

Cultura & Lazer

Suplemento especial do informativo Agea - Agosto/2021



Um espaço dedicado à cultura, ao bem-estar e ao lazer



Um Castelo Medieval em São Francisco de Paula

Você sabia que São Francisco de Paula tem um castelo medieval? O Castelo MontSalvat, inspirado na estética dos castelos celtas da Europa setentrional, está situado em meio a uma exuberante área de preservação permanente a apenas 3 km do centro de São Francisco de Paula e a 120 km de Porto Alegre.

O Castelo possui estilo neogótico e, além

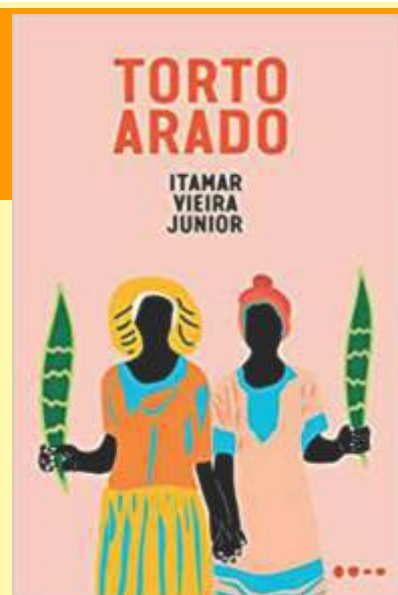
dos jardins inspirados nas vilas italianas da região da Toscana, os visitantes podem conferir o espaço interno composto de múltiplos ambientes, sendo eles: Hall dos Tronos, Mezanino, Stone Chapel e Salão Galahad. O local foi construído para eventos temáticos, mas as visitas de grupos também podem ser agendadas pelo telefone (51) 996860278 ou pelo e-mail: atendimento@castelomontsalvat.com.br.

Dica de livros

TORTO ARADO
Autor: Itamar Vieira Junior

O livro Torto Arado foi o grande destaque da literatura brasileira em 2020. Além de receber vários elogios da crítica literária, conquistou o Prêmio Jabuti de melhor Romance Literário e o Prêmio Oceanos de Literatura. Com certeza é uma boa dica para os amantes da leitura.

A obra Torto Arado conta a história de luta e resistência de duas irmãs que viviam no sertão brasileiro: Bibiana e Belonísia. Unidas a partir de um incidente trágico em que uma perde a língua e fica muda, uma se torna a voz da outra. O livro é dividido em três partes, sendo cada uma delas narrada por uma personagem feminina, demonstrando um forte protagonismo feminino construído em torno de mulheres fortes. De forma envolvente, o autor trata de temas importantes como o trabalho escravo, a luta pela terra e a resistência feminina.



7 DICAS PARA MELHORAR O DESEMPENHO DA SUA MEMÓRIA

Coloque metas, das atividades que pretende realizar no dia, evitando assim o esquecimento de tarefas importantes;

Evite a sobrecarga da atenção, realize uma atividade por vez;

Leia um texto e conte mentalmente quantas vezes determinada sílaba ou palavra apareceu no texto;

Leia uma sequência de três palavras em determinada ordem e depois as repita em ordem inversa;

Realize atividades de cálculo mental, no ábaco, ou soroban, a fim de potencializar o seu desempenho de atenção visual, concentração, raciocínio e cálculo;

Realize atividades de atenção visual: como o jogo dos sete ou oito erros;

Realize atividades que sejam prazerosas para você, evitando assim a sensação de estresse, ansiedade e tristeza.

TIRE SEU DA **CÉREBRO** ZONA DE **CON FORTO**

Encontre a sequência do quadro menor que seja igual no quadro maior.

δ λ π γ ψ ω

δ ψ π γ λ ω δ λ π γ ψ ω
π λ δ γ ψ ω ω λ δ γ ψ π
λ δ π γ δ λ π γ ψ ω λ ω
γ λ π δ ψ ω δ λ π γ ψ ω
ψ λ π γ δ ω π λ ψ γ δ ω
ω λ π γ ψ ρ λ ω π γ ψ ρ

**Não encontrou a resposta?
Solicite pelo WhatsApp do Método
SUPERA IPANEMA:
(51) 99857-5510 e escolha receber
mais desafios.**

SEJA RESPONSÁVEL PELA SAÚDE DO SEU CÉREBRO

**Aumente a qualidade de vida
do seu cérebro com mais**



**reserva cognitiva,
concentração, atenção e
memória**

Garanta a sua autonomia

**Entre em contato com o
Método SUPERA IPANEMA**

(51) 99857-5510

SUPERA Porto Alegre - Ipanema

@superaipanema