

extra net

QUINTA-FEIRA, 01 DE OUTUBRO DE 2015

Mais

Caio Castro fica surpreso com polêmica tatuagem de Gusttavo Lima: 'engraçado'

Página B4

social



Destaque para os amigos Cleber Nogueira e Rafael Pinheiro, em momento de festa.



Muitos anos de vida para **Daiani Lollo**, também em festa hoje. O carinho especial fica por conta do esposo Eder e das filhas Camila e Bianca.



Quem também festeja mais um aniversário hoje é **Marina Alvizi Cardoso**. Parabéns!



Curtindo o "Cabaré" no último sábado, Antônio Carlos, Jessica, Tauana e Simone.



Curtindo a natureza, **Eduardo Facci** apaga velinha hoje. As felicitações ficam por conta dos amigos.



Hildlaine Garcia da Silva comemora hoje mais um ano de vida, recebendo homenagens do esposo Zé Rodrigues e família.



Destaque para a galerinha do 3º ano da escola Tanuri, se preparando para a formatura e a despedida da turma.



Vinícius, Renan, Eduardo Main, Eduardo Barros, Cauê, Didi, Mario, Renan Guarniere, Renan Sano, Pedro e Rodolfo, em clima de esquenta pra curtir a noite fernandopolense.



Odair Aparecido Garbim está na lista dos aniversariantes de hoje. Na foto ele aparece em viagem a Aparecida do Norte.

GIGANTÃO
O SHOPPING DO PREÇO BAIXO

Dia das Crianças

Fernandópolis | Votuporanga | Catanduva

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

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

PEÇA AGORA

■ UM TOQUE DE SAÚDE & BELEZA

Cinco alimentos que aliviam o estresse



Os seus níveis de estresse estão atingindo o limite? Então lembre-se que o estresse engorda e faz muito mal à saúde. Portanto, conheça os cinco alimentos que ajudam a controlar os níveis de cortisol (hormônio do estresse).

■ **Banana.** É rica em magnésio e triptofano, substâncias que favorecem a síntese de serotonina, o neurotransmissor do bem-estar. Com características semelhantes tem ainda o grão de bico, a quinoa, amêndoas, chocolate preto ou arroz integral.

■ **Abacate.** Rico em beta-si-

tosterol – um fitoquímico que ajuda a manter o cortisol equilibrado. Outras sugestões semelhantes: óleo de abacate e amêndoas, nozes ou avelã.

■ **Chá verde.** Contém uma substância que reduz o estresse físico e mental ao controlar o cortisol. O chá preto também pode ter o mesmo efeito.

■ **Chocolate negro.** Com 70% ou mais de cacau, este chocolate é rico em flavonoides, que são substâncias antioxidantes. Outras sugestões: morango, mirtilo amora, framboesa.

■ **Peixe.** Especialmente os peixes de águas profundas - como a sardinha, o sal-

mão, atum ou arenque, que por serem ricos em ômega 3 previnem os picos de cortisol e adrenalina (hormonas do stress). A linhaça e a chia também podem contribuir neste sentido.

Uma boa válvula de escape pode ser a prática regular de exercícios físicos, como a corrida, lutas marciais ou dança, porque isto distrai a mente e

libera endorfinas na corrente sanguínea, promovendo o bem-estar.

SINTOMAS DE ESTRESSE

Os sinais e sintomas de estresse podem se manifestar em indivíduos de todas as idades, sendo que o estresse pode se manifestar de duas formas diferentes, o estresse físico e o emocional.

Sintomas de estresse psico-

lógico: ■ Ansiedade, angústia, nervosismo, preocupação em excesso ■ Irritação, medo, impaciência ■ Problemas de concentração e de memória ■ Desorganização, dificuldade em tomar decisões ■ Cometer mais erros que o habitual, esquecimentos ■ Sensação de perda do controle ■ Sintomas físicos do estresse: ■ Pro-

blemas cardíacos e gastroin-

testinais ■ Facilidade em ficar doente ■ Alergias, asma, insônia ■ Tensão muscular, mãos frias e suadas ■ Dor de cabeça ou enxaqueca, problemas de pele ■ Queda de cabelo anormal Caso sejam observados estes sintomas é importante procurar um médico clínico geral ou um psiquiatra, para que ele possa indicar o tratamento adequado.

Atitudes que destroem a intimidade do casal



Nos primeiros tempos de paixão de um casal as relações ocupam um lugar de bastante relevância, mas à medida que o tempo passa é necessário investir na vida afetiva para que o amor não acabe.

Algumas atitudes podem pôr a vida afetiva do casal em risco, acabar com o sexo e afastar o casal.

Desleixo. Pode parecer exagerado mas o desleixo do homem ou da mulher pode acabar com o desejo e afastar o casal.

Não ter iniciativa. Ficar à espera que o parceiro tome a iniciativa nos carinhos e nos momentos de intimidade pode ser um erro. A outra pessoa pode sempre interpretar a sua falta de iniciativa como perda de interesse ou de atração física.

Problemas de comunicação. A falta de diálogo e/ou discussões constantes além de afearem a convivência do casal, também diminuem o desejo sexual.

Egoísmo. Ser egoísta, dentro ou fora da cama, pode destruir completamente a relação. Um relacionamento implica partilha e troca.

COMO PARAR DE SER EGOÍSTA

Todo mundo acaba sendo egoista às vezes. Mas, embora muitos elementos da sociedade encorajem isso, o egoísmo apenas machuca outras pessoas e não traz nenhum benefício.

Se você estiver preocupado que seja muito egoísta e querer entrar no caminho da gratidão e da humildade, veja como começar.

Mudando sua perspectiva - Pratique se colocar por último. Se você for egoísta, é provável que sempre tente ficar em primeiro lugar também. Você deve mudar isso o mais cedo possível se quiser começar a viver uma vida cheia de alegria e livre de egoísmo. Anúncio

Coloque-se no lugar de alguém. Isso pode mudar sua vida para sempre. É claro que você não será capaz de fazer isso literalmente, mas pode se esforçar para pensar um pouco nos outros e para considerar como eles podem estar se sentindo em determinada si-

tuação. Quanto mais praticar empatia e se perguntar pelo que os outros estão passando, mais cedo poderá desistir do seu egoísmo.

Lembre-se de que você não é mais importante que ninguém. Gente egoísta frequentemente pensa que é o centro do universo e que o mundo deveria girar ao seu redor. Pratique ser humilde e modesto. O mundo é um lugar enorme e absolutamente incrível, e você é uma parte minúscula dele. Não pense que merece mais que os outros só por ser "você".

Não deixe seu passado dirigir seu futuro. Talvez todos os seus amigos, colegas e vizinhos pensem que você é a pessoa mais egoísta do

mundo. Você pode achar difícil sair desse padrão ou fazer com que os outros o vejam como algo diferente do que esperam. Pare de pensar assim e aprenda a seguir em frente e a se tornar uma nova pessoa. É claro que quem o conhecia antes ficará surpreso por você estar sendo altruísta ou por ter parado de ser obcecado consigo mesmo; isso deve lhe dar mais razões ainda para continuar sendo assim.

Outras pessoas podem questionar seus motivos quando você tentar fazer algo altruísta. Isso deve encorajá-lo a agir assim com mais frequência. Nunca se renda e pense que nasceu egoísta e que nunca mudará.

receita

Alfajor Cremoso de Colher

INGREDIENTES:

- 1 lata de leite condensado
- 1 lata de creme de leite
- 1/2 pacote de 200 gr. de bolacha maizena
- 1/2 tablete de 170 gr. de chocolate meio amargo.



MODO DE PREPARO:

- Cozinhe o leite condensado na panela de pressão por 40 minutos ele vai ficar moreninho, mas não muito duro.
- Misture o creme de leite e o leite condensado cozido.
- Triture a bolacha maizena, eu usei o mix, mas você pode usar o liquidificador. Fico ótimo também.
- Rale o chocolate com ralador grosso.
- Coloque uma camada nem generosa de leite condensado cozido, ela deve ser sempre bem maior que as outras duas.
- Coloque uma camada de bolacha triturada e por fim uma de chocolate.
- Esta pronto... simples assim... Agora é só colocar na geladeira, e saborear.



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

Av. da Saudade, 282

Higienópolis

Fernandópolis - SP

e-mail: climacold.arcond@gmail.com

Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar



Jeferson

17 9628 6060 (vivo)

17 9133 9432 (tim)

17 9168 5170 (claro)

17 3442 7088 (fixo)



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 descarreço, 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

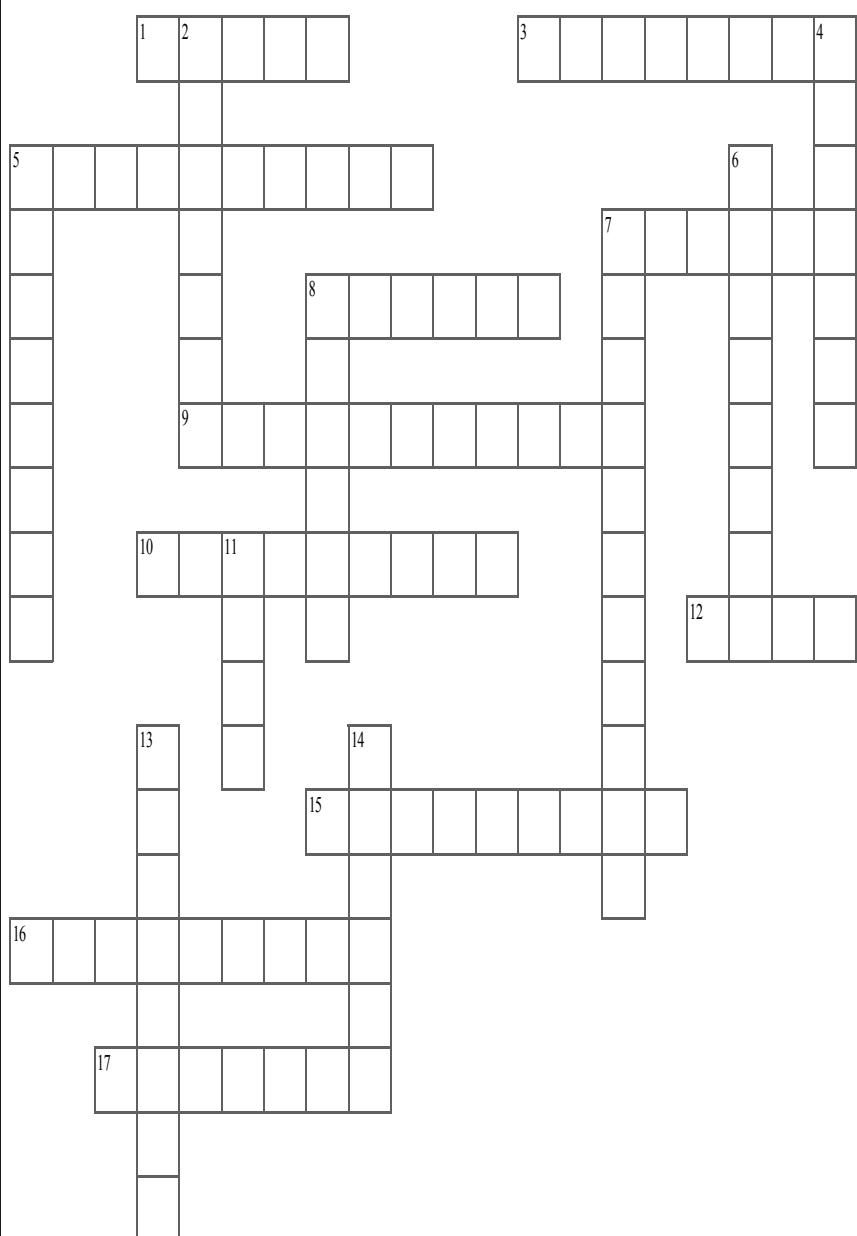
(17) 3422-1402 ou (17) 98113-5838 / 99142-5388 / 99633-0636

Rua Valdemar Carvalho de Souza, 1585

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



Palavras Cruzadas



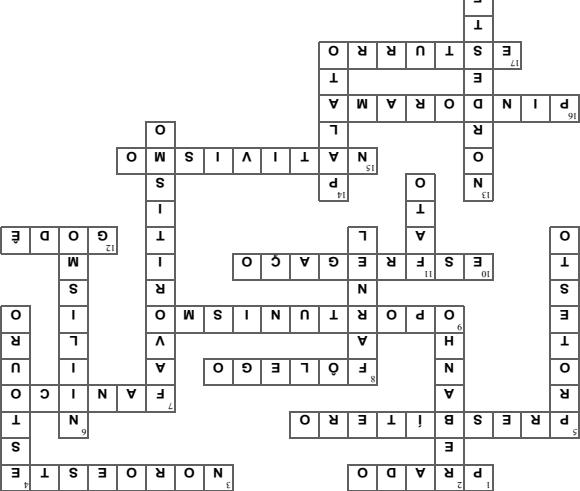
Horizontais

- Terreno coberto de plantas herbáceas próprias para pastagem
- Ponto colateral da rosa-dos-ventos que fica entre o norte e o oeste (Abrev: N W ou N O)
- Sacerdote, padre
- Pequenos lucros ou ganhos casuais
- Respiração
- Polít Tendência a sacrificar os princípios, para transigir com as circunstâncias e acomodar-se a elas
- Pint Camada leve de tinta ou verniz aplicada sobre uma pintura
- Tecido cortado enfiassadamente, na confecção de uma peça de vestuário, principalmente saia
- Qualidade de nativista
- Região ou país das palmeiras
- Rugido de certos animais

Verticais

- Porção de gado lanígero
- Ruído de coisa que rebenta
- Propósito ou resolução inabalável
- Redução a nada
- Preferência
- Provisões alimentícias para pequena viagem
- Roupa, vestuário, vestes
- Ponto colateral da rosa-dos-ventos que fica entre norte e leste (Abrev: N E)
- Sentido do gosto

Respostas



Caça Palavras

G C A H J V N L N O D E D Y D G Q L R C R O N O M E T R O B F X Q T B Q C Y K S O X W T X J M V B X U M T W A P V I Y D E D M I P D A D O S H D U W X R I V I P G T P I L I O B Y A B N D V L N B Q Z W L M R F C N O G T W Q B W Z U K I E U T U S S S A U L A D C Y N B D O H S J W R P N A B S U O O X E B A G G T I W E T N A F E L E I U U K T F S Q H L R I A G A Z R X R S O A C A R O C C N S R O O E U O R G O H B Y V G I X C A Q Q K G I T A J U R O C	CORTINA CORUJA CRONOMETRO CUPIDO CORACAO DADOS DEDO DINOSAURU DOMINO ELEFANTE
---	--

Resumo de Novelas

MALHAÇÃO

Quinta-feira, 17h30

Ciça se faz de vítima para Rodrigo. Luan impede Filipe de falar com Luciana. Lívia conforta Luciana sobre sua situação com Rodrigo. Luan conta para Alina que um funcionário do posto viu o carro de Jorge sendo conduzido por outra pessoa. Rubem se incomoda com a estada prolongada de Florinda na casa de Bia. Uodson garante a Rodrigo que Luciana jamais agrediria Ciça. Rodrigo revela a Luciana que acompanhará Ciça em um exame importante, mas depois se afastará da menina. Monique pressiona Menelau. Nanda inventa para Roger que está namorando Filipe. Durante uma brincadeira, Tainá beija Henrique. Bia pede que Florinda deixe sua casa. Ciça diz a Rodrigo que está grávida.

ALÉM DO TEMPO

Quinta-feira, 18h00

Vitória conta toda a história de Bernardo e Emilia para Lívia e afirma que assim que encontrar seu filho o enviará novamente para o sanatório. Neném proíbe Pérsio de falar de seu amor por Bianca para Botelho. Emilia e Bernardo pedem abrigo no convento de Padre Luís. Roberto e Doroteia armam para ganhar a confiança de Anita. Pedro tenta seduzir Carol. Afonso descobre que Anita está grávida de Roberto.

I LOVE PARAÍSÓPOLIS

Quinta-feira, 19h15

Margot olha para Grego com reprovação. Margot ameaça terminar seu namoro com Grego. Tomás e Fradique constatam que há lixo tóxico em Paraisópolis. Javai avisa a Dom Pepino que Mari e Benjamin querem desativar o lixão clandestino. Dom Pepino dá dinheiro para Danda comprar uma casa para Eva. Sabão instala escutas no apartamento de Izabelita, com a ajuda de Janice. Grego procura Dom Pepino para tirar satisfações sobre o despejo de lixo tóxico em Paraisópolis.

OS DEZ MANDAMENTOS

Quinta-feira, 22h15

Moisés entrega o corpo de Henutmire a Ramsés e o rei é tomado pela angústia e pelo medo. Ambos choram em silêncio. Moisés assente, dando a entender a culpa de Ramsés pelo ocorrido, e vai embora. Ramsés fica pensativo envolto em seus conflitos. Uri desabafa com Gahiji sua preocupação com a dor do pai e o afastamento de Leila. O cozinheiro tenta mostrar que Leila pode ter razão na escolha tomada, mas Uri se mostra convencido de que o povo hebreu não sairá vitorioso. Assir e Elcana cobram de Corá sobre a casa prometida pelo pai. Corá reage impaciente com os filhos, sem saber ao certo se Yunet cumprirá o acordo. Moisés explica que Ramsés não admira publicamente a escolha de Henutmire e o que importa é que Deus tem ciência da entrega dela a Ele.

CÚMPLICES DE UM RESGATE

sbt Quinta-feira, 20h30

Na gravadora, Geraldo avisa a banda que Priscila voltou de vez para o conjunto. Rebeca e Otávio vão até o centro de São Paulo junto com as "Mães da Sé" em busca de Manuela. Damião conversa com Marina, que está presa em seu quarto. Joaquim vai até o manzano com a intenção de ver Isabela, mas o capanga Sandro, que se passa por segurança, não permite. Sandro vai até o porão, escorrega na armadilha de Isabela e cai no chão. Isabela sai do porão e deixa o capanga trancado. Regina mostra a bengala de Téo para Manuela e diz que, por enquanto, foi apenas um susto no garoto, mas que se ela não se comportar algo acontecerá com ele.

A REGRA DO JOGO

Quinta-feira, 21h00

Juliano é levado pela polícia e Dante comemora com Romero. Abner desconfia do comportamento de Bola. Adisabeba acusa Romero por armar contra Juliano, e Djanira e Tóia o defendem. Feliciano promete deixar seu apartamento para Vavá, desde que o filho mude seu comportamento. Juliano e Zé Maria afirmam para Tóia que Romero está por trás da prisão do lutador. Orlando insiste em ficar com Nelita. Orientado por Romero, Bola confessa à polícia que foi ele quem colocou drogas na mochila de Juliano.

Humor

ORGANIZANDO A FILA

Carminha, aquela moça bem feiosa, infeliz, tão desajeitada que nunca tinha conseguido arrumar um namorado, foi pedir auxílio a uma cartomante.

Depois de por as cartas, a Cartomante diz:

- Minha querida, nessa vida, você não vai ser muito feliz no amor. Mas na próxima encarnação, você será uma mulher muito desejada e todos os homens se arrastarão aos seus pés. Carminha saiu de lá muito feliz e ao passar uma ponte sobre uma rodovia, pensou:

"Quanto mais cedo eu morrer, mais cedo começará a minha outra vida!"

E decidiu se atirar lá de cima da ponte. Mas, por uma incrível coincidência, a moça não morreu, porque Carminha caiu de costas em cima de um caminhão carregado de bananas. Com a queda, perdeu os sentidos. Assim que se recuperou, ainda tonta e sem saber onde estava, começou a apalpar em volta e, sentindo as bananas, sussurrou, com um sorriso nos lábios...

- Um de cada vez! Por favor! Um de cada vez! Façam uma fila.

A COR DA CALCINHA

O sujeito, no auge dos seus quarenta anos, desabafa com um amigo:

— Ai, Pereira... Fiquei sabendo que a minha filha usa a calcinha de acordo com a cor do cabelo do

namorado... Se ele é loiro, a calcinha é amarela! Se ele é moreno, a calcinha é preta!

O amigo se segura pra não rir e pergunta:

— Ué, mas por que isso te preocupa tanto?

— É que agora ela está namorando com um careca!

RESULTADO DA PESQUISA

Nosso querido presidente manda fazer uma pesquisa para saber o que o povo acha de seu governo.

Alguns dias depois, chega até o gabinete presidencial um pesquisador com o resultado da consulta:

- Senhor presidente, nós constatamos que a população está dividida em duas camadas distintas...

- E quais são elas?

- Bom, nossa população se divide entre os otimistas e os pessimistas.

- E o que eles pensam, pesquisador. Diga logo!

- Bom, presidente... Os otimistas acham que, se o seu governo durar mais algum tempo, todo mundo vai acabar comendo merda...

- Nossa, esses são os otimistas? Me diga então o que pensam os pessimistas?

- Bom, senhor presidente, os pessimistas acham que a merda não vai dar pra todo mundo...

Qual seu nome? !?



Fu o quê?



E o seu? !?



Só Ota?



celebridades

Camila Queiroz fala de seu novo papel e revela que seu sonho de vida é casar



Camila Queiroz já se prepara para novo trabalho na TV

Caio Castro fica surpreso com polêmica tatuagem de Gusttavo Lima: 'engraçado'

Gusttavo Lima causou polêmica quando mostrou sua nova tatuagem: uma cruz no rosto. A semelhança com a caracterização do personagem Grego, papel de Caio Castro na novela "I Love Paraisópolis", da Rede Globo, foi motivo de comentários nas redes sociais e dividiu opiniões.

O ator contou que também ficou surpreso com o desenho escolhido pelo sertanejo. "É verdade? Acho engraçado. Fiquei meio em choque", disse aos risos.



Sertanejo desenhou uma cruz no rosto, igual ao personagem Grego da novela 'I Love Paraisópolis'.

Camila Queiroz está realmente arrasando. Depois de brilhar vivendo a polêmica Angel, na novela Verdades Secretas, da Globo, e até a dizer que achava que sua personagem poderia se matar, a bela está muito bem, colhendo os frutos de seu primeiro trabalho na televisão. E se você acha que a atriz agora quer ficar um tempinho descansando, está muito enganado!

Em entrevista, a bela revelou que já tem um novo projeto em vista. Ela fará a próxima novela das seis de Walcyr Carrasco, *Eta mundo bom*, que tem previsão para estar no ar em janeiro de 2016 e contou um pouco mais sobre o novo papel: "Serei uma menina cai-pira, muito doce e ingênua, sonhadora, do bem. Ela terá aproximadamente 20 anos e será muito diferente da Angel. É um desafio".

O sotaque, com certeza,

Camila vai conseguir aproveitar para o novo personagem, já que a estrela nasceu em Ribeirão Preto, interior de São Paulo. A atriz também contou que pretende se preparar muito para sua segunda trama na emissora: "Não quero ficar confortável na situação. Preciso aprender muito ainda. Não é porque a Angel conquistou o público que vou ficar acomodada. Quero estudar de verdade".

A moça lembrou ainda que já tem o coração preenchido pelo modelo Lucas Cattani. Os dois estão juntos há dois anos e a atriz diz que ambos fazem planos, mas que ainda está tranquila quanto ao futuro: "Meu sonho de vida é casar, ter família, filhos. Mas a gente não tem pressa e está dando um passo de cada vez. Não adianta colocar a carroça na frente dos bois. Quando achamos que é a hora, vamos casar".



Gabi fala de sexualidade e relembra trabalho da telinha

Gabi confessa que gosta de namorar homens mais novos

Marília Gabriela contou em entrevista ao site do escritor Aguinaldo Silva que prefere namorar homens mais novos e ainda afirmou que seu último namorado foi um "abacaxi completo". "Eu gosto de gente jovem. Mas eu cheguei a uma fase da minha vida em que aprendi o pudor, o pudor no sentido de que eu não acho justo usar de artifícios como a minha inteligência, o meu poder de sedução... Não acho justo impor aos jovens a minha decadência física. Eu sou uma senhora, eu cheguei a uma idade... Gosto deles? Gosto deles! Acho lindo, é agradável estar com jovens. Mas em algum momento eu teria que amadurecer. Afinal, já não tenho aquele furor sexual que tive a vida toda", contou a atriz e apresentadora.

Nessa mesma entrevista, Gabi também contou que teve diversos problemas com Clodovil Hernandes, que apresentou junto com ela a 'TV Mulher', nos anos 80 da Rede Globo. "Tive problemas na época com o Clodovil. Foi terrível, uma inimizade terrível. Ele era despudorado, tentava derrubar o âncora no ar mesmo. Eu saía, dizia que não ia mais fazer o programa. Não havia esse tipo de necessidade. Eram vários egos ali", disse Gabi, sem cerimônia.

"O Clodovil era muito cruel. Não quero incomodar os fãs do Clodovil. Ele era um cara divertido, tinha talento. Ele era um estilista sensacional, tinha o dom da palavra. Mas teria sido melhor se não fosse tão cruel. Ele era capaz de fazer crueldades imensas. Ele tinha aquela necessidade do protagonismo. Ele fazia a 'TV Mulher', era um dos participantes. Ele tinha 5, 10, 15 minutos e se sentia o dono do programa. E agia como tal", finalizou.

Gabi também explicou como está sua vida sexual hoje em dia, já que segundo ela própria seu libido diminuiu. "Hoje eu sou mais tranquila. Não quer dizer que eu não goste de sexo. Eu gosto de sexo. O último namorado que tive foi um abacaxi completo. Terminou no final de 2013 e, de lá pra cá, eu não namorei mais. Flerto, divida as atenções e tenha cautela com embates territoriais!

LEÃO Una-se a pessoas com interesses comuns aos seus, pois Lua e Marte formam trígono entre suas áreas de amizades e de comunicação e impulsionam as atividades conjuntas. Divida as atenções e tenha cautela com embates territoriais!

LIBRA Grandes conquistas intelectuais são trazidas pela harmonia estabelecida entre Lua e Marte, em sua área de relacionamentos, lhe traz maior movimento e uma grande energia de competição. Canalize-a para seus interesses de forma honesta. Use-a ao seu favor sem prejudicar os outros!

SAGITÁRIO O trígono estabelecido entre Lua e Marte, em sua área de relacionamentos, lhe traz maior movimento e uma grande energia de competição. Canalize-a para seus interesses de forma honesta. Use-a ao seu favor sem prejudicar os outros!

CAPRICÓRNIO Sua perspectiva de mundo é ampliada pelo fortalecimento que os desafios lhe trazem, pois Lua e Marte se associam na área de crise. Você se deixa conduzir por sua força interior e parte em busca de maiores oportunidades!

AQUÁRIO Seu poder de realização é intensificado pelo trígono entre Lua, que passa por sua área social, e Marte. Parcerias sinéricas deverão surgir neste momento, mas fique atenta para não acabar buscando compensações emocionais!

PEIXES Ao se associarem em trígono entre suas oitava e quarta casas, Lua e Marte fortalecem sua vontade pessoal. A concretização de alguns planos é estimulada e os desafios recorrentes, que atrapalham suas conquistas, podem ser solucionados!

horóscopo

ÁRIES

Você se sente mais confiante nas relações pessoais, pois a Lua passa por sua área de comunicação e forma trígono com Marte. Suas ideias fluem com facilidade e sua atitude de liderança motiva as pessoas em suas conquistas!

TOURO

Lua e Marte formam trígono, trazendo uma carga de energia que lhe impulsiona nas atividades do dia a dia. Acelere as tarefas e encare os desafios com garra. Assuma o comando de sua vida colocando os afazeres em dia!



GÊMEOS

Boas associações podem surgir em sua vida social, pois Lua e Marte formam trígono e lhe trazem maior dinamismo. As parcerias e os esforços conjuntos mostram grande potencial, mas selecione bem as pessoas a quem se associa!



CÂNCER

Você mostra maior garra para perseguir seus ideais no dia de hoje, pois Lua e Marte formam trígono entre suas áreas de crise e familiar. Seu poder de decisão também se fortalece, mas é preciso bom senso para evitar radicalismos!



LEÃO

Una-se a pessoas com interesses comuns aos seus, pois Lua e Marte formam trígono entre suas áreas de amizades e de comunicação e impulsionam as atividades conjuntas. Divida as atenções e tenha cautela com embates territoriais!



VIRGEM

Você encara o trabalho com garra e senso crítico hoje, o que imprime maior qualidade às suas atividades e lhe coloca em destaque nas relações profissionais. Estimule as outras pessoas inspirando-as com sua atitude exemplar!



LIBRA

Grandes conquistas intelectuais são trazidas pela harmonia estabelecida entre Lua e Marte, em sua área de relacionamentos, lhe traz maior movimento e uma grande energia de competição. Canalize-a para seus interesses de forma honesta. Use-a ao seu favor sem prejudicar os outros!



ESCORPIÃO

Sua perspectiva de mundo é ampliada pelo fortalecimento que os desafios lhe trazem, pois Lua e Marte se associam na área de crise. Você se deixa conduzir por sua força interior e parte em busca de maiores oportunidades!



SAGITÁRIO

O trígono estabelecido entre Lua e Marte, em sua área de relacionamentos, lhe traz maior movimento e uma grande energia de competição. Canalize-a para seus interesses de forma honesta. Use-a ao seu favor sem prejudicar os outros!



CAPRICÓRNIO

Lua e Marte, harmonizados, dinamizam e diversificam a vida profissional, impulsionando e expandindo suas ideias e parcerias. Direcione positivamente seu poder de articulação, pois isso poderá favorecer outros aspectos da vida.



AQUÁRIO

Seu poder de realização é intensificado pelo trígono entre Lua, que passa por sua área social, e Marte. Parcerias sinéricas deverão surgir neste momento, mas fique atenta para não acabar buscando compensações emocionais!



PEIXES

Ao se associarem em trígono entre suas oitava e quarta casas, Lua e Marte fortalecem sua vontade pessoal. A concretização de alguns planos é estimulada e os desafios recorrentes, que atrapalham suas conquistas, podem ser solucionados!