



tra

net

DE SETEMBRO DE 2016

Mais

Pedro Scooby nega reconciliação com Luana Piovani: **‘Separados há mais de um mês’**

Página B4

O objetivo da individuação é nada menos que despir o self dos falsos invólucros da persona, por um lado, e do poder sugestivo de imagens primordiais, pelo outro.

■ CARL GUSTAV JUNG, psicanalista (1875-1961)





Festa hoje com direito a muita diversão para o **DJ Pedro Pessoa**, que celebra idade nova.



Leticia Vasconcellos também assopra velinhas hoje, no *click* com a irmã Natiele.



Luis Aiello está em festa nesta quinta, comemorando seu aniversário com muitas felicitações. Na foto o carinho da esposa Luciana Aiello.



Close da bela doutora **Tatiane Bortolo Mendes**, dando boas vindas à idade nova.



Ricardo Nuevo comemora hoje mais um ano de vida, recebendo as homenagens do par Ricardo, da mãe Adriana e do irmão Victor.



Valesca Rinaldi também recebe as felicitações hoje pelo seu niver.



Parabéns e muitos anos de vida para o aniversariante de hoje, **Roberto Bibries**.



Paulo Estevam também está na lista dos homenageados de hoje, festejando seu aniversário.

tra

net

ASSINE **oextra**

SEU JORNAL DIÁRIO

Fones: (17) 3462-1727 / 3442-2445

E-mail: assinatura@oextra.net

PEÇA AGORA!



MINI CHURROS

R\$ 0,79



PUDIM

R\$ 3,99



BATATA COM CHEDDAR E BACON

R\$ 9,90



ENTREGAS: 3465 0100

AV. EXPEDICIONÁRIOS BRASILEIROS - CENTRO | 1300

FACEBOOK.COM/DOMMUSFERNANDOPOLIS

Dommus

EXPRESS

GIGANTINHO

DENTRO DO GIGANTÃO



Tudo por

R\$ 1,00

APENAS

O SHOPPING DO PREÇO BAIXO

GIGANTÃO

#BaratoPraCaramba

FERNANDÓPOLIS | VOTUPORANGA | CATANDUVA



R\$ 1,00

APENAS



R\$ 1,00

APENAS



R\$ 1,00

APENAS



R\$ 1,00

APENAS



R\$ 1,00

APENAS



R\$ 1,00

APENAS



R\$ 1,00

APENAS



R\$ 1,00

APENAS



R\$ 1,00

APENAS



R\$ 1,00

APENAS



R\$ 1,00

APENAS



R\$ 1,00

APENAS



R\$ 1,00

APENAS



R\$ 1,00

APENAS



R\$ 1,00

APENAS



R\$ 1,00

APENAS

Alimentos que melhoram a circulação

Os seres humanos são em grande parte o reflexo da forma como conduzem suas vidas, o que comem, que atividades realizam, como cuidam da saúde... Enfim, somos um todo de ações que realizamos todos os dias e que ao longo dos anos se refletem, principalmente, sobre a nossa saúde, tanto física como mental.

Não é de admirar que a cada dia se promovam mais os estilos de vida saudáveis, dado que o alto nível de estresse que envolve a vida moderna, principalmente nas grandes cidades tem aumentado significativamente os problemas de saúde associados a esta.

Os alimentos são os nutrientes necessários para que o organismo obtenha a energia para poder realizar as atividades diárias, estes, se você sabe como consumir, podem além de fornecer energia, nutrir órgãos e beneficiar processos no corpo que nos ajudarão a ter uma melhor saúde, e a circulação sanguínea, neste caso, não é exceção.

PROBLEMAS ASSOCIADOS COM A MÁ CIRCULAÇÃO

Este processo que se dá através de todo o corpo e que

é essencial para a vida, pode ser afetado por problemas como hipertensão, obstrução venosa, veias varicosas, entre outros. É aqui onde uma alimentação equilibrada poderia fazer a diferença, existem alimentos que melhoram a circulação de forma significativa.

Por isso, é necessário, inclusive antes de apresentar esses problemas circulatórios, saber que existem alimentos que melhoram a circulação e procurar incluí-los constantemente em nossa dieta, a fim de evitar ou mitigar essas doenças quando já se produziram.

A SEGUIR 6 ALIMENTOS QUE NOS AJUDAM A MELHORAR A CIRCULAÇÃO:

■ **Gengibre.** Esta raiz tem sido muito utilizada por seus benefícios para a saúde, entre eles seu efeito anti-inflamatório e analgésico, também é um estimulante da circulação e colabora na eliminação do colesterol ruim, recomenda-se seu uso regular como uma especiaria ou em infusões feitas com a raiz fresca.

■ **Alimentos Ricos em Vitamina C.** Alimentos ricos em vitamina C, como as frutas cítricas, estas fortalecem as artérias e capilares, ajuda na eliminação de toxinas do organismo e colaboram na re-

dução do colesterol no organismo, é claro que você deve procurar consumir esta vitamina a partir de fontes naturais, ou seja, frutas e evitar os concentrados que normalmente obtemos em lojas, já que estes são ricos em açúcares e conteúdo químico.

■ **Melancia.** Esta deliciosa fruta é rica em licopeno, um antioxidante que promove a circulação do sangue, também é diurética, assim colabora na eliminação de líquido retido nos tecidos, também previne a formação de coágulos. Tenha em mente que a melancia deve ser consumida fresca para adquirir seus benefícios.

■ **Cúrcuma.** É uma especiaria originária da Índia, gradualmente, vem ganhando fama em todo o mundo, não apenas por suas propriedades culinárias, já que também possui propriedades anti-inflamatórias e melhora a fluidez sanguínea no corpo.

■ **Cereais Integrais.** Cereais integrais, como aveia, trigo, arroz integral... São diversas as opções deste alimento que sempre deve estar incluído no consumo diário de dietas saudáveis, estes melhoram a eliminação de toxinas no corpo de maneira que também ajudam na circulação do sangue.



■ **Ômega 3.** Encontrado em alimentos como peixes e frutos secos, como nozes e amêndoas, isso reforça a capacidade dos vasos sanguíneos diante de estímulos e tornando-o um excelente aliado na circulação.

■ **Alho.** Consumir um dente de alho todas as manhãs em jejum é altamente benéfico, além dos efeitos antibióticos que este fornece, reforça a limpeza do sistema circulatório, e evita a acumulação de placas

nas veias, colaborando assim na redução da obstrução venosa, principal causa do aparecimento de varizes.

■ **Água.** A água é um elemento essencial para a vida e é o melhor remédio que poderíamos consumir, é requerido pelo menos dois litros de água durante o dia para conseguir uma ótima limpeza do organismo.

Além disso, a água favorece a eliminação de líquido acumulado nos tecidos, o que ajuda a evitar a retenção dos

mesmos, contribuindo assim para a circulação ótima.

São diversos os alimentos que melhoram a circulação, e que facilmente podemos incluir em nossa dieta diária. O mais importante sempre será levar hábitos de vida saudáveis, evitar o álcool e tabaco, e praticar atividade física regular, isso juntamente com uma boa alimentação e um bom acompanhamento médico é vital para contar com uma boa saúde.

Rotina de chuveiro para uma pele mais saudável



Para termos uma pele bonita e saudável devemos dar-lhe cuidados adequados de forma regular, isso envolve a nossa rotina de banho. Hoje vamos te contar como a sua rotina no momento do banho pode te ajudar a cuidar da pele ou apenas danificá-la se você não tem os cuidados adequados.

Não há nada mais relaxante do que um banho de água quente? Bem, mas, acredite ou não, este hábito na verdade poderia danificar sua pele.

Em geral, existem dois tipos de chuveiros: o banho rápido, que dura cerca de quatro minutos e serve para lavar partes essenciais; e o banho relaxante, que dura uma eternidade e quando saímos do banho estamos coloridos como um tomate.

Partindo desta base, podemos deduzir que quanto mais tempo você está sob os efeitos do calor da água, maior dano é gerado na pele. E a isto é preciso adicionar a ação adstringente do sabão, que também faz a sua contribuição para o ressecamento da derme.

Para minimizar o dano que gera o banho na pele e no cabelo é preciso que:

Iniciar a rotina com a escovação do cabelo e esfoliação da pele. Escovar o cabelo faz com que se distribuam os óleos naturais do couro cabeludo e se condicione o cabelo, por sua vez se eliminam os emaranhados e, assim, evitamos ter que desembaraçar o cabelo molhado, que é mais suscetível à quebra.

Em seguida, com uma escova seca deve-se esfoliar o corpo para eliminar as células mortas e promover a circulação do sangue.

■ **Banhos mornos curtos.** Quanto mais tempo se permanece no banho e mais quente é a temperatura da água,

mais se eliminam os óleos protetores do cabelo e a umidade da pele.

■ **Usar o sabão em partes essenciais.** A menos que seja preciso, nem sempre há necessidade de cobrir todo o corpo com espuma do sabão.

Se você não tem sujeira ou se fez exercício, o melhor é deixar o peito, barriga, braços e pernas livres de sabão e focar na limpeza das áreas que produzem a maior parte de suor como são as axilas, virilha, entre as nádegas, pés, dedos dos pés e sob o peito.

■ **Barbear-se ao finalizar o banho.** Para reduzir as probabilidades de pelos encravados é preciso esperar pelo menos cinco minutos antes de barbear a pele.

Isto dá aos poros a oportunidade de se abrirem e de amaciar os pelos, para facilitar sua remoção. Mas cabe esclarecer que a água deve estar morna, não quente, porque do contrário os folículos se inflamarão e se conseguirá o efeito oposto.

■ **Lavar-se em ordem.** Cabe-

lo, corpo, rosto. Esta é a ordem que deve ser seguida. A partir do momento em que uma pessoa entra no chuveiro, os poros começam a se abrir e o sebo que contém começa a se liquefazer.

Se você lavar o rosto antes de aplicar o shampoo, os poros ficam completamente limpos e livres de sebo.

O problema é que quando escorre a espuma do shampoo sobre o rosto, é possível obstruir os poros, já que não é um produto concebido para a pele facial.

■ **Não seque esfregando.** O secar fortemente o corpo após o banho pode piorar o ressecamento, o ideal é retirar a umidade dando palmadas suaves com um movimento para cima e para baixo, como se a pele estivesse queimada pelo sol.

■ **Hidratação.** Usar um creme hidratante após o banho é sempre uma boa ideia, mas também podem ser usados óleos naturais, como óleo de coco, óleo de amêndoas doces e azeite de oliva.

receita

Banana com Chocolate

INGREDIENTES:

- 6 bananas nanicas maduras
- 250g de chocolate ao leite picado
- Chocolate granulado a gosto



MODO DE PREPARO:

- Deixe as bananas com casca no freezer durante 3 horas no mínimo. Derreta o chocolate em banho maria. Deixe esfriar e coloque em copo alto. Retire as bananas do freezer, tire as cascas e corte-as ao meio. Espete palitos de sorvete, banhe-as no chocolate e seguida cubra com chocolate granulado. Coloque-as em um prato e leve a geladeira até firmar. Sirva em seguida.
- **Dica:** As bananas devem ser consumidas no mesmo dia de preparo.

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. Litério Grecco, 95 - Jardim Iguatemi - Fernandópolis - SP.
M.FER, Ligada ao cliente por um vínculo de AÇO

Jogo do Labirinto

Sudoku Nível Fácil

2	6		8	1	4			9
					3			6
		7	2		6	3		
3	9	2				4		1
6								5
7		4				8	3	2
		6	4		5	1		
5			1					
4			7	6	9		8	3

8	8	5	6	9	7	1	2	4
4	2	9	8	3	1	6	7	5
7	6	1	5	2	4	9	3	8
2	3	8	1	6	9	5	4	7
5	7	5	4	2	3	8	1	6
1	9	4	5	8	7	2	6	3
1	8	3	6	5	2	4	7	9
6	4	2	3	7	9	5	1	8
9	5	4	1	8	3	6	2	7

Resumo de Novelas

MALHAÇÃO
Quinta-feira, 17h30

Tita descobre que Caio conferiu a ficha profissional de Joana. Nanda repreende a atitude de Rômulo. Joana confirma para Caio que a mãe dela o conhecia. Jorjão reclama da desatenção de Rômulo durante o treino. Ricardo viaja com Tita. Juliana decide promover uma festa em casa. Juliana se incomoda ao ver Lucas com Belinha, e beija Jabá para provocar o rapaz. Ricardo interrompe a festa de Juliana. Ricardo propõe um almoço em família com Tânia. Joana diz a Tânia que acredita que Caio seja o seu pai.

SOL NASCENTE
Quinta-feira, 18h00

Ana apresenta Carolina para Cesar e os dois disfarçam o interesse mútuo. Tanaka elogia Cesar e critica Mario para Mieko. Geppina prepara um doce para presentear Alice. A família De Angeli chega à casa dos Tanaka. Tiago decide ter um filho com Dora, que sonha em ser mãe. Yumi mostra seus trabalhos para Cesar e Alice. Gaetano defende Mario das ofensas de Tanaka. Mario é preso depois de se envolver numa briga. Hideo decide criar uma página na internet sobre a padaria Pasta Pane com fotos dos avós de Peppino. O delegado avisa a Vittorio que Mario foi preso e Cesar comemora.

HAJA CORAÇÃO
Quinta-feira, 19h15

Camila inventa uma desculpa para se aproximar de João. Penélope diz a Henrique que eles devem contar a Beto que estão juntos. Nair aconselha Adônis a se declarar para Shirlei. Beto se surpreende com o comportamento de Tancinha. Giovanni fica preocupado com a falta de notícias de Camila. A mãe de João avisa a Camila que o filho concordou em vê-la. Safira comenta com Lucrécia que sente a presença de Teodora na mansão. Camila vai ao encontro de João.

CÚMPLICES DE UM RESGATE
Quinta-feira, 20h30

Sabrina se sente excluída com a volta de Manuela no vilarejo. Frederico coloca uma câmera na sala de Tomas com a ajuda de Flora. Sabrina se esconde na mata para ver se os amigos do vilarejo notam sua falta. Sabrina se perde na mata. Matheus e Dóris procuram Sabrina na casa do prefeito e descobrem que ela não voltou para casa. Joaquim descobre que Benjamin e Priscila roubaram a carta que ele escreveu para Manuela e por isso ela não foi a seu encontro. Lola procura a menina que comprou sua peixe, Beijoca. Felipe ajuda a amiga. Sabrina vai parar em depósito no meio da mata repleto de vidros de veneno. Manuela, Dóris, Téó e Matheus encontram a jaqueta de Sabrina na mata e procuram a amiga.

VELHO CHICO
Quinta-feira, 21h00

Encarnação ouve o apito do barco do Gaiola Encantado e vai até o rio. Encarnação manda Cícero executar Bento e Dalva fica aflita. Miguel procura por Martim pela cidade e Bento e Chico Criatura o ajudam. Queiroz alerta Carlos que Martim está sendo procurado por todos. Padre Benício decide voltar a falar com Encarnação. Bento encontra Cícero em sua casa.

A TERRA PROMETIDA
Quinta-feira, 22h15

Aruna se assusta ao ver uma mulher lhe chamando pelo nome. Adara finge estar bastante debilitada e pede ajuda. Salmon conta para Josué sobre o incidente com Otniel. Gibar e Melquias criticam a liderança do irmão de Lila. Ruth elogia a conduta de Boã. Salmon se culpa pelo acidente com Otniel e pede para Jéssica deixá-lo sozinho. Melquias tenta dar em cima de Jéssica. Acá chega em casa e tenta disfarçar o sumiço. Acsa se preocupa ao saber que Otniel foi ferido. Orias se despede de Nobá e fica emocionado. Kalesi se mostra ansiosa para se entregar aos braços de Sandor. Liora conversa com Farduk e diz que um dia deixará a estalagem. Rabbe conversa com Sandor e diz ter um cliente muito violento.

Humor

EXAME DE VISTA

No consultório, o oculista fazia os exames de rotina:

- O que está escrito aqui?
- Não sei, não consigo ler - respondeu o paciente.

O médico aumentou a letra:

- E agora, Manoel? O que está escrito aqui?

Ele se esforçou, mas não conseguiu ler nada. Várias tentativas depois, o médico concluiu:

- Bom, só tem um jeito: vamos ter que operar.

Depois da operação, o Manoel perguntou ao médico:

- E agora, doutor? O senhor acha que eu vou conseguir ler tudo?
- Claro que sim! A operação foi um sucesso!

O Manoel, todo contente:

- Puxa, doutor, como a medicina está avançada. O senhor acredita que antes da cirurgia eu era analfabeto?

QUE SUSTO!

Durante o voo, o comandante pegou o microfone e fala:

- Senhores passageiros, quem vos fala é o comandante. Estamos voando a uma altitude de 9.800 metros, numa velocidade de 920 quilômetros por hora. Neste momento estamos sobrevoando a cidade de... o que é isso... plóct... pléct... crash... Oh! Meu Deus! Alguns segundos depois...
- Senhores passageiros, desculpe o susto, mas enquanto eu falava fui pegar a minha xícara de café e acabei derrubando nas minhas calças...
- Ahhh! - fizeram, os passageiros aliviados!
- Puxa! - continuou o comandante, para distrair. - Vocês precisam ver em que estado ficou a parte da frente das minhas calças...

Ao que alguém lá no fundo gritou:

- E o senhor precisar ver em que estado ficou a parte de trás da minha cueca, filho da p(*)!

PRIMEIROS SOCORROS

A professora pede aos alunos que tragam artigos hospitalares para exemplificar a aula de primeiros socorros:

- Mariazinha, o que você trouxe para a nossa aula?
- Uma seringa professora.
- E quem te deu?
- Minha tia.
- O que ela te disse?
- Que serve para dar injeções.
- E você, Pedrinho?
- Um termômetro, professora.
- E quem te deu?
- Minha mãe.
- E o que foi que ela falou?
- Que serve para medir a temperatura do corpo humano.
- Muito bem.E você, Joãozinho, o que trouxe?
- Um balão de oxigênio, fessora.
- E quem te deu?
- Meu avô.
- E o que foi que ele disse?
- Devooooooooolve!!!!!!!

El. Professora!

INSTITUTO DE OLHOS

CIRURGIA DE CATARATA (FACOEULSIFICACÃO), 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

Quanto 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



Carla Prata e Leonardo Martins: última viagem juntos foi em março

Carla Prata, ex-bailarina do Faustão, termina casamento e ex curte solteirice na Europa

Carla Prata está na pista outra vez. A ex-bailarina do Faustão se separou do empresário Leonardo Martins há cerca de um mês. Ele parece estar “curando” a dor de cotovelo em locais paradisíacos. O moço está curtindo o verão europeu ao lado de um amigo. Depois de um giro pela Itália, está aproveitando o mar de Ibiza, na Espanha. O ritual dos ex foi praticado entre os dois. Carla não segue

mais Leonardo no Instagram, ele também não. O empresário chegou a participar do casamento de Felipe Simão e Fernanda Slaviero, que aconteceu em Puglia, na Itália. Enquanto isso, Carla segue no Rio fazendo testes para conseguir um papel em alguma novela. Carla e Leonardo ficaram noivos em janeiro do ano passado, durante uma viagem à China. A ex-bailarina e o empresário ficaram quatro anos juntos.



Klebber Toledo e Camila Queiroz se abraçam na saída do cinema

Klebber Toledo e Camila Queiroz não escondem a paixão após sessão de cinema

Desde que assumiram o namoro recentemente, numa viagem romântica para Bariloche, na Argentina, Camila Queiroz e Klebber Toledo não se desgrudam. E fazem questão de mostrar que o romance vai muito bem, obrigado. Os dois foram flagrados no maior clima quando saíram do cinema, num shopping na Barra, na Zona Oeste do Rio.

Em alguns cliques, Camila aparece no maior chamego nos braços de Klebber, que chega a levantar a namorada do chão. Parece até que os dois

estavam posando para o paparazzo. Os atores estavam na companhia de amigos e não se importaram em demonstrar o grude publicamente. O relacionamento começou nos bastidores de “Êta mundo bom”, na qual viveram um par romântico. Apesar de ter negado na época, Camila não resistiu aos encantos do colega, mas só assumiu o namoro após o término das gravações e também do ponto final no namoro de três anos com o modelo Lucas Cattani.

Mulher do goleiro Muralha aparece em fotos inéditas de ensaio e fotógrafo garante: ‘Não usei Photoshop’

Se dentro de campo o Flamengo tem deixado a torcida eufórica, fora das quatro linhas é a mulher do goleiro Muralha quem anda batendo um bolão. Mas Tayrine Seifert, de 25 anos e natural de Santa Catarina, não quer saber de holofotes. Por enquanto. “Prefiro ficar na minha agora. O foco total é no Flamengo”, disse a loira ao negar (mais um) pedido de entrevista. O interesse em torno dela aumentou depois que ela posou para o fotógrafo Marcus Mattos, revelando ainda mais sua beleza. Natural, de acordo com o autor dos cliques.

“Não usei Photoshop. O tratamento é só na iluminação, para saturar a cor”, explica



Ao natural: Tayrine Seifert tem 25 anos e é natural de Santa Catarina

Marcus, que propôs o ensaio para Tayrine. Detalhe: Muralha acompanhou as fotos e não

vetou nenhuma pose. “Ela sabe e gosta de fotografar. Foi uma modelo bem tranquila”,

conta o fotógrafo, que revela ainda que a beleza não tem silicone. Natural mesmo.

Pedro Scooby nega reconciliação com Luana Piovani: ‘Separados há mais de um mês’

Pedro Scooby usou as redes sociais para deixar claro que ele e Luana Piovani não estão mais juntos. Em meio a especulações sobre uma possível reconciliação com a atriz, o surfista decidiu se pronunciar, usando uma foto em que aparece dançando com a ex-mulher.

“Vou ser breve! Eu e Luana

estamos separados há mais de um mês, não estamos voltando”, escreveu o surfista confirmado no quadro “Saltibum”, do “Caldeirão do Huck”. No entanto, o esportista garantiu que a relação com a atriz, protagonista das longas “Carlos, o Homem Perfeito” e “A Mulher Invisível 3”, é amistosa. “Somos amigos e temos

3 filhos lindos, que vão ser felizes e amados! Obrigado pelo carinho de todos”, limitou-se. Nos bastidores da atração global, Pedro Scooby destacou a relação de cumplicidade que tem com Dom, primogênito da relação com Luana Piovani. “Ele está ficando comigo agora, já que a mãe está filmando em São Paulo. Ele

é muito grudado comigo, aonde eu vou ele quer ir. Quando ele começa a chorar, eu falo: “Tá bom, vem (risos)”. A convivência tem sido maravilhosa, ele acorda e dorme comigo. Até botei uma pilha para ele dormir no quarto dele, é bom para ir acostumando”, explicou sobre o menino de 5 anos, também adepto do surfe.



Pedro Scooby nega reconciliação com Luana Piovani: ‘Separados há mais de um mês’

horóscopo

ÁRIES
Você tende a refletir sobre seus talentos e sua atuação profissional, pois Lua e Plutão se associam no circuito. Seu desejo de deixar uma marca no mundo lhe leva a se envolver com grandes causas, o que resgata sua identidade!

TOURO
Você se sente mais segura para lidar com questões mais complexas, neste momento em que Lua e Plutão se associam. Replanteie sobre mudanças, pois seus valores pessoais estão mais favorecidos que as realizações!

GÊMEOS
A conjunção Lua-Plutão impulsiona a força de transformação, que, por sua vez, ajuda a aguçar sua sensibilidade. Tanto a vida pessoal quanto as relações são impactadas, e é possível que haja rupturas, ainda que futuramente!

CÂNCER
O valor das pessoas em sua vida fica mais claro, graças à associação de Lua com Plutão em sua área de relacionamentos. Você enxerga o ser humano sob outra ótica, mas seja realista e lembre-se de que todos têm defeitos. Evite decepções!

LEÃO
Concretize ações que deixem o cotidiano mais dinâmico. A conjunção Lua-Plutão lhe deixa mais consciente quanto ao gerenciamento do lar, do trabalho, da saúde e do bem-estar. Expanda os benefícios ao grupo, conversando com os parceiros!

VIRGEM
Permita-se mergulhar de cabeça nos prazeres da vida, mas seja responsável e não exagere, pois você tende a agir de maneira imprudente. Lua e Plutão juntos lhe pedem uma maior autocrítica e uma atitude menos mundana!

LIBRA
A conjunção de Lua com Plutão ressalta o valor do ambiente familiar, que lhe oferece a paz desejada. Supere os desafios, mantendo o foco na harmonia e no bom entendimento. Saiba reconhecer os próprios defeitos e falhas!

ESCORPIÃO
Evite muita exposição em ambientes formais, pois Lua e Plutão se associam em sua área de comunicação, exaltando suas emoções. Ainda que já esteja certa e amadurecida em suas ideias e seus projetos, abra-se a novas visões!

SAGITÁRIO
Que tal promover ações que melhorem a administração da sua vida? Lua e Plutão se harmonizam em sua segunda casa, aguçando seu senso de valor e de oportunidade, o que permite boas perspectivas. Abra-se ao novo, mas tenha cautela!

CAPRICÓRNIO
Dedique-se com garra às suas causas e não tenha medo das mudanças que possam surgir. Ao passar por seu signo, a Lua se associa com Plutão, lhe tirando da acomodação. Porém, tenha cuidado para não agir de maneira autoritária!

AQUÁRIO
Os desafios emocionais são encarados com maiores força e determinação, neste momento em que Lua e Plutão estão conjuntos em sua área de crise. Perceba que as mudanças devem começar dentro de você, para depois se externarem!

PEIXES
Renove a vida social, pois ao formarem aspectos em sua área de amizades, Lua e Plutão lhe incentivam a sair da mesmice e a transformar sua visão de vida. Rompa limites, mas harmonize os interesses nas relações!