

"Se deseja atingir o ponto mais alto, comece pelo mais baixo."

Ciro

social



A jovem **Emily Feltrin** assoprou as velinhas, junto com toda a galera, ontem. Parabéns!



Letícia Cabreira, ladeada por Eliane Correira e João Lima, completou idade nova na última sexta, recebendo homenagens de amigos e familiares.



Close especial de **Joice Darc**, que ontem apagou velinhas em ritmo de muita festa.



Festa para pequena **Isadora Alves** que comemora hoje, dia 09, mais um aninho de vida ao lado da família.



Quem está em festa hoje é a bela **Sandy Nascimento**. Felicidades e muitos anos de vida!



Sempre em companhia da bela família, a psicóloga **Fabiana Pacheco** comemorou idade nova na última sexta, em meio a inúmeras congratulações.



Selfie da aniversariante **Larissa Freitas**, recebendo o carinho da família e amigos.



Em destaque, Pastor **Marcos Orati** e Pastora **Eloisa Orati**, com a equipe da Nação Mulher, organizadora da "Primeira Conferência Regional Filhas do Rei", evento realizado na Igreja Luz Para os Povos de Fernandópolis, nos dias 4,5 e 6 de junho.



Cássia Lima esteve em festa ontem, recebendo parabéns especiais. No click especial com Jozi Carla e Carla Dayane.

ASSINE *o extra* net

SEU JORNAL DIÁRIO

Fones: (17) 3462-1727 / 3442-2445
E-mail: assinatura@oextra.net

PEÇA AGORA!

■ UM TOQUE DE SAÚDE & BELEZA

Cuidados com a menstruação na endometriose

Amenstruação consiste na eliminação do endométrio, camada que reveste o útero e se desgrana quando não houve a fecundação do óvulo liberado durante o ciclo reprodutivo. Esse processo envolve diversos hormônios e órgãos, que quando afetados, podem interferir em: aspecto, odor, quantidade e duração do sangramento.

Quando saudável, o san-

gue é mais escuro apenas nos primeiros e últimos dias do período menstrual, e de cor vermelha intensa na fase intermediária, devendo ser líquido, sem aspecto de coagulação durante todos os dias. O odor deve ser o mesmo apresentado pela vagina normalmente misturado ao do sangue. A menstruação normal gera uma perda de sangue de 30 ml a 80 ml por ciclo, mas há mulheres que sangram mais do que o nor-

mal e podem sofrer de anemia nesse período. Sua duração pode variar de 2 a 7 dias, assim como o ciclo completo pode durar de 21 a 34 dias. Quando essas características oscilam muito é preciso procurar um ginecologista para investigar uma possível patologia.

Entre as doenças que afetam o sangramento menstrual está a endometriose, caracterizada pela presença do endométrio em outros

órgãos, como: tubas uterinas, ovários, intestino e bexiga. Na endometriose partes do endométrio migram para os órgãos da cavidade abdominal citados, causando lesões e inflamações. Suas causas ainda são desconhecidas, mas sabe-se que pode estar relacionada a fatores hereditários. Apesar do difícil diagnóstico, seus sintomas podem surgir desde a menarca (primeira menstruação) e perdurar até a me-

nopausa. Os sintomas mais comuns são: dor pélvica, dismenorreia (cólica) e dispneia (dor durante a relação sexual).

Mulheres com endometriose podem apresentar sangramentos intensos, em quantidades usualmente superiores às citadas anteriormente, e que duram mais do que 7 dias. O sangue pode vir em "pedaços", como se estivesse coagulado, e sua coloração pode ser mais escura, em tons

de marrom, se assemelhando à borra de café. Portadoras da endometriose também podem sofrer de fortes cólicas durante a menstruação.

Se o seu sangramento apresenta alguma anormalidade, mesmo que você já tenha o diagnóstico de endometriose, converse com seu ginecologista. Nossa corpo fala com a gente o tempo todo e precisamos prestar mais atenção aos seus sinais para viver bem e com saúde.

Como manter o couro cabeludo sempre saudável

receita

Arroz ao creme de atum

INGREDIENTES:

- 1 1/2 xícara de chá de arroz lavado e escorrido (300)
- 2 colheres de sopa de óleo
- 2 tabletes de caldo de galinha dissolvidos em 3 xícaras de chá de água fervente
- 2 colheres de sopa de manteiga
- 1 cebola ralada
- 2 colheres de sopa de farinha de trigo
- 1 tablete de caldo de galinha dissolvido em 1/2 xícara de chá de água fervente
- 1/2 xícara de chá de vinho branco seco
- 1 colher de sopa de suco de limão
- Coqueiro 1 lata de atum ralado
- 1 pitada de pimenta
- 1 xícara de chá de creme de leite fresco
- 2 colheres de sopa de salsinha picada
- 1 pepino em conserva, cortado em tiras ou rodelas



MODO DE PREPARO:

- 1 Refogue bem o arroz no óleo. Junte o caldo e, quando ferver, abaixe o fogo. Tampe a panela e deixe até secar.
- 2 Prepare o creme: derreta a manteiga e doure nela a cebola. Junte a farinha de trigo, mexa bem até dourar.
- 3 Junte aos poucos o caldo, mexendo sem parar, para que não se formem grumos.
- 4 Acrescente o vinho, o limão e o atum. Tempere com a pimenta e mexa muito bem.
- 5 Apague o fogo, acrescente o creme de leite e a salsinha, misturando bem.
- 6 Enforme o arroz em uma forma de anel, apertando um pouco. Desenforme em um prato com borda alta.
- 7 Coloque o creme no meio e ao redor. Enfeite com o pepino.

Variações

- 1 Misture ao arroz 1 xícara de chá de queijo parmesão e 4 colheres de sopa de salada picada, quando o arroz secar. Deixe que termine seu cozimento no próprio vapor.
- 2 Querendo aproveitar o óleo da lata de atum, use-o em vez da manteiga ao refogar a cebola.



Muitas pessoas acreditam que tratamento para os problemas de cabelo se reduz a intensificar o uso de xampus, condicionadores, máscaras e etc. E se esquecem do mais importante: o couro cabeludo.

Por que preciso ter meu couro cabeludo saudável?

Se você não cuidar do problema que está na raiz, ou seja, ao nível do couro cabeludo, os problemas dos cabelos persistirão. Seja eles do tipo que for - secos ou oleosos - até a queda.

NUTRIÇÃO DO COURO CABELOUDO SECO

Assim como a árvore quando não tem água suficiente para nutrir as raízes, o tronco e os galhos, um couro cabeludo seco também ocasionará cabelos secos e frágeis. Por

isso a importância em nutrir e hidratar o couro cabeludo, a fim de reconstruir sua película hidrolipídica que cobre o fio de cabelo.

Aplique toda semana um máscara específica para couro cabeludo seco e prefira produtos ricos em fosfolipídios (elaborados a partir do abacate, manteiga de Karité e óleo de coco....) para hidratar e proteger o couro cabeludo. Não se esqueça que a massagem é fundamental.

OXIGENAR O COURO CABELOUDO OLEOSO

Oxigenar este tipo de couro cabeludo é essencial. Por isso é importante lavar os cabelos todos os dias. Procure um dermatologista se você sofrer de alopecia e couro cabeludo oleoso, pois a oleosidade favorece

a perda de cabelo e a raiz enfraquece progressivamente.

Uma vez por semana massageie o couro cabeludo com produtos antioleosidade com grânulos de menta e aplique uma máscara absorvente de argila e xampus com ativos cítricos ou de urtiga para limitar a seborreia.

ALIVIAR COCEIRA NO COURO CABELOUDO

Como no couro cabeludo oleoso, primeiro temos que higienizar e fazer uma limpeza profunda do couro cabeludo para impedir a propagação de bactérias, que são as causadoras das caspas.

A coceira e a irritação podem ser tratadas aplicando um tratamento com produto queratoredutor até que desapareçam as caspas. O ideal é lavar com

água fria e xampu para obter um efeito revitalizante e aliviar a coceira. Evite lavar a cabeça com água quente que tende a piorar a situação.

MASSAGEM NO COURO CABELOUDO

Em todos os casos (seborreia, caspas, queda) a massagem feita suavemente com as pontas dos dedos é ótima, pois ativa a circulação sanguínea, revasculariza o couro cabeludo e reativa o crescimento do cabelo. As massagens são benéficas também para a "dor no cabelo".

Enquanto você estiver assistindo TV ou no computador massageie por 5 minutos o couro cabeludo com as pontas dos dedos (nunca com as unhas). Isto também tem um efeito relaxante.

ClimaCold
Ar Condicionado

Climatizando com estilo



Jeferson
17 9628 6060 (vivo)
17 9133 9432 (tim)
17 9168 5170 (claro)
17 3442 7088 (fixo)



Av. da Saudade, 282

Higienópolis

Fernandópolis - SP

e-mail: climacold.arcond@gmail.com

Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar

VENHA FAZER SUAS PREVISÕES PARA 2015
**ASTRÓLOGA VIDENTE
SENSITIVA
SINARA**



CONVIDO-LHE A FAZER UMA CONSULTA COM PODEROSA FORÇA ESPIRITUAL.

Estou capacitada a solucionar difíceis ou impossíveis problemas tais como: amorosos, comerciais, familiares, sentimentais, saúde, emprego, viagem, insônia, depressão, timidez, impotência sexual (em ambos os sexos) e vícios em geral, ou seja, qualquer que seja o seu problema estou pronta para lhe ajudar. Faço limpeza de corpo, abertura de caminho com rezas, simpatias, banho de descarrego, afasto do seu caminho quem lhe perturba e coloco na sua vida quem você quer.

Se você quer ser amado, ter êxito e fama, procure hoje mesmo VIDENTE SINARA!

SÓ TRABALHA PARA O BEM E RESIDE HÁ MAIS DE 7 ANOS EM VOTUPORANGA

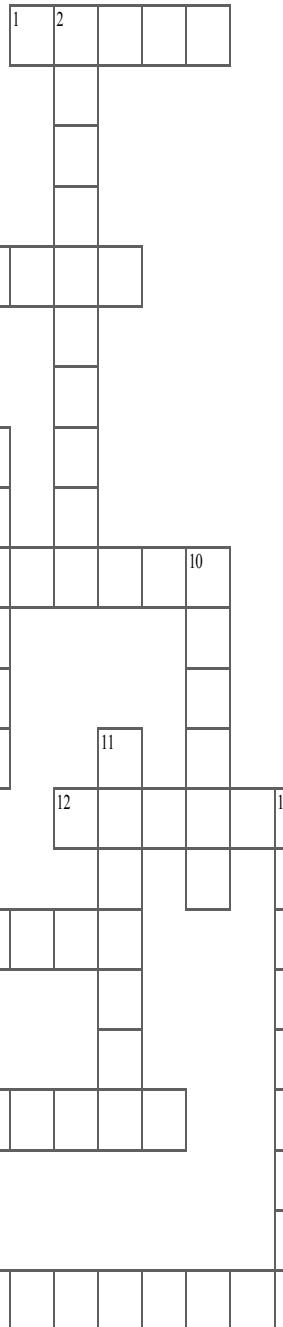
CONSULTAS COM BÚZIOS, CARTAS E TAROT

(17) 3422-1402 ou (17) 98113-5838 / 99142-5388 / 99633-0636

Rua Valdemar Carvalho de Souza, 1585

Rua do Banco do Brasil, no Pozzobon - Votuporanga-SP

Palavras Cruzadas



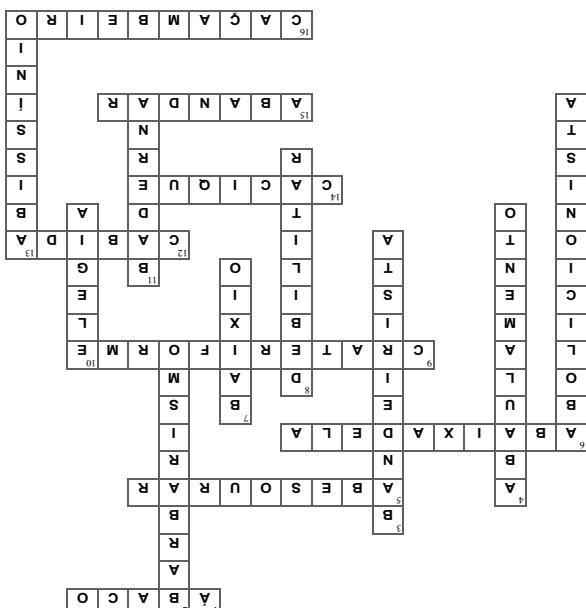
Horizontais

- Calculador manual para efetuar operações elementares.
- Aturdir com palavras monótonas, ruidos ou zunidos, como fazem os besouros.
- Ato ou efeito de abaixar rapidamente.
- Com forma de cratera.
- Aceitação.
- Chefe, entre os indígenas americanos.
- Reunir em bando.
- Operário que maneja caçamba.
- Palavras estranhas ao idioma, quer na forma quer na significação.
- Sinalheiro de estrada de ferro.
- Convexidade dada ao calçamento das ruas para facilitar o escoamento das águas pluviais.
- Partidário do abolicionismo.
- Banco de areia ou rochedo oculto sob a água, perigoso à navegação.
- Enfraquecer-se, perder as forças.
- Poema pequeno, consagrado ao luto ou à tristeza.
- Conflito, desordem.
- O natural da África (África).

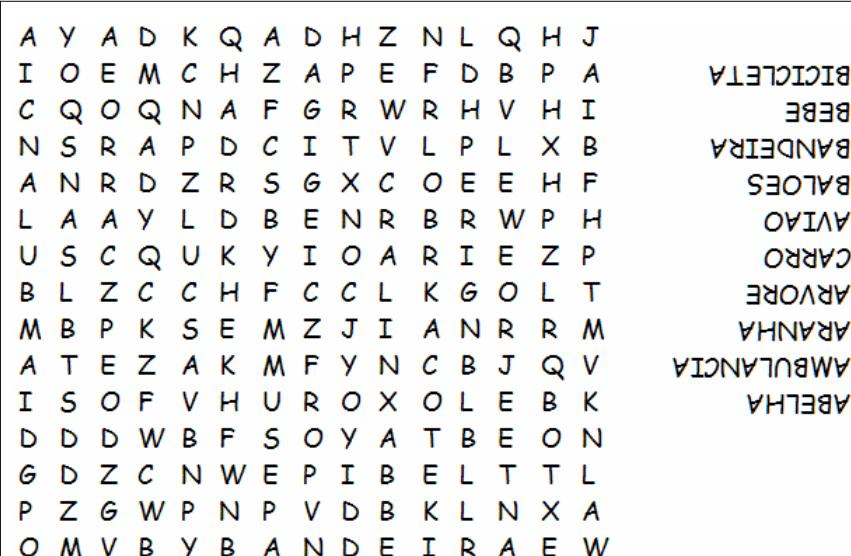
Verticais

- Palavras estranhas ao idioma, quer na forma quer na significação.
- Sinalheiro de estrada de ferro.
- Convexidade dada ao calçamento das ruas para facilitar o escoamento das águas pluviais.
- Partidário do abolicionismo.
- Banco de areia ou rochedo oculto sob a água, perigoso à navegação.
- Enfraquecer-se, perder as forças.
- Poema pequeno, consagrado ao luto ou à tristeza.
- Conflicto, desordem.
- O natural da África (África).

Respostas



Caça Palavras



CIRURGIA DE CATARATA (FACOEMULSIFICAÇÃO), CIRURGIA MIÓPIA, ASTIGMATISMO, HIPERMETROPIA COM EXCIMER LASER, LENTES DE CONTATO

DR. JOÃO VICTOR SANTICCHIO FERRAREZI
oftalmologia - CRM 139.658
j.v.ferrarezi@hotmail.com

FONE: 17-3462 2835
AV. MILTON TERRA VERDI, 813 - CENTRO - FERNANDÓPOLIS-SP

Resumo de Novelas

MALHAÇÃO

Terça-feira, 17h30

Cobra se esquia dos golpes de Duca no ringue e Jade se irrita. Pedro apressa o chaveiro e diz que Karina está presa no apartamento. Joaquina comete um erro, mas Edgard consegue recuperar seu plano para resgatar a família de Cobra. O chaveiro se recusa a abrir a porta sem o pagamento e Pedro se desespera. Cobra descobre que sua família não está mais no ginásio e parte para cima de Duca no ringue. Heideguer percebe a armação do lutador e exige que seus capangas encontrem Quitéria e os filhos. Karina teme pela vida de Gael com a proximidade da luta demonstrativa com Lobão. Luiz questiona Nat. Começa o último round da luta entre Duca e Cobra.

SETE VIDAS

Terça-feira, 18h00

Miguel não encontra Joaquim e registra seu desaparecimento em uma delegacia. Irene afirma a Carlos que está pronta para cuidar do maior cliente da empresa. Vicente se preocupa com a demora de Miguel e Joaquim e pede ajuda a Júlia. Valentina incentiva Elisa a se afastar de Bernardo. Miguel revela a Júlia e Felipe que perdeu Joaquim, e Júlia avisa a Vicente, que se desespera. Lúcia recebe a notícia do falecimento do ex-marido e Esther apoia a amiga em suas memórias. Lígia descobre o sumiço de Joaquim e acusa Miguel. O delegado informa a Vicente que um menino com as mesmas descrições de Joaquim foi deixado no conselho tutelar. Miguel e Vicente se enfrentam.

I LOVE PARAÍSÓPOLIS

Terça-feira, 19h15

Gabo explica a Benjamin que Margot foi contratada no lugar de Raul. Margot avisa a Benjamin que o contrato que assinou com a Pilartex obriga a não abrir mão do Projeto Comunidade. Mari impede Jávai de levar Bruna. Soraya diz a Melodia que ela será sua espia em Paraisópolis, lhe mantendo informada sobre Benjamin, Izabelita e o anel. Margot confessa a Patrícia que ama Benjamin. Jávai pede a Grego que encontre o demônio de ouro que perdeu na briga com Mari. Tomás fica surpreso ao ver Mari com Bruna na porta de sua casa.

OS DEZ MANDAMENTOS

Terça-feira, 22h15

Ramsés confessa para Tuya que não aguenta mais ser ordenado por Seti. Tuya alerta o filho que Seti pode fazer algum mal contra Nefertari somente para afastá-los. Seti demonstra surpresa com o pedido de Paser e diz que não poderá ajudá-lo. Zípora fica aliviada por conseguir trazer a ovelha novamente para o rebanho. Simut fica condômo ao ver Paser triste pelo sofrimento da filha. Uri se preocupa ao constatar que não tem ferramentas para fazer as joias e decide pedir apoio ao mercador que o contratou. Abigail se diverte vendendo a iritação de Miriã com a ideia de se casar. Hur fica abalado ao receber a visita de Henutmire. Yunet fica furiosa ao saber que Seti rejeitou Nefertari e se mostra decidida a torná-la grande esposa real.

CHIQUITITAS

Terça-feira, 20h30

Vivi vai para uma nova sessão de fotos e descobre que Duda também foi chamado e que farão cliques juntos. Carol avisa Chico que irá junto com Bia conversar com Edgard (Maurício Machado). Marian presenteia Maria com um vestido para a boneca Laura. Cris e Andre conversam sobre o site de notícias que querem fazer para abordar diversos assuntos. André elogia Cris e o blog dela. Cris fica feliz. Duda convida Vivi para tomar sorvete. De tanto ele insistir, ela aceita. Thiago perde a concentração durante a partida de futebol por ficar pensando se Robson é mesmo seu pai. Fernando vai até o orfanato e as meninas pequenas ficam felizes. Carol e Bia chegam à casa de Edgard, que não gosta.

BABILONIA

Terça-feira, 21h00

Beatriz pede para conversar a sós com Inês. Inês conta a Beatriz que dormiu com Aderbal e as duas se provocam. Sandrinha mostra a Lais o vídeo de Ivan e Rafael. Lais liga para Rafael e conta sobre o vídeo que está circulando na internet, mas ele não se abate. Regina diz a Vinícius que logo Júlia irá perdoá-lo. Regina e Vinícius encontram Carlos Alberto por acaso e o advogado fica cismado com a intimidade de Carlos e Regina. Bento recusa um trabalho na frente de Paula e ela fica chateada. Helô conta a Murilo que Alice está em Paris com Evandro e ele pede que ela o avise quando Alice voltar. Otávio se declara para Beatriz. Karen discute com Lúis Fernando. Wolnei conversa com uma mulher misteriosa.

Humor

RIMA

No colégio, aula de português, a professora avisa que a aula será sobre rimas e pergunta:

- Mariazinha, cite um verso.
- Eu tenho uma coisa que é só minha, o coração da minha mãe.
- Parabéns! - diz a professora. Agora você Joãozinho.
- Eu fui à praia da Barra funda, a maré estava baixa e molhou minha canela.
- Mas isso não teve nenhuma rima!
- Não rimou porque a maré estava baixa, se tivesse funda vinha na bunda.

PÃO DURO

Na lua de mel, o marido diz a esposa que para cada transa do casal, eles colocariam 1,00 real em um cofre e depois de algum tempo teriam

um bom dinheiro. Alguns meses se passaram e o marido chamou sua esposa para abrirem o cofre. Ao abri-lo, o marido ficou espantado. Havia notas de 5,00 reais, 10,00 reais e até de 50,00 reais. O marido exclama:

- Mulher, o que é isso? Eu coloquei apenas notas de 1,00 real.
- Mas querido, nem todo mundo é pão duro igual a você!

ACABAR COM PERNILONGOS

Um português chegou ao hotel, e, como estava muito quente, abriu a janela. Só que começaram a entrar vários pernilongos. Então, ele ligou para a recepção e reclamou:

- Boa tarde. Estou com muito calor, e, ao abrir a janela, vários mosquitos entraram em meu quarto e eles estão me incomodando, gostaria de saber como acabar com pernilongos.
- Se o senhor desligar as luzes de

seu quarto, eles irão embora.

O homem seguiu a recomendação e realmente eles se foram. Porém, depois de um tempinho, começaram a entrar vaga-lumes, e então ele trouxe a ligar para a recepção.

E o atendente diz:

- O que foi agora, senhor?
- Ele responde:
- Não adiantou, os mosquitos voltaram com lanterna.

CONSELHO ERRADO

O dentista estava muito mal-humorado atendendo um cliente:

- O senhor procurou outro dentista antes de vir aqui?
- Não, senhor. Eu fui à farmácia.
- Para o senhor ver como as pessoas são irresponsáveis... E que conselho idiota o farmacêutico lhe deu?

- Ele disse para eu procurar o senhor!



Panificadora e Serv-Festas

UBIRAJARA



ACEITAMOS
ENCOMENDAS
DE BOLOS E
SALGADOS

FONES (17) 3442-5864
CELS: (17) 99147-3205
9925-6606 / 98164-4350
AVENIDA DUQUE DE CAXIAS, 348
BAIRRO UBIRAJARA - FERNANDÓPOLIS
E-mail: panificadoreubirajara@hotmail.com

A BEBIDA MAIS
GELADA DA CIDADE
ALUGUEL DE MESA
E FREEZER



CRECI 67022
IMOBILIÁRIA OUROESTE

Venda - Locação e Administração

Tel. 17 3843.1505

Rua Bartolomeu Bueno, 1309 - Centro - Ouroeste - SP
e-mail: imobiliariaouroeste@hotmail.com

celebridades

Lúcia Veríssimo namora produtora de TV mais jovem e fala sobre preconceito: 'O país está afundado na ignorância'

Aos 56 anos, Lúcia Veríssimo está mais reservada sobre sua vida amorosa, mas não menos apaixonada e firme em suas posturas. Namorando a produtora de TV paulista Tay Saad, de 30 anos, a atriz, que sempre se posicionou sobre temas polêmicos, afirma que esperava encontrar um mundo com menos preconceito e mais amor.

"Eu achava que eu ia chegar aos dias de hoje, com a ideia de que eu tenho, e viver num mundo menos careta. Mas tem muita hipocrisia, sabe? É um retrocesso absurdo que a gente está vendo. Isso é assustador. Tem muita hipocrisia e retrocesso. O país está afundado na ignorância", desabafou ela, que tem usado seu perfil no Facebook para militar a favor, entre outras causas, da bandeira LGBT.

"A minha postura sempre foi a mesma a minha vida inteira. Desde que eu comecei a dar entrevista, em 1980, eu luto contra o preconceito. E me espanto em saber que as pessoas têm preconceitos com absolutamente tudo. As pessoas



Lúcia Veríssimo com a companheira Tay Saad

têm preconceitos com absolutamente tudo. Ninguém fala nada. Cada um deve procurar a sua felicidade e parar de se importar com a vida alheia. Eu sou feliz".

Lúcia também se posicionou contra a proibição da veiculação do comercial de O boticário, que inovou em sua campanha do Dia dos Namorados, trazendo casais formados por dois homens e duas mulheres. A atriz

também ficou bastante irritada com a polêmica votação no site da câmera dos deputados sobre a formação da família.

"Nós estamos num terreno extremamente perigoso no Brasil. E se a gente não abrir os olhos agora, vamos se arrepender muito lá frente. Essa perseguição está tomando uma proporção que a gente está perdendo completamente o controle sobre isso. Tudo de-

veria ser revista e colocado cada um no seu lugar. É um retrocesso absurdo que a gente está vendo. Isso é assustador. Tem muita hipocrisia e retrocesso. Outro dia uma menina fez um comentário no meu Facebook dizendo que família era homem e mulher, e eu respondi: 'minha filha, com esse tipo de mentalidade, você reduz muito a chance de ser feliz na vida'".



Isis Valverde e Uriel Del Toro durante férias em Nova York

Isis Valverde e mexicano Uriel Del Toro terminam namoro

Isis Valverde vai passar o Dia dos Namorados, na próxima sexta-feira, solteira! É que chegou mesmo ao fim o namoro da atriz com o mexicano Uriel Del Toro. O romance esfriou por conta da distância.

E foi a própria Isis quem decidiu colocar um ponto final no romance, iniciado há pouco mais de um ano, deixando o

mexicano bem triste. Livre, ela passou o fim de semana com amigos em Jurerê Internacional, SC. Em março, os dois passaram férias juntos em Nova York e no México, mas não se encontram mais desde então. Na rede social de ambos, ainda há fotos dos dois juntos e declarações de amor feitas pelo mexicano.



Barbara e Cauã Reymond: relacionamento nem chegou a decolar

Bárbara Evans confidencia a amigos que foi traída por Cauã Reymond

Engana-se quem pensa que foi Cauã Reymond quem deu um passa-fora em Bárbara Evans. A versão contada pela gata por aí é que foi ela mesma quem colocou um ponto final no affair, após descobrir que o galã estava ficando com uma outra menina ao mesmo tempo em que os dois

se conheciam melhor. Bárbara afirma, inclusive, que chegou a flagrar a traição. Chateada, ela disse ao ex-marido de Grazi Massafera que não queria mais seguir com o romance. Atualmente, a filha de Monique está feliz da vida com o novo eleito, o empresário de São Paulo Fabrício Assunção.

Débora Nascimento e José Loreto se casaram em segredo em Abu Dhabi

Juntos há três anos, o casal Débora Nascimento e José Loreto se casou às escondidas em uma cerimônia íntima em Abu Dhabi, nos Emirados Árabes. A revelação foi feita na madrugada do domingo (7) no programa "Altas Horas", do apresentador Serginho Groisman. "Foi no deserto. Fiz de tudo para tentar fazer uma cerimônia, mas não precisou. Foi o pôr-do-sol mais lindo que já vi. Éramos só nós dois e os ca-

melos em volta. Foi mágico", revelou o ator.

Nem mesmo os pais do casal ficaram sabendo do casamento. "Meus pais souberam quase uma semana depois porque foi como tinha que ser, especial para nós dois e único", disse Débora.

No programa, uma homenagem ao Dia dos Namorados na próxima sexta (12), eles ainda mostraram as fotos do casamento, celebrado no deserto.



Débora Nascimento e José Loreto, no dia do casamento

DR. LUÍS CARLOS BARBOSA MARTINS

Clinico Geral e Endodontista

(17) 3442-2261

Atende

particular

e convênio

Av. Amadeu Bizelli, nº 978

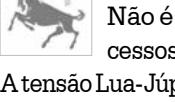
Centro - Fernandópolis-SP

Keké Doces

- kit para festa de aniversários
- bolos - docinhos
- trufas - Pão de mel

Tel.: 97471005 ou 92118977 - Indiaporá

horóscopo



ÁRIES

Não é hora para excessos na vida social. A tensão Lua-Júpiter sugere críticas exageradas, portanto prefira ambientes mais reservados e companhias agradáveis, prezando pela simplicidade. Assim poderá curtir de maneira despreocupada!



GÊMEOS

Conflitos internos são trazidos à tona pela oposição Lua-Júpiter, entre suas áreas espiritual e de comunicação, mas não convém tentar resolvê-los hoje. Evite expor suas ideias ou emoções, espere por um momento mais favorável!



LEÃO

As relações próximas podem ficar conturbadas com a oposição entre Lua e Júpiter, entre sua área de relacionamentos e seu signo. Ainda que sejam desagradáveis, perceba que os desafios são naturais. Encare-os com harmonia!



LIBRA

Lua e Júpiter, opositos, tensionam sua área social e indicam uma falta de afinidade nos grupos dos quais faz parte. Prefira atividades que não exijam a presença de muitas pessoas, em clima de acolhimento e maior intimidade.



SAGITÁRIO

Você tem dificuldade em entender o que se passa à sua volta e enquadra-se aos limites neste momento, em que Lua e Júpiter se opõem. Procure aprofundar sua percepção para perceber o que os desafios atuais significam!



TOURO

A tensão entre Lua e Júpiter alerta para uma exaustão física e também emocional, portanto evite exageros e sobrecargas no dia de hoje. Respeite suas limitações, não queira dar conta de tudo. Priorize o que é mais importante e descanse!



CÂNCER

As atividades de lazer podem acabar lhe colocando em apuros neste final de semana, em que Lua e Júpiter se opõem em sua área material. Não deixe seus impulsos lhe guiarem, saiba aproveitar de maneira cautelosa e consciente!



VIRGEM

Sua saúde física fica fragilizada com o confronto entre Lua e Júpiter, nas suas áreas de saúde e de crise. Você tende a ficar abatida, portanto permita-se descansar e perceba como seu emocional pode estar afetando a saúde.



ESCORPIÃO

Fique atenta às áreas de sua vida que demandam maior atenção neste momento, pois Lua e Júpiter se tensionam, indicando que será preciso sacrificar-se. Apenas não deixe que isso prejudique o seu dia. Seja flexível!



CAPRICÓRNIO

O lazer fica limitado pelas restrições impostas pelo seu orçamento. A tensão entre Lua e Júpiter em sua área material lhe pede maiores comedimento e cautela quando se trata de gastos. Mantenha tudo bem organizado em sua vida!



PEIXES

Você tende a absorver as energias à sua volta, pois Lua e Júpiter se opõem entre suas áreas de crise e de saúde. Evite a exposição em ambientes muito agitados, assim como atividades que exigem maior energia. Respeite-se!