Ejercicios para entrenar la mente: la atención

Descifrado de códigos

Ahora nos toca entrenar nuestras habilidades como espía: con la ayuda de la siguiente cuadrícula, nuestra tarea será descodificar la cita de Henry Ford -un industrial estadounidense- oculta en el código de letras y números que figura más abajo.

	1	2	3	4	5
A	a	b	c	d	e
B	f	g	h	i	j
C	k	l	m	n	ñ
D	o	p	q	r	s
E	t	u	v	w	x
F	y	z	.	,	:

~~C2 A1~~ C3 A1 F1 D1 D4 B4 A1 A4 A5 C2 A1 D5 D2 A5 D4 D5 D1 C4 A1 D5

B2 A1 D5 E1 A1 C4 C3 A1 D5 E1 B4 A5 C3 D2 D1 F1 A5 C4 A5 D4 B2 B4 A1 D5

A5 C4 B3 A1 A2 C2 A1 D4 A4 A5 C2 D1 D5 D2 D4 D1 A2 C2 A5 C3 A1 D5

D3 E2 A5 A5 C4 A1 B1 D4 D1 C4 E1 A1 D4 C2 D1 D5

LA _____

_____

_____

_____

Fuente: Cruz Roja Española. Cuaderno de ejercicios físicos y actividades de agilidad mental para personas mayores. Cruz Roja Española en Zaragoza. Departamento de Intervención Social, Programa de personas mayores.