

xtra net

FEIRA, 23 DE AGOSTO DE 2016

Mais

Luana Piovani recorre ao Ubuntu, filosofia africana, para passar por crise com Scooby

Página B4

"Todos dizem não entender estes tempos modernos. Mas é bem simples ao meu ver. Metade da humanidade passa fome. A outra metade faz regime."

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



Ontem foi dia de comemorações para **Beatriz Bonassi Faria**, que festejou seu niver em grande estilo.



Selfie da bela aniversariante **Camila Faquini**, recebendo o carinho da família e amigos.



Estilo e elegância de **Camila Pivaro**, que ontem celebrou seu aniversário, muitíssimo homenageada por todos.



Ontem também foi dia de festa para a sorridente **Gisele Pelais**, que deu boas vindas à idade nova.



Parabéns e muitos anos de vida para a assistente social **Izabel Rocha**, que ao lado do esposo **Carlos Magno** e família comemorou ontem seu aniversário.



Jefferson Lopes Barbosa também comanda a festa hoje, sempre acompanhado da esposa **Natalia Mantello**. Felicidades!



Ontem (22) foi dia de apagar as velinhas para o presidente do asilo **Djalma Pontes**, que comemorou a idade nova com a família. Espousa Angela e os filhos João, Jorge e Julio



Fábio Rodrigo dos Santos, diretor de Serviços Administrativos da Etec, comemora hoje mais um aniversário, recebendo homenagens de todos os amigos de serviço e familiares.

**Quando a APAE ligar
diga SIM!**

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

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

MINI CHURROS
R\$ 0,79

PUDIM
R\$ 3,99

BATATA COM CHEDDAR E BACON
R\$ 9,90

Domus EXPRESS

GIGANTINHO
DENTRO DO GIGANTÃO

Tudo por R\$ 1,00 APENAS

O SHOPPING DO PREÇO BAIXO
GIGANTÃO
#BaratoPraCaramba

FERNANDÓPOLIS | VOTUPORANGA | CATANDUVA

■ UM TOQUE DE SAÚDE & BELEZA

Receitas para dar brilho ao cabelo

Você pode encontrar vários tratamentos em salões de beleza para dar vitalidade e brilho para os seus cabelos, porém existem muitos truques e produtos caseiros que podem proporcionar o mesmo efeito. Você verá que são fáceis de preparar e com produtos que comumente são encontrados na nossa cozinha. Porém o mais importante: sem produtos químicos que podem danificar os cabelos e melhor: barato. Claro!

Sabemos que cabelo bem cuidado e brilhante atrai todos os olhares em sua direção. Isto aumenta nossa autoestima e nos traz segurança. Você pode fazer o tratamento

uma vez por semana e poderá ver os resultados de imediato. Vamos lá:

■ **Abacate:** Corte dois abacates. Liquidifique até formar uma pasta. Adicione um pouco de água para melhor aplicação. Aplique nos cabelos ainda molhados. Passe um pente nos cabelos para espalhar melhor o abacate entre os fios. Deixe agir durante 10 minutos. Enxágue com água.

■ **Vinagre de maçã:** Misture uma colher de sopa de vinagre de maçã em 4 xícaras de água. Lave os cabelos com xampu normalmente. Logo após aplique sobre o cabelo e deixe agir por 3 minutos. Enxágue bem para eliminar a mistura. O vinagre elimina acúmulos de

produtos que são utilizados habitualmente e equilibra o nível de pH do cabelo.

■ **Camomila e limão:** Se os seus cabelos são loiros, enxágue com chá de camomila ou suco de limão. Coloque 3 xícaras de água para fervor e adicione 3 sachês de chá de camomila ou ½ xícara de limão. Deixe esfriar. Assim que estiver morno passe nos cabelos. Faça isto uma vez por semana e sempre depois de lavado.

■ **Alecrim e sálvia:** Se você tem os cabelos escuros use ervas como o alecrim e a sálvia. Em 3 xícaras de água fervendo coloque ¼ de xícara de ervas secas. Deixe descansar e quando estiver morno pas-

se nos cabelos. Faça isto uma vez por semana, depois de já ter lavado os cabelos.

■ **Azeite de oliva:** Esquente ½ xícara de azeite de oliva no micro-ondas por 30 segundos. Verifique com o toque se não está muito quente, pois caso contrário pode queimar seu couro cabeludo. Despeje sobre seu cabelo molhado. Penteie os cabelos para distribuir bem o azeite em todos os fios. Envolve o cabelo em uma toalha de banho pré-aquecida e deixe repousar durante 15 minutos. Finalmente enxágue os cabelos várias vezes para remover o azeite. Faça isto uma vez por semana, sempre com os cabelos já lavados.



10 alimentos ricos em potássio

Os alimentos ricos em potássio são importantes para garantir certas funções do nosso organismo e impedir alguns efeitos bem desagradáveis. Entre essas funções estão a nutrição de células importantes no nosso corpo, como as musculares e as cutâneas.

Por um lado, o potássio previne as câimbras e a fraqueza muscular causadas pela sobrecarga dos músculos, enquanto por outro auxilia no tratamento da hipertensão, ajudando, com isso, a regular a pressão arterial e a manter a boa saúde do coração.

O que muita gente não sabe é que grande parte do potássio presente nos alimentos se perde no processo de cocção. Saiba agora como isso acontece:

PERDA DE POTÁSSIO NOS ALIMENTOS

Existem algumas causas para o desperdício de potássio dos alimentos, algumas delas são: ■ Descascar os alimentos, já que na maioria das vezes grande parte do nutriente encontra-se na casca; ■ Cozinhar os alimentos na panela de pressão; ■ Cozinhar os alimentos em muita água; ■ Escorrer a água do cozimento e lavar o alimento novamente; ■ Lavar muitas vezes o alimento; ■ Por isso o recomendado é consumir os alimentos crus ou cozê-los o mínimo possível.

ALIMENTOS RICOS EM POTÁSSIO

■ Excesso de potássio: O excesso de potássio não é tão raro quanto a carência, isso porque os alimentos ricos em potássio aparecem com frequência na mesa dos brasileiros. Pessoas que tomam medicamentos para hipertensão precisam ficar mais atentos, pois a combinação pode causar arritmias.

■ Carência de potássio: A carência de potássio (ou hipocalêmia) é rara, uma vez que o nutriente é facilmente adquirido através da alimentação básica das pessoas.

RICOS EM POTÁSSIO:

Os 10 alimentos ricos em potássio que encontramos com facilidade são os seguintes:

■ **1- Batata doce:** Esse alimento é rico em nutrientes e



em apenas uma unidade de batata doce é possível encontrar até 700mg de potássio;

■ **2- Banana:** Além de ser rica em fibras e vitaminas, uma unidade da fruta contém cerca de 400mg de potássio;

■ **3- Beterraba:** Aproximadamente 100 gramas de beterraba contêm cerca de 350mg de potássio;

■ **4- Abacate:** A cada 100 gramas da fruta é possível consumir cerca de 750mg de potássio;

■ **5- Leite:** A versão integral conta com aproximadamente 300mg de potássio (copo), enquanto o leite desnatado é mais rico, com cerca de 400mg por copo;

■ **6- Feijão:** Meia xícara do grão fornece até 600mg de potássio;

■ **7- Mamão:** O potássio encontrado em cada mamão (de aproximadamente 150 gramas) ultrapassa os 360mg;

■ **8- Suco de Cenoura:** Um

copo bem servido de suco pode de carregar cerca de 250mg de potássio;

■ **9- Abóbora:** Uma xícara de abóbora (cerca de 130 gramas) cozida contém cerca de 290mg de potássio.

■ **10- Peixes:** Alguns peixes, como salmão, atum, bacalhau e linguado são ricos em potássio.

ALIMENTOS RICOS EM POTÁSSIO E OS MUSCULOS

Os alimentos ricos em potássio possuem papel importante na manutenção dos músculos, pois são fundamentais para manter a saúde deles em dia. Principalmente para atletas e praticantes de exercícios físicos regulares..

Para manter-se sempre saudável, não deixe de consumir esses alimentos fonte de potássio e faça exames periódicos para saber como está o nível desse nutriente no seu organismo.

receita

Torta de Maçã

INGREDIENTES:

- 1 kg de farinha de trigo
- 400 g de manteiga sem sal
- 1 pitada de sal
- 150 g de açúcar
- 300 ml de leite

INGREDIENTES DO RECHEIO:

- 8 maçãs
- 1 cálice de rum
- 100 g de manteiga
- 1 colher (sopa) de óleo
- 200 g de açúcar



MODO DE PREPARO:

■ Em uma vasilha grande, misture a farinha, o sal e o açúcar; Corte a manteiga em pequenos cubos e junte à massa; Vá mexendo com as mãos até obter uma consistência de farofa, acrescente todo o leite e continue mexendo com as pontas dos dedos; Quando tiver uma massa homogênea, coloque em um saco plástico e deixe descansar na geladeira por 1 hora. Para o recheio, descasque as maçãs, corte em quatro partes e tire as sementes; Em uma frigideira coloque a manteiga e o óleo; Quando a manteiga derreter coloque as maçãs e o açúcar e deixe dourar; Acrescente o rum, acenda um palito de fósforo e jogue na frigideira para flambar; Retire as maçãs da frigideira e deixe resfriar.

MONTAGEM:

■ Estique a massa com um rolo de confeiteiro, deixando maior que o tamanho da forma; Em uma forma untada com manteiga coloque a massa deixando as sobras para fora; Coloque as maçãs e cubra com a massa que ficou para fora da forma; Leve ao forno pré-aquecido a 200° C por 20 minutos; Retire, corte a torta em pedaços 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

FERRAGENS PARA CONSTRUÇÃO

FONE: (17) 3442-1522

FAX: (17) 3442-1651

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

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

Sete Erros



Caça Palavras

CAÇA-PALAVRAS - FOLCLORE

BOITATA - CURUPIRA - LENDAS - FABULAS - SACI PERERE - MULA SEM CABEÇA - BUMBA MEU BOI - LENDA DO GUARANÁ - IARA - SEREIA - ADIVINHAS - LOBISOMEM - PARLENDAS - MULHER LOURA - BOTO ROSA - NEGUINHO DO PASTOREIO

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



Jogo do Labirinto



O LENHADOR ESTÁ PRESTES A COMETER UM ATO QUE O CURUPIRA NÃO COSTA. AJUDE O CURUPIRA A CHEGAR ATÉ O LENHADOR.

Resumo de Novelas

MALHAÇÃO

Terça-feira, 17h30

Agenor ameaça expulsar Joana de casa. Giovane e Juliana implicam com Bárbara. Joana avisa a Damiana que vai para o Rio de Janeiro. Gabriel, Giovane, Bárbara e Juliana voltam para casa. Começam as aulas no Dom Fernando. Arthur e Dodô ficam encantados com Belinha. Fábio tem um desentendimento com Manuela. Gabriel se irrita ao saber que Jorjão não é mais o preparador físico dele. Bellotto leva um fora na reunião e Jéssica implica com ele. Manuela e Fábio vão para a sala do diretor. Juliana reclama do autoritarismo de Ricardo. Tânia avisa a Luiza e Fábio que eles irão com ela à festa de inauguração da academia onde trabalha. Sula e Damiana se despedem de Joana. Gabriel contraria Ricardo durante um discurso e deixa Giovane sem graça.

CÚMPlices DE UM RESGATE

SBT Terça-feira, 20h30

Isabela ajuda a confecção em seu castigo e aponta até mesmo uma costura torta de Berta. Helena e Pedro ensinam Manuela sobre as equações para a prova de matemática. Os noivos usam a música como método. As crianças conversam como o prefeito para sugerir melhorias de acessibilidade. Isabela volta para a cidade. A menina tem um pesadelo com Regina dizendo que não morreu e que irá se vingar. Lurdinha fica com ciúmes que Frederico só fala de Laura. Sandro pede para que Isabela o contrate como seu segurança. Isabela aceita.

ÊTA MUNDO BOM

Terça-feira, 18h00

Sandra informa a Anastácia o valor do resgate. Filomena pensa em Candinho. Pirulito ensina Cláudio a jogar futebol. Candinho pede a Pancrácio para se disfarçar e tentar encontrar pistas do sequestro de Filomena. Severo avisa a Maria que irá se casar com Diana. Pirulito vê Cara de Cão em um bar. Josias e Paulina se casam. Mafalda troca olhares com Zé dos Porcos. Sarita tenta se aproximar de Romeu. Gerusa volta para o hospital. Sandra pensa em manter o filho de Candinho como refém depois que receber o resgate.

HAJA CORAÇÃO

Terça-feira, 19h15

Aparício dá a senha do computador para Giovanni seguir com sua investigação. Guto leva dois homens para ajudá-lo a forçar que Adônis pague o dinheiro que lhe deve. Shirlei pede a Carol para gravar o embate com Adônis e ameaça colocar o vídeo nas redes sociais se Guto não parar. Aparício deixa claro para Enéas que vai proteger Giovanni. Camila desiste de se entregar ao amor de Giovanni quando ele se nega a dizer o nome da mulher que estava com ele no cinema. Beto diz a Henrique que está arrependido e teme a possibilidade de Apolo ter morrido no acidente. Aparício chega em casa e vê Fedora comemorando o aniversário de Teodora. Teodora aparece para aterrorizar a todos da mansão.

A TERRA PROMETIDA

Terça-feira, 22h15

Com as doze pedras coletadas pelos doze líderes tribais, é formado um monumento de pedras. José discursa para o povo hebreu. O guerreiro fala da selvageria existente em Jericó. Tomado de ódio, Marek vai até a frente do palácio para ver a situação da cidade. José se emociona ao ver seu povo chegar à Canaã. Marek afirma que a paz de Jericó nunca esteve tão abalada. Boá se mostra satisfeito ao ver a felicidade estampada no rosto de Sama. Ruth fica incomodada com o beijo do casal. Nobá fala sobre o Deus dos hebreus com os Lagartos Gosmentos. Noemi e Calebe lembram de quando deixaram o Egito. Ele avisa que é preciso montar o acampamento o quanto antes. Os hebreus dançam e cantam para comemorar a chegada na Terra Prometida.

Humor

A CULPA É DOS CRENTES!

Um bêbado inveterado vai ao médico. Quase no fim da consulta ele pergunta:

- Como é doutor? Como está minha saúde?

- Você está mal, companheiro! Eu não sei porquê vocês bebem tanto.

- A gente bebe porque é líquido!

- É um absurdo... Você sabia que o Brasil é o segundo colocado no consumo de bebida alcoólica em todo o mundo?

- Isso é culpa dos crentes!

- Como assim? O que é que os crentes têm a ver com essa história?

- É isso mesmo, doutor. Se eles bebessem, nós seríamos os primeiros do mundo!

O INCÊNDIO

Em Lisboa, após um incêndio num pequeno prédio, os bombeiros, verifi-

cando os destroços, encontram apenas um morto. E justamente o avô de Manuel, que estava de cabeça para baixo, com o dedo indicador apontando para um dos cantos do ambiente.

Ao seu lado, um extintor de incêndio, com a seguinte instrução:

"Em caso de incêndio, vire de cabeça para baixo e aponte para a chama".

A GARRAFA TÉRMICA

Uma loira entra numa loja e vê uma coisa brilhante.

O que é isso? - pergunta ela.

- Uma garrafa térmica - responde o vendedor.

- E o que ela faz? - pergunta ela.

O vendedor explica:

- Ela mantém frias as coisas frias e quentes as coisas quentes.

A loira compra a garrafa térmica.

No dia seguinte ela a leva para o trabalho. Seu chefe, estranhando es-

se objeto brilhante, pergunta:

- O que é?

- Uma garrafa térmica - responde de ela.

- E o que faz? - pergunta o chefe.

- Mantém quentes as coisas quentes e frias as coisas frias - responde a loira.

O chefe pergunta:

- E o que tem dentro?

A loira, satisfeita, diz:

- Duas xícaras de café e um suco gelado.

CONVERSA DE POLÍTICO

SADDAM perguntou a Deus:

- Como será o Iraque daqui a 4 anos?

Deus respondeu:

- Estará destruído por inúmeros bombardeios americanos.

Saddam sentou-se no chão e chorou...

BUSH perguntou a Deus:

- Como será os EUA daqui a 4 anos?

Deus respondeu:

- Estará todo contaminado por inúmeros ataques de armas biológicas de Bin Laden.

Bush sentou-se no chão e chorou...

LULA perguntou a Deus:

- Como será o BRASIL daqui a 4 anos, depois da minha reeleição?

Deus sentou-se no chão e chorou...

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 (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

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

Venda - Locação e Administração

Tel. 17 3843.1505

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

CRECI 67022

celebridades

Esposa de Marcos Mion revela câncer de mama e faz desabafo ao lado do apresentador

Marcos Mion e sua esposa, Suzana Gullo, surpreenderam os seguidores e fãs na tarde do último sábado (20), nas redes sociais, quando compartilharam em um longo texto o drama vivido pela família nos últimos seis meses. O apresentador do Legendários revelou que Suzana está enfrentando um câncer de mama, descoberto por ele.

A esposa e mãe dos três fi-

lhos de Marcos Mion, preferiu revelar a doença após terminar a primeira etapa do tratamento, a quimioterapia. Agora, Suzana enfrentará a radioterapia e outros acompanhamentos médicos. Apesar disso, a família comemorou a vitória no tratamento, que está caminhando superbem. Além do desabafo, Marcos Mion se declarou para a esposa no Instagram, publicando uma mon-

tagem de fotos do casal com a legenda: 'E sempre que eu acho que não existe como poder te amar mais, você vem e me mostra que o amor eterno, o amor de almas, não para de crescer nunca. Não lembro de mim sem você. Juntos pra sempre'.

O desabafo de Suzana aconteceu no mesmo fim de semana em que a morena completou 40 anos de idade.



Juntos na alegria e na tristeza: Mion declara seu amor à esposa



Luana busca estratégias para se recuperar da crise conjugal

Luana Piovani recorre ao Ubuntu, filosofia africana, para passar por crise com Scooby

Luana Piovani já está em São Paulo, onde vai filmar um longa, mas também para esfriar a cabeça após a crise no seu casamento com Pedro Scooby. O surfista ficou no Rio e no fim de semana curtiu os jogos no Maracanã. Luana cuidou dos filhos e teve a visita de amigas.

A atriz tem encontrado no convívio com elas o apoio

necessário para a fase. Mas também recorreu ao Ubuntu, uma filosofia africana que trata da solidariedade e da conexão entre as pessoas. Diariamente, Piovani tem postado frases retiradas de uma caixinha com mensagens cunhadas do Ubuntu, quase enigmáticas, que falam muito do momento pelo qual passa.

Neymar teve recaída por Bruna Marquezine em festa junina na casa de Angélica e Huck

Foi uma comoção maior que o inédito ouro olímpico. A campanha "Bruna, volta para o Neymar" foi aberta. E não só por torcedores anônimos, mas também por gente famosa como Tatá Werneck e Giovanna Ewbank. Tudo depois de a atriz aparecer timidamente no meio da torcida do Brasil e ser homenageada por Neymar após a vitória da seleção. O que pouca gente sabe é que Neymar está balançando pela ex-namorada desde que a re-encontrou, na festa junina que

rolou na casa de Luciano Huck e Angélica.

Segundo fontes, Neymar teve uma recaída pesada ao ver Marquezine. Ela, solteira. Ele, também. Não ficaram, mas voltaram a estreitar laços. Neymar, como bem se sabe, está numa fase conturbada com os torcedores. Já xingou, fez mimimi, se calou, foi arrogante. O gesto de ir até a arquibancada e abraçar Marquezine no meio da galera, deu a ele um pouco mais de humanidade.



Neymar e Bruna Marquezine se abraçam



Mariana Brochado e Fabíola Molina: sereias na piscina e na TV

Mariana Brochado e Fabíola Molina, antes musas da natação, brilham como comentaristas

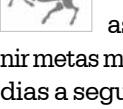
Uma parou de nadar aos 24 anos para cursar Direito. A outra, aos 38, para ser mãe. Na Olimpíada do Rio, Mariana Brochado e Fabíola Molina se encontraram novamente, mas desta vez o revezamento foi fora das piscinas. As duas comentaram juntas as provas de natação para o Sportv e arrasaram! "Como ficávamos perto do público, muita gente pediu foto, deu os parabéns pela nossa carreira e elogiou a cobertura", diz Fabíola. Ela contou com a experiência de Mariana, há oito anos na TV. "Trabalhar com pessoas competentes nos desafia a sermos cada vez melhores", observa ela.

Se as sereias são diferentes no conhecimento técnico da função televisiva, concordam que presenciar as braçadas de Michael Phelps foi espe-

cial. Fabíola destacou a medalha de ouro nos 200m borboleta, enquanto sua parceira elege o tetracampeonato nos 200m medley. "Estava na torcida pelo Thiago Pereira, claro, mas ver o Phelps ser tetracampeão me emocionou", lembra Mariana.

Finalizadas as competições de natação nos Jogos, Fabíola Molina já está de volta a São José dos Campos e aos braços do marido, Diogo Yabe, e da filha, Louise, de quase 2 anos. Após concluir a faculdade de Direito, Mariana Brochado deixou o canudo de lado e ingressou na TV. Ela reconhece que a aposentadoria das piscinas foi precoce, mas sabe que seria difícil estar na Olimpíada do Rio: "Ninguém me falou 'tenta mais um pouco'. Hoje eu digo isso para quem fala em parar".

horóscopo



ÁRIES

Que tal reavaliar suas demandas e definir metas mais realistas para os dias a seguir? Sol, Lua e Mercúrio conjuntos em sua área material ativam também o intelecto, favorecendo a resolução de questões complicadas no trabalho!



GÊMEOS

Ao se articularem em sua área de crise, Sol, Lua e Mercúrio lhe fortalecem emocionalmente, e lhe estimulam a sair da zona de conforto, encarando assuntos delicados. Sua visão de vida tende a se renovar com reflexões profundas!



LEÃO

Os desafios no trabalho são enfrentados com vigor, pois os astros se reúnem em sua décima casa hoje, ampliando sua percepção para o valor das parcerias e oportunidades. Que tal planejar estratégicamente sua carreira?



LIBRA

Seus aspectos racionais podem ser transformados, pois Sol, Lua e Mercúrio se aspectam em sua oitava casa. Ainda que saia da zona de conforto, sua maior resiliência lhe ajudará. A cumplicidade toma conta das relações!



SAGITÁRIO

Sua saúde e qualidade de vida familiar passam a ser o foco, neste momento em que Sol, Lua e Mercúrio se aspectam. Sua consciência ecológica e doadora se traduz em ações engajadas. Dircione-as para a sua comunidade!



AQUÁRIO

O clima de altruísmo e confiança toma conta de suas relações familiares, neste dia em que Sol, Lua e Mercúrio se associam em sua quarta casa. O clima de bom entendimento favorece os projetos em comum. Aproveite!



TOURO

O poderoso stellium em seu signo exalta seu brilho pessoal e alegria, que transparece em você através da atitude confiante. Você irradiava essa positividade, atraindo as pessoas. Projete sua imagem nos grupos que lhe interessam!



CÂNCER

Seus amigos lhe oferecem um valioso suporte em aspectos importantes. O stellium em sua área de amizades indica grande conforto emocional, portanto nutra e valorize as amizades, percebendo o quanto elas são importantes!



VIRGEM

Seu poder intelectual é intensificado pela concentração de astros em sua nona casa. Você percebe com mais clareza aspectos subjetivos das situações, o que lhe permite aprofundar seus conhecimentos significativamente!



ESCORPIÃO

Suas relações pessoais são intensificadas pela concentração de astros em sua sétima casa hoje. Comemore seus laços de amizades e afeto, deixando de lado os desafios das relações. Bom momento para iniciativas em grupo!



CAPRICÓRNIO

Que tal curtir o que a vida tem de bom? Sol, Lua e Mercúrio associados ressaltam seu brilho pessoal e trazem um clima de fraternidade. Aproveite este momento para celebrar bons momentos junto às pessoas queridas!



PEIXES

Sua vida social é ativada pela entrada da