

# Aos 51 anos, **Luma de Oliveira** admite cirurgias plásticas: '**Pequenos reparos**'

**Página B4**

*“As pessoas acham que sou antipática, porque eu não as encaro. Mas isso é porque eu sou vesga mesmo e quando vejo que vou ficar vesga eu começo a disfarçar. Eu sou a rainha dos disfarces”*

■ **ELIS REGINA**, cantora e compositora



Destaque para as irmãs **Camila e Carol**, sempre juntas, amigas e felizes.



O jornalista **Fabrizio Carareto** se prepara para celebrar a liberdade nova amanhã, já em ritmo de comemorações.



A bela **Milena Tonon** também está na lista dos homenageados de hoje. Felicidades!



Felicidades e muitos anos de vida para o empresário **Rafael Moretti Gilioti**, que hoje celebra mais um ano de vida



Click da aniversariante **Pâmela Assunção**, sendo muitíssimo cumprimentada hoje pelo seu niver.



Festa hoje  
para a  
simpática  
**Maitana Lima**,  
dando boas  
vindas à  
idade nova.



Close da beleza e elegância de **Daimara Boni**,  
clicada pelas lentes de Célia Souza



Parabéns e muitos anos de vida para **Thaís Bizzato** brindando hoje idade nova



**GIGANTINHO**  
DENTRO DO GIGANTÃO

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

O SHOPPING DO PREÇO BAIXO

**GIGANTÃO**  
CASH & CARRY

#BaratoPraCaramba

FERNANDÓPOLIS | VOTUPORANGA | CATANDUVA

The banner displays a grid of 15 products, each with a 'R\$ 1,00 APENAS' price tag:

- 1. Clear plastic storage bin
- 2. Black plastic bowl
- 3. Set of cutlery (knife, spoon, fork)
- 4. Bag of Maroca coffee
- 5. Bag of Amendoim (Peanut)
- 6. Bag of Pingo Mágico (Macaroni)
- 7. Box of Mococa Chocolate
- 8. Two bottles of Sabor Fino (Sauce)
- 9. Black plastic bucket
- 10. Box of instant noodle soup
- 11. Black plastic hanger
- 12. Box of instant noodle soup
- 13. Bag of Yodo (Instant Noodle)
- 14. Two long, thin items (possibly sticks or straws)
- 15. Bag of Yodo (Instant Noodle)



# Pepino: propriedades e benefícios para a saúde



Todos os alimentos possuem propriedades e benefícios para o nosso organismo e manutenção da nossa saúde, assim como para prevenir e tratar doenças. Apenas precisamos conhecê-los para aprender como consumi-los e desfrutar ao máximo de todos os benefícios e propriedades que podem oferecer.

Agora que começa o calor, os alimentos que ingerimos costumam ser um pouco mais leves do que o habitual, principalmente por causa do calor, uma digestão pesada, como a que ocorre depois de um cozido ou de uma paella, embora entre muito bem, em seguida, se passa muito mal.

Por isso, um dos alimentos por excelência no verão ou na primavera, quando já está quente é o pepino. Uma fruta muito preciosa que inunda as mesas e as cozinhas, graças à frescura e a leveza deste produto da terra de origem vegetal. Falaremos do pepino, de suas propriedades e benefícios.

■ **ORIGEM DO PEPINO:** O *Cucumis sativus* ou pepino, como vulgarmente se conhece, é uma planta que aparece uma vez por ano, as flores, apesar de quão chamativas são, porque são de uma cor amarelo intenso, o que mais chama a atenção é o fruto, porque é o que realmente é comestível. Apesar do aspecto áspero e duro, a pele é lisa e as calosidades que aparecem na sua pele que o fazem parecer duro, é bastante fácil

de eliminar. Costuma aparecer nos meses quentes, e se o solo é bom e interage bem com a planta, os frutos continuam chegando até quase depois de três meses a primeira colheita, até que a planta fica seca. Normalmente é consumido cru, já que é muito semelhante à fruta e, embora um ou outro tenha um sabor amargo, a maioria é doce, fresco e com um sabor semelhante ao melão de pele amarela.

■ **PROPRIEDADES DO PEPINO:** • Apesar de que sua composição seja 97% de água, o pepino pode se gabar de propriedades concentradas em seu interior e exterior. • Fonte de vitaminas A, B, C e E. • Propriedades diuréticas, graças à quantidade de água que possui. • Fonte de fibras e todas as graças à pele, que também se consome. • É rico em fósforo, cálcio, ferro e magnésio. • Possui grandes doses de ácido cafeico e ácido ascórbico. • Rico em celulose: sim, você está certo, o mesmo que os papeis e é que os papeis provém de um vegetal. Possui uma boa qualidade de carboidratos e as gorduras que apresenta são quase imperceptíveis.

■ **BENEFÍCIOS DO PEPINO PARA A SAÚDE:** • **Graças a todas as propriedades** que mencionamos anteriormente, o pepino é capaz de nos beneficiar enormemente. • **Pele.** Perfeito para manter o equilíbrio da pele que às vezes se resseca, devido à falta de hidratação e nutrição adequadas. Como é refrescante, também, ajuda a manter a pe-

le fresca, especialmente se você tiver uma queimadura solar. Ajuda a reduzir a inflamação e evitar que a pele seja infectada ou que crie bolhas. • **Digestões.** O pepino ajuda para que as digestões em seu estômago se tornem menos pesadas graças às suas propriedades. É tão suave que equilibra a acidez e permite que você não repita a refeição, uma e outra vez. Sua pele está tão cheia de fibra que permite que os intestinos recuperem seu movimento natural, por isso ajuda a combater a constipação e os gases. • **Eliminação de Líquidos.** É tão rico em água que permite te hidratar sem ter de beber e se você retém líquido, é um complemento ideal para que aqueles que acham difícil beber água continuamente. Você poderá hidratar o corpo e também eliminar todos os líquidos que sobram, já que é rico em potássio, um componente diurético. • **Toxinas.** Devido ao mencionado anteriormente, a fibra e o potássio, permite uma regeneração do organismo, eliminando as toxinas que se acumulam no corpo e que não sabíamos que existiam e que afetavam a nossa pele e nosso cabelo. Ajudará a fazer trabalhar o fígado, desintoxicando-o e, especialmente, os rins, eliminando de forma natural os cálculos renais. • **Para o Cérebro.** Os pepinos são ricos em fisetinas que são responsáveis por dar saúde ao nosso cérebro. Reforça sua saúde, permitindo que as conexões neurais conti-



nem funcionando na aprendizagem, na memória e na concentração. Foram realizados estudos que concluíram que a queda da fisetina no cérebro, é um dos fatores que desencadeiam a doença de Alzheimer. • **Sistema Cardiovascular.** Graças à quantidade de potássio que possui, melhora a saúde humana, já que afeta diretamente a pressão arterial. Colabora no funcionamento ótimo dos impulsos nervosos, na contração muscular e nas funções cardíacas. • **Contra o Estresse.** Quando nos afeta o estresse, às vezes, se chega ao ponto em que as defesas baixam, o humor muda, há desequilíbrios hormonais e até mesmo alterações do sono. Por isso, considere-se o estresse o "assassino silencioso", porque vai matando por dentro. Quando nos sentimos assim, os pepinos não nos ajudarão a reduzir o tempo de trabalho nem eliminarão os problemas, mas a quantidade de vitaminas do complexo B vai ajudar a lidar muito melhor, sem chegar ao ponto em que te afete tanto, porque você terá uma maior clareza mental e concentração na execução de suas tarefas.

■ **COMO CONSUMIR PEPINO:** • O pepino se consome cru, é claro, é a única maneira em que você pode notar seu verdadeiro sabor, fresco e doce. Mas se você costuma jogá-lo atrás das verduras, mas sabe que tem muitos benefícios, procure consumi-lo de outras maneiras.

■ **CONTRAINDICAÇÕES DO**

**PEPINO:** • Claro, o pepino tem muitos benefícios, mas também pode haver situações em que se volta contra nós, mas nada além do que o consumo excessivo, já que todos sabem que, se você abusar de algu-

ma coisa, sempre vai ser ruim. Precisamos ser menos brutos e aprender a equilibrar aquilo que comemos. Se nós consumimos muito pepino (quilos) você pode acabar desidratado, pelas propriedades diuréticas.

## receita

### Sobrecoxa e peito de frango à provençal

#### INGREDIENTES:

- 500g de sobrecoxa, sem pele, cortada em pedaços de cerca de 7 cm cada um
- 500g de peito de frango, sem pele, cortado em pedaços de cerca de 7 cm cada um
- 2 folhas de Louro
- ½ colher (chá) de Tomilho (0,50g)
- ½ colher (chá) de Manjerição (0,35g)
- ½ colher (chá) de Orégano (0,45g)
- 1 colher (sopa) de Tempero Completo sem Pimenta (16g)
- 30 dentes de alho com casca
- ½ xícara (chá) de azeite de oliva (120ml)



#### MODO DE PREPARO:

■ Preeaqueça o forno em temperatura média (180°C). Num refratário ou panela de barro com tampa, distribua os pedaços de frango. Junte o Louro, o Tomilho, o Manjerição, o Orégano e o Tempero Completo. Misture. Junte os dentes de alho e o azeite, e continue misturando. Cubra o refratário com papel alumínio ou tampe a panela. Leve ao forno por cerca de 1 hora ou até o frango ficar cozido. Retire o papel e asse por mais 30 minutos ou até dourar. Sirva a seguir.



A primeira escola ninguém esquece...  
**EDUCAÇÃO INFANTIL**

Av. Eurípedes José Ferreira, 779  
**3442-2945/3442-5060**



**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

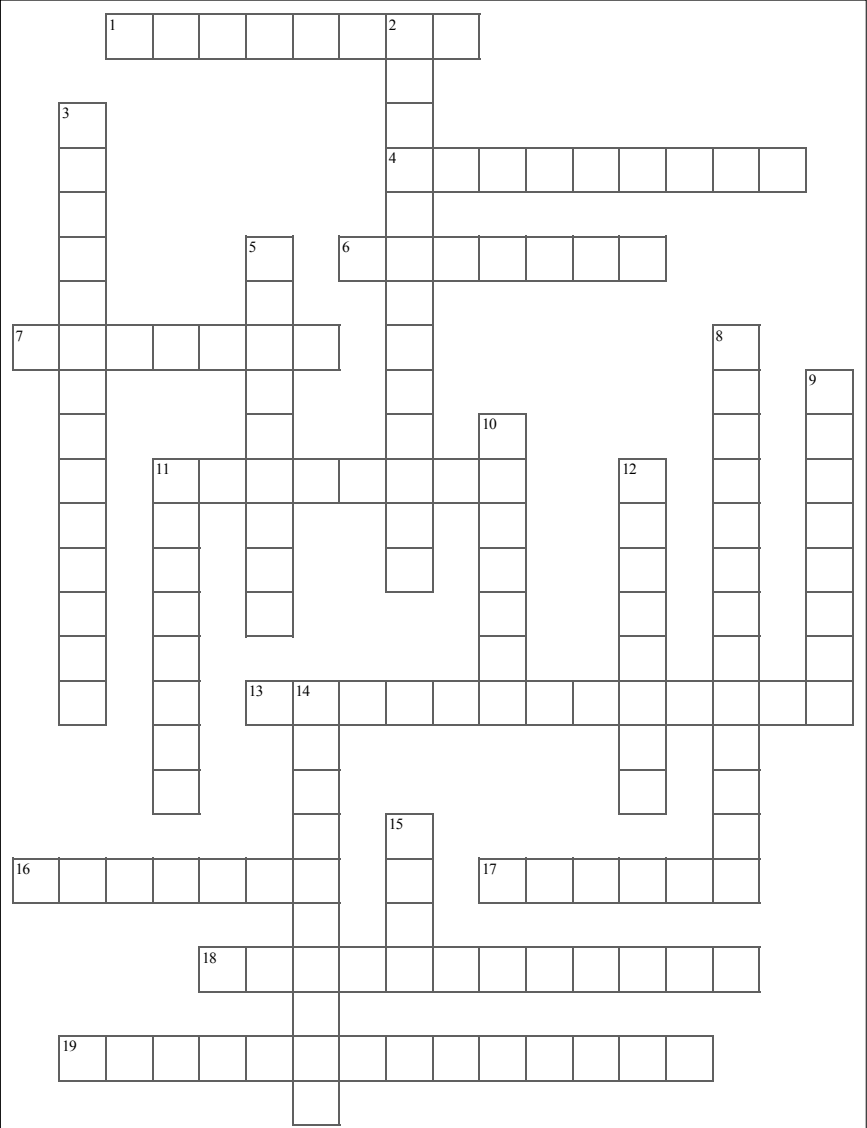
Fabricação Própria

**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**



# Palavras Cruzadas



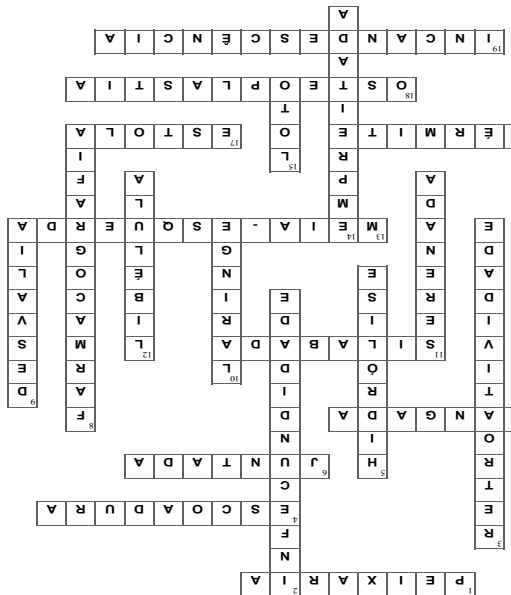
### Horizontais

1. Estabelecimento onde se vende peixe
4. Escoamento
6. Termo de junção, em processo forense
7. Embarcação rasa, espécie de plataforma composta de corpos flutuantes de qualquer espécie, geralmente madeiros, ligados entre si por meio de cavilhas ou cordas de fibras especiais, destinada sobretudo à pesca
11. Erro na pronúncia, especialmente o que consiste em deslocar o acento tônico da palavra
13. Esp Posição do futebolista que, na linha dianteira, fica entre o centroavante e o extrema-esquerda Jogador que atua nessa posição Pl: meias-esquerdas
16. Cupim Var: térmita
17. Peça litúrgica formada por longa faixa, alargada nas extremidades, usada por diáconos, padres e bispos
18. Cir Reparação da parte destruída de um tecido ósseo
19. Estado de incandescente

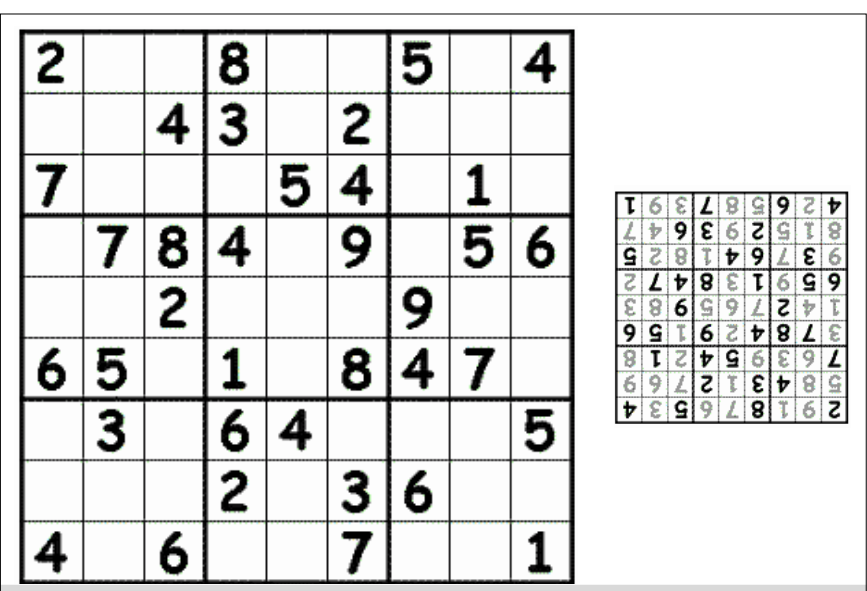
### Verticais

2. Estado ou qualidade de infecundo
3. Condição, estado ou qualidade de retroativo
5. Decomposição de uma molécula pela ação da água
8. Descrição das substâncias medicinais
9. Desvalimento
10. Órgão da fonação, situado entre a faringe e a traquéia
11. Chuva miúda e rápida
12. Denominação dos insetos da ordem dos Odonatos, caracterizados por longo e fino abdome, tórax forte, dois grandes olhos facetados e salientes, quatro asas transparentes
14. Contrato em que alguém se encarrega de executar certa obra remunerada por quantia previamente combinada
15. Espécie de loteria em que 5 números são sorteados periodicamente


### Respostas




# Sudoku




# Resumo de Novelas

**MALHAÇÃO**  
*Terça-feira, 17h30*


Joana pede para Tânia não esconder o que sabe sobre a identidade de seu pai. Belinha tenta defender Lucas, mas leva um fora de Juliana. Bárbara reclama por Ricardo permitir que Jorjão frequente a academia. Caio se enfurece com Gabriel. Juliana e Martinha tentam enganar Belloto. Joana sofre um assalto. Jabá leva Gabriel para a praia. Ricardo não gosta de ouvir as reclamações de Caio sobre Gabriel. Jéssica discute com Belloto. Joana tenta encontrar uma forma de voltar para casa. Rômulo foge de Jéssica. Ricardo ameaça cortar o patrocínio de Gabriel, e Bárbara fica tensa. Gabriel e Joana se reencontram e ele tenta ajudá-la.

**SOL NASCENTE**  
*Terça-feira, 18h00*


Gaetano avisa a Tanaka que se hospedará em sua casa. Damasceno fica intrigado com a repentina mudança da família De Angeli e o fechamento da padaria. Alice pede para Yumi ajudá-la em sua preparação para a viagem. Cesar pede demissão para fazer uma pós-graduação no Japão. Mario busca Geppina no hospital. Vittorio encontra uma foto de Beatriz e tenta disfarçar sua emoção para Milena. Damasceno descobre que o casal que ele procura chegou ao Brasil com documentos falsos. Mario e Alice vão a uma festa. Tanaka sugere que Gaetano abra uma nova padaria em Arraial do Sol Nascente. Felipe se assusta com o comportamento de Ralf. Mario e Alice se beijam.

**HAJA CORAÇÃO**  
*Terça-feira, 19h15*


Tancinha despreza Apolo e pede a ele para esquecê-la. Aparício e Agilson tentam se esconder de Rebeca quando ela aparece de surpresa na mansão. Fedora e Lucrécia acusam Rebeca de ser amante de Aparício. Henrique pergunta a Penélope se ela o deixaria caso algum de seus filhos não gostasse dele. Ariovaldo simula um infarto para distrair Fedora e Lucrécia enquanto Agilson tira Rebeca da mansão. Francesca incentiva Tancinha a ficar com Beto quando a filha confessa a atração que sentiu por ele. Carol conta a Shirlei que Felipe terminou o namoro com Jéssica. André nota o interesse de Tamara por Apolo. Aparício fica preocupado ao perceber que alguns membros do Conselho estão a favor de Fedora.

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

Sandro invade o ensaio de fotografia que Laura faz para On-Enterprise. Manuela e Joaquim mostram aos Cúmplices uma música que fizeram juntos. Todos gostam. Marina percebe que Isabela fingiu estar doente para fazer com que Rebeca e Manuela fiquem por perto. Frederico vai até a Dó-Ré-Music e fica impressionado com a mudança na personalidade de Safira. Os músicos olham os desenhos e tecidos para as roupas que a C1R irá utilizar no show para salvar a gravadora. Omar chega no vilarejo e trata Sabrina de maneira carinhosa. Priscila fica com ciúme da roupa das gêmeas. Chega o personal trainer (Marcelo Augusto) contratado por Meire para ajudá-la a emagrecer.

**VELHO CHICO**  
*Terça-feira, 21h00*

Bento desafia Afrânio na frente do povo. Santo aparece na cooperativa. Iolanda faz uma visita a Tereza. Miguel discute com os cooperados. Santo tenta acalmar Miguel. Bento coloca a emenda para aprovação. Iolanda convida Miguel para uma jantar na fazenda de Afrânio. Iolanda avisa a Afrânio da presença de Tereza e do filho para o jantar. Miguel apresenta Olivia para Encarnação. Carlos chega para o jantar na fazenda.

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

No palácio, Marek se diverte com a luta dos gladiadores. Livana se recusa a beijar Rune. Ele pergunta se ela está interessada em outro homem. Livana nega. Tirda se irrita ao presenciar Haniel incentivando Maquir a duelar. Sandor alerta Marek sobre o perigo da aproximação dos hebreus. O rei pede para Merodaque consultar os deuses. Kalesi e o sacerdote de Jericó iniciam um ritual pagão no templo do palácio. A rainha avisa que os deuses exigem o sacrifício de um hebreu. No acampamento, Josué fala sobre o plano de assustar Iru no duelo. O rei Marek ordena um pequeno ataque aos hebreus para capturar alguém para o sacrifício. Noemi pede para Calebe não deixar nenhum mal acontecer a Iru.

# Humor

**QUEBRA CABEÇA**

Preocupadíssima, a loira liga para o celular do namorado:

- Amorzinho, eu tô com um problema!
- O que houve, amor?
- Eu comprei um quebra-cabeça, mas não estou conseguindo nem começar a montar! As peças não se encaixam de jeito nenhum...
- Meu amor, eu já te ensinei a montar quebra-cabeça, né? Não lembra daquele da Mônica que eu comprei pra você? Lembre-se, primeiro você tem que achar os cantinhos...
- Eu sei, lembro que você disse isso, mas é que eu não consigo achar nem os cantos... É muito difícil!
- Ok, calma, calma. Qual é a figura

que você tem que montar? Deve estar desenhado na caixa!

- É um tigre.
- Tudo bem. Eu vou passar aí pra te ajudar!
- Então ele pega a chave de sua BMW, sai de seu escritório e vai para a casa dela.
- Chegando lá, ela o recepciona deixando transparecer a ansiedade e apressa-se em resolver o dilema do quebra-cabeça.
- Vem amor, me ajuda! O quebra-cabeça está lá na mesa da cozinha!
- O namorado acompanha a loira até a cozinha, olha para a mesa e fica boquiaberto por alguns segundos. Após se recompor, ele respira fundo e esbraveja:

– Sua burra! Quer fazer o favor de colocar os Sucrilhos de volta na caixa?

**SABEDORIA DE MÃE**

O garoto está fazendo a lição de casa, quando surge uma dúvida e ele pergunta ao pai:

- Pai, onde está a Torre Eiffel?
- Não sei, filho! Pergunte a sua mãe, ela que guarda tudo aqui em casa!

**LEMBRANÇA DO PASSADO**

Um casal de velhinhos está deitado na cama. Porém, carente, a esposa não está satisfeita com a distância entre eles. Ela lembra:

- Quando éramos jovens, você costumava ficar na cama segurando a minha mão.
- Ele hesita e, depois de um breve momento, estica o braço e segura sua mão.
- Ela não se dá por satisfeita:
- Quando éramos jovens, você costumava ficar bem pertinho de mim.
- Uma hesitação mais prolongada agora e, finalmente, resmungando um pouco, ele vira o corpo com dificuldade e se aconchega perto dela da melhor maneira possível.
- Ela continua insatisfeita:
- Quando éramos jovens, você costumava morder minha ovelha...
- Ele dá um longo suspiro, joga a coberta de lado e sai da cama.
- Ela se sente ofendida e grita:
- Aonde você vai?
- Buscar a dentadura, velha chata!

**INSTITUTO DE OLHOS**  
CIRURGIA DE CATARATA (FACOLMULSIFICAÇÃO), CIRURGIA MIOPIA, ASTIGMATISMO, HIPERMETROPIA COM EXCIMER LASER, LENTES DE CONTATO

**DR. JOÃO VICTOR Santicchio Ferrarezi**  
OF TALMOLOGIA • 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**

**CRECI 67022**  
**IMOBILIÁRIA OUROESTE**  
**Venda - Locação e Administração**

**Tel. 17 3843.1505**

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



# celebridades

## Carol Nakamura diz que namorado não teme cenas românticas em novela e ajuda a decorar: ‘Ele lê o texto comigo’



Carol Nakamura e Aislan Lottici apoio e incentivo

Quando soube que teria um núcleo japonês em “Sol nascente”, próximo folhetim das seis, Carol Nakamura não pensou duas vezes e se ofereceu para fazer os testes. “Ia ficar muito chateada se estivesse assistindo a essa novela de casa apenas como espectadora” admitiu. E para quem estava com saudade do charme desses olhos puxados, a boa notícia: agora não é preciso mais esperar os domingos para vê-la na TV. A partir desta semana, ela será a romântica Hiromi, e estará a semana toda no ar. A aprovação exigiu que a gata deixasse para trás 12 anos de “Domingão do Fustão”, como bailarina e repórter. “Foi um longo tempo fazendo ao vivo, lidando com o improviso. Aprendi demais e me sinto mais segura”, afirma Carol Nakamura, que contou

com o apoio do apresentador: “Profissionalmente, foi a primeira pessoa que acreditou no meu potencial. Sou muito grata”. Não foi esse, é claro, o único apoio que Nakamura teve quando decidiu se arriscar numa nova profissão. Em casa, ela teve a força de Aislan Lottici, zagueiro do Vasco, com quem vive um relacionamento de um ano e três meses. E nem as cenas românticas com Henri Castelli, seu par romântico na trama, preocupam o rapaz. “Ele me ajuda, lê o texto comigo. E quando tem amor, tudo se resolve”, derrete-se ela ao falar sobre o amado, com quem já mora junto e chama de marido. Apesar disso, o casal não planeja oficializar a união: “Já temos uma vida juntos, por isso falo assim. Mas está tão bom desse jeito, que não queremos mudar nada”.



Luma linda e de bem com a vida

## Aos 51 anos, Luma de Oliveira admite cirurgias plásticas: ‘Pequenos reparos’

Luma de Oliveira, aos 51 anos, deveria ganhar o prêmio de Miss Simpatia do Instagram. A ex-rainha de bateria, além de responder aos comentários dos seguidores, ainda admitiu ter feito plásticas após uma delas afirmar que sua beleza era 100% natural. “Tenho que confessar que já

fiz uns pequenos reparos. Depois de amamentar dois filhos (cada um nasceu com quase cinco quilos num intervalo de quatro anos, eu engordei uns 18 quilos em cada gestação. Então fiz uma lipo no abdômen e coloquei próteses nos seios. Mas isso já tem uns 15 anos. O negócio é malhar mesmo”, respondeu ela.

## Em dia importante para Messi, Antonella Rocuzzo homenageia o marido



Não há dúvida de que Lionel Messi e Antonella Rocuzzo estão vivendo uma ótima fase como casal. Mais uma prova disso foi a foto que a mulher do jogador compartilhou em sua conta no Instagram. Com uma legenda de coração, a argentina mostrou um clique ao lado do marido e recebeu milhares de elogios dos seguidores, junto com mensagens de incentivo ao jogador. Na tarde des domingo, Messi também enfrentou uma partida de futebol emblemática pelo Barcelona contra o Ath-

letic Bilbao, num grande clássico do futebol espanhol. No fim semana, o craque argentino comemorou 350 jogos vestindo a camisa do badalado time espanhol. Desde que Messi anunciou que deixaria a seleção argentina, Antonella e o jogador de futebol vivem compartilhando fotos junto à família. O último clique alcançou mais de 150 mil curtidas em poucas horas. “Família linda”, “Além de lindos, vocês são grandes”, “Quanta ternura”, comentaram alguns fãs do jogador.



Novo casal ainda mantém segredo sobre a relação

## Camila Queiroz e Klebber Toledo, juntos fora da telinha, posam com Walcyr Carrasco

Vivendo um affair na vida real e casados em “Êta mundo bom”, Camila Queiroz e Klebber Toledo comemoraram juntos o final da novela das seis. Os dois estiveram na confraternização que aconteceu no Projac e juntos, posaram com o autor da trama, Walcyr Carrasco. Nos bastidores de “Êta mundo bom!”, o casal já assumiu o romance, mas para o público decidiu manter o esquema “apenas bons amigos”. No

entanto, a amizade deu sinais de estar bem colorida no início deste mês. Camila Queiroz e Klebber Toledo foram ao cinema na companhia da colega de elenco Duh Moraes e outra amiga. Na saída, sur-pre-sa! Um paparazzo os esperava. Ao ver o fotógrafo, Klebber e Camila se distanciaram. Ele se escondeu atrás de uma pilastra e tentou disfarçar. Ela se apressou em direção aos elevadores.

## horóscopo

**ÁRIES**  
Você tende a se destacar por onde passa, depois a entrada de Vênus resalta sua beleza, tanto interna quanto externa. A autoestima fortalecida lhe ajuda a alcançar metas. Mostre gratidão àqueles que lhe apoiam e seja afetuosa!

**TOURO**  
Um momento de introspecção e autoanálise é trazido pela entrada de Vênus em sua área de crise. Não deixe que as emoções tomem conta de você, evite fazer dramas. Procure libertar-se de aspectos emocionais aprisionadores!

**GÊMEOS**  
As atividades em grupos são favorecidas pelo clima de cumplicidade que Vênus promove ao passar por sua área de amizades. Sua autoestima se beneficiará da ajuda que os amigos lhe oferecem. Melhore a sinergia nas relações!

**CÂNCER**  
As atividades de lazer podem acabar lhe colocando em apuros neste final de semana, em que Lua e Júpiter se opõem em sua área material. Não deixe seus impulsos lhe guiarem, saiba aproveitar de maneira cautelosa e consciente!

**LEÃO**  
Suas atenções se voltam para questões sentimentais e espirituais, neste dia em que Vênus entra na nona casa. Que tal sair da mesmice e expandir sua visão de mundo? Suas escolhas serão guiadas por valores mais superiores!

**VIRGEM**  
Refleta sobre o que está lhe aborrecendo e o que quer melhorar na sua vida. Ao entrar em sua oitava casa, Vênus lhe aconselha a recorrer-se para tais reflexões. Cuide melhor da qualidade das suas relações!

**LIBRA**  
Suas relações ganham um tom mais afetivo, neste dia em que Vênus adentra sua área de relacionamentos. Promova momentos reconfortantes e fraternos ao lado das pessoas que você ama. Demonstre carinho e delicadeza!

**ESCORPIÃO**  
Nutra a autoestima e o bem-estar, aproveitando que a entrada de Vênus em sua sexta casa aprofunda a consciência sobre o seu próprio valor. Sua atitude harmonizadora e criativa atrai boas parcerias no trabalho. Estimule-as!

**SAGITÁRIO**  
Um momento de destaque social é trazido pela entrada de Vênus na área de prazeres, que exalta seu magnetismo pessoal. Invista em novas conquistas e seduza as pessoas à sua volta com o seu charme. Descontraia e aproveite!

**CAPRICÓRNIO**  
Um clima de sinergia e cumplicidade favorece a proximidade familiar, pois Vênus passa hoje por sua quarta casa. As reaproximações estão favorecidas, portanto aproveite. Valorize as pessoas que lhe amam e cuide do lar com carinho!

**AQUÁRIO**  
Os contatos se beneficiam do seu intenso magnetismo pessoal, neste momento em que Vênus adentra a área de comunicação. Use sua sagacidade e habilidade para conquistar pessoas que lhe interessem. Defenda seus ideais!

**PEIXES**  
Você gasta dinheiro com mais flexibilidade hoje, pois Vênus adentra sua área material e estimula principalmente os investimentos em melhorias para a vida. Cuidado para não acabar gastando demais com coisas supérfluas. Controle-se!

**[ DOE SANGUE ]**  
**[ DOE VIDA ]**

Apoio:  
**oextra**