



QUARTA-FEIRA, 17 DE AGOSTO DE 2016

oextra Mais

Vários amigos e fãs deixaram mensagens de luto e saudade nas redes sociais em homenagem à atriz **Elke Maravilha**

Página B4

"No Brasil, fomos dopados pela cultura da abundância, irmã siamesa da cultura da ineficiência, da acomodação e da tolerância; responsável pelo nosso atávico desperdício de terra, de água, de mata, de energia, de sossego e de gente."

■ JOELMIR JOSÉ BETING, jornalista e sociólogo (1936-2012)



Festa hoje para o funcionário público **Cesar Aguiar**, que comemora mais um aniversário ao lado da família e amigos.



O Dia dos Pais foi de muita festa para **Djalma Pontes**, que reuniu a família num clima descontraído para comemorar. Na foto o *click* com o filhão Jorge Pontes.



Destaque para **José Roberto Helena**, recebendo o carinho especial da filha Glauciane Franco.



Felicidades para o aniversariante **Mateus Nagib**, recebendo as felicitações da galera.



Muitos anos de vida e sucesso para **Jussara Lima**, que hoje dá boas vindas à idade nova.



A secretária municipal da Saúde, **Ligia Barreto**, assoprou as velinhas ontem, sendo muitíssimo homenageada pela data especial.



Silvia Martins também está na lista dos homenageados de hoje. O carinho especial fica por conta do namorado Murilo Jacob.



O jovem **Vitor Giacomini** faz aniversário nesta quarta. A data certamente será de muitas comemorações.



Parabéns hoje para o aniversariante **Vitor Scalabrini**, que celebra seu dia em grande estilo.

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 oextra
SEU JORNAL DIÁRIO

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

PEÇA AGORA!

GIGANTINHO
DENTRO DO GIGANTÃO

Tudo por **R\$ 1,00 APENAS**

O SHOPPING DO PREÇO BAIXO
GIGANTÃO
#BaratoPraCaramba
FERNANDÓPOLIS | VOTUPORANGA | CATANDUVA

Onicomiose: como detectar e tratamentos eficazes

Manchas amarelas, esverdeadas, cinza ou brancas, descamação, unhas quebradas ou aparente deformação, seja nas unhas das mãos ou dos pés, podem ser os sinais visíveis de micose. Assim como afetam as extremidades também danificam a área e podem se estender, por isso a detecção e o diagnóstico precoce do problema tornarão a solução mais eficaz. Existem vários métodos novos que prometem apagar o fungo rápido e sem dor. Neste artigo destacamos os mais recentes avanços a laser para tratar este problema que não discrimina idade ou sexo. O processo patológico mais comum nas unhas é a onicomiose e é visto tanto nas unhas dos pés como das mãos, indistintamente. Esta doença é causada por fungos de diferentes tipos e que atacam de diferentes formas, devido ao fato de que alguns se situam na unha e outros na raiz desta. Em qualquer condição sempre a falta de cuidados e tratamento agrava o problema tornando-o muito mais difícil de erradicar.

■ **MICOSES DAS UNHAS:** O fungo causador se desenvolve em ambientes quentes e úmidos, por isso, a exposição das extremidades em locais como vestiários, piscinas ou banheiros públicos favore-

ce a propagação. Além disso, o uso de sapatos apertados ou materiais sem ventilação, meias molhadas ou excesso de transpiração.

■ **SINTOMAS E DETECÇÃO PRECOCE:** Os fungos podem afetar uma ou mais unhas e prestando um pouco de atenção na área é fácil identificar que se trata deste problema. Deve-se levar em conta: • As unhas estão engrossadas, quebradiças, descoloridas. • Às vezes existe dor ao caminhar. • A unha se torna sensível ao toque, chegando a aparecer um líquido branco quando se aperta a área da cutícula. • Podem ser gerados fungos após uma lesão na unha. Se observarmos que não se cura normalmente é suspeito. • Existem condições de saúde que predis põem à infecção fúngica como: diabetes, distúrbios circulatórios e a diminuição das defesas pela idade, estresse ou várias condições. • Todos os sintomas podem ser descobertos pela pessoa que sofre, mas requer de um diagnóstico médico preciso pelo dermatologista, o qual fará um teste microbiológico para um diagnóstico preciso e indicará o tratamento específico para a onicomiose.

■ **TRATAMENTOS PARA ONICOMICOSE:** Existem me-

dicamentos antifúngicos (contra fungos), tanto tópicos como orais que exigem muita paciência e cuidado por parte do paciente.

Existem também novas maneiras de combatê-los, por meio de tecnologia laser.

■ **Laser:** atua especificamente sobre o fungo que se encontra sob a lâmina ungular e sem danificar o tecido saudável circundante. Este tratamento combina dois tipos diferentes de laser na mesma sessão, um após o outro. Esta combinação gera gravitação, ondas de choque e o aumento da temperatura para destruir os esporos do fungo.

■ **Luz intensa pulsada (IPL):** o sistema conta com um método que irradia a área com luz pulsada em precisa combinação do tempo de relaxação térmica e do comprimento de onda para destruir os fungos. Esta radiação eletromagnética danifica os organismos responsáveis pela onicomiose e desativa a capacidade de se replicar. Assim se evita a infecção se ainda não se iniciou e cura se já existe.

O efeito fungicida e bactericida da luz pulsada trata seletivamente os fungos para torná-los inativos, mas a unha e o tecido circundante ficam intactos.

Em ambos os casos o núme-



ro de sessões varia dependendo do caso (por vezes até 6) e são aplicadas a cada 15 dias. Tudo funciona sem dificuldades e em poucos minutos (leva cerca de 1 minuto por unha).

Além disso, o dispositivo de laser possui peças que se adaptam à forma da unha e ao tamanho da lesão. Por isso, o especialista pode realizar a vaporização específica do fungo mediante o laser, sem dor, sem cortes e sem efeitos colaterais. Após a sessão, a paciente coloca o sapato e segue sua vida normal.

Alguns médicos indicam acompanhar o procedimento com suplementos de vitaminas e aminoácidos para melhorar o crescimento das

unhas que pode se tornar um pouco lento.

Os resultados globais se observam à medida que a unha se renova, nas mãos aos 6 meses e nos pés aos 12.

Estudos anteriores não são necessários, mas existem contraindicações em casos de:

Gravidez e lactação.

Se houver marca passo ou problemas cardíacos.

Doenças que podem ser estimuladas pela luz, tais como o lúpus, porfiria, epilepsia.

Consulte um médico, nos casos de doenças autoimunes (como o HIV, o lúpus, a psoríase e outras) ou endócrinas (como diabetes descontrolada).

Cerca de 20% da população mundial é afetada por este

problema, como mostram os estudos e tudo derivado do pouco cuidado que as pessoas têm.

As soluções existem, mas é melhor prevenir com simples mudanças na rotina como manter as unhas curtas e limpas, evitar o uso excessivo de detergente ou álcool em gel para higienizar as mãos, usar meias de algodão e sapatos com ventilação, usar sandálias em chuveiros e vestiários públicos, realizar uma correta secagem dos pés após o banho, etc. É chave sempre saber que o excesso de umidade na região é o que dá origem aos fungos e que também se propagam e se espalham para outras unhas.

Óleo da árvore do chá

O óleo da árvore do chá tem sido utilizado por séculos, mas curiosamente suas propriedades curativas ainda não foram interpretadas corretamente. Conheça quais são os usos mais importantes deste produto e como aproveitar os seus muitos benefícios.

Os usos e aplicações são muitos: para tratar peles com acne, como removedor de maquiagem, desodorante e inclusive para curar lesões de psoríase.

■ **ÓLEO DA ÁRVORE DO CHÁ PARA ACNE:** Se você tem cravos ou espinhas o óleo da árvore do chá será muito útil, é um remédio tão eficaz como qualquer outro produto farmacêutico projetado especificamente para combater esta condição. Misture algumas gotas de óleo da árvore



do chá com água de hamamélis e aplique na área afetada duas vezes ao dia. Tente não abusar porque pode ressecar muito a pele.

■ **ÓLEO DA ÁRVORE DO CHÁ COMO REMOVEDOR DE MAQUIAGEM:** Se você tem pele normal ou pele seca, misture um pouco de óleo de canola com algumas gotas de óleo da árvore do chá. Depois misture bem, até que estes ingredientes se unam perfeitamente. Embeba uma bola de algodão com esta mistura e

esfregue no rosto para remover a maquiagem. A boa notícia é que se você tiver preparado em grande quantidade, pode armazenar o produto restante em um lugar fresco e seco, já que mantém suas propriedades.

■ **ÓLEO DA ÁRVORE DO CHÁ PARA COMBATER O CHULÉ:** O óleo da árvore do chá é excelente para remover o odor dos pés e, além disso, combate o excesso de transpiração nesta parte do corpo. Para usá-lo você precisa de 1

colher de sopa de alecrim, 1 colher de sopa de raiz de gengibre, 1 colher de sopa de sálvia seca, 4 xícaras de água, 1 colher de sopa de bicarbonato de sódio e 10 gotas de óleo da árvore do chá. Coloque o alecrim, gengibre, sálvia, e água em uma tigela e coloque fogo para ferver até que rompa fervura. Retire e deixe que a mistura esfrie por cerca de 10 minutos, adicione o bicarbonato de sódio e óleo da árvore do chá. Misture todos estes ingredientes e mergulhe os pés na mistura. Adicione mais água e gelo se necessário, e mantenha os pés submersos por cerca de 15 minutos.

■ **ÓLEO DA ÁRVORE DO CHÁ PARA A PSORÍASE:** Lidar com psoríase nunca é fácil, mas, no entanto, o óleo da árvore do chá pode ajudar a aliviar esta condição da pele. Misture algumas gotas de óleo essencial com um pouco de azeite de oliva e aplique sobre a área afetada e repita o processo três vezes por dia. O óleo da árvore do chá alivia o prurido e melhora o aspecto da pele.

receita

Bombom FTT feito com pasta de amendoim

INGREDIENTES:

- 1/3 1 chocolate 70% cacau (barra)
- 3 colheres (sopa) de pasta de amendoim



MODO DE PREPARO:

■ Separe 4 fôrmas de silicone para cupcake. Em seguida, derreta o chocolate em banho-maria e preencha o fundo e as laterais das fôrminhas com a calda (chocolate já derretido). Dica: não deixe a camada muito fina para não quebrar quando for desenformar. Leve ao freezer por 10 minutos ou até o chocolate ficar durinho.

■ Recheie com a pasta de amendoim e cubra com o restante do chocolate derretido. Leve ao freezer novamente por cerca de 10 minutos. Desenforme e sirva.

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 ½ polegada

FABRICAÇÃO PRÓPRIA

FERRAGENS PARA CONSTRUÇÃO

FONE: (17) 3442-1522

FAX: (17) 3442-1651

Av. Litério Grecco, 95 - Jardim Iguatemi - Fernandópolis - SP.

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

Jogo do Enigma

SOOMES

SAPPIA

PÊMAESS

PIQUSSAE

TOEAISP

NETPERSÃO

FAORIPTSE

SUP

SUPSEES

QEUNEEROS

QISU

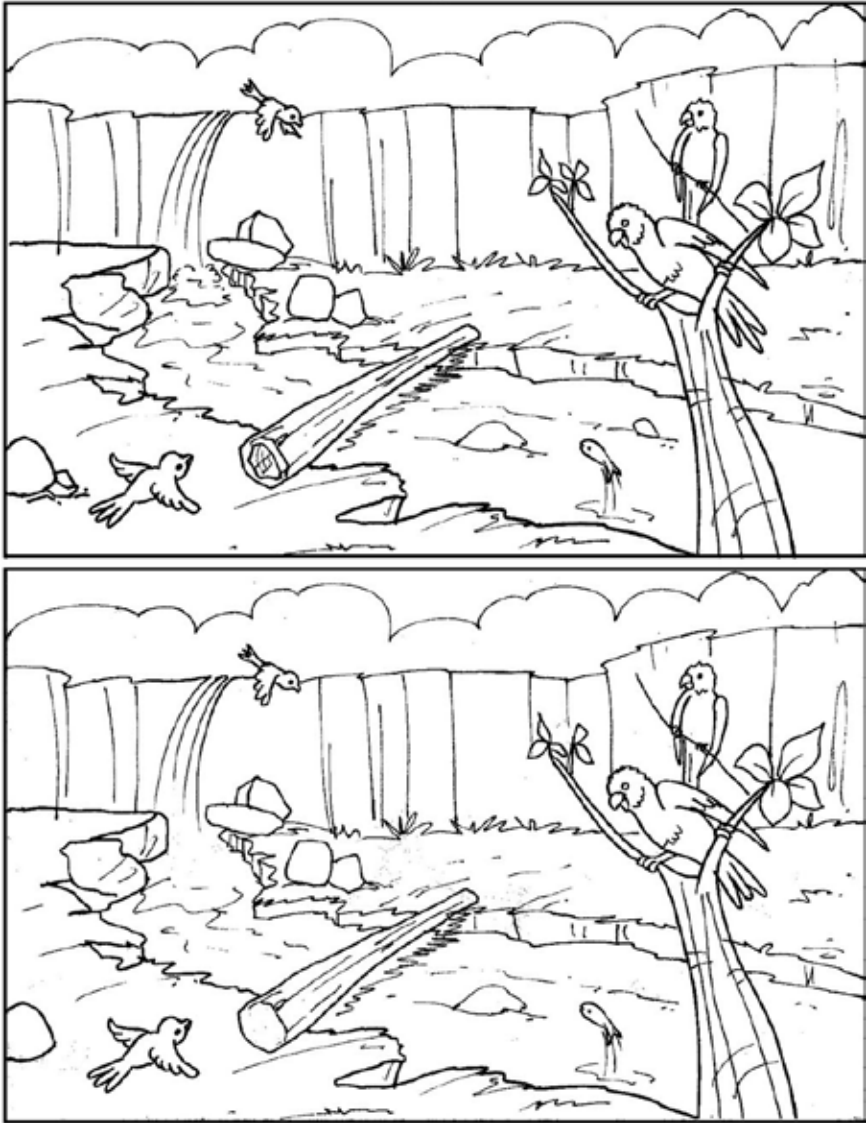
MEISUQRA

SEENERPRÃO

LAERUSP

RESEVRÃO

Sete Erros



1 - ASA DO PASSARO NO FUNDO

2 - AGUA NO FUNDO DA CACHOEIRA

3 - DETALHE NO TRONCO (PONTE)

4 - PEDRA PERTO DO PEIXE

5 - RABO DA ARARA

6 - FOLHA DA ARVORE

7 - FALTA PEDRA NO CANTO

ESQUERDO DA PAGINA

Caça Palavras

I R K Y I F Z S M G Z E T A R L T J
T R E P E R G U N T A R Q C A R R Y
S M U A A X B L Y O N X R H I A A D
O R A Z D B I J U B K A B S C C O E
E A R P A V A I B N Z I O I N I D S
C E A S I O E L E I F E B E E F R E
X H R Y C L V R R U W L S G G I O S
I C E T K V H A B O V P Y M I D C P
R A T G K R L E S I A G P U L I N E
J C I D R U P Q R P A D J W G U E R
J Q J E P Y D Y F I D L E H E Q S A
T K D O G G B S Y W A Q I L N I E N
F A P R I K E S L A V R P Z A L D A
R M K X G R A C I F I L O M A L X R
I Y P F M L R A Z I R O T O M R U V

LIQUIDIFICAR
IMPOPULARIZAR
MOTORIZAR
DESESPERANAR
DESENCORDOAR
REDAR
ITERAR
REPERGUNTAR
MOLIFICAR
ADVERBIALIZAR
NEGLIGENCIAR
PILHERIAR
CACHEAR
ABALROADELA

Resumo de Novelas

**MALHAÇÃO**
Terça-feira, 17h30

A nova fase do folhetim estreará no dia 22 deste mês. A novela Malhação não fará parte da grade da emissora durante a Olimpíada.

**ÊTA MUNDO BOM**
Terça-feira, 18h00

Ernesto manda Cara de Cão vigiar Filomena. Ilde insulta Clarice e Paulina antes de ir embora do dancing. Diana e Severo acordam abraçados novamente. Pancrácio comenta com Candinho a falta que sente de seus personagens. Filomena pede a Clarice para cuidar de seu filho no dia de seu casamento. Cara de Cão leva Ernesto e Sandra para conhecerem onde será o cativeiro do sequestro. Mafalda sente-se triste com Romeu. Araújo pede seu emprego de volta para Anastácia. Pancrácio volta a dar aula para Gerusa. Filomena leva o convite de seu casamento para Paulina. Sandra avisa a Ernesto que já sabe quando irão sequestrar o filho de Candinho.

**HAJA CORAÇÃO**
Terça-feira, 19h15

Rebeca tenta impedir Henrique de falar com Penélope. Felipe nega para irmã que esteja interessado em Shirlei. Apolo adormece, e o plano de Beto é colocado em prática. Dinalda e Leonora perdem as malas na praia e ficam sem dinheiro. Henrique pede a Penélope uma chance para reconquistar sua confiança. Leonora exige que Marquinho hospede ela e Dinalda em sua casa. Tonho avisa a Beto que o plano dele deu certo. Aparício sonha que está em uma solitária num manicômio, preso por Teodora. Aparício orienta Agilsson a aceitar almoçar na casa de Rebeca. Cris fica triste com a falta de notícias do ex-namorado, e Carol a consola. Murilo aceita o convite de Carol para ir ao casamento de Tancinha.

**CÚMPLICES DE UM RESGATE**
Terça-feira, 20h30

André faz as pazes com os irmãos Vaz. Ermínio tenta conquistar o coração de Flávia. O homem paga o sorvete da professora. Mateus descobre que na verdade Sabrina é neta do prefeito do Vilarejo dos Sonhos. Isabela, Manuela, Rebeca e Otávio jogam na mansão. Benjamim se recusa a sair da C1R para que André retorne ao posto de baixista. Fiorina pede para Helena para ver a santa que ela lhe deu. Helena vai até a igreja e aparece com uma santa em casa. Fiorina diz que essa não é a santa que ela lhe deu.

**VELHO CHICO**
Terça-feira, 21h00

Beatriz conforta Bento. Ceci e Piedade rezam por Santo. Luzia não acredita que seu marido esteja vivo. Encarnação afirma a Tereza que Afrânio não é o culpado pelo que houve com Santo. O delegado Germano avisa a Bento que prendeu o homem que ameaçou Santo. Miguel fica inconformado com a possibilidade de seu pai estar morto. Martim desconfia da história contada pelo suspeito do crime. Encarnação garante que Santo está vivo e Tereza tenta se acalmar. Martim pede para conversar com Carlos sobre Santo.

**A TERRA PROMETIDA**
Terça-feira, 22h15

Elói está prestes a ser apedrejado pelo povo hebreu. Tirda não permite que Gael assista ao apedrejamento do criado. Josué se prepara para autorizar a execução de Elói, mas é surpreendido com a chegada de Salmon. O ex-noivo de Jéssica avisa que o rapaz é inocente. Sem alternativa, Acá diz que o verdadeiro traidor está morto no celeiro. Ioná e Elói se abraçam emocionados. Josué manda soltar o criado imediatamente. Kadmo ameaça espancar Raabe. Nobá aparece e provoca o oficial. Kadmo e os outros soldados perseguem o menino. Nobá se junta aos lagartos Gosmentos e eles conseguem despistar os oficiais. Na prisão do palácio, Galimedes arde em febre e Zuma o ampara. Raabe reúne os pais e mães na estalagem.

Humor

TODOS PELADOS

O Manoel foi pro Japão e comprou um par de óculos cheio de tecnologia que mostrava todas as mulheres peladas. O Manuel coloca os óculos e começa a ver todas as mulheres peladas, ele se encanta. Põe os óculos, peladas! Tira os óculos, vestidas! Que maravilha! Ai Jesus!

E assim foi Manoel, louco para mostrar a novidade para a mulher. No avião, se sente o máximo vendo as aeromoças todas peladas. Quando chega em casa, já coloca os óculos para pegar Maria pelada. Abre a porta e vê Maria e o Cumpade no sofá pelados. Tira o óculos, pelados! Põe os óculos, pelados! Tira, pelados! Põe, pelados!

E Manuel diz: - Puta que pariu! essa merda já quebrou!

O CLONE

O sujeito está no bar, caindo de bê-

ELEITORES



os homens respondiam de pronto: “dinheiro e mulher”.

Quase ao final da pesquisa, ele encontrou um mineirinho do interior sentado de cócoras a beira da estrada pitando um cigarro de palha.

- Bom dia.

O mineirinho deu uma tragada, cuspiu de lado e respondeu: “dia, só.”

- Estou fazendo uma pesquisa para saber as coisas que o homem brasileiro mais gosta. O senhor pode me responder?

O mineirinho deu mais uma tragada e mais uma cuspada:

- Uai, só. As coisa que o homi mais gosta é “dinheiro, muié e bicho de pé”.

O pesquisador, estranhando a inclusão do item “bicho de pé” na resposta, perguntou:

- Olha, todo mundo falou dinheiro e mulher. Mas e bicho de pé?

Mais uma tragada e mais uma cuspidinha, o mineirinho retrucou:

- Uai, só. Que que a dianta nois ter dinheiro e mulher se o “bicho” não tiver de pé?

O MARIDO SAIU DE CASA

Na delegacia

- Seu delegado meu marido saiu de casa ontem a noite, disse que ia

**CANAL 10**

A 1ª TV de Fernandópolis

www.canaldez.com.br

Acompanhe a nossa programação também pelo site que foi totalmente remodelado.

**INSTITUTO DE OLHOS**

CIRURGIA DE CATARATA (FACOLMULSIFICAÇÃO), CIRURGIA MIOPIA, 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

**APAE**
Fernandópolis/SP

Quando a APAE ligar diga SIM!

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



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

**IMOBILIÁRIA OUROESTE**

CRECI 67022

Venda - Locação e Administração

Tel. 17 3843.1505

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

celebridades

Musa da esgrima, **Amanda Simeão** fala da paquera na Vila Olímpica: ‘Claro que rolou’



Amanda Simeão, esgrimista da seleção brasileira

A primeira Olimpíada de Amanda Simeão vai ser uma lembrança eterna. A esgrimista de 22 anos, que por pouco não foi capa da edição de aniversário da “Playboy”, confirmou a posição de musa no ranking de atletas mais gatas e assediadas dos Jogos. “Claro que a paquera rolou, mas como já tinha essa história da revista tentei ao máximo não me expor”, diz ela, que posou pela primeira vez após as competições. Apesar de não ter “medalhado” — uma expressão usada pelos competidores —, Amanda já se sente uma vitoriosa. “Nem era para eu estar na Olimpíada. Meus planos eram casar e ter filho”, conta a curitibana, que pouco antes da classificação terminou o namoro. Mas não era só o coração que poderia impedi-la de estar entre as delegações da Rio 2016. O joelho esquerdo com um ligamento rompi-

do a deixaria nove meses sem treinar: “Encarei a fisioterapia, comprei uma joelheira de R\$ 10 mil e pensei: ‘seja o que Deus quiser’”. Amanda diz que ganhou experiência. “Todo mundo dizia que eu iria travar na hora de competir e eu achava um exagero. Travei tanto quando o árbitro deu início ao combate, que podia escutar minha avó na torcida dizendo ‘Amanda, olha pra cá!’”, diverte-se. O que a esgrimista curtiu mesmo foi o refeitório da Vila Olímpica: “Era onde todos se encontravam. Tem noção você almoçar com o Rafael Nadal (o tenista) e esbarrar com o Michael Phelps (o nadador) na fila do bandeirão? Foi demais!”, avalia a moça, que ainda não sabe se vai estar em Tóquio, no Japão, em 2020: “Realizei um sonho. Agora é operar o joelho e inaugurar minha academia. Quero que seja referência na esgrima e forme novos atletas”.



Gabriela Gomes: ela foi casada seis anos com Duda Nagle

Ex de Duda Nagle, **Gabriela Gomes** fala sobre fim do casamento: ‘Ele não era meu número’

Esse arrasa-quarteirão da foto é Gabriela Gomes. A atriz ficou mais conhecida pelo casamento de seis anos com Duda Nagle. Os dois colocaram um ponto final na relação no ano passado, mas ela nunca falou sobre o rompimento. Duda, como se sabe, está namorando Sabrina Sato, de quem Gabriela jura não ter ciúme. “Torço para que sejam tão felizes quanto eu tenho sido. Foi bom enquanto durou, mas eu e o Duda somos muito diferentes. Ele gosta de malhar na academia. Eu adoro fazer trilha, exercício ao ar livre e ioga. E eu queria mais liberdade, gosto de tomar chope no Baixo Gávea com os amigos,

bar com música ao vivo... Muitas coisas que o Duda não gostava. Ele não era o meu número”, justifica. E foi justamente numa destas noites entre amigos que Gabriela conseguiu um papel na série “E aí, comeu?”, do Multishow. Amiga do ator Emílio Orciolo Neto, entre um chope e outro, num encontro casual, veio o convite para uma participação. Gabriela, de 31 anos, vai fazer o papel de uma carioca apelidada de Menina: “Ela se parece muito comigo. Gosta do mar, das baladas, da vida alegre do Rio. É uma carioca da gema, amante das coisas boas que esta cidade tem a oferecer”.

Vários **amigos e fãs** deixaram mensagens de **luto e saudade nas redes sociais** em homenagem à **atriz Elke Maravilha**

A atriz Elke Maravilha, de 71 anos, morreu no início da madrugada de ontem. Ela estava internada desde o mês passado na Casa de Saúde Pinheiro Machado, em Laranjeiras, Zona Sul do Rio, para tratar uma úlcera duodenal. No perfil oficial de Elke no Facebook, foi publicada uma mensagem: “Avisamos que nossa Elke já não esta por aqui, conosco. Como ela mesma dizia, foi brincar de outra coisa. Que todos os deuses, que ela tanto amava estejam com ela nessa viagem. Eros anikate mahan (O amor é invencível nas batalhas). (Crianças, conviver é o grande barato da vida, aproveitem e convivam)”. Nascida Elke Georgievna Grunnupp em Leningrado (atual São Petersburgo), na Rússia, em 22 de fevereiro de 1945 — pouco mais de dois meses antes do fim da Segunda Guerra na Europa — a atriz chegou ao Brasil aos 6 anos de idade. Foi bancária, secretária trilingue, bibliotecária, mode-



Atriz Elke Maravilha morreu aos 71 anos

lo, intérprete musical, apresentadora. Em seu site, Elke definiu assim seu estilo: “Mesclando exotismo, misticismo, alegria, loucura e profundo conhecimento do humano, sua vibração contagiante a faz mensa-

geira de utopias e portadora de esperanças”. Quando fez 70 anos, em fevereiro do ano passado, Elke falou sobre a morte: “Nisso eu também fui bem preparada. Quando pequena, meu pai todo dia me falava: “Não se

esqueça que eu vou morrer, sua mãe vai morrer e você vai morrer”. E ele me levava a todos os velórios, não me poupava de nada. Me fazia ver tudo. Me ensinou a ser trágica, mas nunca a ser dramática. Nunca!”.

DOE SANGUE

DOE VIDA

Apoio:
oextra

horóscopo

ÁRIES
Ainda que seu foco ainda esteja na vida prática, o trigono Sol-Lua entre seu signo e sua área de prazeres agita a vida social. A tensão Lua-Saturno alerta que é preciso ser mais organizada na vida doméstica e economizar!

TOURO
Tanto afinidades como desafios de cunho territorial são ressaltados pelos aspectos que a Lua, ainda em sua área familiar, forma com Sol e Saturno. Portanto, ainda que se sinta incomodada, aja de modo tolerante e equilibrado!

GÊMEOS
Ainda harmonizados, Sol e Lua fortalecem o clima de amizade nas relações, mas Lua e Saturno, tensionados, indicam possíveis atritos no meio de trabalho, causados principalmente pela rigidez e egoísmo das atitudes!

CÂNCER
A tensão Lua-Saturno alerta que você tende a se distrair com a diversidade de estímulos no dia de hoje. O trigono Sol-Lua sugere harmonia nas rotinas, mas não saia do foco. Permita-se miar-se sem deixar de lado as obrigações!

LEÃO
Um clima pesado toma conta das relações familiares, pois Lua e Saturno se tencionam hoje. Não force a convivência, saia e conheça novos lugares para espalhar. Tomar certa distância não significa fugir das responsabilidades!

VIRGEM
Não é hora de sair divulgando seus projetos pessoais, pois a tensão Lua-Saturno indica interferências externas. Mantenha-se firme em suas prioridades, pois é pela atitude persistente que você alcançará o sucesso!

LIBRA
Que tal se divertir em grupo? A harmonia entre Sol e Lua persiste e associa seu bem-estar à companhia dos amigos. Mas cuidado, pois Lua e Saturno, tensionados, alertam para a impulsividade em seus gastos. Contenha-se!

ESCORPIÃO
Sua performance no trabalho ainda é favorecida pela harmonia Sol-Lua. Mas cuidado para não se sobrecarregar, pois a tensão Lua-Saturno indica um grande quantidade de atividade. Procure dividir as tarefas e organize-se!

SAGITÁRIO
Que tal curtir as coisas boas da vida? A harmonia Sol-Lua indica que os prazeres ajudam a fortalecer sua autoestima. Porém, a tensão Lua-Saturno alerta que ao querer abraçar todas as oportunidades, pode acabar se arriscando!

CAPRICÓRNIO
As relações mais próximas se beneficiam com sua atitude mais reservada, pois Sol e Lua formam trigono. Mas a tensão Lua-Saturno traz uma tendência ao isolamento que pode lhe fazer perder boas oportunidades, cuidado!

AQUÁRIO
A convivência é caracterizada pela sua atitude sensata, pois Lua e Sol se harmonizam em sua área de relacionamentos. Mas a tensão Lua-Saturno lhe aconselha a suavizar os ânimos que tendem a se exaltar diante dos imprevistos!

PEIXES
Sua capacidade produtiva é intensificada pelo trigono Sol-Lua, que aguça seu senso prático. Mas cuidado para não deixar a rigidez mental trazida por Saturno tensionado. Esteja aberta para os aspectos mais subjetivos e humanos!