

**Juliana Paes 100% natural:
'Não estou usando enchimento'**

Página B4

"O maior problema do mundo atual é a intolerância. Todos são tão intolerantes uns com os outros."

■ DIANA, PRINCESA DE GALES

social



Ademir Silvestrin, sempre muito bem acompanhado, aniversariou ontem, recebendo inúmeros parabéns.



Close para o sorriso e simpatia da aniversariante de hoje Mariane Fernandes.



Click da jovem Natalia Cortez, que nesta terça comemora nova primavera em clima de muita alegria.



Felicitações para a jovem Bruna Carrara que ontem assoprou velinhas.



Naiara Matias também comemora idade nova esta semana, recebendo as homenagens especiais do amado Edmilson.



Felicidades para a bela Sara Cavalin, também sendo cumprimentadíssima hoje pela passagem de mais um niver.



Festa hoje para o aniversariante André Rokemback, sendo homenageado pela família e amigos.



O último sábado foi de muitas comemorações para Lorrayne Tomaz, que celebrou idade nova com a galera.



Feliz aniversário hoje para a sorriente Jaqueline, que recebe as homenagens de toda equipe do Cisarf: Dirce Azadinho, Carla Batista, Valéria Freitas, Gisele Boaroto, Dayane, Michelle e Edivania Garcia. Na foto, a aniversariante recebe o carinho do esposo Alex.

LOUCURA!

Kit Jolly Antiaderente

R\$ 14,99 cada peça

JOLLY

■ UM TOQUE DE SAÚDE & BELEZA

Receitas caseiras para clareamento das axilas

A pele das axilas pode escurecer por diferentes razões, uma delas pode ser sua própria genética, para saber basta comprovar se um dos seus pais apresenta escurecimento da pele nessa área. Mas as razões mais frequentes do escurecimento da pele das axilas vão desde o uso inadequado de desodorantes, o acúmulo de células mortas até a depilação com lâminas de barbear.

Muitos desodorantes contêm álcool e isso produz dois problemas, em primeiro lugar ajuda a fixar as células mortas e em segundo lugar, queima e deixa a pele escura debaixo dos braços.

Quando as axilas são raspadas a pele se irrita, assim,

estas pequenas lesões vão cicatrizando e produzindo manchas de cor escura.

Podemos recorrer à cosméticos naturais para remover as manchas nas axilas e deixar a pele com aspecto limpo nessa área problemática.

Receitas caseiras para o clareamento da pele das axilas

• Se as axilas já estão escaras a primeira coisa a ser feita é uma esfoliação para remover as células mortas e os vestígios de desodorante acumulados com a transpiração.

• Um creme caseiro para clarear e esfoliar as axilas manchadas é preparado com uma colher de sopa de mel, o suco de meio limão e duas colheres de sopa de aveia em flocos. Misture tudo até formar uma pasta e aplique em um movimento circular, retirando depois com água. Este procedimento deve ser repetido duas vezes por semana.

• O melhor remédio natural para o branqueamento das axilas é o suco de limão. Deve ser aplicado todas as noites com a pele limpa. Deixe repousar pelo menos meia hora e remova com água. Após alguns dias, verifique se não houve nenhuma irritação e estenda o tempo até que fique por toda a noite, tendo sempre o cuidado de remover completamente de manhã.

• A água oxigenada (peróxido de hidrogênio) é um branqueador para a pele das axilas e de todos os tipos de manchas. Use a de 10 volumes e se não irritar, você pode usar a de 20 volumes.

Comece aplicando á agua oxigenada por 5 ou 10 minutos, depois enxágue com agua em abundância, nos dias se-

guintes estenda o tempo até chegar ao tempo de meia hora. Pode aparecer uma leve vermelhidão na pele que desaparece após algumas horas, se as axilas continuarem irritadas suspenda a aplicação.

• Clarear as axilas utilizando descolorante de cabelo e agua oxigenada de 10 volumes: coloque uma colher de chá de descolorante em uma tigela de vidro ou porcelana e vá adicionando agua oxigenada até obter uma pasta cremosa (não mexer a mistura com um objeto de metal, usar plástico ou madeira). Aplique sobre a pele das axilas e deixe por 5 minutos, retire com agua e aplique imediatamente um hidratante ou calmante. Se não ocorrer irritação da próxima vez você pode usar agua oxigenada de 20 volumes.

Esta receita caseira para clarear as axilas pode ser utilizada uma vez ou duas vezes por semana, porém tendo o cuidado de deixar passar 4 dias entre uma aplicação e a seguinte.

• Recomendamos depilar as axilas com cera, pois duram mais tempo, o pelo demora mais para crescer e retira todos os acúmulos de impurezas em cada depilação. Esse procedimento de depilação ajuda a remover as manchas das axilas.

• Usar desodorantes que não contenham álcool, e isso é essencial para evitar manchas nas axilas.

• Use bucha vegetal no banho na área das axilas para retirar os restos de desodorante, porque se não fizer isso aparecerá manchas escuras na axila.



receita

Pavê de frango

INGREDIENTES:

Creme:

- 4 xícaras (chá) de leite
- 2 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 1 colher de (sopa) de maisena
- Misture os ingredientes e leve ao fogo até engrossar.

Acrescentar:

- 1 colher (sopa) de margarina
- 5 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado
- 1 lata de creme de leite sem soro
- sal, se for necessário.

RESERVE.

REFOGADO DE FRANGO:

- 1 peito de frango, cozido e desfiado.
- Refogar o peito de frango com:

• 2 colheres (sopa) de azeite, 1 cebola ralada, 2 dentes de alho bem picados, 2 tomates bem maduros picados, cheiro verde a gosto e azeitonas verdes picadas e sal a gosto. Deixe a cebola e o alho dourarem no azeite, acrescente os outros ingredientes, se ficar com agua acrescente um pouco de farinha de trigo ao refogado somente para dar mais consistência. RESERVE.

REFOGADO DE LEGUMES:

- 1 cebola bem picada
- 1 colher de margarina
- 1 lata de milho verde
- 3 cenouras cozidas em rodelas
- cheiro verde.

• Faça um refogado com esses ingredientes e RESERVE.



MODO DE PREPARO:

MONTAGEM

- Coloque em um refratário:
- Todo o Creme
- Refogado de Frango
- Refogado de Legumes
- Cubra com 300 gramas de mussarela e salpique parmesão ralado.
- Leve ao forno para gratinar.
- Sirva com Arroz branco e salada verde.

Alimentos com efeito laxante



Se seu intestino não trabalha direito com certeza pode ser visto na pele. Agregar alimentos com efeito laxativo é muito importante e essencial para uma vida saudável e uma pele linda. Os alimentos com efeitos laxantes são as frutas, verduras e grãos integrais. Estes são ricos em fibras e água, o que facilita a formação das fezes.

Estes alimentos devem ser consumidos diariamente, como uma rotina, para mobilizar o bolo fecal, combatendo a prisão de ventre. Alguns exemplos de alimentos com efeito laxante, que são verdadeiros laxantes naturais são:

■ Mamão, figo, pera, maçã, ameixa, kiwi; ■ Alface, rúcula, agrião, couve e abobrinha; ■ Aveia, linhaça, farelo de trigo; ■ Café, vinho tinto, um cálice após a refeição, chá de bardana e casca sagrada; ■ Suco de aloe vera industrializado e Raiz de alcaçuz.

Os chicletes sem açúcar, mas com adoçantes como xilitol, sorbitol ou hexitol têm também efeito laxante. Apesar de ser aconselhado ingerir estes alimentos para soltar o intestino, é importante beber de 1,5 a 2 litros de água por dia, para amaciar as fezes, facilitando a sua eliminação.

ALIMENTOS LAXANTES PARA O BEBÊ

Os melhores alimentos laxantes para bebê são as frutas, legumes e os iogurtes que têm microrganismos que ajudam a regular a flora intesti-

nal. Segue uma lista de alguns alimentos com efeito laxante para o bebê:

■ Mamão, jaca, laranja, abacate, banana nanaica, uva, melão, ■ Figo, ameixa, melancia, jiló, manga, abacaxi;

■ Abóbora, almeirão, repolho, tomate, pepino, couve, espinafre, vegetais folhosos, ■ Pimentão, alface, agrião, vagem; ■ Pão de centeio, aveia, arroz integral, pão integral, macarrão integral; ■ Ervilha, lentilha, feijão, milho.

■ No bebê é também importante a ingestão de água sendo recomendado a ingestão de 150 ml de água por cada kg do bebê, assim um bebê de 8 kg deve ingerir 1200 ml de água.

VINHO TINTO LOGO APÓS O JANTAR E O ALMOÇO

Apesar de não ser tão sau-

dável, a bebida a base de coca tem efeito laxante, como a Pepsi e a Coca. Isto por que contém substâncias com efeito excitante do sistema nervoso que faz aumentar os movimentos do intestino ajudando na expulsão da massa fecal. A goma de mascar sem açúcar, mas com adoçantes tais como sorbitol, hexitol e xilitol, também são laxativos.

Para que seu intestino funcione como um relógio é essencial a ingestão de cerca de 1,5 a 2 litros de água por dia, para amaciar as fezes, facilitando assim a eliminação. Quanto mais fibras comer, mais água deve ser ingerida.

Receita de suco laxante:

Ter na sua dieta um suco laxante é uma ótima maneira

natural para combater a prisão de ventre.

INGREDIENTES:

- 200 ml de leite ■ 1 colher de sopa de aveia em flocos ■ 1 ameixa preta ■ 1/2 mamão

Bata tudo no liquidificador e adicione mel e gelo picado. Beba logo após a preparação para que as propriedades medicinais não se percam. Tome este suco toda manhã. Essa receita pode ser consumida por qualquer pessoa de qualquer idade, inclusive crianças, pois não tem nenhuma contraindicação. Com sua propriedade laxativa, este suco promove a limpeza dos intestinos. O resultado se percebe de imediato e faz bem. A pele agradece, pois seu aspecto será mais saudável.

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

Jeferson
17 9628 6060 (vivo)
17 9133 9432 (tim)

17 9168 5170 (claro)

17 3442 7088 (fixo)

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!

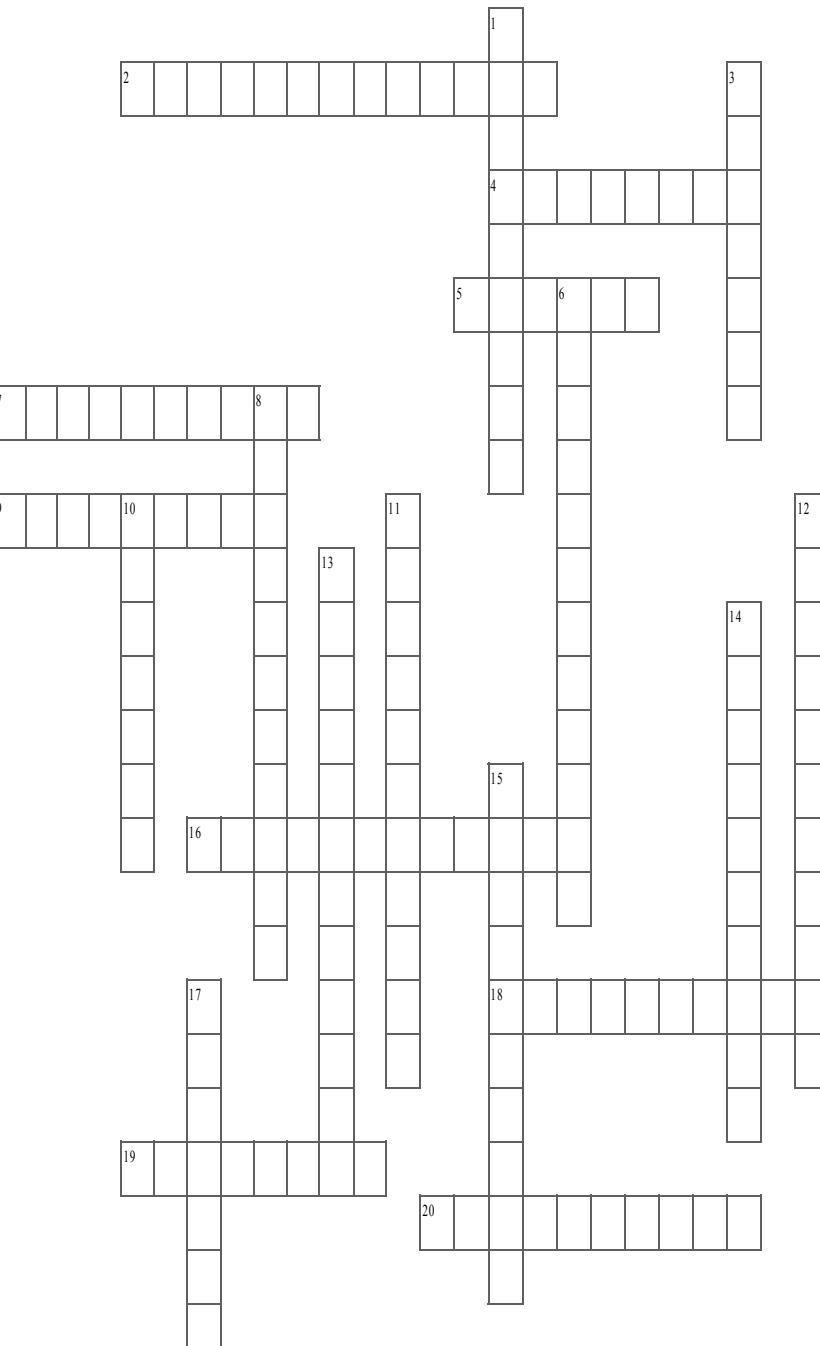
SÓ TRABALHA PARA O BEM E RESIDE HÁ MAIS DE 7 ANOS EM VOTUPORANGA
CONSULTAS COM BÚZIOS, CARTAS E TAROT

(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



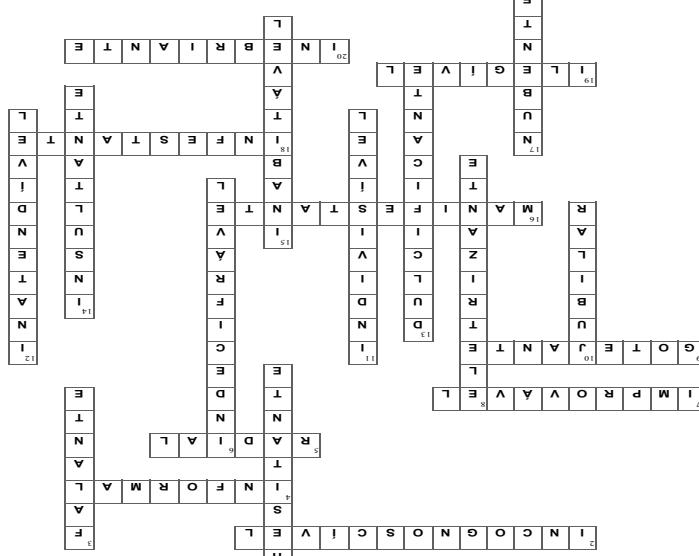
Horizontais

- Que não pode ser conhecido
- Que não é formal, sem formalidades
- Que emite raios Avenida que, partindo do centro urbano, atinge a periferia em linha reta ou quase reta
- Que não é provável
- Que goteja
- Que manifesta ou entra em uma manifestação
- Que infesta
- Que não é legível, que não se pode ler
- Que inebria

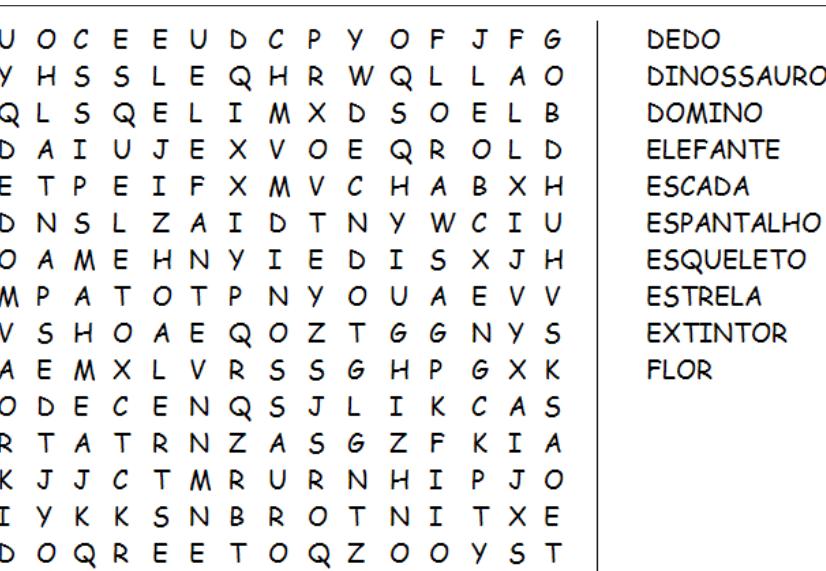
Verticais

- Que hesita
- Que fala muito
- Que não pode ser decifrado
- Que eletriza
- Que diz respeito a jubileu ou a um aniversário solene
- Que não é divisível, que não se pode separar ou diviPartícula mínima
- Que não pode ou não merece ser atendido
- Que dulcifica
- Que encerra insulto
- Que não é habitável
- Que é noivo ou noiva S Pessoa que está para casar

Respostas



Caça Palavras



Resumo de Novelas

MALHAÇÃO

Terça-feira, 17h30

Uodson e Alina quase se beijam. Com a ajuda de Jéssica, Filipe consegue convencer Nanda a estudar. Krica comenta com Lívia que Roger fez aula de dança com Luciana. Nilton sugere que Maria promova uma ação judicial contra Rubem. Luciana prova a Lívia que não dançou com Roger, e as duas reatam a amizade. Maria alerta Rubem sobre a proposta que Nilton lhe fez. Krica percebe o interesse de Alina em Uodson. Sueli elogia Rafaela para Maria. Nanda incentiva Jéssica a namorar. Lívia revela a Rodrigo que Luciana disse que Ciça mente. Alina procura Uodson, e Ciça flagra os dois.

ALÉM DO TEMPO

Terça-feira, 18h00

Alberto não consegue falar com Vitória, que se culpa pela suposta morte de sua filha Emilia. Roberto e Afonso correm para a casa de Anita. Pedro chantageia Carola para que ela descubra com quem Lívia está envolvida. Dorotéia incentiva Benito a lutar por sua família. Mateus sonda Gema sobre Raul. Bernardo e Raul chegam ao orfanato para descobrir sobre o nascimento do escritor. Afonso afirma a Roberto que não desistirá de Anita. Vitória começa a trabalhar com Rosa. Emilia se muda para o antigo palacete de Vitória. Lívia visita a tanoaria de Massimo e encontra Felipe.

TOTALMENTE DEMAIS

Terça-feira, 19h15

Dorinha sugere que Carolina aproveite seu período fértil para seduzir Arthur. Cassandra pede ajuda a Katia e Lurdinha para mudar seu visual. Zé Pedro avisa a Germano que fornecedores desejam saber se a Bastille está poluindo o Rio Tamanduá. Marcão acusa Fabinho de estar investindo em Leila e termina o namoro com ela. Lili incentiva Fabinho a criar um projeto para solucionar o problema de poluição. Jonas diz a Rosângela que viu Florisval com uma mulher. Rosângela expulsa Florisval de sua casa. Jonas leva Eliza para conhecer sua família. Ao ver Arthur conversando com Lorena, Carolina decide seduzir Rafaela para provocar ciúmes no empresário.

OS DEZ MANDAMENTOS

Terça-feira, 22h15

caída ao chão, Eliseba sangra e agoniza. Nadabe, Abiú e Itamar se desesperam e partem para o ataque. Os Amalequitas decidem recuar. Joquebede e Miriá tentam confortar a mulher de Arão. Apuki reclama das coisas que foram levadas de sua tenda. Gahiji carrega Eliseba nos braços e a leva até a tenda de Arão. Radina, Gahiji e Miriá correm para tentar salvar Eliseba. Leila se desespera ao descobrir o atentado contra a nora de Joquebede. Apuki diz estar arrependido por ter deixado o Egito. Abiú implora para Simut salvar sua mãe. O aprendiz de sacerdote se prepara para cauterizar a ferida causada pela espadada. Calebe tenta confortar Abiú e Itamar. Abigail passa mal ao saber que o acampamento foi atacado por soldados Amalequitas.

CÚMPLICES DE UM RESGATE

Terça-feira, 20h30

Manuela e Joaquim cantam a música "Fugir Agora" na gravadora e encantam a todos, menos Priscila, que fica enciumada. Joel cobra Geraldo do que lhe deve referente à pirataria. Rebeca surpreende Otávio em um restaurante. O estilista faz questão de mostrar para Safira o anel de compromisso que Otávio deu para Rebeca. Ofélia coloca o plano dos cúmplices em ação. O músico mostra o cartaz que busca Manuela para Regina, garante que sabe que existem coisas acontecendo na mansão e que ela pode contar com ele. Priscila diz para a mãe que Fortunato deve ter sido melhor pai de Safira do que ela é dele. Ofélia maltrata Manuela para que Regina acredite que ele é um homem ruim.

A REGRA DO JOGO

Terça-feira, 21h00

Romero sonda Faustini e Dante acredita que o delegado lhe esconde algo. Luana revela à família que Kim é suspeito por Lígia. Dante comenta com Orlando que está apaixonado por Lígia. Lara se instala no Morro da Macaca. Indira inventa para Oziel que está namorando Rui. Juliano alerta Tóia sobre Romero. Faustini descobre a verdadeira identidade de Orlando, que pede ajuda a Zé Maria. Zé Maria orienta Guerra a recuperar os documentos da facção. Tóia conta para Romero que esteve com Juliano. Dante encontra Lara. Faustini procura Romero.

Humor

JOGANDO GOLFE

Numa linda manhã, um pastor, de uma igreja nos Estados Unidos, resolveu faltar o culto dominical e inventou uma desculpa de que estava super gripado. Quando o pastor substituto apareceu, ele, mais que depressa, pegou sua sacola de golfe e foi para fora da cidade jogar. Era um lindo dia, ensolarado, perfeito para se jogar golfe, tão perfeito, que até um anjo passeava por ali, e viu o pastor, e resolve contar para Deus:

– Olha que mentiroso, Senhor, ele merece ser punido!

E Deus acena com a cabeça de acordo.

A partir daí, toda tacada do pastor era bem sucedida, já tinha acertado mais de 20 buracos de primeira, tinha batido o recorde do campo, da cidade, do estado e até o nacional, faltava apenas uma tacada para bater o recorde mundial.

O anjo, sem entender nada, questiona Deus:

– Mas Senhor, ele está acertando todas! E a punição?

– Gabriel... veja por outro lado...

Pra quem você acha que ele vai poder contar esta façanha?

SEM ANESTESIA

Por conta de um problema dentário, o casal teve que interromper as férias na praia e foi ao dentista. Chegando no consultório, a mulher diz ao dentista:

– Dentor, estamos com muita pressa. Preciso que arranque um dente e não quero nenhum tipo de anestesia. Tire o dente o mais rápido que puder porque queremos voltar logo para a praia.

O dentista, impressionado com a determinação da mulher, diz a ela:

– A senhora é muito corajosa. E me diga uma coisa, qual dente que é?

A mulher se vira para o marido e diz:

– Rápido, mostre o dente a ele querido.

BOA PESCARIA

Estava lá o japonês pescando em uma lagoa.

Quando chega um cara muito esperto e pergunta:

“Japonês está pegando muito peixe?”

Ai o japonês responde: “Peguei dois dourado.”

Ai o cara muito esperto responde: “Mas em lagoa não da dourado.”

Ai o japonês responde: “Não, é que eu peguei um dourado de lá e outro dourado de cá.”



CIRURGIA DE CATARATA (ACOMODULSIFICAÇÃO), 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

www.lunartadela.com.br

celebridades

Nudez de **Maitê Proença**, que vai cumprir a promessa de tirar a roupa pelo Botafogo, sempre foi motivo de polêmica



Maitê Proença disse que ficaria nua em público caso o Botafogo voltasse para a série A do Brasileirão

Até quem não é torcedor do Botafogo comemorou a volta do time carioca para a série A do Brasileirão. O motivo atende pelo nome de Maitê Proença. A atriz de

57 anos prometeu que ficaria nua se o clube retornasse à elite do futebol brasileiro, e a promessa deve ser cumprida no próximo dia 29. Mas polêmicas em torno de sua nudez não é uma novidade nem na

vida nem na carreira de Maitê.

Com 21 anos, ela já vivia suas primeiras cenas de nu no cinema. No filme "Prova de fogo", o segundo de sua carreira e lançado em 1980, Maitê Proença vive uma jovem mãe de santo e protagoniza uma sequência de sexo com o ator Ivan de Almeida, 20 anos mais velho do que ela.

Seis anos depois, foi a vez de Maitê Proença viver as primeiras cenas de nudez numa novela braileira. Em "Dona Beija", ela interpretava a personagem-título, uma cortesã que provocava furor nos homens da cidade de Araxá, tomando banho de cachoeira nua ou desfilando como veio ao mundo em cima de seu cavalo branco. Foi um escândalo na época.

Não demorou então para que viesse o primeiro ensaio para a revista "Playboy". A edição de fevereiro de 1987, hoje disputada a tapa pelos colecionadores, foi durante muito tempo a mais vendida da revista, até ser vencida pela primeira capa de Adriane Galisteu, nove anos depois. A campanha de lançamento da publicação, exibida na TV na época, mostrava um coro cantando "aleluia! aleluia!" por causa da dificuldade que foi convencer Maitê a posar nua.

Sua nudez veio num encar-

te especial e a atriz teve todas as regalias na hora de fotografar, como escolher o cenário, o fotógrafo e os cliques que seriam publicados. Maitê Proença acabou abrindo um precedente (muitas atrizes depois começaram a ser mais exigentes com seus ensaios) e até despertou ciúme em outras estrelas.

Em 1989, ela voltou a ficar nua, mas desta vez no teatro. O público lotou as sessões da peça "Na sauna", que também tinha no elenco Claudia Jimenez, Nívea Maria, Ângela Leal e Sura Berditchevsky. Foi mais motivo de polêmica. Maitê acabou se desligando do elenco e não viajou em turnê com a peça pelo Brasil.

No segundo ensaio para a "Playboy", em agosto de 1996, Maitê Proença e o fotógrafo Bob Wolfson inovaram com uma proposta diferente, que seria repetida em futuras capas como as de Alessandra Negrini (nua na Lapa e em Copacabana) e Vera Fischer (nua nas ruas de Paris). A atriz tirou a roupa no meio de um povoado da Sicília, na Itália, posando nua ao lado de moradores de diferentes idades. O prefeito da cidade quis expulsar a equipe de lá e a polícia chegou a ser acionada. Ou seja, uma nudez sempre polêmica (e bem-vinda).



Juliana Paes está cotada para viver Gretchen no cinema

Juliana Paes fala sobre bumbum que virou assunto na semana de estreia de 'Totalmente demais': 'Não estou usando enchimento'

Na semana de estreia de "Totalmente demais", o bumbum de Juliana Paes deu o que falar. Ainda mais no figurino sexy de Carolina, sua sedutora personagem na novela das sete. Já no primeiro capítulo, as curvas da atriz foram bastante comentadas nas redes sociais. E teve gente que apostou que o bumbum de Juliana era falso. "Recentemente me perguntaram até se eu estava usando calcinha com enchimento. Morri de rir. Não es-

tou usando, gente! Sempre tive o bumbum avantajado mesmo", disse a morena, dona de um quadril de 100 centímetros, em entrevista.

A excelente forma de Juliana Paes, aliás, fez com que ela esteja cotada para viver Gretchen no cinema, no filme que está sendo planejado sobre a Rainha do Bumbum, inspirado em sua recém-lançada biografia: "Ela arrebatou o país. Lembra de todo mundo lá em casa parando para ver aquela mulher rebolativa na TV".



Petra Mattar tem 21 anos

Petra Mattar posa para campanha, mas descarta carreira de modelo: 'quero fazer teatro, e também amo cantar'

Em imagens recentes publicadas em suas redes sociais, Petra Mattar aparecia (linda) em fotos de biquíni no making of de uma campanha de moda praia. Mas a jovem, de 21 anos, não pretende seguir na carreira de modelo, apesar de sonhar com uma carreira artística. "Ainda não me encontrei, mas tenho planos de ser atriz, gosto muito desse meio e cresci nele", diz a filha de Maurício Mattar. "Quero fazer teatro, mas também amo cantar". Em 2012, ela chegou a dar canjas ao lado da banda Além do Rock. O grupo fez alguns shows e incluía no repertório

Stevie Wonder, Jason Mraz e Colbie Cailat.

"Na verdade acho que tudo está interligado, porque sangue não é água", justifica ela, que pensa em fazer faculdade de Cinema. "Enche meus olhos".

O trabalho como modelo, segundo Petra, a deixou bem à vontade, principalmente por um motivo: foi a mãe, Fabiana, quem fez as fotos. E o pai, Maurício Mattar, não fica com ciúme de ver as imagens da filha de biquíni. "Ele é bem tranquilo, nunca reclamou de nada e sabe que tenho minhas escolhas", garante.

DOE SANGUE DOE VIDA

Apoio:
o extra

horóscopo



ÁRIES

Você age de maneira defensiva ao lidar com as pessoas, pois a Lua passa pela área familiar e se aspecta com Mercúrio e Marte, indicando dificuldades em lidar com o estresse. Não seja tão dura, controle sua agressividade!



GÊMEOS

Fique longe das atividades sociais que possam comprometer seu equilíbrio financeiro. A Lua ainda tensiona sua área financeira, formando trígono com Mercúrio e lhe aconselhando a planejar-se. Seja objetiva e zele pela segurança!



LEÃO

O medo do novo pode de travar seus movimentos na realização das mudanças necessárias, pois a Lua passa pelo setor de crise e se aspecta com Marte e Mercúrio. Desvie o foco dos problemas para as coisas boas de sua vida!



LIBRA

Você continua sobrecarregada de trabalho, mas percebe que agir de modo defensivo apenas agrava a situação. Lua e Mercúrio em trígono favorecem os diálogos no convívio cotidiano, contribuindo para a definição de acordos. Aproveite!



ESCORPIÃO

Permita-se divertir e relaxar, pois Lua e Marte formam quadratura, alertando para o estresse cotidiano. O trígono Lua-Mercúrio indica que focar-se em assuntos positivos não representa uma fuga, e sim um caminho para a felicidade!



SAGITÁRIO

Seja cautelosa ao fazer escolhas, sejam elas financeiras ou emocionais, pois suas quinta e oitava casas continuam tensionadas. Lua e Mercúrio em trígono harmonizam a área familiar e lhe aconselham a curtir o dia em ambientes seguros!



CAPRICÓRNIO

O bom entendimento com os mais próximos continua prejudicado pela tensão da Lua, que persiste em sua sétima casa. As diferenças são agravadas pela quadratura com Marte. Tire o foco dos problemas e promova a paz nas relações!



AQUÁRIO

Em vez de alimentar o círculo vicioso de dificuldades de comunicação nos grupos com que você convive, prefira romper-lo. Lua e Mercúrio formam trígono hoje, lhe aconselhando a canalizar esforços para as questões urgentes!



PEIXES

Contenha os gastos, pois os setores social e financeiro continuam tensionados, inspirando cuidados. Lua e Mercúrio em trígono lhe pedem para melhorar seu olhar em relação a si mesma. Seja sua prioridade de hoje, nutra-se de autochecimento!