



extra
net

QUARTA-FEIRA, 16 DE SETEMBRO DE 2015

Mais

De ursinho a calcinha, Luan Santana reúne
em galpão mimos que ganha dos fãs

Página B4

socia

"Já experimentei o casamento. Estou em 0 para 3 com esse negócio de casamento. Então, sendo um jogador, acredito em números. Não vou chegar a 0 para 4. Não vou usar um sombrero dourado."

■ Charlie Sheen

Destaque para a beleza da Miss Comerciária Fernandópolis 2015, Milene Cavalari, fotografada pelas lentes de Célia Souza.



Felicidades para Beatrix Caroline, que na última segunda assoprou velinhas.



Carla Januário também comemorou mais um aniversário, sendo muitíssimo homenageada por todos.



Rafael Beato está na lista dos aniversariantes de hoje, recebendo inúmeras felicitações e o carinho especial da namorada Tais.



Toda simpatia e alegria de Lary Navarro, aniversariante da semana.



Festa hoje para Luis Aielo, que comemora idade nova. O carinho da esposa Luciana e filhos.



Hoje o dia está mais belo para Beatriz Fantin, que recebe o carinho da família e amigos pela passagem de mais um niver.



Rafael Braga também apagou velinhas em ritmo de muita festança ao lado da galera. Parabéns!



Hoje o dia é de comemorações para Neuclair Félix, que celebra idade nova recebendo o carinho da família e amigos.

GIGANTÃO
O SHOPPING DO PREÇO BAIXO

Dia das Crianças

O SHOPPING DO PREÇO BAIXO

Fernandópolis | Votuporanga | Catanduva

Preços Imbatíveis
A partir de **R\$ 1,99**

Tem de TUDO no GIGANTÃO

ASSINE o extra
SEU JORNAL DIÁRIO

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

PEÇA AGORA!

o extra
Cresce número de vítimas rodoviárias estaduais no Car

■ UM TOQUE DE SAÚDE & BELEZA

PIPOCA: uma grande vilã ou uma deliciosa aliada?

Ah! A pipoca, esta delícia que adoramos comer no cinema, em casa vendo TV ou um bom filme, num parque, enfim não importa onde. Amamos este milho estourado! Mas o que tem nas pipocas além do sabor que agrada?

Vamos ver o lado bom: é uma boa fonte de fibras, de ácido fólico, vitamina C e B3. Mas e o lado sombrio? Vamos descobrir?

Durante longo tempo, a pipoca quente, acabada de estourar nas panelas de nossas casas era realmente popular e totalmente saudável. Entretanto, a versão comercial para o forno micro-ondas é totalmente diferente. Não é nem natural, nem saudável! Ela tem uma quantidade incrível de toxinas que causam problemas de saúde como problemas das vias respiratórias, renais crônicas e muitas outras.

É simples, e fácil de preparar e o sabor é ótimo. Estas três

vantagens nos levam a fazer a pipoca de micro-ondas. Agora veja três razões para você deixar estas vantagens de lado. O aroma de manteiga que é utilizado na pipoca de micro-ondas é ruim para a saúde!

O diacetil é um produto químico usado nelas para dar o sabor de manteiga. Um estudo a respeito deste produto, publicado em 2012, no ACS d'Investigation Chmique en Toxicologie, mostra que este produto aumenta muito o teor de proteínas beta-amilóide no cérebro e este agrupamento é um indicador da doença de Alzheimer. Ele faz muito mal às células nervosas e estudos provam que este produto em excesso causa grande toxicidade às células nervosas. Outros produtos procuram substituí-lo por outros aromas de manteiga artificiais mas que na realidade são outras formas do diacetil.

O ácido perfluoctanoíco é uma substância química sintética usada para os sacos de pipoca que vão ao micro-on-

das. Este ácido é tóxico, cancerígeno tanto para os homens quanto para os animais. Além do mais ele fica na natureza durante muito tempo. Alto teor de colesterol, problemas renais crônicos, problemas respiratórios como a asma ou doenças pulmonares. Estes são alguns problemas de saúde diretamente ligados a este ácido.

Para os acostumados à pipoca de micro-ondas, uma outra informação: os estudos mostram que 20% deste ácido encontrado no sangue provém das pipocas que comemos. 80% deste gás é produzido quando abrimos o saquinho, a partir daí ele começa a diminuir, mas haverá sempre nas pipocas.

■ Óleos hidrogenados

As pipocas de micro-ondas, em sua maioria, são feitas com óleos modificados. É geralmente o óleo de coco ou soja que passa a ser uma gordura transformada. Eles obstruem as artérias e provocam doenças cardíacas e inflamatórias



no organismo. As normas, para os rótulos de alguns países, da FDA permitem aos fabricantes indicar que há 0 gramas de gordura transformada desde que não ultrapassem 0,5 g por porção. Resumindo, pensamos que não estamos consumindo gorduras trans-

formadas quando na realidade consumimos quase uma metade de gramas por porção.

■ Qual é então a alternativa?

Existe uma alternativa natural para a pipoca de micro-ondas. É a pipoca feita em casa. É fácil de preparar! E o mais

importante: sem nenhum risco para a saúde, ligados à sua embalagem, conservando os benefícios do milho.

Todas as informações acima são de estudos internacionais, baseados também em produtos e embalagens internacionais.

receita

Pão de abóbora recheado

INGREDIENTES:

Massa:

- 1 tablete de fermento biológico (15 g)
- 1 colher (chá) de açúcar
- 1 colher (sopa) de sal
- 500 g de abóbora cozida, escorrida e passada no espremedor
- 1 ovo
- 4 colheres (sopa) de óleo
- 2 xícaras (chá) de farinha de trigo
- 200 g de queijo branco ralado grosso
- Salsa picada a gosto



MODO DE PREPARO:

■ Em uma tigela, dissolva o fermento com o açúcar e o sal. Acrescente a abóbora, o ovo, o óleo e aos poucos a farinha de trigo. Mexa com uma colher até ficar uma massa mole e uniforme. Unite uma forma retangular com óleo, com o auxílio de uma colher, coloque metade da massa e distribua o queijo ralado misturado com a salsa. Por cima coloque o restante da massa, cubra com um pano e deixe descansar durante 20 minutos. Assa no forno pré-aquecido a 200°C por aproximadamente 45 minutos ou até dourar.

■ Dica: Nunca deixe a massa descansar além do tempo pedido na receita. Caso contrário o pão murcha e fica com uma crosta dura e embrorrachada.

Dê um basta à violência verbal!

Comentários rudes, discussões agressivas... A violência verbal é uma realidade. E muitas vezes ela é mais insidiosa do que os insultos. Como neutralizar os ataques e conflitos através da palavra? Quais são as chaves para um diálogo livre de estresse?

Todas nós já usamos mal as palavras com alguém ou fizemos comentários afiados como a picada de uma abelha. No entanto, a violência verbal não apenas aparece nesses casos. Às vezes, a nossa forma de falar com as outras pessoas, os excessos de gestos, o dedo em riste ou a escolha de certas palavras nos condena como culpada de agressão.

■ Sem insultos!

Na verdade, você não é naturalmente agressiva ou vulgar. No entanto, no trânsito ou assistindo a um jogo de futebol, seu vocabulário não fica muito longe de um caminhoneiro.

Você deve eliminar os insultos de suas expressões e rever os adjetivos pejorativos que você profere ainda mais em público. Estas palavras, apesar de muitas vezes não serem ditas para ferir, denotam uma forma de violência. É normal que o comportamento dos demais possa exasperá-la. Isto acontece em todas as famílias e é comum na vida social em geral. A proximida-



de com os outros exige fazer concessões e aceitar as pessoas como elas são, pois seus comportamentos são diferentes. É inútil ficar chateada por causa de pequenas peculiaridades do seu parceiro, ou ficar resmungando após sua filha passar horas ao telefone.

■ Não seja demasiadamente direta

No entanto, a violência verbal não se limita unicamente em palavrões ou raiva excessiva. Ela também pode ser encontrada em seu tom de voz ou na forma como você se dirige ao outro. Alguns comentários ou palavras são violentos. Você pode deixar feridas,

embora possam parecer invisíveis. Por isso, aquela frase tão antiga, mas verdadeira nos dá uma grande ajuda: "Conte até 10 para falar ou tomar alguma atitude".

■ Comunicação não-violenta

Wayland Myers, autor de um livro sobre a comunicação não-violenta, definiu três regras para seguir quando vamos conversar com o nosso parceiro:

■ Descreva os fatos. Não faça sermão para o outro.

Seja clara quanto aos sentimentos e as necessidades. Evite as reprovações ou atitudes defensivas.

Requeira ações desejadas. Não utilize exigências, ameaças, ordens ou manipulações.

Existem vários treinamentos de comunicação não-violenta destinada a educadores e profissionais que estão em contato com o público. Pra você, nos seus relacionamentos do dia a dia pode parecer superfluo. No entanto, tente limitar as conversações demasiadamente agressivas e ouvir um pouco o outro.

Você verá que a comunicação sem estresse mudará sua vida. E com certeza você se sentirá mais feliz, afinal ser feliz deve começar de dentro para fora.

ClimaCold
Ar Condicionado

Climatizando com estilo

Ligue e faça um orçamento sem compromisso

Manutenção e Instalação com desconto de 20%
Ar Condicionado em até 10 vezes sem juros



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

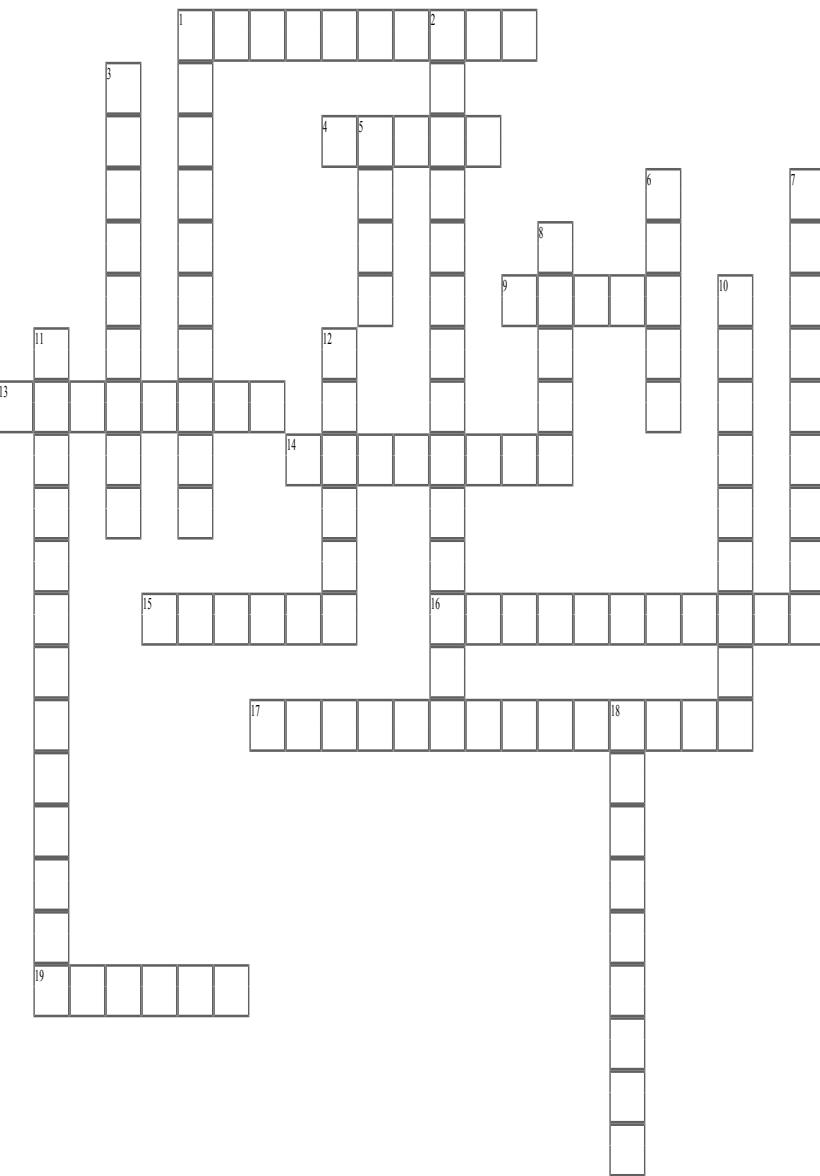
(17) 3422-1402 ou (17) 98113-5838 / 99142-5388 / 99633-0636

Rua Valdemar Carvalho de Souza, 1585

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



Palavras Cruzadas



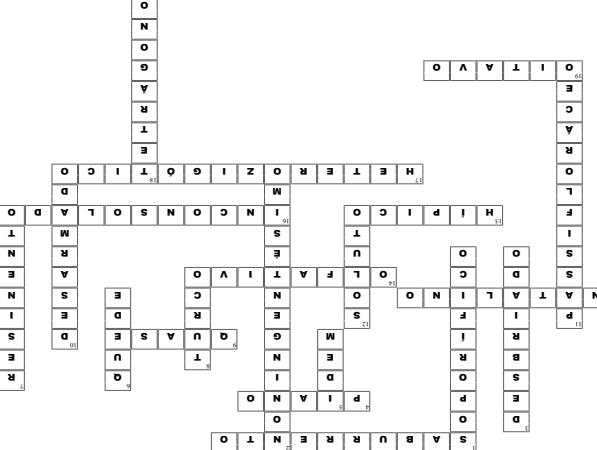
Horizontais

- Saburroso
- Mús Sem grande vibração de som
- Perto, proximamente, no espaço e no tempo
- Relativo ao Natal ou às festas do Natal
- Relativo ao, ou próprio do olfato
- Relativo ao hipismo ou aos cavalos
- Sem consolação
- Relativo ao heterozigoto
- Que ocupa o último lugar numa série de oito Cada uma das oito partes iguais em que se divide um todo

Verticais

- Soporífero
- Que ocupa o último lugar numa série de 900
- Sem brio, desavergonhado, descarrado
- Significa o mesmo, e se usa para evitar a repetição do que se acaba de dizer ou escrever AdComo antes ou dito antes
- Cadê
- Resinoso
- Relativo à Turquia (Ásia e Europa) O natural ou habitante da Turquia
- Sem armas
- Relativo às Passifloráceas
- Solto, dissolvido Substância dissolvida
- Tetragonal Quadrilátero

Respostas



Caça Palavras

D P A M A C D W V R M W J R C	CACHORRO
W I G E V I J V O E O E N L A	CADEIRA
S Z V R C A S A I S U J Y O D	CALHAMBEQUE
A T P I M A U V W Q K M F C E	CAMA
W Z Q I U J N Q E R E A B A I	CAMINHAO
P U D B Z V V B A G B T H R R	CANGURU
M O J X C A M I N H A O E A A	CARACOL
V J U V Z A I O U X L Q X C X	CARTA
Q E D G H S I R R P Y J H W M	CARTOLA
Z P A L K Q A R U L N N H T P	CASA
T S A W A H J O G Y G X O R Y	
U C O Z S L Z H N C A R T A U	
T L H Q P E E C A E Z N Q G H	
S S W B I W H A C S A E Y S Z	
A L O T R A C C E S K N L O A	

Resumo de Novelas

MALHAÇÃO

Quarta-feira, 17h30

Ciça se irrita com as visitas e pede para ficar apenas com Rodrigo. O inspetor da polícia liga para Jorge, que imagina tratar-se de um trote. Átila questiona Ciça sobre os sentimentos por Rodrigo. Beto comemora a permanência na escola. Filipe e Nanda convidam Roger e Lívia para o churrasco de Beto. Rubem e Bia fazem as pazes. Luciana revela aos pais que está namorando Rodrigo. Ciça se recusa a ir com Átila para o Japão e afirma que ficará com Rodrigo. Um policial acusa Jorge pelo atropelamento de Ciça.

ALÉM DO TEMPO

Quarta-feira, 18h00

Lívia inventa uma desculpa para deixar o casarão, e Gema percebe que ela se afeiou a Vitória. Gema estranha a tristeza de Anita. Chico e Felícia fazem um plano para o futuro. Walmir sugere que Rita finja ser sua namorada para despertar ciúmes em Pérsio. Lívia conhece Bernardo, e Emilia se emociona. O Mestre de Ariel avisa que o anjo perderá alguns de seus poderes. Felipe desafia Pedro e Roberto para uma luta de esgrima. Lívia se recusa a deixar Vitória, e Emilia expulsa a filha da casa de Gema. Rosa revela a Vitória e Felipe que tem um filho, e os dois decidem acolher José. Lívia questiona Vitória sobre Bernardo.

I LOVE PARAISÓPOLIS

Quarta-feira, 19h15

Cícero tenta contornar a discussão entre Danda e Alceste. Soraya e Grego ficam presos no elevador do prédio de Margot e Patrícia. Urbana sugere que Monserrá trabalhe na casa de Clarice. Cícero impede que Dom Pepino participe da reunião de acionistas. Soraya inventa para Margot e Patrícia que Grego a atacou no elevador. Gago conta a Ximena que Dom Pepino está expandindo sua atuação no Brasil. Soraya recebe Gabo em sua casa.

CÚMPLICES DE UM RESGATE

sbt Quarta-feira, 20h30

Regina discute com Marina e diz que ela não é de confiança. A megera tranca Marina no quarto dela. Isabela tenta subir no vôlei de respiração no porão onde está, mas cai no chão. Regina conta para Geraldo que Marina ligou para Raul do celular que conseguiu pegar de um dos três capangas que estão na mansão fingindo serem seguranças. Navarro (Luciano Vianna) vai até o porão e encontra Isabela desacordada. No vilarejo, todos desconfiam que Manuela está desaparecida devido a amiga misteriosa da garota, que na verdade era Isabela.

A REGRA DO JOGO

Quarta-feira, 21h00

Ascânia chatangeia Atena e consegue o endereço da estelionataria. Romero afirma que tornará Juliano famoso para protegê-lo da facção. Ascânia se hospeda na pensão de Sueli. Atena passeia de lancha com Romero. Juliano se incomoda com os planos de Romero e desabafa com Tóia e Djanira. Ninfa descobre que Alison furtou mantimentos do hostel para revender e conta para Adisabeba, que expulsa a dançarina de sua casa. Orlando sai com Nelita e Bellisa alerta a família sobre sua desconfiança em relação ao empresário. Ascânia acusa Atena de roubar Romero.

OS DEZ MANDAMENTOS

Quarta-feira, 22h15

Ramsés ordena que Bakenmut chame Moisés e Arão. Ana e Judite chegam com Tais e os filhos na vila dos hebreus. Elas percebem que agora estão protegidas das moscas. Paser alerta Simut dizendo que o faraó não cumprirá a promessa. Leila sugere que Gahiji utilize a farinha que restou para fazer pão. Henutnire pergunta se Ramsés cumprirá com o que prometeu a Moisés. Mekeatre e Tais ficam aflitos sem terem o que comer. Os escravos começam a dispersar, tristes e decepcionados. Paser e os magos alertam Ramsés sobre o poder do Deus dos hebreus. O faraó se irrita e chama todos de covardes. Moisés pede para os familiares terem fé. Ele diz que a palavra de Ramsés não é confiável. Bina questiona Assir e Elcana pelo desaparecimento.

Humor

TERAPIA DE GRUPO

No primeiro dia da terapia em grupo, o terapeuta pede a um dos participantes que conte até dez. O cara conta:

– Dez, nove, oito, sete, seis, cinco, quatro, três, dois, um.
– Ué, mas por que o senhor contou desse jeito?
– Sabe o que é doutor? Eu trabalhei muito tempo nos Estados Unidos, numa base de lançamento de foguetes. Por isso me habituei a contar assim.
O psicólogo pede a outro participante do grupo que também con-

te até dez.

– 0 Dois, quatro, seis, oito... Um, três, cinco, sete, nove.

– Ai, meu Deus! E o senhor? Por que conta dessa maneira?

– É que eu sou carteiro e tô acostumado a ir primeiro às casas de número par depois às de número ímpar.

Aí o psicólogo se dirige ao terceiro paciente:

– E o senhor, trabalha com o quê?
– Eu sou funcionário público.
– E consegue contar normalmente até dez?

– Perfeitamente! Um, dois, três,

quatro, cinco, seis, sete, valete, dama, rei...

DINAMITE

Um sujeito conhece uma garota na balada e a leva para um motel.

Chegando lá, ele a joga na cama, tira a camisa, mostrando os bíceps, e diz se achando:

– Está vendendo isso aqui? São 80 kg de dinamite!

Mostra o abdômen e diz:

– 120 kg de dinamite!

Enfim, ele tira a cueca e a mulher sai pelo corredor gritando:

– Evacuem o motel! Meu quarto está lotado de dinamites e o pavio é curto!

VIDA DE COBRA

O professor de Ciências faz perguntas a um veterano da sala.

– O macaco vive uns 14 anos, aproximadamente, o bicho-preguiça uns 30 anos, e a cascavel...

– 78 anos, 6 meses e, se ainda estiver viva, 2 minutos.

O professor, admirado:

– Como você é esperto! Como você sabe disso?

– Eu tenho uma sogra em casa...

CORNO VALENTE

O sujeito estava prestando depoimento na delegacia pois tinha acabado de matar a sua mulher..

E o delegado:

– Porque o senhor fez isso?

– Porque ela estava me traindo - disse ele.

– Mas porque matar a mulher e não o cara com quem ela estava...

– Bem seu delegado, isso é simples... é melhor eu matar uma única mulher do que ter que matar toda semana um cara diferente...

O RICO QUANDO
MORRE NÃO
LEVA NADA...
O POBRE QUANDO
MORRE NÃO
DEIXA NADA...



celebridades

Ticiane Pinheiro se veste de paquita e Rodrigo Faro se fantasia de Xuxa

O 'Programa Xuxa Meneghel' da última segunda-feira (14) foi apresentado excepcionalmente por Rodrigo Faro, Ticiane Pinheiro e Marcos Mion. O trio substituiu a apresentadora que se recuperava do baque da morte de seu irmão, Cirano Rojabaglia, no último sábado (12). Para homenagear Xuxa, Faro apareceu com uma peruca loira, fantasiado da mãe de Sasha. Ticiane não ficou atrás e aproveitou a oportunidade para realizar seu ganhe sonho: se vestir de paquita.

Após se despedir do irmão, pai de Nikki Meneghel - atriz-mirim que está na novela "Os Dez Mandamentos" - no enterro que aconteceu no domingo (13) no cemitério Jardim da Saudade, no Rio, Xuxa voltará ao comando de seu programa na Record na próxima segunda-feira.

O trio se divertiu no palco e Ticiane desafiou Faro e Mion numa brincadeira: presos por

um elástico em cima de um brinquedo inflável, os dois precisavam correr pelo corredor de gel para alcançar um chorrinho de pelúcia que representava Dudu, o verdadeiro bichinho de estimação de Xuxa. Mion conseguiu agarrar o cachorro e tudo acabou em farra no palco, com Ticiane sendo jogada na pista de gel pelos amigos.

Após se despedir do irmão, pai de Nikki Meneghel - atriz-mirim que está na novela "Os Dez Mandamentos" - no enterro que aconteceu no domingo (13) no cemitério Jardim da Saudade, no Rio, Xuxa voltará ao comando de seu programa na Record na próxima segunda-feira.



Ticiane Pinheiro realizou seu sonho e foi paquita por um dia no palco do 'Programa Xuxa Meneghel'

'A Fazenda 8': bailarina Lola Melnick é confirmada; Sheislane Hayalla está fora



A apresentadora e bailarina Lola Melnick assinou contrato com a Record e vai participar de 'A Fazenda 8'

A apresentadora e bailarina Lola Melnick é mais uma celebridade confirmada no reality show "A Fazenda 8", que estreia dia 23 de setembro na Record, sob o comando de Roberto Justus. O nome da capa da revista "Playboy" de dezembro do ano passado foi tido como certo na atração.

Enquanto alguns nomes vêm sendo confirmados em "A Fazenda 8", outros vêm sendo cortados do reality. A

vice-Miss Amazonas Sheislane Hayalla já tinha seu nome confirmado na competição, mas acabou sendo cortada pela produção da Record quando seu nome vazou na mídia.

Substituindo Britto Jr, a frente do reality show da Record, Roberto Justus está acostumado a comandar programas sobre o mundo corporativo, mas garante estar tranquilo com o novo desafio e é contra rótulos.



Simony em busca do corpo perfeito e desejado

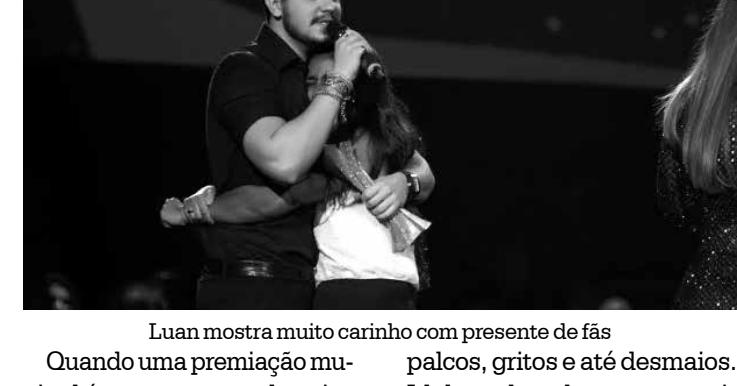
Simony rebate críticas sobre físico malhado: "O corpo é meu, a luta é minha"

Simony usou as redes sociais, na noite do último domingo (13) para fazer um desabafo sobre as críticas que vem recebendo acerca de seu novo visual. A cantora, que mudou completamente a rotina de malhação e já perdeu 26kg, pediu respeito em relação às suas escolhas. "Só um esclarecimento: o corpo é meu, o sacrifício é meu, o objetivo é meu, a luta é minha, a determinação diária é minha e a glória e o prazer em cada uma dessas conquistas também são minhas. Então jamais

comente 'você passou do ponto' ou 'tem que ter um limite', pois o que para você é muito, para mim pode ser pouco. Sabe respeitar a escolha e diferença de cada pessoa e jamais queira falar sobre algo que você desconhece", disparou.

Apesar de algumas pessoas reprovarem seu físico, a artista recebeu o apoio de muitos seguidores, que a elogiaram: "Assino embaixo", escreveu um internauta. "Está certíssima", comentou outro admirador. "Concordo plenamente", completou um terceiro.

De ursinho a calcinha, Luan Santana reúne em galpão mimos que ganha dos fãs



Luan mostra muito carinho com presente de fãs

Quando uma premiação musical é por voto popular ninguém consegue tirar o título das mãos de Luan Santana. Há cinco anos, o cantor sertanejo conquista tudo nas categorias mais diversas possíveis: revelação, melhor videoclipe, melhor música, cantor, artista do ano... Há quinze dias, durante o Prêmio Multishow, ao menos três garotas desmaiaram na plateia quando o cantor subiu no palco. Se ele está na lista e a votação é via internet, não tem jeito. É Luan na cabeça.

Aos 24 anos, o sul-mato-grossense possui um fã-clube tão leal e apaixonado que suas apresentações são marcadas por cenas de histeria total com direito a invasões de fãs de todo o Brasil.

horóscopo

ÁRIES

Você volta a sentir sua habitual empolgação para realizar as atividades do dia a dia, pois a Lua entra hoje em sua sexta casa, formando trígono com Vênus. As preocupações vão sendo substituídas pela apreciação do cotidiano!

TOURO

As interações pessoais são favorecidas pelo trígono Lua-Vênus, que lhe deixa com uma atitude mais agradável. As diferenças que tanto lhe aborreciam, agora passam a ser encaradas com leveza e humor. Reconheça as boas intenções!

GÊMEOS

Que tal reatar e resgatar laços mais próximos que andavam estremecidos? Ao se harmonizarem, Lua e Vênus lhe trazem um estímulo para superar dificuldades nas relações íntimas. As relações no trabalho também se beneficiam!

CÂNCER

O trígono Lua-Vênus em sua área de amizades desperta seu lado mais meigo e amável, o que favorece as trocas afetivas. Sua presença criativa e confiante inspira as pessoas ao seu redor, favorecendo as atividades em grupo!

LEÃO

Que tal agir proativamente em prol da vida prática? Ao formarem trígono, Lua e Vênus lhe estimulam a realizar suas atividades cuidadosamente e com uma atitude mais suave, mesmo ao lidar com problemas. Valorize seus talentos!

VIRGEM

Você exala beleza e carisma, neste momento em que a Lua entra em seu signo e forma trígono com Vênus. Cuide de seu visual e invista em aprimoramento intelectual, pois seu poder criativo está em alta. Aproveite-o!

LIBRA

O maior amor-próprio lhe fortalece para o processo de encarar as próprias vulnerabilidades, neste dia em que Lua e Vênus harmonizam sua área de crise. Isto lhe permitirá lidar melhor com as diferentes pessoas também!

ESCORPIÃO

O trígono Lua-Vênus em sua área de relacionamentos suaviza sua atitude nas relações, fazendo-lhe mostrar gentileza e cumplicidade no trato com os outros. Direcione essa energia para amenizar conflitos e harmonizar o clima no trabalho!

SAGITÁRIO

Que tal mostrar sua produtividade no trabalho e melhorar a qualidade da vida cotidiana? O trígono Lua-Vênus em sua área profissional lhe traz visibilidade e aumenta a sinergia nas parcerias, favorecendo atividades em equipe!

CAPRICÓRNIO

Você se sente mais segura e criativa, neste dia em que Lua e Vênus se harmonizam. Viva plenamente, encontrando o valor até mesmo nas atividades mais simples do cotidiano. Abra-se para a beleza da vida!

AQUÁRIO

A vida familiar lhe pede cuidados, neste dia em que Lua e Vênus formam trígono. Estar junto das pessoas lhe trará grande bem-estar, e será preciso cuidar das relações, sobretudo diante das recentes dificuldades no trabalho.

PEIXES

Suas relações ficam mais próximas com o trígono entre Lua e Vênus, que favorece seus processos comunicativos. O clima de cumplicidade e benquerer se destaca nas vidas social e íntima, assim como sua atitude gentil e sincera!