



PRÉMIOS BPI "La Caixa"  
**SENIORES**  
VENCEDOR 2020

BPI | Associação de Apoio à Terceira Idade

**n.**  
RIO NEIVA  
ASSOCIAÇÃO DE ESTUDOS DE MÉRITO

**GRASSA**  
Grupo de Ação de Solidariedade Social de Antas

# BioBingo

## Objetivo

Estimular a motricidade fina, aprender curiosidades sobre a nossa fauna e flora, promover a atenção e a escuta ativa.

## Duração

30 minutos.

## Público-alvo

Público sénior em geral. Adequado para pessoas com demência e portadores de deficiência intelectual e mobilidade reduzida.

## Material

Cartões de bingo, instruções, etiquetas com o símbolo e a adivinha, tampas e feijões para assinalar os símbolos.

## Procedimento

- Distribuir os cartões e as fichas (tampas ou feijões) pelos participantes (8 pessoas no máximo);
- Baralhar as etiquetas;
- Escolher uma delas e ler a adivinha para todos;
- Mostrar a imagem no final, caso acertem na resposta ou não, e assinalar nos cartões em que está presente;
- O primeiro a assinalar as 8 figuras do cartão deve gritar: BINGO!!

Melro



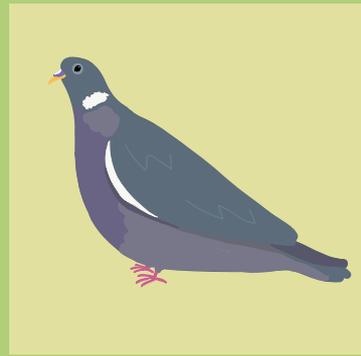
Pardal



Pisco



Pomba



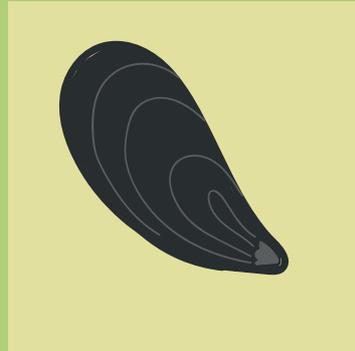
Rola-brava



Osso de choco



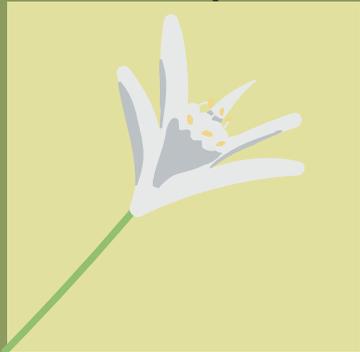
Mexilhão



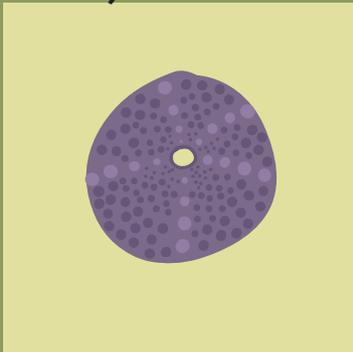
Caranguejo



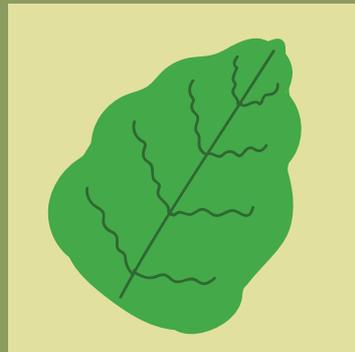
Lírio das praias



Ouriço do mar



Hortelã



Alecrim



Canela



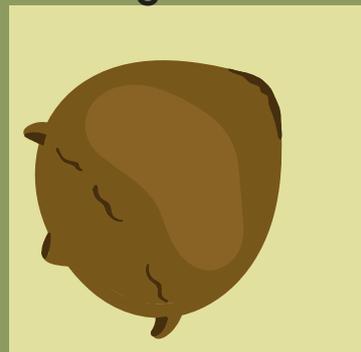
Erva príncipe



Bolota



Bugalho



Pinha



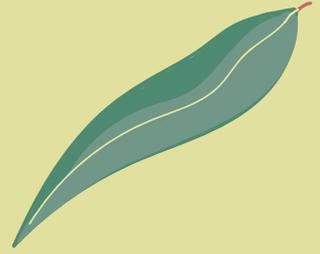
Carvalho



Loureiro



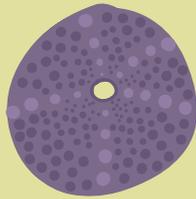
Eucalipto



Melro



Ouriço do mar



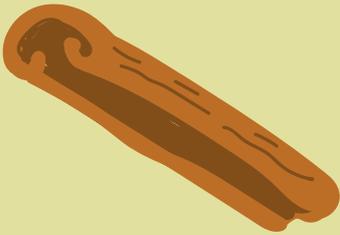
Pisco



Alecrim



Canela



Oso de lula



Pomba



Bugalho



Lírio das praias



Bolota



Carvalho



Eucalipto



Pardal



Rola-brava



Pinha



Erva príncipe



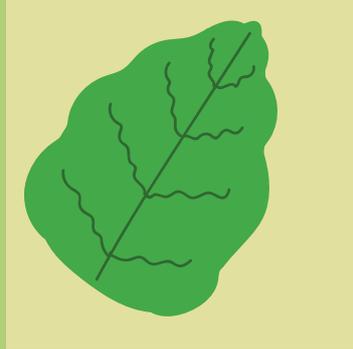
Caranguejo



Mexilhão



Hortelã



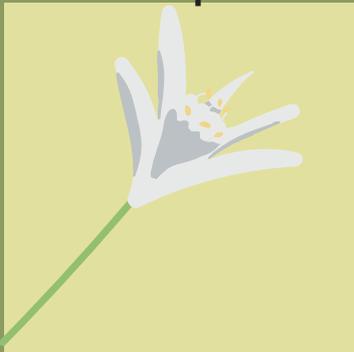
Loureiro



Pomba



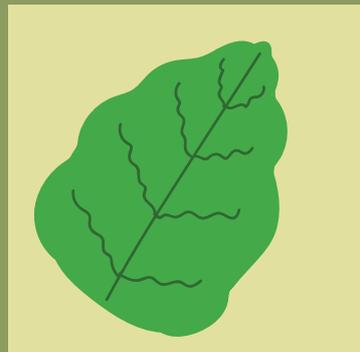
Lírio das praias



Bolota



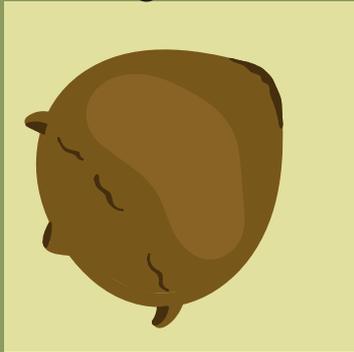
Hortelã



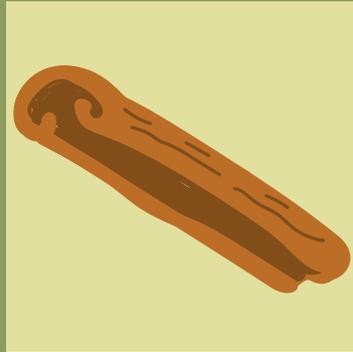
Pisco



Bugalho



Canela



Melro



Caranguejo



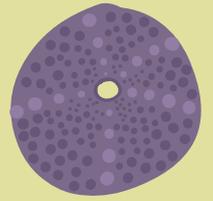
Pardal



Erva príncipe



Ouriço do mar



Carvalho



Pinha



Mexilhão



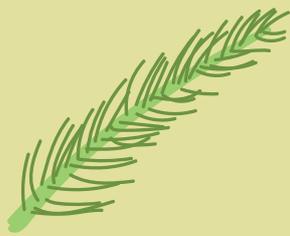
Rola-brava



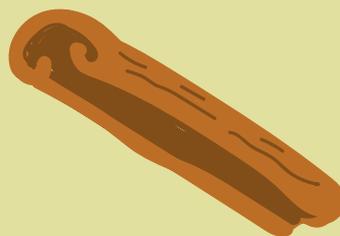
Osso de choco



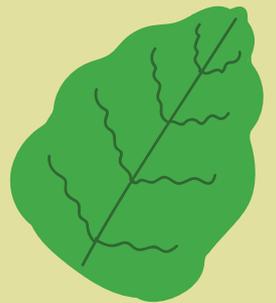
Alecrim



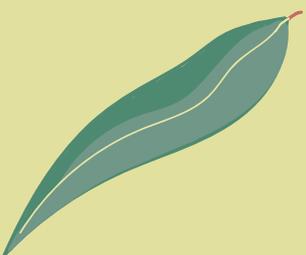
Canela



Hortelã



Eucalipto



Loureiro



Carvalho



Pardal





Tenho penas pretas, bico amarelo ou laranja, mas só se for macho. Sou bom cantor.

Quem sou?

R: Melro



Dizem que o primeiro milho é para mim.

Nunca ando sozinho e posso ser visto tanto no campo como na cidade.

Quem sou?

R: Pardal



Tenho o rosto e o peito laranja.

Canto bem e afinado, sobretudo se for fêmea.

Quem sou?

R: Pisco de peito ruivo



Já levei cartas e ramos de oliveira.

Faço ninho nos beirais das igrejas, mas também posso ser selvagem.

Quem sou?

R: Pomba



Venho de África e chego com a primavera.

Costumo cantar assim: cucurru.

Quem sou?

R: rola brava

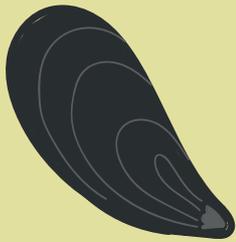


A lula sem mim não flutua e dão-me aos canários para o bico ficar mais forte.

Venho até à praia com as ondas.

O que sou?

R: Osso de lula



Estou nas rochas agarrado e se me pisares corto-te o pé. A minha concha é escura.

Filtro a água do mar para comer.

Quem sou?

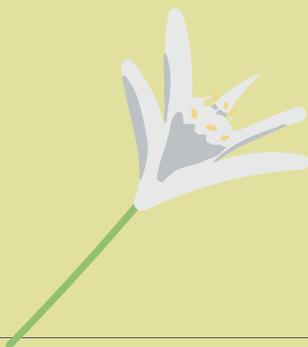
R: Mexilhão



Tenho pinças e ando de lado. Mudo de casca quando o meu corpo cresce.

Quem sou?

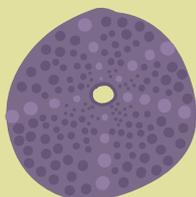
R: Caranguejo



Sou branco e bonito. Cresço nas dunas da praia. As minhas sementes vão com o vento e com o mar.

Quem sou?

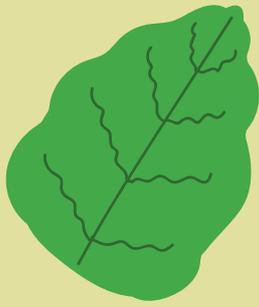
R: Lírio das praias



Cuidado comigo! Se me pisares pico-te. Estou sossegado entre poças ou agarrado às pedras, na praia. O meu esqueleto é bonito e redondo.

Quem sou?

R: Ouriço do mar



Sou perfumada e faço bem à respiração e à flatulência. Há quem goste do meu aroma nas chicletes e na pasta de dentes. Também faço um bom chá.

Quem sou?

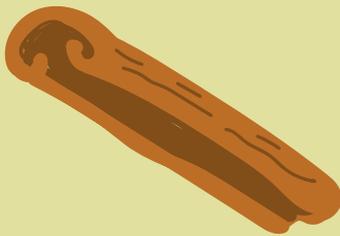
R: Hortelã



Tenho uma canção: "... aos molhos, por causa de ti choram os meus olhos." Faço bem às dores de cabeça e sou um bom tempero em alguns pratos.

Quem sou?

R: Alecrim



Vim da Ásia há muito tempo e hoje tempero leite creme, aletria e arroz doce. Ajudo a diminuir os diabetes e dou um gostinho especial ao café.

Quem sou?

R: Canela



Sou erva, mas com a realeza no nome. Cresço em alguns jardins e comigo fazem infusões muito perfumadas. Ajudo a combater infecções de pele.

Quem sou?

R: Erva príncipe



Sou o fruto do carvalho e muito apreciada por porcos e outros animais.

Quem sou?

R: Bolota



Não confundam alhos comigo! Devia ser bolota, mas não sou. Nasço nos carvalhos com a picada de alguns insetos. Se me partires, pode ser que os encontres dentro de mim. Quem sou?

R: Bugalho



Faço brasas e fogueiras quando estou seca. Caio dos pinheiros e há quem me colha para me tirar pinhões.

O que sou?

R: Pinha



Dou bolotas e bugalhos. No Outono as minhas bonitas folhas pintam-se de várias cores e passo o Inverno "careca".

Quem sou?

R: Carvalho



Nunca perco as folhas, seja Verão ou Inverno. As minhas folhas são muito apreciadas no arroz e nos assados.

Quem sou?

R: Loureiro



Vim de muito longe, da Austrália. As minhas folhas são perfumadas e se as ferveres o seu vapor é bom para a respiração.

Quem sou?

R: Eucalipto