# PALABRAS MAYORES

PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO INTEGRAL A ADULTOS MAYORES

LOBERÍA
GOBIERNO LOCAL

## *Superar a la adversidad: resiliencia*

Pocas veces ha sido más necesario que ahora resistir a la adversidad. …

Como consecuencia de la crisis provocada por el coronavirus el mundo se … enfrenta a una situación insólita. La preocupación se extiende y no es fácil … encontrar el punto de equilibrio entre la calma y el miedo. …

En medio de la inquietud, se oye hablar cada vez más de resiliencia. Es un … concepto poco familiar, que según el diccionario hace referencia a la … capacidad de adaptación de un ser vivo a un estado o situación adversos. …

El término proviene del mundo de la Física y describe la capacidad de … transformación de algunos metales al aplicarles presión. La Psicología lo … ha adoptado como reflejo de la fortaleza que se adquiere tras superar … condiciones extremas. …

No se nace resiliente; es una cualidad que se aprende y se desarrolla. En … la vida real hay momentos con decepciones, agravios, rupturas o pérdida … de seres queridos en los que priman la frustración, la impotencia o la … tristeza. Y saber superarlos y seguir adelante nos convierte en resilientes. …

Repase atentamente la lectura; después, escriba a la derecha cuántas veces aparece la letra p (pe) en cada línea y súmelas. …

**Construya palabras con todas las letras que forman PERMISO o al menos 6 de ellas.**

_____ _____ _____

_____ _____ _____

_____ _____ _____

_____ _____ _____

_____ _____ _____

**¿Cuánto suman los números números divisibles por 3?**

_____

11 7 13 22 6 20

8 30 40 1 19 41

5 29 10 16 34 25

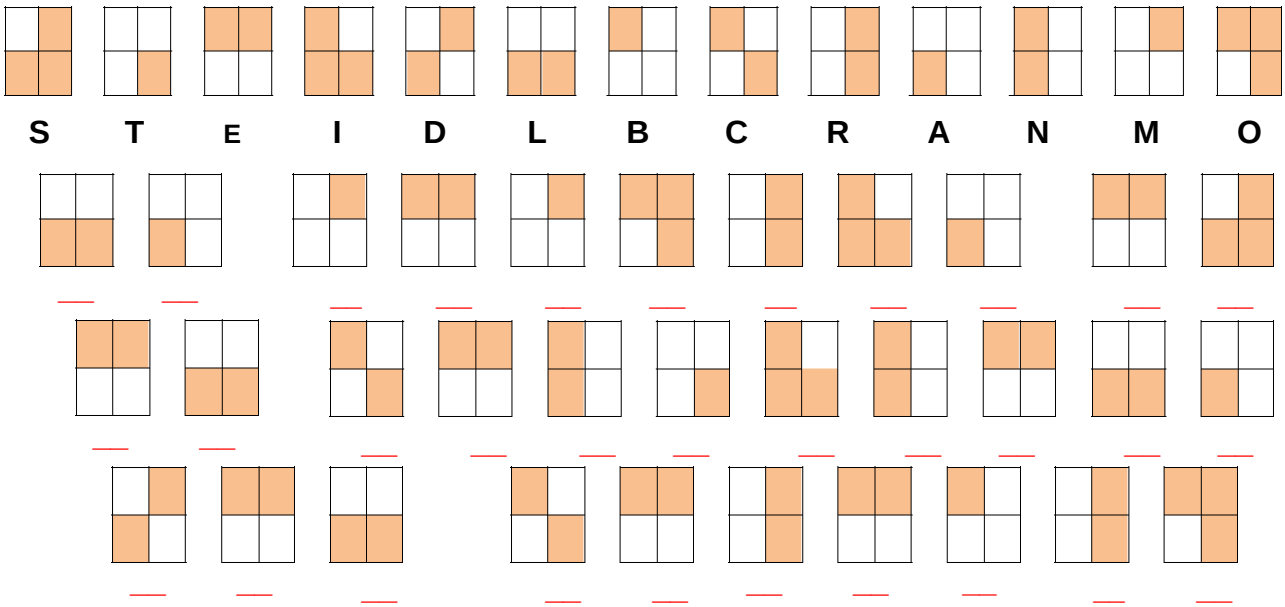
35 18 41 23 28 2

11 26 17 38 12 40

9 14 4 31 37 43

**Reemplace los cuadros por las letras correspondientes y descubra una frase de W. Shakespeare.**

_____



**Sustituya cada signo por el número indicado y**

**realice las sumas que aparecen en cada fila.**

| ↙ = 7 | → = 6 | ↘ = 4 | ↓ = 5 | ← = 3 | ↑ = 1 |
|---|---|---|---|---|---|

9 + 8 +↓+2 + 12 + ↙+10 +←+11 + 14 = __

→ + ↑ + 8 + 15 + ← + 2 + 8 +16+ 2 + ↘ =__

17 + 10 + 2 + 8 + ↓+11+ ↑+↘+ 10 + 8 =__

**Señale en qué se asemejan y diferencian los términos de la izquierda.**

| | **Semejanzas** | **Diferencias** |
|---|---|---|
| Sal / Azúcar | _____ | _____ |
| 1/10 | _____ | _____ |
| Tío / Tía | _____ | _____ |
| Subir / Bajar | _____ | _____ |
| Nilo / Sena | _____ | _____ |
| Blanco / Negro | _____ | _____ |
| A / Z | _____ | _____ |

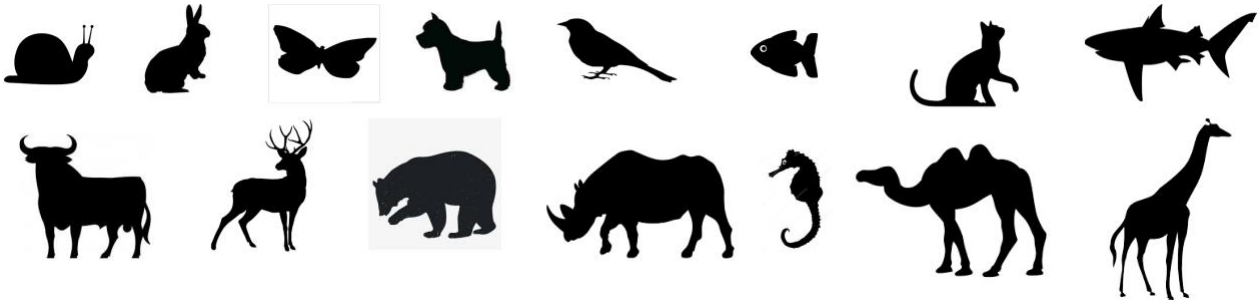
**Complete una frase de Cicerón con las letras adecuadas**

__U____TO __Á__ __R__ND__ L__

__IF__C__L____D, M____OR L __ G__O__IA.

_____

**Observe atentamente las siluetas de los animales y conteste las preguntas.**



¿Cuántos no son mamíferos? __ ¿Cuántos no tienen plumas? __

¿Cuántos no vuelan? __ ¿Cuántos no tienen patas? __

**Subraye cada una de estas palabra e indique cuántas veces aparece.**

| | | | |
|---|---|---|---|
| MENTA __ | TEMAN __ | METAN __ | MATEN __ |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| M | E | T | E | M | A | N | M | E | T | N | A | M | E | T | M | E | N | T | A | M |
| E | N | M | E | M | A | N | T | M | E | T | A | N | M | E | T | N | T | A | N | M |
| T | M | A | T | E | N | T | E | N | M | E | N | M | E | T | E | M | A | N | M | E |
| T | M | A | N | E | T | A | N | M | E | N | T | A | M | A | N | T | A | N | M | E |
| N | E | T | T | E | M | A | N | M | A | N | T | E | M | E | N | M | E | T | A | N |
| M | A | N | T | A | M | E | N | M | E | T | A | N | M | E | N | T | M | E | T | E |
| M | E | N | T | A | T | E | N | E | M | E | N | T | N | T | E | M | A | N | T | E |
| N | N | E | M | E | N | M | E | N | T | A | M | A | N | T | E | T | A | N | M | A |
| E | M | E | N | T | A | M | E | T | A | M | A | M | E | N | T | A | T | E | N | M |
| A | N | E | N | T | A | M | T | E | M | A | N | M | E | M | E | M | A | T | E | N |

## *Retirar el carnet de conducir*

La polémica sobre los conductores de mayor edad asoma cada cierto … tiempo como noticia. Y es que hay quién opina que las personas mayores … no deberían conducir, porque suponen un riesgo para la seguridad vial. …

Es cierto que la vejez se acompaña de un declive de las competencias … funcionales; la capacidad de reacción decrece y los reflejos son más … lentos. Sin embargo, los conductores mayores lo compensan con una … valoración del riesgo más acusada. …

Los mayores al volante no son un peligro en sí mismos. Y las cifras sobre … accidentes lo ponen de manifiesto. La DGT (Dirección General de Tráfico) … no contempla un tope de edad en las normas de circulación. No … obstante, al cumplir los 65 años, reduce el plazo de renovación del carnet … de conducir, que pasa de 10 a 5 años. …

El problema no es tanto la edad como las circunstancias que la rodean. La … más importante es la de conservar la aptitud para manejar un vehículo. Y … aceptar el momento en que esta disminuye no es fácil, pero sí ineludible. …

Repase atentamente la lectura; después, escriba a la derecha cuántas veces aparece la letra d (de) en cada línea y súmelas. …

**Rellene las casillas vacías, sabiendo que el número escrito en cada una es la suma de las dos que tiene debajo.**

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | |
| | | 122 | | | | |
| | | | 61 | 53 | | |
| | 30 | | | | 23 | |
| 15 | | 16 | | 9 | | |
| | 8 | 7 | 9 | | 4 | |
| 1 | | 2 | 5 | | 1 | |

**Escriba palabras que contengan tres veces la letra o, como cocodrilo.**

_____ _____

_____ _____

_____ _____

_____ _____

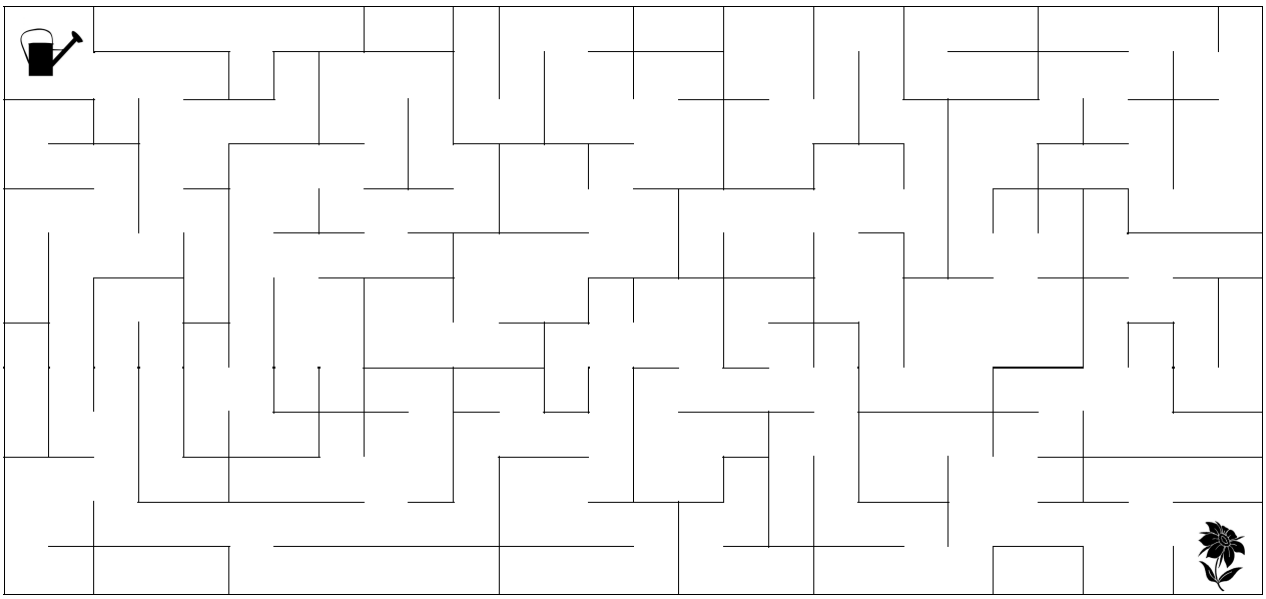
_____ _____

_____ _____

_____ _____

_____ _____

**Coloree el camino que une la regadera con la flor.**



**Señale cuáles de estas operaciones son correctas.** _____

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A. | 20 | + | 7 | + | 12 | + | 1 | + | 16 | + | 9 | + | 20 | = 86 |
| B. | 21 | + | 6 | + | 14 | + | 3 | + | 15 | + | 8 | + | 21 | = 88 |
| C. | 22 | + | 5 | + | 15 | + | 4 | + | 14 | + | 7 | + | 22 | = 90 |
| D. | 23 | + | 4 | + | 16 | + | 5 | + | 13 | + | 6 | + | 23 | = 92 |
| E. | 24 | + | 3 | + | 17 | + | 6 | + | 12 | + | 5 | + | 24 | = 94 |
| F. | 25 | + | 2 | + | 18 | + | 7 | + | 11 | + | 4 | + | 25 | = 95 |
| G. | 26 | + | 1 | + | 19 | + | 8 | + | 10 | + | 3 | + | 26 | = 93 |

**A cada palabra del cuadro derecho le falta una letra con respecto al izquierdo, escriba en el centro cuál es y descubra con ellas una profesión.** _____

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| I | N | C | O | L | O | R | O | ____ | C | O | L | O | R | Í | N |
| L | L | A | N | E | A | D | O | ____ | A | L | D | E | A | N | O |
| G | U | S | A | N | E | R | A | ____ | A | S | E | G | U | R | A |
| L | A | V | A | D | E | R | O | ____ | R | E | L | A | V | A | D |
| T | E | S | I | T | U | R | A | ____ | S | I | T | U | A | R | É |
| G | L | O | B | U | L | A | R | ____ | B | A | R | U | L | L | O |
| I | N | C | Ó | M | O | D | O | ____ | C | O | M | O | D | Í | N |
| A | R | S | É | N | I | C | O | ____ | S | I | N | C | E | R | A |
| D | E | S | T | A | C | A | R | ____ | C | A | R | E | T | A | S |
| L | A | B | R | A | D | Í | O | ____ | L | I | B | R | A | D | A |

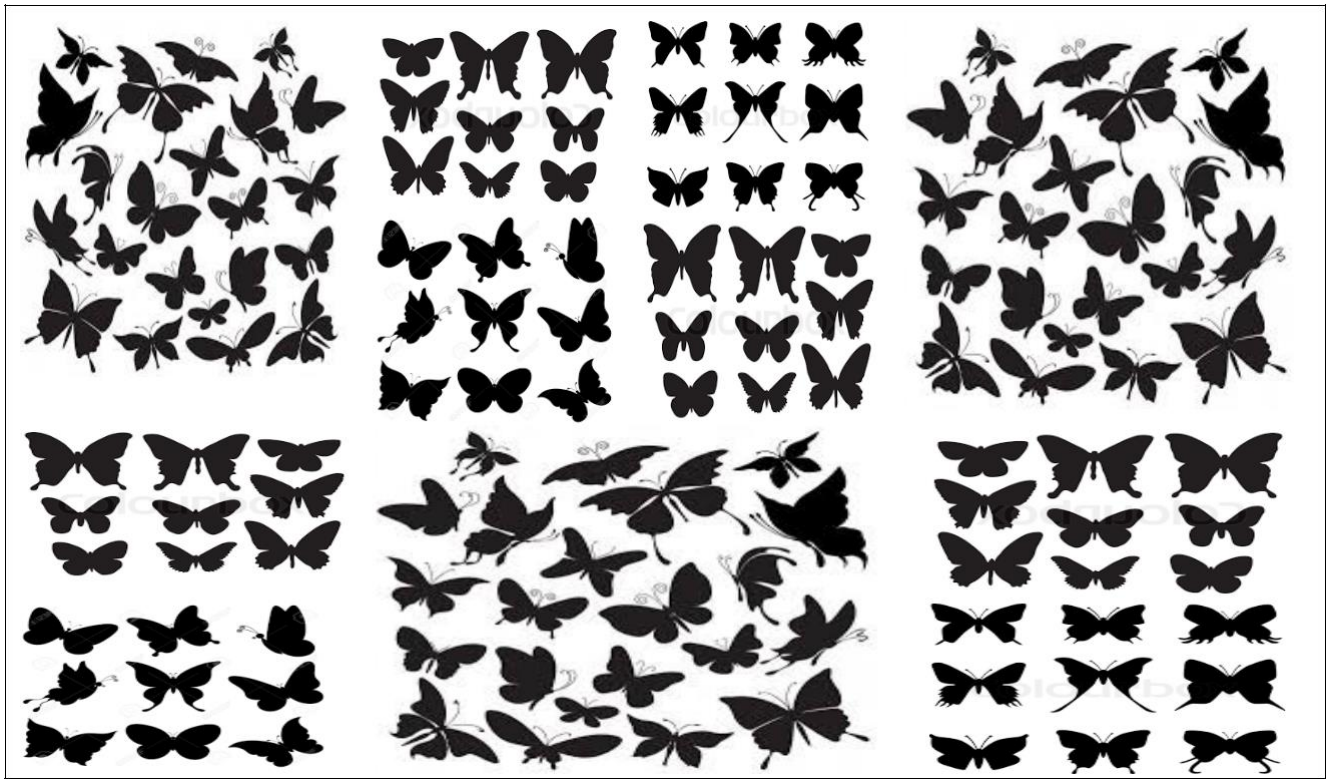
**Escriba ordenada esta frase del filósofo Voltaire.**

UNA COLOCADA MAL ESTROPEA PALABRA

PENSAMIENTO MÁS EL BELLO

_____

**Escriba a la derecha el número de mariposas del cuadro. _____**



**Realice las operaciones necesarias para averiguar cuántos lados suman 3 triángulos, 4 cuadrados y 5 rectángulos?**

_____

_____

## *Mayores que ganan la partida al coronavirus*

También hay mayores que ganan la partida; el coronavirus no les puede a todos. La COVID-19 se ceba con las personas más débiles. Y no es fácil superar el ataque. Los mayores son el grupo de edad que se lleva la peor parte: la mala salud de muchos les condena.

Pero no todo son malas noticias. Por fortuna, hay sitio para la esperanza. Y no faltan ejemplos que lo señalan. El primero sale a la luz el día 8 de febrero, en China. El protagonista es un anciano de 91 años; poco después, lo hace otro de 100, aunque la prensa no da sus nombres.

La lista se amplía el 23 de marzo en Italia con Alma, de 95 años; sigue en Madrid al día siguiente con Mª Antonia, de 79, y Pepita, de 95, el día 31. Este mismo día, en Sevilla, se habla de Antonio, de 98. Y el 6 de abril, más reciente, de Guadalupe y José, ambos de 88, en Guadalajara.

Son un puñado de mayores cuyas historias han trascendido a la prensa. Sin embargo, no hay duda de que muchos más han logrado vencer a la enfermedad. Y esto supone un motivo de alegría. ¡Ánimo a todos!

Repase atentamente la lectura; después, escriba a la derecha cuántas veces aparece la letra n (ene) en cada línea y súmelas.

**Ordene por orden alfabético las palabras escritas debajo.**

**(consulte las letras del abecedario solo en caso de duda)**

ABCDEFGHIJKLMNÑOPQRSTUVWXYZ

Pesca, luz, zorro, regalo, dedal, abeja, flauta, tabla, hierba, esquina, ojo, sorpresa, garganta, ingenio, nevera, sonido, berza, persona, miel, jabalí.

**1)** _____ **2)** _____ **3)** _____ **4)** _____

**5)** _____ **6)** _____ **7)** _____ **8)** _____

**9)** _____ **10)** _____ **11)** _____ **12)** _____

**13)** _____ **14)** _____ **15)** _____ **16)** _____

**17)** _____ **18)** _____ **19)** _____ **20)** _____

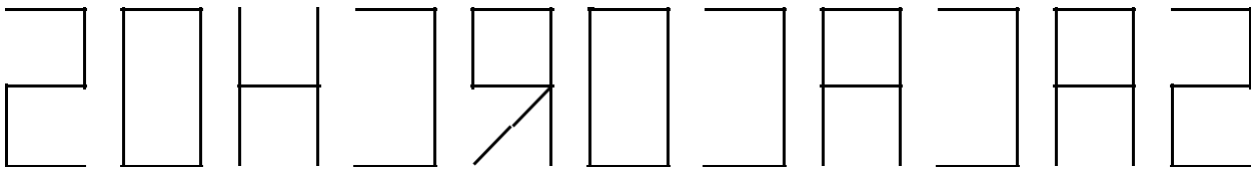
**Disponga estos números de menor a mayor.**

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1189 | 2543 | 564 | 1547 | 2046 | 3040 | 918 | 2758 | 2915 |
| 832 | 3292 | 1911 | 2816 | 1243 | 2318 | 1742 | 750 | 1031 |

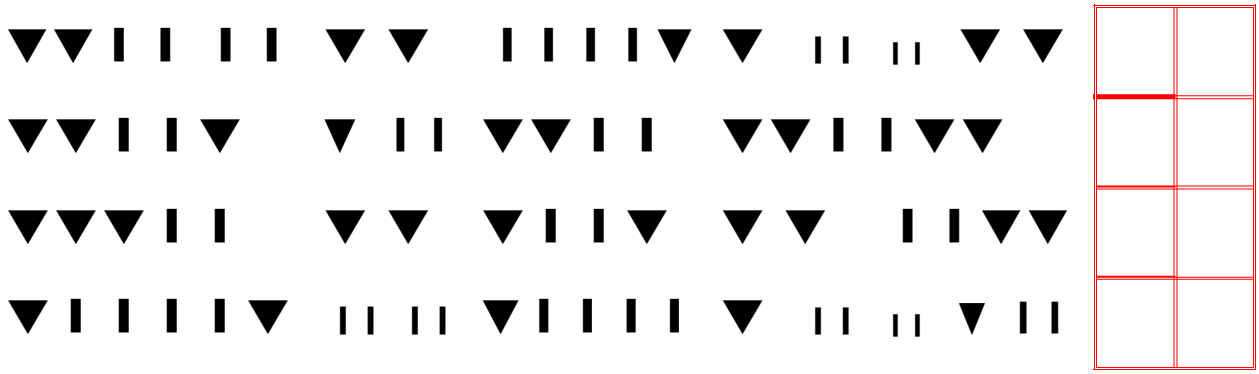
_____

_____

**¿Qué palabra es esta?** _____



**Siguiendo la secuencia establecida en cada fila, complete el cuadro vacío con la figura correcta.**



**Debajo se esconden nombres desordenados e incompletos de escritores; descubra cuáles son utilizando todas las letras del cuadro una sola vez.**

| |
|---|
| YLROMFQBTVIESANPE |

**A R C A C A D E NDELA** _____

**D E C E R I G U ELVAN** _____

**D O R C S C O D EUEVE** _____

**P I O L O D E E GACAR** _____

**Escriba el nombre de 15 elementos de jardinería**

_____ _____ _____ _____ _____

_____ _____ _____ _____ _____

_____ _____ _____ _____ _____

**Coloree cuatro cuadros que sumen 200.**

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 27 | 13 | 43 | 15 | 84 | 79 | 42 | 91 | 46 | 100 |

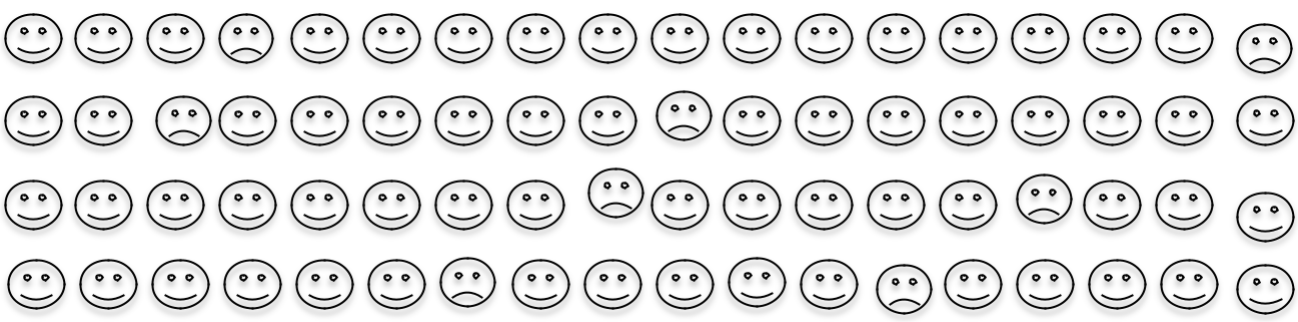
**Relacione ambas columnas y escriba en los espacios vacíos los números correspondientes.**

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | Olor | ___ | Pelota |
| 2 | Música | ___ | Perfume |
| 3 | Bombilla | ___ | Coche |
| 4 | Número | ___ | Llanto |
| 5 | Tristeza | ___ | Guitarra |
| 6 | Fútbol | ___ | Lluvia |
| 7 | Moneda | ___ | Papel |
| 8 | Paraguas | ___ | Luz |
| 9 | Lápiz | ___ | Euro |
| 10 | Gasolina | ___ | Cinco |

**Señale las cifras menores de 50 situadas inmediatamente antes del número 32.**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 70 | 32 | 43 | 31 | 60 | 74 |
| 50 | 11 | 61 | 32 | 49 | 32 |
| 19 | 32 | 7 | 33 | 13 | 4 |
| 57 | 48 | 32 | 45 | 66 | 32 |
| 5 | 62 | 32 | 8 | 59 | 71 |
| 44 | 53 | 32 | 67 | 27 | 32 |
| 2 | 75 | 32 | 16 | 32 | 54 |
| 47 | 14 | 55 | 9 | 68 | 32 |
| 58 | 32 | 73 | 64 | 32 | 42 |
| 76 | 32 | 46 | 32 | 56 | 15 |

**¿Cuántas caras sonríen y cuántas no?** **Sí** _____ **No** _____



Baltasar de Alcázar (Sevilla 1530 – Ronda 1606).
Poeta del Siglo de Oro de escritura burlona y festiva.

Deseáis, señor Sarmiento, …
saber en estos mis años, …
sujetos a tantos daños, …
cómo me porto y sustento. …

Yo os lo diré en brevedad, …
porque la historia es bien breve, …
y el daros gusto se os debe …
con toda puntualidad. …

Salido el sol por oriente …
de rayos acompañado, …
me dan un güevo pasado …
por agua, blando y caliente. …

Con dos tragos del que suelo …
llamar yo néctar divino, …
y a quién otros llaman vino …
porque nos vino del cielo. …

Cuando el luminoso vaso …
toca en la meridional, …
distando por un igual …
del Oriente y del Ocaso, …
me dan asada y cocida …
una gruesa y gentil ave, …
con tres veces del suave …
licor que alarga la vida. …

Después que cayendo, viene …
a dar en el mar Hesperio, …
desamparado el imperio …
que en este horizonte tiene, … me
suelen dar a comer …
tostadas en vino mulso, …
que el enflaquecido pulso …
restituyen en su ser. …

Luego me cierran la puerta, …
yo me entrego al dulce sueño; …
dormido soy de otro dueño: … no
sé de mi nueva cierta. …

Hasta que, habiendo sol nuevo …
me cuentan cómo he dormido: … y
así de nuevo les pido …
que me den néctar y güevo. …

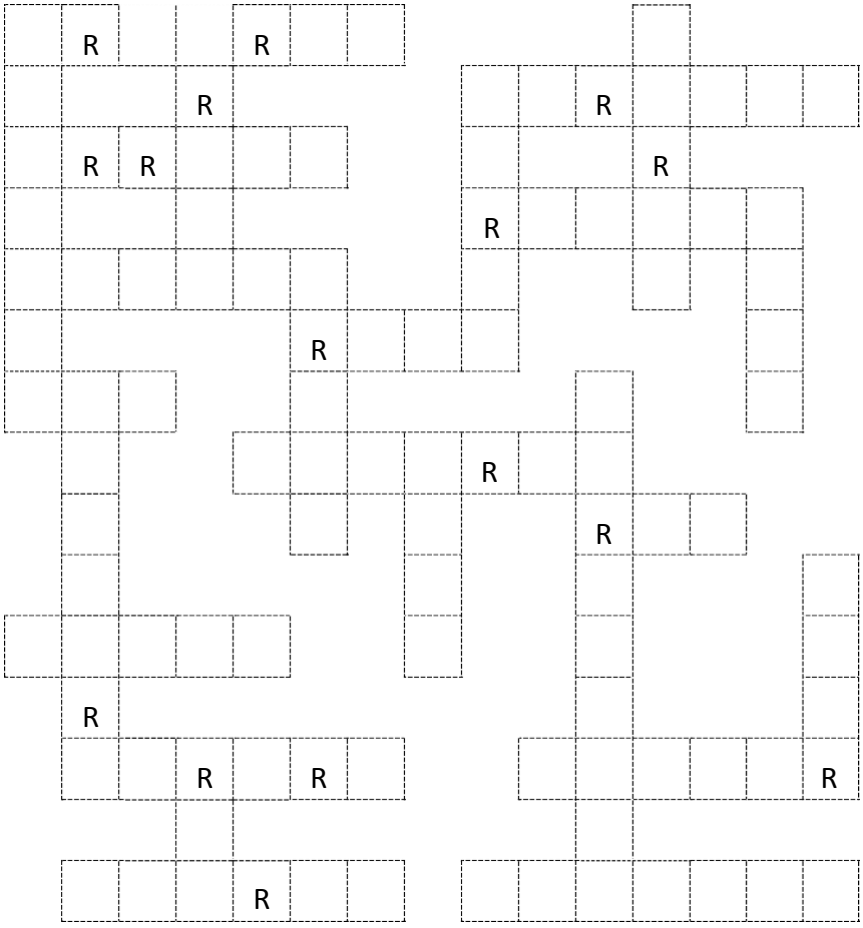
Ser vieja la casa es esto; …
veo que se va cayendo; …
voile puntales poniendo, …
porque no caiga tan presto. …

Más todo es vano artificio: …
que presto me dicen mis males …
han de faltar los puntales …
y allanarse el edificio. …

Repase atentamente la lectura; después, escriba a la derecha cuántas veces aparece la letra u en cada línea y súmelas.

Inserte las palabras de la izquierda en los cuadros vacíos, teniendo en cuenta la posición de la letra R.

Racimo,
lectura, ajetreo,
abril, horquilla,
culto, adorno,
teja, clamor,
ojal, plátano,
res, azucena,
rana, armario,
río urraca,
carpa, araña,
estaño, oreja,
ala,
peor, aurora,
corbata,




Subraye cada cifra situada junto a su inmediata anterior; por ejemplo, 280, 299, 300, 350, 354, 557, 358.

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 350 | 352 | 354 | 357 | 359 | 360 | 362 | 364 | 365 | 368 |
| 373 | 375 | 376 | 378 | 380 | 382 | 383 | 385 | 387 | 390 |
| 392 | 393 | 395 | 397 | 399 | 403 | 405 | 407 | 410 | 411 |
| 413 | 415 | 417 | 420 | 421 | 425 | 427 | 428 | 430 | 432 |