



Mais

Fernanda Paes Leme deixou a Globo e vai apresentar o 'X Factor Brasil', na Band

Página B4

"Unir para desunir, fazer para desfazer, edificar para demolir, viver para morrer, eis aqui a sorte e condição de natureza humana."

■ MARQUES DE MARICÁ - Escritor - Filósofo - Político



Festa na **família Félix** pela data especialíssima celebrada pelo patriarca, o vereador Alaerte. Parabéns!



Michel Ribeiro sopra as velinhas hoje, sempre muito cumprimentado e junto a Melissa Ferreira.



Neto Bim também está em festa hoje, recebendo inúmeras felicitações. Na foto ao lado da namorada Naama Santos.



Festa hoje para a aniversariante **Fátima Ricco**, recebendo o carinho da família, amigos da 'Companhia Alvorada' e em especial do esposo Geraldo Ricco.



A soridente **Raíssa Ferreira Matos** também dá boas vindas à idade nova hoje. O clima é de muita festa e diversão.



Felicidades e muitos anos de vida para **Karlos Fernando**, que hoje celebra idade nova.



Click especial, de **Silmara Mendes** arrasando ao lado dos filhos Letícia e Leonardo, para as lentes de Célia Souza.



A estudante de odontologia, **Tahita Domeni** também está em festa hoje, data em que comemorar mais um niver. Parabéns!



Close do casal **Dani Vieira e Murilo Silva**, curtindo o namoro em clima de muito amor.

Quando a APAE ligar diga SIM!

APAE
Fernandópolis/SP

Nossa Central de Doações terá prazer em te mostrar nosso trabalho!

(17) 3465-1150 - (17) 3465-1151

ASSINE o extra
SEU JORNAL DIÁRIO

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

PEÇA AGORA!

Produtos com a qualidade

PLASÚTIL



REDE GIGANTÃO O SHOPPING DO PREÇO BAIXO

O SHOPPING DO PREÇO BAIXO



produtos
oferta
à partir de
R\$ 1,99
GIGANTÃO

Não é frescura: quatorze sintomas que indicam problemas de ansiedade



Quando não se conhece algo, a reação mais instintiva é ter medo. O desconhecido sempre assusta, pois ali não há qualquer controle possível. É difícil entender algo que você nunca experienciou, principalmente aquilo que está dentro da nossa mente. Os transtornos de ansiedade - como Síndrome do Pânico, TOC e fobias - são doenças muito reais para quem sofre com eles. O que é preciso entender é quando a emoção deixa de ser normal e passa a trazer prejuízos para a vida do indivíduo. A ansiedade é uma emoção instintiva, que faz parte dos sentimentos do ser humano. Os transtornos começam a aparecer quando esse nível de ansiedade aumenta. É natural sentir ansiedade antes de um encontro ou um evento muito importante. Já quem tem esse nível elevado, pode ter crises.

É importante ressaltar que, apesar da origem genética da doença, muitas pessoas relatam dificuldades em lidar com as pressões do dia a dia, principalmente quando se trata de carreira. Existem questões genéticas que influenciam sim, mas também uma questão muito comum é a sobre carga de trabalho, de estresse generalizado (com muito trabalho e pouco lazer), em uma rotina de muita cobrança. A queixa número um hoje é tanto de quem se cobram muito ou quem se sentem muito cobrados no trabalho.

■ 1. Preocupação excessiva: Todo mundo tem alguma coisa para se preocupar: o trabalho, as contas, a carreira, filhos, a aparência física... O que a diferencia para a ansiedade pa-

tológica é quando essas preocupações se tornam fatores limitantes, além de desencadearem outros sintomas. A pessoa se sente angustiada na necessidade absoluta de resolver aquilo o mais rápido possível - e se sente ainda pior quando não consegue.

■ 2. Insônia: Se você já "perde o sono" por conta de um encontro, uma reunião importante no trabalho, imagine viver todos os dias varando noites por todos os motivos possíveis e imagináveis.

■ 3. Ganho ou perda de peso muito acentuados: Sim, todos temos tendências a aproveitar um momento de estresse para descontar na comida - ou para simplesmente evitar a alimentação. E estudos comprovam que o açúcar é um terrível aliado na hora de liberar dopamina no cérebro, causando sensações similares ao uso de drogas. Além disso, é possível sofrer com distúrbios gastrointestinais nas crises de ansiedade, o que impede que você consiga se alimentar sem passar mal.

■ 4. Evitar determinadas situações: Como você já deve ter percebido, o problema não é ser ansiosa, por si só: é quando isso começa a ter impacto na sua vida. Se você evita a todo custo ir à festas, em um encontro, falar em público ou qualquer outro momento que te causa algum desses sintomas, é melhor procurar ajuda. "É importante estimular a pessoa a procurar uma avaliação especializada. Se for, é uma doença que responde bem ao tratamento.

■ 5. Memória e concentração prejudicadas: Começa a ficar mais difícil ter foco e até mesmo guardar lembranças

e informações. O cérebro fica em constante estado de alerta - e é como se você não conseguisse se "desligar". Aliás, o sono é um fator fundamental para melhorar essas condições.

■ 6. Crises de pânico: Em um nível bem alterado, a pessoa pode passar a ter a chamada síndrome do pânico, que são muitas crises de ansiedade com picos muito elevados. O sofrimento é muito grande: você tem uma sensação de morte iminente, o coração dispara, dá apneia e sudorese extrema.

■ 7. Coração acelerado (taquicardia): De repente é como se seu coração pudesse pular para fora do seu peito. É uma sensação de que algo não está certo, mas você não consegue identificar o que. Isso pode ocorrer tanto em crises de pânico quanto nas de ansiedade generalizada.

■ 8. Falta de ar: Essa é um dos sintomas mais comuns dos momentos de picos muito elevados. É como se houvesse uma pedra no peito que dificulta a respiração.

■ 9. Medos irracionais (fobias): A ansiedade é um sintoma presente em vários transtornos mentais: seria como falar em febre - muitas doenças se manifestam com esse sinal, membro filiado do Instituto de Psicanálise da Sociedade Brasileira de Psicanálise de São Paulo. Você comece a desenvolver um medo de situações e coisas que não tinha antes, como de répteis, viajar de avião, andar de carro etc.

■ 10. Comportamentos compulsivos (TOC): Outra forma comum de manifestação está no Transtorno Ob-

sessivo Compulsivo, no qual a pessoa encontra nos movimentos repetitivos e compulsivos um escape para a ansiedade. Lavar as mãos o tempo todo, precisar checar se troucou a porta de casa 10 vezes antes de sair ou só conseguir dormir depois de seguir uma estrita rotina são alguns exemplos.

■ 11. Tensão muscular: Já se pegou pressionando os dentes tão forte que você comece a sentir dores no maxilar? Ou então sofre com o bruxismo, o famoso problema de ranger os dentes à noite? Até mesmo dores constantes no pescoço - que podem se transformar em dores de cabeça - são sinais de que você passa muito tempo "tensa", sobreagarrando seu corpo.

■ 12. Tremores: Tudo está bem e você comece a tremer, sem motivo aparente. Isso normalmente é acompanhado dos outros sintomas: taquicardia, sudorese, falta de ar...

■ 13. Vícios: Pessoas que sofrem de algum transtorno de ansiedade costumam procurar escapes para as crises. Antes de se dar conta do que é, procurar ajuda e tratamento, a primeira escolha é um vício. Tabagismo, álcool, drogas ilícitas e compulsão alimentar são comuns nesses casos.

■ 14. Irritabilidade: Você acaba sem paciência para nada e descontando o estresse nos outros. É difícil perceber quando isso não é só um traço da sua personalidade, mas um sinal de que algo não está bem

O TRATAMENTO

Apesar de ainda ser um tabu e isso tornar o diagnóstico e o tratamento mais complicados, os transtornos de ansiedade costumam ter uma boa

reação dos pacientes ao longo do tempo. A medicação tem um papel importante no tratamento: elas não causam dependência e não viciam, mas precisam ser tomadas durante um período de pelo menos 6 meses, sendo um processo longo. Já a terapia ajuda a perceber quais situações precisam alterar o estilo de vida para melhorar a condição. E a

atividade física cataliza o tratamento, tornando-o mais rápido e eficaz.

TENHA TEMPO PARA VOCÊ

Reserve espaço na correria diária para fazer o que você realmente gosta e se dedique mais a essas atividades. Pense nos seus projetos pessoais e se programe para realizá-los.

receita

Pudim de Abacaxi

INGREDIENTES:

- 500 gramas de abacaxi em calda
- 1 lata de leite condensado
- 3 unidades de ovo
- 2 colheres (sopa) de licor de laranja
- 3 colheres (sopa) de fécula de batata
- açúcar para caramelizar



MODO DE PREPARO:

- No liquidificador, bata as fatias de abacaxi e reserve dudas para decorar.
- Continue batendo e acrescente, o leite condensado, os ovos, o licor e a fécula de batata.
- Despeje na forma caramelizada.
- Leve ao forno médio, a 180 °C, preaquecido, em banho-maria por aproximadamente 50 minutos.
- Deixe esfriar e desenforme.
- Corte as fatias restantes ao meio e decore o pudim.
- **Dica:** no lugar da fécula de batata, você pode usar amido de milho ou farinha de trigo.

ClimaCold
Ar Condicionado

Climatizando com estilo

Ligue e faça um orçamento sem compromisso

Av. da Saudade, 282
Higienópolis
Fernandópolis - SP
e-mail: climacold.arcond@gmail.com

Jeferson

vivo 17 99628-6060
claro 17 99168-5170
17 3442-7088

Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar

M. FER

FERRO & AÇO

- Telhas Galvanizada Ondulada
- Telhas Galvanizada Trapezoidal
- Perfil Estrutural 6 mts
- Perfil Serralheiro
- Corte e Dobra de Chapa até 1/2 polegada

➤ Fabricação Própria

FERRAGENS PARA CONSTRUÇÃO

FONE: (17) 3442-1522

FAX: (17) 3442-1651

Av. Lírio Greco, 95 - Jardim Iguatemi - Fernandópolis - SP.

M.FER, Ligada ao cliente por um vínculo de AÇO

Sete Erros

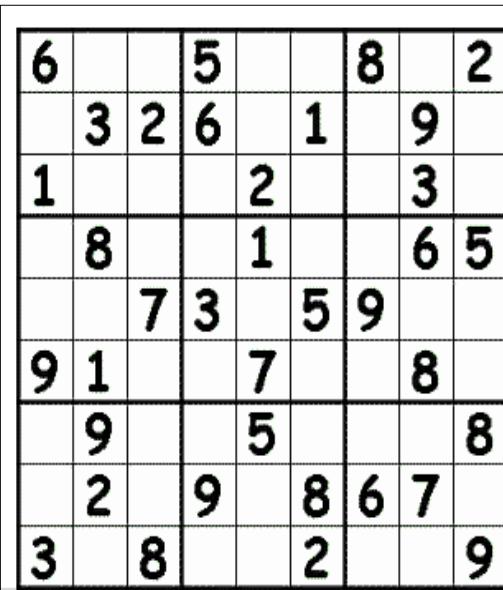


REP: 1- BOLA DO JUINI. 2- OLHO DA JUINI. 3- BOLA DE VOLTE. 4- AGULHA EM VOLTA DO LAGO. 5- PEDERA NA MARGEM DO LAGO AO PINTO. 6- CORDA NA ÁRVORE. 7- OLHO DO SAPÉ.

Caça Palavras



Passa Tempo: Sudoku



CHARGEONLINE.com.br - © Copyright do autor

INSTITUTO DE OLHOS
CIRURGIA DE CATARATA (FACOMELISFICAÇÃO), CIRURGIA MÍOPIA, 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

**Quando a APAE ligar
diga SIM!**

**Nossa Central de Doações
terá prazer em te mostrar
novo trabalho!**



(17) 3465-1150 - (17) 3465-1151



CRECI 67022

IMOBILIÁRIA OUROESTE

Venda - Locação e Administração

Tel. 17 3843.1505

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

Resumo de Novelas

MALHAÇÃO

Quinta-feira, 17h30

Samurai insiste que Pedro deve vigiar Ciça. Rodrigo confronta Tito e Ana repreende o filho. Flávia se apresenta para Ana. Samurai pensa em viajar com Ciça e Rodriguinho. Ciça foge para o aeroporto com Rodriguinho. Luciana pede que Roger tente se divertir com amigos. Cleiton tenta ensinar Krica a trabalhar. Luan e Jéssica dançam juntos, observados por Tainá. Ana fala com Rodrigo sobre Tito e Miguel ouve. Roger se insinua para Luciana. Samurai surpreende Ciça e Rodriguinho no aeroporto.

ÊTA MUNDO BOM

Quinta-feira, 18h00

Cunegundes confessa que jamais gostou de Candinho e Anastácia a expulsa de casa. Zé dos Porcos e Manuela comemoram as mudanças na fazenda. Tobias promete ajudar Emma a cozinhar para Narcisa e Lauro. Diana pede que Diva deixe sua casa. Anastácia agradece Eponina e Manuela por cuidarem de Candinho. Gerusa afirma saber que tem uma doença grave. Maria revela a Candinho que Filomena está grávida. Candinho questiona Filomena sobre a paternidade de seu bebê.

TOTALMENTE DEMAIS

Quinta-feira, 19h15

Lili insinua que o bebê é de Germano. Florisval e Rosângela comemoram com os filhos a notícia de seu casamento. Leila e Rafael ficam juntos e o rapaz propõe que os dois iniciem uma relação. Cláudia avisa a Carolina que o pedido de adoção foi negado pelo Juiz por causa do processo de Eliza. Carolina suplica a Eliza que retire o processo que move contra ela.

OS DEZ MANDAMENTOS

Quinta-feira, 22h15

Oficiais amoreus pedem para pararem e verificam o que tem na carroça. Por conter apenas frutas, liberam a entrada de Zur e os demais na cidade. Começa a luta com os oficiais amoreus. Entram na casa de Lemuel e Siloá a procura de Natam mas não encontram. Natam se esconde em uma carroça com frutas. A luta continua entre os oficiais midianitas e amoreus. Moisés e Josué se despedem de Abukar, que voltará para Núbia. Radina se despede das amigas Leila, Abigail, Deborah e Jaque. Aija se despede de Chibale. Seom fica sabendo que Natam fugiu. Datá está feliz com a gravidez de Ada. A luta continua entre Zur e os soldados midianitas contra o exército de Oren, que também entra na briga.

CÚMPLICES DE UM RESGATE

Quinta-feira, 20h30

Joaquim se disfarça de Flora pra que Dinho acredite que a tia dos Vaz está lá. Pedro e Helena cantam no coreto uma canção romântica. Dinho diz para Meire que viu Flora. Priscila mexe nas coisas antigas de sua mãe e encontra um VHS. Trata-se de um vídeo antigo de Safira cantando, no entanto Geraldo aparece e canta com ela. Os dois se beijam no final e Priscila fica em choque ao chegar à conclusão que Geraldo é o seu pai. O padre diz para Fiorina que roubaram a imagem da Nossa Senhora dos Sonhos da igreja. Omar diz que não foi ele dessa vez. Rebeca descobre sobre a sabotagem da falsa peça piloto da On-Enterprise. Rebeca questiona Berta sobre o que significa isso.

VELHO CHICO

Quinta-feira, 21h00

Martim se recusa a falar com Padre Benício sobre sua família. Carlos Eduardo se enfurece ao constatar que não terá o apoio de Afrânio para sua candidatura. Olívia fica radiante ao saber que seu pai gostou de seu projeto de agricultura. Padre Benício chega ao sítio dos avós de Martim. Cícero segue Iolanda. Beatriz conta para Bento sobre as ameaças do prefeito e se assusta com a reação do vereador. Martim pede que Padre Benício não conte sobre sua volta. Olívia admira Lucas. Bento pressiona o prefeito Raimundo na frente de seus eleitores.

Humor

SEMPRE AO LADO

Um belo dia, o caipira está sentado ao lado de sua mulher na varanda contemplando a plantação:

- Muié, Há quanto tempo nós tá junto?
- Faiz um tempão home!
- Quando deu aquela praga na prantação, ocê tava do meu lado num tava?
- Tava home!
- Quando o paíor pegô fogo e acaibô cum nossa coiêta de um ano interio, ocê tava do meu lado, num tava?
- Craro que tava home!
- Quando nossa fia fugiu grávida cum aquele capataz, ocê tava do meu lado, num tava?
- Tava sim home!
- Quando nosso gado começou a morrê de afitosa, ocê tava do meu lado, num tava?

- Como sempre home!

- Sabe d'uma coisa, muié?
- O que home?
- Você dá um azar du carão!

NO PSICÓLOGO

Um psicólogo analisa o teste de personalidade do seu paciente:

- Aqui no teste percebe-se que você tem tendências homossexuais. Tem alguém na sua família que é homossexual?
- Claro! Além de mim, tem meu pai, meus tios, meu avô, meus irmãos, primos, meu sogro e meus cunhados.
- Pô! Ninguém gosta de mulher nessa família, não?
- Claro que sim, doutor. Minha mãe, minha tias, minhas primas, minhas irmãs, cunhadas, minha sogra, minha avó...

PARAR OU DIMINUIR

Um advogado dirigia distraído quando, num sinal PARE, passa sem parar, mesmo em frente a uma viatura da polícia.

Ao ser mandado parar, toma uma atitude de espertalhão...

— Boa tarde. Documento do carro e habilitação.

— Mas por quê, policial?

— Não parou no sinal de PARE ali atrás.

— Eu diminuí, e como não vinha ninguém...

— Exato. Documentos do carro e habilitação.

— Você sabe qual é a diferença juídica entre diminuir e parar?

— A diferença é que a lei diz que num sinal de PARE deve parar completamente. Documento e habilitação.

— Ouça policial, eu sou advogado e sei de suas limitações na interpretação de texto de lei, proponho-lhe o seguinte: se você conseguir me explicar a diferença legal entre diminuir e parar eu lhe dou os documentos e você pode me multar. Senão, vou embora sem multa.

— Muito bem, aceito. Pode fazer o favor de sair do veículo, senhor advogado?

O advogado desce e é então que os policiais baixam o cacete, é porrada pra tudo quanto é lado, tapa, botina, cassetete, cotovelada, etc.

O advogado grita por socorro, e pede para pararem pelo amor de Deus. Então o policial pergunta:

— Quer que a gente PARE ou só DIMINUA?

celebridades

Bruna Linzmeyer está namorando cineasta Kity Féo 24 anos mais velha

No início de abril, Bruna Linzmeyer contou numa entrevista que estava namorando uma mulher. A declaração foi dada quando muitos acreditavam que a atriz e Michel Melamed já tinham reatado. No entanto, a atriz vive uma linda história de amor com a cineasta Kity Féo, um segredo bem guardado por amigos das duas durante um ano.

Bruna e Kity, como é conhecida Cristiane de Stefano Féo, se conheceram no início de 2015, quando trabalharam juntas em "O filme da minha vida", dirigido por Selton Mello. Kity, de 47 anos, foi assisten-

te de direção do longa. Bruna, de 23, ainda estava morando com o ex-marido, com quem manteve uma relação por quatro anos.

Foi nas férias e belas paisagens da Serra Gaúcha onde o filme foi feito que Bruna e Kity se aproximaram. "Elas se tornaram muito íntimas e logo já estavam juntas", conta uma fonte. Mesmo discreta, Bruna não se furtou em levar Kity para viagens e até aos bastidores de "A regra do jogo", que gravava no Rio.

Em seu perfil no Instagram, Bruna postou várias fotos das duas na companhia de amigos feitos na novela, como Bárba-

ra Paz e Marco Pigossi. Kity, que mora em São Paulo, esteve até com Bruna e parte do elenco para assistir ao último capítulo.

Kity é conhecida nos sets como uma profissional durona e disciplinada, por vezes até pavio curto. Algo que foi traduzido quase como poesia por Bruna num post em seu perfil no Instagram: "Ela é um fúrcão fêmea, socorro. Eu nado em sua direção". No dia 17 de janeiro deste ano, outro post da atriz. "Era frio e bebímos vinho tinto...", escreveu na legenda de uma foto em que aparece ao lado de Kity, deitada num gramado. Era data do aniversário da amada.



Bruna Linzmeyer e a namorada Kity Féo

William Bonner mostra semelhança com o filho

Repare como Vinícius, filho de William Bonner e Fátima Bernardes, está cada vez mais parecido com o pai. O próprio apresentador do "Jornal Nacional" fez questão de destacar a semelhança posando com o herdeiro de 18 anos. O rapaz é um dos trigêmeos do casal, que tem ainda Laura e Beatriz.

Prestes a ingressar no mer-

cado de trabalho, os filhos de Fátima e Bonner estiveram recentemente conhecendo os bastidores das produções da TV Globo. Vinícius passou pelo programa "Amor & sexo", enquanto Beatriz visitou a produção do "Big Brother Brasil". Eles ainda não sabem em qual área querem atuar. Já Laura decidiu que quer seguir a profissão de bailarina.



Parecidos? Bonner posa com Vinícius, de 18 anos

Fernanda Paes Leme deixou a Globo e vai apresentar o 'X Factor Brasil', na Band

Fernanda Paes Leme deixou a Globo após 18 anos, assinou contrato com a Band e vai apresentar o "X Factor Brasil", novo reality show da emissora. O júri da competição musical ainda não está definido, mas Anitta e Wanessa estão cotadas. A também cantora Joelma foi sondada, mas optou por participar do "Dança dos Famosos" do "Dominôgão do Faustão".

"Já surgiram vários convites para fazer trabalhos como apresentadora, e essa proposta de comandar um programa que sou fã e amo tanto quanto o 'X Factor', em emissoras tão importantes quanto Band e TNT, foi realmente irrecusável", disse a atriz revelada



'Proposta irrecusável', diz a apresentadora do reality com estreia prevista para agosto

na série "Sandy & Jr.". Fernanda também foi repórter do "SuperStar" e atuou em novelas como "América" (2005), "Desejo Proibido" (2007) e "Salve Jorge" (2012).

No exterior, a competição é dividida em cinco etapas: audições com produtores, audições com jurados, "bootcamp" (onde os aprovados são divididos em categorias), "casa dos jurados" (na qual os participantes são orientados por um jurado chamado de mentor que os recebem na própria casa ou em um imóvel alugado) e apresentações ao vivo (nesta, o telespectador é responsável pela eliminação dos candidatos).



João Assunção é paparicado pelas atrizes Rosanne Mulholland e Carol Abras

Em sua estreia no cinema, filho de Fábio Assunção virou o xodó da equipe nos bastidores

Filho mais velho de Fábio Assunção, João precisou esperar dois anos para se ver pela primeira vez numa tela de cinema. O filme "Tudo bem quando termina bem", que marca sua estreia como ator, foi rodado em 2014 e só estreia agora em julho. O menino, hoje com 13, contracena com o pai no mesmo papel de filho que ele vive na vida real.

Nas filmagens, João foi "adotado" pelas atrizes do elenco, como Alice Braga, Carol Abras, Ingrid Guimarães e Rosanne Mulholland. Masco- te da equipe, o menino virou o xodó de todas elas. Ele é fruto do casamento do galã de "Totalmente Demais" com a empresária Priscila Borgonovi, com quem ele mais se parece, como mostram as fotos.

CANAL 10
A 1ª TV de Fernandópolis
www.canaldez.com.br
Acompanhe a nossa programação também pelo site que foi totalmente remodelado.

horóscopo

ÁRIES

As áreas espiritual e de comunicação são tensionadas pela oposição Lua-Vênus, que traz intensidade emocional e subjetividade excessiva na maneira como você expõe ideias. Melhore o seu discurso nos meios formais. Foque-se na verdade!

TOURO

As insatisfações são exaltadas pela tensão Lua-Vênus, que te aconselha a refletir sobre os seus ideais emocionais e materiais. Seus anseios por mudança colidem com o apego que você nutre. Encare pacientemente os desafios!

GÊMEOS

Opostos em sua área de relacionamentos, Lua e Vênus alertam para a divergência de interesses nas relações. As demandas dos outros enfraquecem os seus planos, então será preciso buscar uma maneira de promover conciliação!

CÂNCER

Emoções mal resolvidas em seu íntimo podem te deixar fragilizada, pois Lua e Vênus se opõem hoje. Ainda que anseie por deixar as decepções para trás, respeite o ritmo das coisas e perceba as lições que as situações trazem!

LEÃO

Antigas frustrações podem prejudicar as suas amizades, neste dia em que Lua e Vênus se opõem. Não fique remoendo as mágoas. Saiba lidar com as diferenças de maneira natural, sem atitudes intolerantes!

VIRGEM

Os conflitos e sobrecargas das demandas pessoais e profissionais nos últimos dias podem te deixar estressada hoje, pois Lua e Vênus se tensionam. Não desanime, tudo voltará ao normal. Divida e delegue responsabilidades!

LIBRA

A Lua passa pela terceira casa e se opõe a Vênus, trazendo um momento de intensidade emocional que pode prejudicar a comunicação. Mantenha-se mais reservada até que as coisas melhorem, procurando preservar as suas relações!

ESCORPIÃO

Evite tentar compensar suas carências de maneira material, pois Lua e Vênus se opõem no setor financeiro hoje, alertando para gastos exagerados e desnecessários. Mantenha-se ocupada e aguarde, pois você voltará ao equilíbrio!

SAGITÁRIO

A falta de sinergia atrapalha o bom entendimento e o bem-estar de todos, pois a Lua passa por seu signo e se opõe a Vênus na área de relacionamentos. Compreenda esse momento de distanciamento, respeitando o espaço de cada um!

CAPRICÓRNIO

Um momento de fragilidade emocional é trazido pela oposição Lua-Vênus, que alerta que você tende a se colocar como vítima ao lidar com desafios. Seja mais proativa e torne-se agente da sua própria vida. Não caia no pessimismo!

AQUÁRIO

Os interesses externos devem limitar seu desejo por satisfação pessoal, neste momento em que Lua e Vênus se opõem. Saiba ceder, porém não abra mão da sua felicidade tentando agradar as pessoas. Promova conciliações e diálogos!

PEIXES

Adaptar-se a fatores externos exigirá sacrifícios, pois Lua e Vênus se opõem entre as áreas profissional e familiar. Seus planos podem ser prejudicados por imprevistos. Reveja estratégias e tenha um plano de emergência!