começou: ____:____ Terminou: ____:____

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

☐ CAMOMILA☐ HORTELÃ☐ BOLDO☐ CIDREIRA☐ SÁLVIA☐ ARRUDA☐ CAPIM☐ ANIS☐ BULE☐ XÍCARA

Data: ____ / ____ · Começou: ____:____ Terminou: ____:____

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

☐ RECEITA

☐ XAROPE

☐ POMADA

☐ GOTAS

☐ FARMÁCIA

☐ ALGODÃO

☐ VITAMINA

☐ CURATIVO

☐ BALANÇA

☐ PASTILHA

Data: ____ / ____ · Começou: ____:____ Terminou: ____:____

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

- ☐ TREM
- ☐ VAGÃO
- ☐ TRILHO
- ☐ APITO
- ☐ ESTAÇÃO

- ☐ BILHETE
- ☐ MÁQUINA
- ☐ CARVÃO
- ☐ FUMAÇA
- ☐ JANELA

Data: ____ / ____ · Começou: ____:____ Terminou: ____:____

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

- ☐ VARAL
- ☐ CORDA
- ☐ SABÃO
- ☐ LENÇOL
- ☐ PREGADOR
- ☐ TOALHA
- ☐ BACIA
- ☐ VENTO
- ☐ TANQUE
- ☐ QUINTAL

Gabarito

Dia 1 — Dias da semana

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

Dia 2 — Barbearia e salão

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

Dia 3 — Praça e coreto

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

Dia 4 — Chás e ervas

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

Dia 5 — Farmácia de bairro

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

Dia 6 — Trem e estação

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

Dia 7 — Varal e roupa lavada

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

Acabou a semana. Tem mais 100.

O livro completo tem 100 caça-palavras temáticos sobre o Brasil — comidas, festas, bichos, estados, folclore — todos com gabarito, dá 14 semanas de plano no mesmo formato de uma folha por dia.

Atenção: o livro é de impressão normal (grade 14×14, letra menor, com palavras na diagonal e de trás pra frente). Estas 7 folhas de letra grande são mais fáceis de enxergar do que o livro.

Caça-Palavras do Brasil — 100 Jogos Temáticos
blobsmith.lbwma.com/caca-palavras-para-idosos