

# Kit de Entretenimento

## Estímulo Cognitivo para Seniores



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

# PALAVRAS CRUZADAS

A cada fruta está associado um número.  
Escreva o nome da fruta na grelha numerada.

1



2



3



4



5



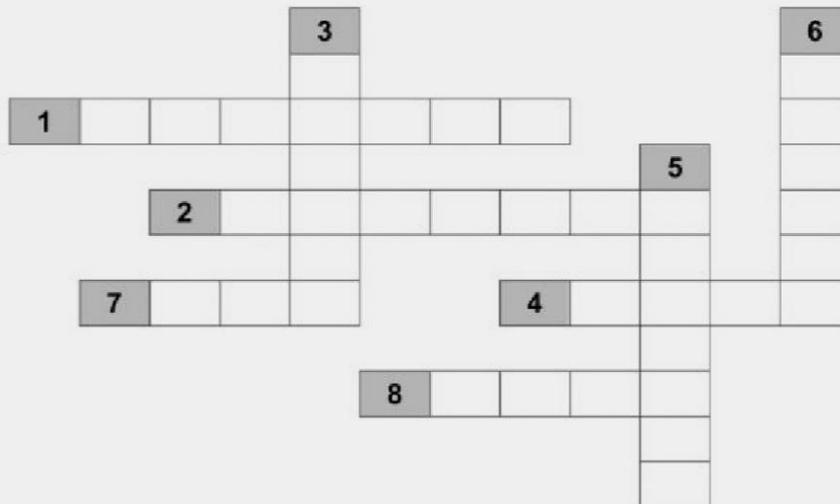
6



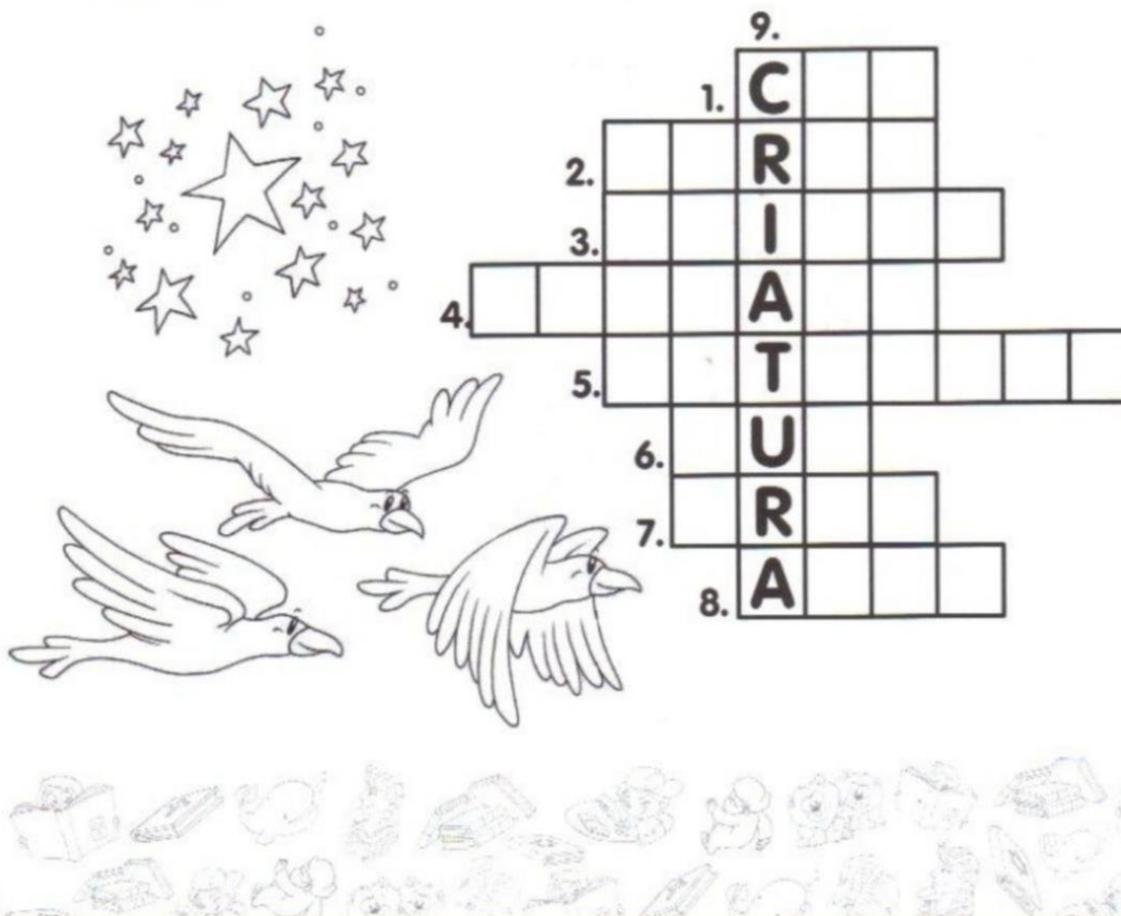
7



8



1. LUGAR ONDE DEUS VIVE, CONHECIDO COMO "TRONO DE DEUS".  
ISAIAS 66:1
2. DEUS ORDENOU QUE APARECESSE LOGO DEPOIS DO MAR. GÊNESIS 1: 9 E 10
3. FORAM CRIADOS PARA VIVER NA ÁGUA.
4. FORAM CRIADOS PARA VIVER NA TERRA.
5. FORAM CRIADAS PARA BRILHAR DE NOITE.
6. FOI CRIADA JUNTO COM O SOL.
7. FOI CRIADA POR DEUS PARA SER ALIMENTO. GÊNESIS 1:11
8. FORAM CRIADAS PARA VOAR.
9. TUDO SER CRIADO OU OBRA DA CRIAÇÃO É CHAMADO DE CRIATURA.



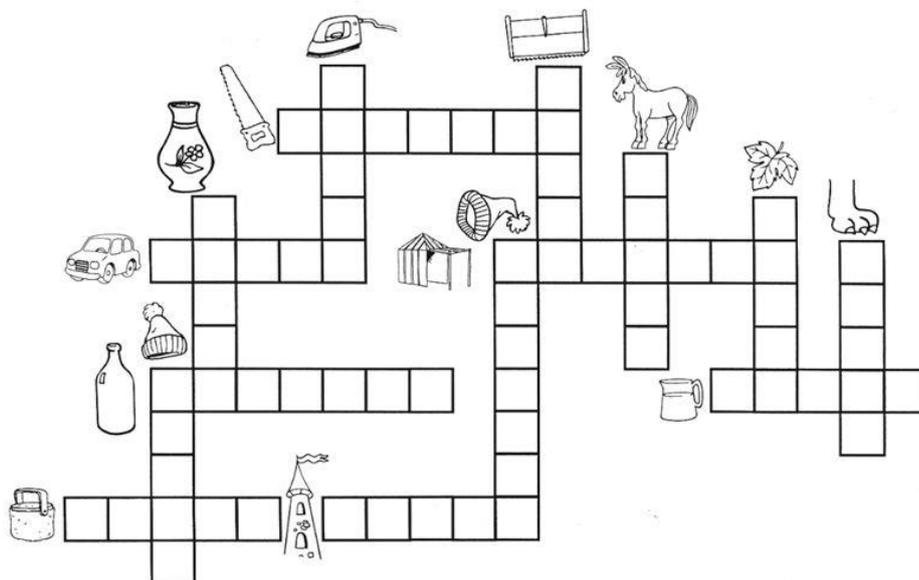
SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

Nome	
Data	

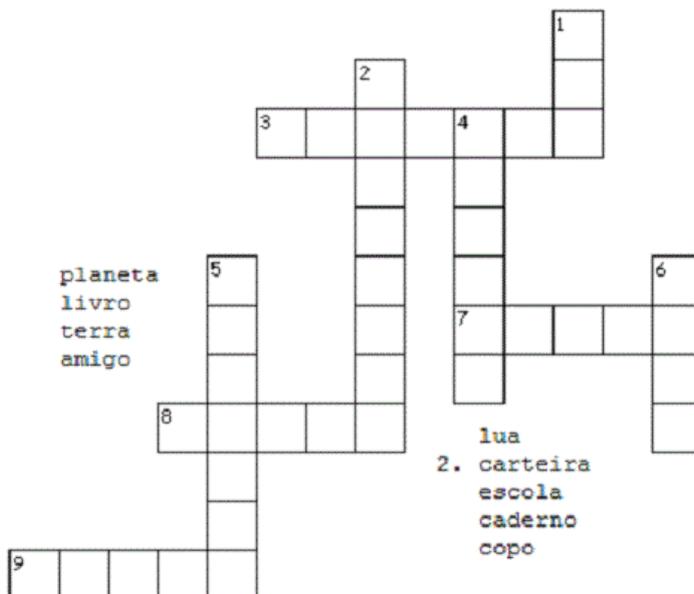
## Língua Portuguesa com Palavras Cruzadas

1 Escreve as palavras com rr.



## Palavras Cruzadas

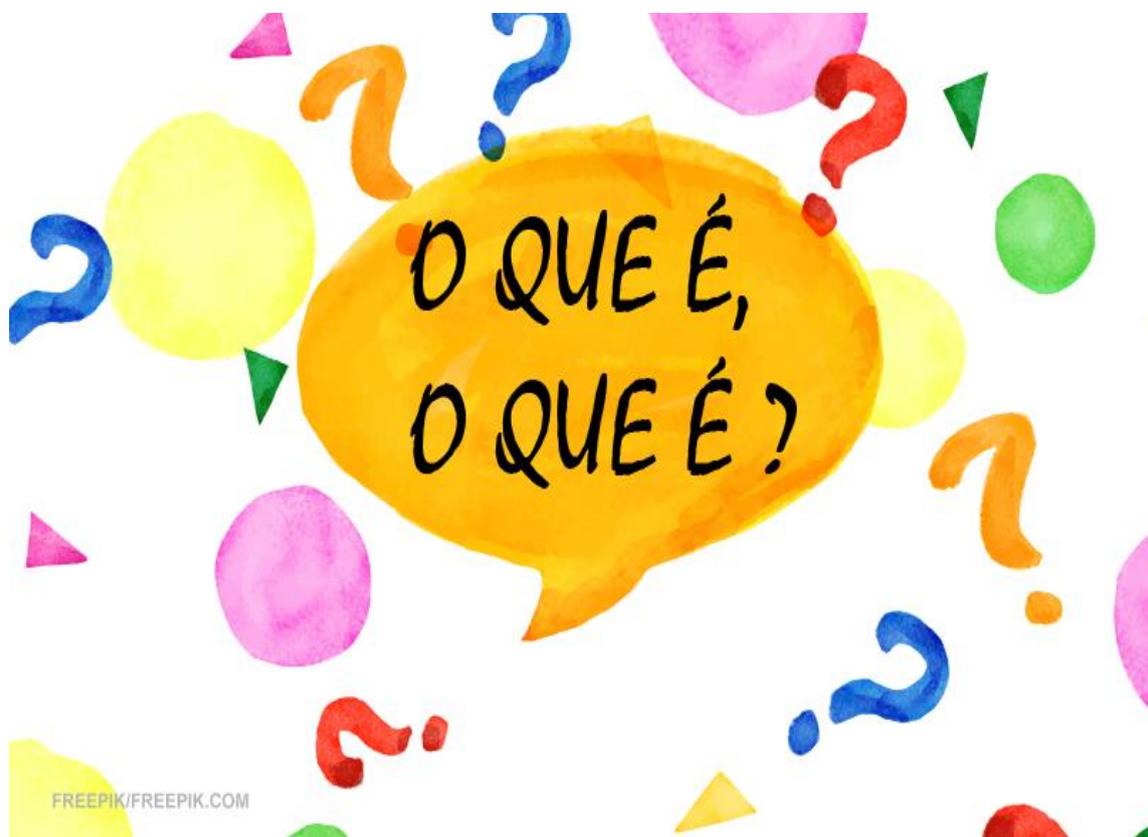
Encaixe as palavras nos espaços correspondentes.



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

# ADIVINHAS



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

# ADIVINHAS...



Continuar



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

Cada imagem numerada é resposta a uma ADIVINHA.  
Descubra a resposta das adivinhas e numere-as.



Com dentes deste tamanho,  
não sei por que vou à mesa,  
todo bocado que apanho,  
tomam de mim com certeza.  
O que sou?



Qual é a coisa, qual é ela,  
que tem asas e gosta de milho,  
gosta de praças e de estátuas,  
e quando trabalha é correio?



Qual é coisa, qual é ela,  
que tem uma perna mais  
comprida que a outra,  
e noite e dia anda sem parar?



Qual é o animal  
que traz sempre  
a sua casa às costas?



Qual é a coisa, qual é ela,  
que sendo preto ou branco,  
de noite é sempre pardo,  
escaldado e tem medo de  
água fria?



Qual é coisa, qual é ela,  
que tem cabeça mas não é  
gente, e tem dente,  
mas não é pente?



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

## ADIVINHAS... ESSA SÃO PARA BONS DETETIVES



PARA REVOLVER ESTAS ADIVINHAS, SIGA  
ESSAS DICAS....  
1. LEIA OU ESCUTE AS PERGUNTAS E AS RESPOSTAS;  
2. ESCOLHA A QUE LHE PAREÇA CERTA;  
3. DISCUTA COM SEU AMIGO SUA ESCOLHA;  
4. CIRCULE A PALAVRA QUE VOCÊS ESCOLHERAM.

### O QUE É, QUE É..

...QUANTO MAIOR MENOS SE VÊ?

ESCOVA          ESCURIDÃO          ESPADA

... ENCHE UMA CASA, MAS NÃO ENCHE UMA MÃO?

BOTA          BOLSO          BOTÃO

... NÃO PORTA NEM JANELA; DONA CLARA MORA NELA?

UVA          OVO          OSSO

.. A MÃE É VERDE, A FILHA É ENCARNADA, A MÃE É MANSA,  
A FILHA É DANADA

POMADA          PIMENTA          PICADA

...PASSA A VIDA NA JANELA E MESMO DENTRO DE CASA  
ESTÁ SEMPRE FORA DELA

BOTÃO          ROJÃO          ANÃO

... SÃO LUZES MAS NÃO TEM FIO. SÃO QUIETAS E AGITADAS,  
SE DORMEM DE DIA À NOITE PASSAM ACORDADAS?

ESTADOS          ESTUDOS          ESTRELAS

## ADIVINHAS



**MARQUE A RESPOSTA CERTA DE CADA ADIVINHA.**

**O QUE É, O QUE É...**

**TEM CINTURA FINA  
E PERNAS LONGADAS.  
VIVE TOCANDO CORNETA  
E LEVANDO BOFETADAS?**

- PERNILONGO**
- ARARA**
- PAPAGAIO**

**O QUE É, O QUE É...**

**NASCE NA ÁGUA E NA ÁGUA CRESCE,  
SE JOGAR NA ÁGUA, DESAPARECE?**

- SAL**
- PIMENTA**
- SALADA**

**O QUE É, O QUE É...**

**ABRE E FECHA FEITO JANELA  
MAS NINGUÉM PÕE A MÃO NELES?**

- ALHO**
- OLHO**
- OVO**

**O QUE É, O QUE É...**

**QUANDO DEITAMOS FICA EM PÉ,  
QUANDO ESTAMOS EM PÉ,  
FICA DEITADO?**

- PÁ**
- PÓ**
- PÉ**

39



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

De cera sou feita  
e tenho um pavio.  
Quando me acendem  
tenho bastante brilho.  
Quem sou eu?

Estou muito embrulhadinho  
e enfeitado com um laço.  
Quando me recebem  
dão um beijo e um abraço.  
Quem sou eu?

O que é:  
está duas vezes em um minuto, três  
vezes em um momento e só uma vez  
em cem anos?

À noite no céu me coloco,  
para que me vejam a brilhar.  
Adoro estar lá no céu,  
para o poder cintilar.  
Quem sou eu?

Sou alguém especial  
e brancas asas eu tenho.  
Quando precisarem chamem  
que lá do céu eu venho.  
Quem sou eu afinal?

Estou sempre verde  
de Inverno e de Verão.  
Brilhantes de luzes, no mês  
de Natal, vocês me acharão.  
Quem sou eu afinal?

Estou na torre da igreja  
e estou sempre a tocar.  
Dou muitas badaladas  
Até me cansar.  
O que é?

Eu sou um bolo colorido,  
com muitos frutos saborosos.  
E um brinde podem encontrar,  
aqueles que forem mais  
gulosos.  
Quem sou eu?



# ANEDOTAS

## ANEDOTA

- **Porque é que o louco toma banho com o chuveiro desligado? Por que ele comprou um champô para cabelos secos!**

Na aula de matemática:

- Joãozinho, quanto é um menos um?  
- Sei não, fessora!  
- Vou dar um exemplo: Faz de conta que em cima dessa mesa tem um pêsego. Se eu comer o pêsego, o que é que fica?

- O caroço, fessora!

kkkkkkkkkk

Um político chega a uma igreja e é abordado pelo padre, que lhe pergunta:  
- Quer confessar os seus pecados, Sr. ministro?  
Responde o político:  
- Eu querer até quero, mas só falo na presença do meu advogado.



Anedotas e Adivinhas

Cheguei para o gerente do banco e disse:

- Meu Deus, para que tanto dinheiro??

E ele respondeu:

- Não é da sua conta!! 🤪



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

O marido fala para sua esposa:  
 - Te prepara que hoje à noite vai ser quente!!!  
 A mulher diz:  
 - Uuuih!!! Jura amor???

O marido responde:  
 - Juro!!! Acabei de quebrar o ventilador!!!



© melhor de melhor - JARRA pt



- Menino João, 50 vacas passam numa cidade. Uma morre, quantas ficam?  
 - Fica uma, as outras seguem viagem.

app - Top Imagens



SOCIOHABITAFUNCHAL  
 EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

# SOPA DE LETRAS

## Materiais

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

LA ARGILA  
SEDA CIMENTO  
COURO FAIANCA  
ALGODAO COBRE  
SISAL PRATA  
MADEIRA BRONZE  
BORRACHA LATAO  
ALUMINIO DURALUMINIO  
OURO  
CALCARIO  
PLASTICO  
PAPEL  
VIDRO  
ACO  
LINHO

## Sopa de Letras de Alimentos

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

ARROZ OVOS  
AVEIA PEPINO  
BATATA PORCO  
BETERRABA QUEIJO  
CEBOLA TOMATE  
CENOURA VITELA  
COUVE  
ERVILHA  
ESPINAFRE  
FAVA  
IOGURTE  
LEITE  
LENTILHA  
MILHO  
NABO



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

## Sopa de Letras de Flores

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

CRAVO  
DALIA  
GIRASSOL  
HORTENCIA  
LIRIO  
MAGNOLIA  
MARGARIDA  
NARCISO  
ORQUIDEA  
ROSA  
TULIPA  
VIOLETA

## Sopa de Letras de Frutas

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

UVAS  
MARACUJA  
ABACAXI  
BANANA  
LARANJA  
MORANGO  
CEREJA  
AMORA  
FRAMBOESA  
MIRTILO  
GROSELHA  
FIGO  
TANGERINA



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo



## Ditos Madeirenses

- Uns comem os figos, outros reventam-lhes os beiços.
- Fama sem proveito faz dores no peito.
- Dedo mindinho, seu vizinho, pai de todos, fura bolos, mata piolhos.
- Quando os porcos bailam, adivinham chuva.
- Quem tem um mato na cabeça, amanhã não vai à missa!
- Laranja de manhã é ouro, ao almoço é prata, à noite mata.
- O sol em fevereiro entontece pintos.
- O sol de março rapa até ao espinhaço.
- O que há mais reles de conhecer é gente.
- Quem come em cordeiro não come em carneiro.
- Não cabem dois proveitos no mesmo saco.
- Nem alto de mais nem com os pés d'arrasto.
- Não há sábado sem sol, nem há noiva sem lençol.
- Não dê o passo antes de chegar à passada.
- Dente mouro, dente mourão toma lá este podre e dá-me outro são.



## Ditos Madeirenses

- Mês de maio, mês de maio, mês da fome, pega este limão verde que em Maio tudo se come.
- Mês de maio, mês da Boaventura, ainda bem não amanhece já lá vem noite escura.
- O Jardim da Serra é a terra da cerejada, quem cá vier no seu tempo não leva a cesta sem nada.
- Em agosto já toda a fruta tem gosto.
- Em tempo de outubro vem o sol e desterra tudo.
- Eu sou o janeiro e espalho o verão, peçam a Deus boa conjunção.
- Eu sou o fevereiro, mês dos temporais, descubro as casas e arrombo os portais.
- Eu sou o março que sempre marejo. Farto as terras de água e desejo.
- Eu sou o abril, mês das flores. Cantam as aves, apertam os calores.
- Eu sou o maio. Devolvo a ventura para quem não guarde uma amassadura.
- Eu não sou nada mas farto a terra com a minha covoadá.
- Eu sou o julho que já dou tudo, encho a cidade, aldeias e tudo.



- Eu sou o agosto, toco guitarra e bebo o vinho à meia canada.
- Eu sou o setembro que tudo recolho: feijão, milho, palha e restolho.
- Eu sou o outubro, mês dos outonos, engrosso as terras e proveito dos donos.
- Eu sou o novembro, o mês dos santinhos em que os lavradores provam os vinhos.
- Eu sou o dezembro que engordo o porco. Com os torresmos regalo o meu corpo.



# PROVÉRBIOS



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

# Expressões populares madeirenses



“ Vou torcer as orelhas!” – arrepender-se.

“Não me atentes mais!” – não me chateies mais.

“Nunca mais fizeram arroz na missa” – desafinar.

“Está uma fadestinha!” – bonito, agradável à vista, que está bem.

“Reles como um cachorro!” - mau

“Deixa’ tar que ela não vai rebentar pelo umbigo” – deixa chorar, gritar, espernear.

“Não lhe cabe um feijão!” – estar contente.



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

“Olha lá, ele não vá me partir o inhame da porta!” – Não tenho medo; as ameaças não me assustam.

“Deu-lhe uma reina!”, “Ele reinou”- zangou-se, chateou-se.

“Não me apilhas!” – Não me apanhas!

“Qu’ atentação!” – Que chatice!

“Vai cair algum burro da rocha em baixo!” ou “Vai azougar algum burro!” – reflete espanto, admiração.

“Ela fez aquilo à rebendita!” – Com maldade.

“Para quem é bacalhau basta!”- é suficiente.

“Vamos ver dar meia-noite.” – ver o fogo de fim do ano.

“Ainda vais ter que comer muito milhinho!” – ainda tens muito que aprender.

“Não vendo ouro ao bandido” – não dar parte fraca, mostrar-se desinteressado.

“Andar pr’a casa” – namorar, noivar.

“Estamos tropicados!” – enganados.

“Ir de balde e vir de selha” – não trazer nada, vir de mãos a abanar.



# Regionalismos

Freima - susto.

Nã fai minga - não faz mal.

Vigia- olha.

Vou-te apilhar - vou apanhar-te.

Aquim - aqui.

Acló - acolá.

A lua tá mingande- está no quarto minguante.

O balaio - cesto.

Masarulho - embrulho mal feito.

Cambolhada - quantidade de peixe enfiado num fio.

Molheilha - proteção para carregar carga à cabeça.

Estepilha - admiração.

Canjirão - caneca grande.

Cezico, polcinha - tipo de candeeiro de folha a petróleo.

Lampião- Candeeiro grande de folha também a petróleo usado pelos pescadores para a pesca e agricultores para regar de noite.

Aurrada - barulho.

Mercar - comprar.



Bambolhão - hematoma.

Aquintrodia - dias antes.

Fazer Calheta - alisar o calhau para varar o barco.

Paral - rolo de madeira para o barco passar por cima.

Enxergar - ver.

Botar - colocar num sítio.

Cangueira - cãibra.

Brindeiro - pão pequeno caseiro para dar às crianças.



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

# CANTIGAS

## **A Menina dos Bordados**

As meninas que têm luxo  
São aquelas dos bordados  
Que fazem os pobres rapazes  
Até mesmo desgraçados.

Enfeitam-se o mais que podem  
Todas as que querem casar  
Rapazes por serem verdinhos  
Começam a vadiar.

Seus pais e suas mães  
Choram na consolação  
Em ver os seus pobres filhos  
Naquela vadiação.

Minha mãe deu-me um conselho  
Mas eu não lhe quis tomar  
Já tenho 18 anos  
Já estou capaz de casar.



Vejo tantas raparigas  
Alguma há-de me agradar  
Principalmente com aquela  
Com quem estou para casar.

Ela é mesmo bonita  
Ela é mesmo engraçada  
Tem um cabelo bonito  
Anda sempre penteada.

As mãozinhas dos bordados  
Andam sempre bem lavadas  
Tem um chapéu na cabeça  
Com fitas penduradas.

Tem um vestido de folhos  
Umas botas torneadas  
Umas meias que lhes esconde  
Umas pernas torneadas.

Um dia o diacho da pequena  
À vizinha se gabou  
Eu vou casar com o fulano  
Porque ele já me falou.



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

Ele é mesmo bonito  
Ele é mesmo engraçado  
Ele também sabe ler  
Que eu já o vi na escola.

E também sabe cantar  
E também tocar viola  
Ambos se foram casar  
Muito bem apaixonados.

O Padre deu-lhes a bênção  
Vão embora estão casados  
Estavam lá no seu banquete  
Chegou-lhe a vizinhança arteira.

Parabéns pelo belo estado  
E venho pelo meu bolo  
Se tem pão dê-me um bocado.

Casados por alguns dias  
Para viver a pão e mel  
No final de 8 dias  
A boca amarga que é fel.



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

Ainda hoje de manhã  
Ouvi uma tira-teima  
Que o dono da casa disse  
Que nos vai deitar na rua.

Que já se deve 2 meses  
E com outro continua  
Mulher de 1000 diachos

O que queres que faça?  
Quando eu casei contigo  
Melhor fora sentar à praça  
Para irmos roubar batatas

Não acho conveniente  
Que o dono pode chegar  
E pode nos malhar  
Para pedirmos esmola

Vai dar muito que falar.  
Eles dizem que somos novos  
Que podemos trabalhar  
O melhor jeito que eu vejo  
Era a gente embarcar.



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

Eu não sou aravanguero  
E não sei atangantar  
Mas digo 2 palavras  
Às que se sentam a bordar.

### **Popular**

Minha mãe mandou-me à lenha  
Peguei em mim e fui ao feno  
Minha mãe deu-me uma malha  
Coitado de quem é pequeno.

Minha mãe mandou-me à lenha  
Trouxe lenha de giesta  
Minha mãe o que mais queria  
Para cozer o pão da festa.



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

## Popular

Era uma vez uma velhinha  
Quase cega coitadinha  
Já mal podia andar  
Encostada ao seu bordão

Sempre olhando para o chão  
Ia na estrada a passar.  
Ouvindo um cão que ladrou  
A pobrezinha parou  
Olhando em roda assustada.  
Quis fugir não conseguiu  
Tentou correr mas caiu  
A pobrezinha coitada.

Nisto surge uma menina  
Viva, formosa, ladina  
Que ao vê-la caída no chão  
Correu logo pressurosa

E à velhinha deu a mão.  
Eu levanto a avozinha,  
A levo à sua casinha  
Onde lhe dói, o que tem?



Diga que eu vou já buscar  
Qualquer coisa p'ra curar  
Vou pedir à minha mãe.  
Não foi nada meu amor

Tu és um anjo, uma flor,  
Ajuda-me só a andar.  
Deus pague a tua bondade  
Com muita felicidade  
Disse a velhinha a chorar.

### **Ilha da Madeira**

Madeira  
É tão linda assim  
É como uma linda rosa  
Plantada no meu jardim.

Madeira toda  
Cercada de mar  
Toda ela é um jardim  
Para os Madeirenses cheirar.



Os que visitam a Madeira  
Ficam muito encantados  
Em ver as lindas montanhas  
E os seus lindos prados.

A Madeira é um jardim  
No mundo não há igual  
Suas belezas não têm fim  
É filha de Portugal.

Nas serras do norte  
Respiramos ar puro  
Eu muito lá passei  
É por isso que eu juro.

Fazem-se muitos remédios  
Com o mel das abelhinhas  
Quando dão à luz os bebês  
As mulheres ficam meninas.

Madeira és  
Para mim um jardim em flor  
Onde colhi muitas flores  
Para o altar do Senhor.



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

Madeira em ti  
Está minha terra natal  
Onde vivi e aprendi  
A fugir de todo o mal.

### **Os dias da semana**

Os seis dias da semana  
Vou mandá-los dividir  
Com cantiguinha de amores  
Menina se queres ouvir.

A Segunda é pelo trevo  
Que nasce pelo chão  
Também o meu amor nasce  
Da raiz do coração.

A Terça é pela rosa  
Que nasce na Primavera  
Desejava de saber  
A tua intenção qual era.

A Quarta é pela água  
Que rega a bela verdura  
Também rega esses teus olhos  
Que têm tanta formosura.



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

A Quinta é pela perpétua  
Que dá flor excelente  
Falo bem ao meu amor  
Às vezes também me mente.

A Sexta é pelo alecrim  
Carregado de flor  
Dentro do meu coração  
Não existe outro amor.

O Sábado é pelo cravo  
Que dá flor encarnada  
Eu só queria um beijinho  
E não queria mais nada.



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

## Os dez mandamentos da lei de Deus

Maria, minha Maria  
Desvenda os meus intentos  
Aprende da minha boca  
Se tu queres os mandamentos.

### I

O primeiro é adorar a Deus  
E não uso como devo.  
Eu amo-te a ti meu bem  
Como se fosse a mim mesmo.

### II

O segundo não jurar  
O seu Santo nome em vão.  
Eu juro-te que não deixo  
Segundo minha intenção.

### III

O terceiro é guardar  
Domingos e dias de festa.  
Por causa de ti meu bem  
Eu cumpro linda promessa.



#### **IV**

O quarto vai pela honra.  
A honra é de quem a tem.  
Guarda-me amor castidade  
Que eu a guardarei também.

#### **V**

O quinto é não matar  
E já estou quase morto.  
Delícia deste corpinho  
Em que estado me tens posto.

#### **VI**

O sexto não te explico  
Bem haveis de me entender.  
A menina há-de ser minha  
E a teus pés hei-de morrer.

#### **VII**

O sétimo não furtar,  
Esse é um grande pecado.  
Só em ti furtar meu bem,  
Nisso não faço reparo.



## VIII

O oitavo não levantar  
Nenhum falso testemunho.  
Por causa de ti meu bem  
Ando nas bocas do mundo.

## IX

O nono não desejar,  
Eu já estou com desejos,  
Quero lograr ricos olhos  
Que eu de frente de mim vejo.

## X

O décimo não cobiçar,  
Já estou com cobiça,  
Que hei-de lograr ricos olhos  
Que eu no Domingo vi na missa.  
Estes dez mandamentos  
Em dois se vão encerrar.  
A menina há-de ser minha  
E em seus pés hei-de acabar.



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

# RIMAS

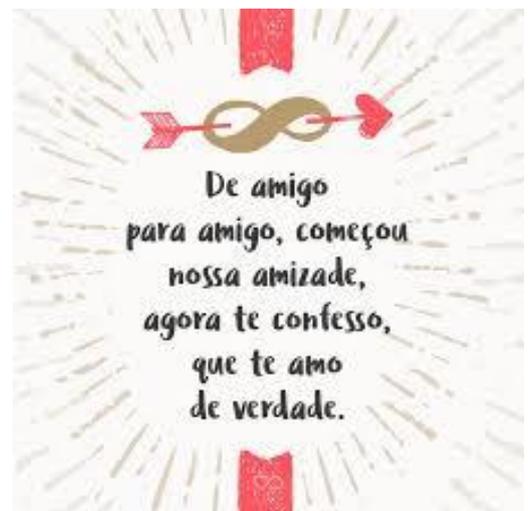
Bonitinha D. Airosa!  
o cravo que é rasteirinho  
tem o valer de uma rosa.  
O meu amor me pediu coisas  
que eu não posso dar.  
Foi a vista dos meus olhos  
mas quem não vê não pode amar.

Chamaste-me feia, feia  
por ser feia não casarei.  
Casai vós que és bonita  
com o amor que eu rejeitei.  
O meu amor me pediu  
dos meus olhos as bolinhas.  
Não sei ele para que quer  
coisinhas tão pequeninas.



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo



# CRENÇAS

- Comichão no nariz quer dizer que vamos reinar!
- Comichão na mão direita significa que vamos receber dinheiro.
- Dizem que as mulheres que têm o segundo dedo do pé maior que o grande, vão mandar no marido.
- Mulher que assobia não tem sorte.
- Quatro coisas que não se deve fazer porque atrasam o casamento:
  - Comer pelo caminho;
  - Comer tudo do prato;
  - Deixar uma gaveta aberta;
  - Ter maravilhas à porta.



# Crenças populares

- Quando as pessoas têm sarampo têm de usar roupa vermelha.
- Numa gravidez, para ver se é rapaz ou rapariga – deixa cair um lenço de papel. Se a futura mãe pega nas pontas é rapariga. Se pega no meio é rapaz.
- Agulha – enfia-se uma linha na agulha e segura-se pela linha, se rodar é menina, se ficar parada é menino.
- Quando aparecem vacas negras é sinal de chuva.
- Derramar sal é sinal que vai haver briga em casa.
- Deixar cair um garfo sinal que um homem quer falar ou visitar a nossa casa.
- Deixar cair uma colher é sinal que uma mulher quer falar ou visitar a nossa casa.
- Quando temos comichão no nariz é sinal que vai chegar dinheiro.



- Se os grilos cantarem é sinal que alguém que vai chegar ou caminhar.
- Se tivermos comichão palma da mão esquerda é sinal que vamos ter de pagar algo.
- Se tivermos comichão na palma da mão direita é sinal que vamos receber dinheiro.
- Se tivermos comichão na sola do pé é sinal que vamos a um sítio que ainda não fomos.
- Zango é dinheiro.



SOCIOHABITAFUNCHAL  
EMPRESA MUNICIPAL

Centro Comunitário São Gonçalo

Ser idoso  
Idoso

Ser idoso  
é ter a coragem de olhar para frente  
E dizer que traz consigo  
um mundo de conhecimento.  
Ser idoso é ser gente.

Ser idoso  
É poder dizer que tem a dádiva da vida  
E o poder da mente  
Que possui uma vasta experiência  
E carrega em sua guarida  
A realização e a gratidão da existência.

Ser idoso,  
É ser alguém consciente  
Pedindo a Deus sempre mais anos de vida  
Para viver com os seus  
e ser uma pessoa querida.

Ser idoso,  
é guardar o que sente  
Do lado bom e ruim das coisas  
Dos momentos que viveu  
E, um dia, tristemente  
Sofreu..  
E num outro dia, alegremente  
Viveu...  
E foi feliz  
Como um sábio aprendiz.

