



# extra Mais

SEXTA-FEIRA, 11 DE NOVEMBRO DE 2016

## Fabiola Reipert detona Ivete e Claudia Leite: 'Show de falsidade'

Página B4



O que saberás de mim é a sombra da flecha que se fincou no alvo. Com uma amiga chegamos a um tal ponto de simplicidade ou liberdade que às vezes eu telefono e ela responde: não estou com vontade de falar. Então digo até logo e vou fazer outra coisa.

Clarice Lispector, escritora e jornalista



Destaque para o casal **Dani Vieira e Murilo Silva**, comemorando mais um ano de namoro. Felicidades!



Em clima de alegria, **Larissa Flávia Trindade** é cumprimentada hoje pelo seu aniversário. Parabéns!



Destaque para o estilo e elegância de **Jana Carvalho**, celebrando idade nova hoje.



Ontem foi dia de festa para o sanfoneiro **Renan Siqueira**, que apagou velinhas em ritmo de muitas comemorações.



Ontem foi dia de comemorações para o casal **Giana Oliveira Guerra e Fredy Guerra**, que celebrou aniversário de casamento, recebendo inúmeras homenagens e o carinho de todos os amigos. Felicidades ao casal!



Parabéns para **Áurea Longo Amorim**, aniversariante desta sexta. Na foto ao lado do esposo Mineiro.



Click da bela e sorridente **Camila Arantes Agreli Torres**, fotografada por Célia Souza.



Hoje também, é dia de festa para **Anderson Zanette**. No look, o carinho da noiva Flávia Lopes.



Muitos anos de vida para **Joice Brentan**, também assoprando velinhas hoje.

**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**

Shopping do Preço Baixo **GIGANTÃO** #BaratoPraCaramba

FERNANDÓPOLIS | VOTUPORANGA | CATANDUVA

■ UM TOQUE DE SAÚDE & BELEZA

# Substitutos saudáveis do açúcar e adoçantes artificiais

O açúcar é um daqueles alimentos que agrada a maioria das pessoas, especialmente as crianças, e este é muito necessário para o nosso organismo. O açúcar refinado não é um alimento saudável em absoluto, além de fornecer calorias desnecessárias causando desconfortos estéticos, também tem efeitos negativos sobre a saúde.

Infelizmente, o açúcar que se encontra em muitos alimentos, e não estamos falando apenas de coisas doces, mas de outros que ninguém imagina que podem contê-lo, como é o caso de alguns tipos de pães, molhos e adereços como barbecue e ketchup, todos os ingredientes que terminam em "ose" (como frutose, lactose, dextrose, equivalem ao açúcar), cereais de café da manhã, etc.

Se você quer eliminar o açúcar da sua dieta, além de evitar certos alimentos processados, você tem que buscar

substitutos doces mais saudáveis.

## SUBSTITUTOS SAUDÁVEIS DO AÇÚCAR E ADOÇANTES ARTIFICIAIS

■ **Açúcar Mascavo.** Também conhecido como rapadura, amarrado doce, panetela, tapa de doce, etc., é o doce de açúcar da cana sem refinar, por isso conserva as vitaminas e minerais que são perdidos quando se processa o açúcar branco. Usa-se uma proporção de um para um quando se vai substituir o açúcar em produtos de panificação.

■ **Purê de Damasco.** Os damascos têm grandes quantidades de vitamina C, fibras e ferro. Para usá-los em um café da manhã saudável, apenas basta fazer um pouco de purê com os frutos e misturar com iogurte grego ou desfrutar com pão de grão integral.

■ **Xarope de Yacon:** Trata-se de um adoçante extraído da planta yacon, é doce como o mel e fornece apenas a metade das calorias do açúcar

da cana. É ideal para usar em produtos assados e batidos de frutas.

■ **Melaço.** O melaço é feito com cana-de-açúcar, uvas e beterrabas. É um xarope que, embora não seja adequado para diabéticos, é ideal para aqueles que querem ter um pouco de ferro e cálcio extra em sua dieta.

■ **Soro de Leite.** Este soro é composto por três açúcares naturais: a frutose, o açúcar das frutas; sacarose ou açúcar de mesa; e lactose, o açúcar do leite. Enquanto individualmente estes açúcares estão cheios de calorias, quando se misturam no soro interagem de tal modo que não são absorvidos completamente no corpo.

Como resultado, temos quatro calorias por colher de chá, um quarto das calorias e menos de um terço do índice glicêmico do açúcar. Está disponível nas variedades semelhantes ao açúcar granulado, açúcar mascavo, açúcar de bordo e açúcar em pó.



# Estrias: Tratamentos naturais para combatê-las

As estrias são causadas principalmente pelas alterações de peso durante um período de tempo e, claro, durante a gravidez e outras situações também podem ocorrer e costumam ser difíceis de eliminar depois. Por isso, é importante prevenir e evitar o seu aparecimento, neste sentido alguns tratamentos naturais e recomendações podem ser de grande ajuda.

A pele além de ser um dos maiores órgãos do nosso corpo é um elemento não apenas de vital importância para a proteção do organismo, mas também é o mais visto em todas as pessoas, assim não é de admirar que seja um dos aspectos estéticos mais importantes.

Saúde da Pele. Por muitos anos, os cuidados com a pele se converteram em um dos temas mais importantes no campo da beleza, e não há nada que reflita melhor saúde do que uma pele suave, brilhante e com boa aparência. Este órgão é constituído por várias camadas de tecidos diferentes que em conjunto proporcionam a resistência necessária para manter o meio interno isolado de todos os elementos prejudiciais do meio ambiente.

■ **CAUSA DAS ESTRIAS:** É numa dessas camadas, especificamente na derme, que é a segunda camada de pele, onde se apresenta um dos

problemas de pele mais desagradáveis e antiestéticos: as estrias, estas ocorrem pelo esticamento excessivo da pele, podendo-se dizer que são cicatrizes nestas camadas. A perda ou ganho de muito peso, a gravidez, a puberdade, a deficiência de elastina e colágeno são algumas causas do aparecimento de estrias, estas podem aparecer em áreas como: braços, pernas, nádegas, abdômen, quadris e seios. Elas são uma condição mais comum da população feminina do que da masculina.

■ **ETAPAS DAS ESTRIAS:** Inicialmente elas podem ser vistas de cor vermelha ou roxa, então são tingidas de um tom rosado para finalmente passar para uma cor branca perolada, sua espessura e tamanho podem variar e, basicamente se produzem por uma ruptura das fibras de colágeno e elastina presentes na derme.

■ **A PREVENÇÃO DAS ESTRIAS É MUITO IMPORTANTE:** O principal para não ter estrias é a prevenção, já que na maioria dos casos estas não se eliminam completamente, mas podem ser atenuadas com tratamentos naturais para as estrias, de modo que assim é necessário que no caso de uma gravidez ou de mudanças na dieta, a fim de perder peso se prepare a pele para evitar o aparecimento deste problema de pele.

## TRATAMENTOS NO MERCADO PARA ESTRIAS:

Atualmente no mercado existem muitos produtos como cremes e géis e inclusive tratamentos com laser que prometem acabar completamente com este problema, mas são muito poucos os que na verdade conseguem efeitos positivos, por isso é aconselhável o uso de tratamentos naturais para as estrias a fim de atenuar e eliminar o máximo possível este problema, sem ter que expor a nossa pele a produtos potencialmente químicos.

■ **TRATAMENTOS NATURAIS PARA ESTRIAS:** Há uma infinidade de tratamentos naturais para as estrias que você pode realizar a partir do conforto da sua casa e sem ter que gastar grandes quantidades de dinheiro, já que na maioria desses remédios são incluídos elementos que você pode encontrar facilmente em sua despensa. Aqui estão apenas alguns destes úteis tratamen-

tos naturais para as estrias:

• **Óleo de Amêndoas e de Coco.** Estes possuem propriedades hidratantes que ajudam na restauração das fibras elásticas, por isso é altamente eficaz na redução das estrias, seu uso é recomendado diariamente após cada banho aplicado nas áreas afetadas com uma massagem circular qualquer um desses óleos ou inclusive uma mistura de ambos.

• **Creme de Aloe Vera, Abacate e Azeite de Oliva.** Esses três elementos têm um alto poder de hidratação, também favorecem a reconstituição das células da pele, apenas é necessário colocar metade de um abacate, o cristal extraído de uma folha de aloe vera e duas colheres de sopa de azeite de oliva no liquidificador até que estejam completamente misturados, e aplicá-la nas áreas afetadas, durante 20 minutos, pelo menos, 3 vezes por semana.

• **Limão.** Devido ao seu alto teor de vitamina C é muito

favorável na reconstituição da pele, também é um precursor na produção de colágeno, necessário na reparação dos tecidos, você só tem que colocar o suco de limão sobre a área afetada por pelo menos 30 minutos, no mí-

nimo 3 vezes por semana.

• **Claros de Ovo.** Estas são altamente ricas em colágeno e vitamina A, você só tem que separar a clara de um ovo batido e aplicá-la na área afetada, deixar atuar por 15 minutos e retirar com água fria.



## receita

### Choquitos crocantes

#### INGREDIENTES:

- 200 g de açúcar
- 200 g de manteiga
- 2 ovos inteiros
- Bolacha Maria
- Nescau



#### MODO DE PREPARO:

■ Bata como gemada. Em seguida, triture um pacote de bolacha Maria, deixando alguns pedaços grandes e junte ao creme com 10 colheres de sopa (cheias) de Nescau. Coloque no congelador em forma de canudinhos em papel laminado.

**ClimaCold**  
Ar Condicionado  
Climatizando com estilo

Ligue e faça um orçamento sem compromisso

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

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

Venda, Instalação e Manutenção em Condicionadores de Ar

**M.FER**  
FERRO & AÇO

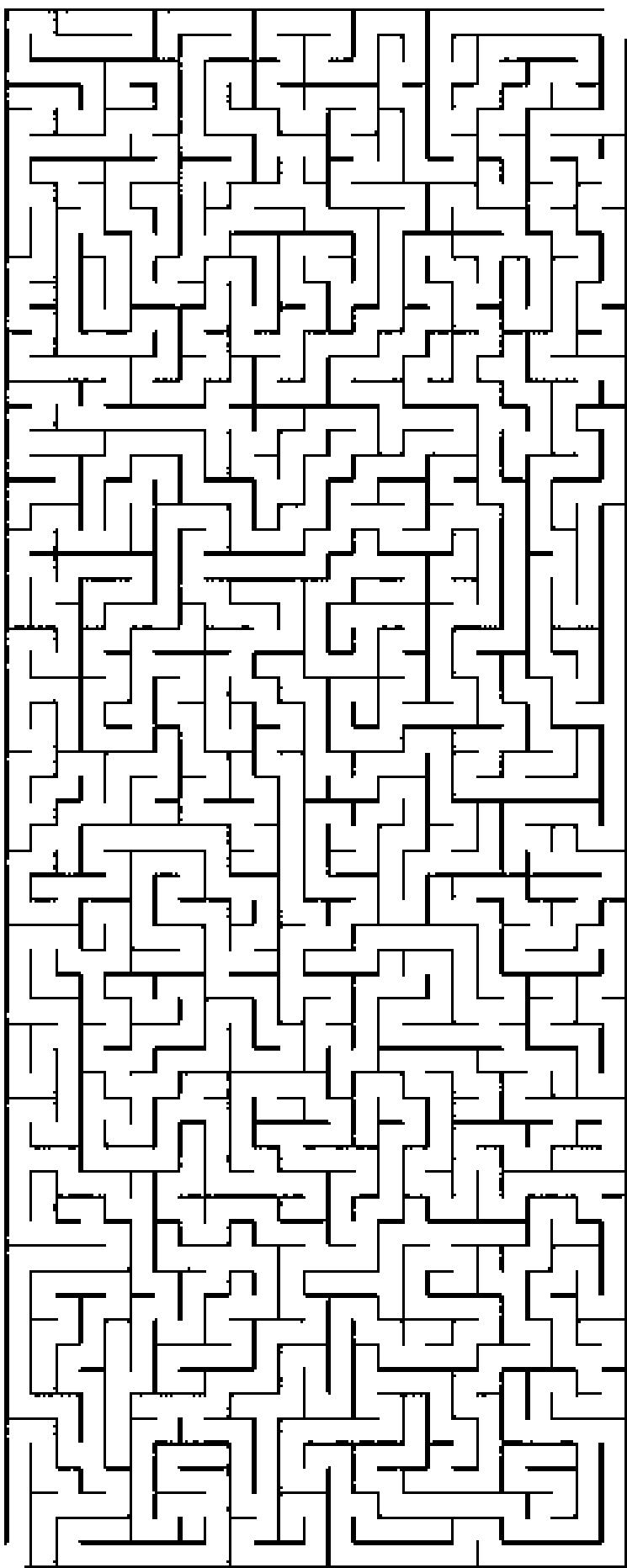
Telhas Galvanizada Ondulada  
Telhas Galvanizada Trapezoidal  
Perfil Estrutural 6 mts  
Perfil Serralheiro  
Corte e Dobra de Chapa até 1/2 polegada

Fabricação Própria

**FERRAGENS PARA CONSTRUÇÃO**  
**FONE: (17) 3442-1522**  
**FAX: (17) 3442-1651**

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

# Jogo do Labirinto



# Jogo do Enigma

CEDSER	<input type="text"/>
RASCEREDR	<input type="text"/>
DECSIAD	<input type="text"/>
DICENTES	<input type="text"/>
SENINMOTCIED	<input type="text"/>
PAINSDILCI	<input type="text"/>
DICSÍPOLU	<input type="text"/>
VEEFERCSÊNAIC	<input type="text"/>
FACSILOUC	<input type="text"/>
SIOMACFS	<input type="text"/>
REESCLRFO	<input type="text"/>
MIISÇÃO	<input type="text"/>
MISCIÍLEV	<input type="text"/>
MIISDPNCRÍLEV	<input type="text"/>
ITMUSNEECR	<input type="text"/>
TIRSACSU	<input type="text"/>

# Resumo de Novelas

## **MALHAÇÃO** Quinta-feira, 17h30

Tânia discute com Ricardo e Fábio os observa. Tita tenta convencer Caio a não permitir que Joana viaje com ele e a equipe. Fábio questiona Tânia sobre o relacionamento com Ricardo. Juliana beija Lucas para fazer ciúmes em Giovane. Bárbara discute com Gabriel por causa de Joana. Joana tem um mau pressentimento sobre a viagem. Caio proíbe Bárbara de viajar com Gabriel. Nanda e Rômulo flagram Jéssica e Belloto juntos. Giovane e Gabriel discutem por causa de Joana. Giovane confessa a Gabriel que quer ficar com Joana.

## **SOL NASCENTE** Quinta-feira, 18h00

Cesar despista Mario. Peppino tenta conversar com Milena. Mieko pensa em comprar roupas novas e Yumi implica com a mãe por causa de Damasceno. Mario mente para Carolina e diz que terminou com Alice. Geppina e Gaetano decidem ir a São Paulo para ver Dom Manfredo. Carolina procura Cesar. Hirô se oferece para ajudar Cesar a reconquistar Alice. Ralf conversa com Vittorio. Alice exige que Cesar cancele o contrato com a empresa que trouxe problemas para a Arraial Pescados. Lenita pede para falar com Alice. João Amaro conta para Sinhá sobre o desentendimento entre Cesar e Massao. Carolina vê Alice perto de Mario e inicia um escândalo.

## **ROCK STORY** Quinta-feira, 19h15

Gui tenta se explicar para Diana. Júlia se apresenta como Lorena. Nelson conforta Júlia/Lorena. Diana intimida Zacarias, que a enfrenta. Gui defende o filho diante da família e o surpreende. Nelson conta para Júlia/Lorena sobre Zacarias. Diana marca um encontro secreto. Lázaro finge ser solidário a Gui. Nelson oferece sua casa para hospedar Júlia/Lorena. Diana fica sozinha no motel e vai embora furiosa. Vanessa desconfia de Júlia/Lorena. Júlia/Lorena decide contar a verdade para Gui, que afirma que irá ajudá-la. Léo provoca seu rival mostrando o registro da música. Diana recebe flores de um homem. Lázaro embriaga Gui para saber detalhes sobre seu filho.

## **Sbt** **CÚMPLICES DE UM RESGATE** Quinta-feira, 20h30

Flora leva o vestido que fez para Lola. Alicia agradece Flora. A mulher explica que está adorando costurar. Geraldo é preso em um restaurante de alto padrão. Safira conta para Priscila que Geraldo foi preso. Priscila fica chateada por se tratar de seu pai. Paola vai atrás de Rebeca no vilarejo e diz que ela própria quer contar o que aconteceu em Paris. Rebeca pede que Paola se afaste dela e de Otávio. Paola diz que não vai se afastar de Otávio e que não iria insistir em algo que não fosse correspondida. Rebeca expulsa Paola de sua casa. Nico e seu pai fazem as pazes. Mauricio conversa com Rebeca. Otávio vai atrás de Rebeca e se encontra com Manuela. A garota diz que ele deve se afastar da mãe.

## **ALEIDO AMOR** Quinta-feira, 21h00

Tião insinua a Pedro que Helô esconde informações dele. Tiago revela a Magnólia que está apaixonado. Vitória confessa a Padre Paulo que Ciro atentou contra sua vida. Zuza defende Magnólia, ao ouvir Marcão e Sansão a acusarem de corrupção. Ana Luiza diz a Tiago que ele não deveria ter aberto mão da tecelegem. Aline beija Tiago e declara sua paixão. Leila conta a Magnólia que Tião passou a noite dançando forró com ela. Aline conta a Magnólia que Tiago está apaixonado por uma garçonete. Pedro entra na mansão, avisando a Magnólia que voltou para ficar.

## **A TERRA PROMETIDA** Quinta-feira, 22h15

Salmon termina o namoro com Jéssica e ela culpa Raabe. A prostituta fica feliz ao rever o guerreiro hebreu. Iru conversa com Melquias e avisa que fará algo que o faça ser respeitado. Raabe explica para Salmon sobre o acontecido entre ela e Jéssica. Noemi se preocupa com a impulsividade de Iru. Durgal e Kamir armam um plano para enviar espiões ao acampamento aproveitando o sétimo dia de descanso obrigatório dos hebreus. Isaque e Temá chamam Neziá para conversar com Pedael. Haniel é criticado pelo mau cheiro. Pedael pede para namorar com Neziá. Jéssica se lamenta com Mara. Yussuf chega ao acampamento e decide entrar na tenda de Acã. Calebe se irrita ao saber que Gibar deu uma joia para Acã. Ravena humilha Jordi, seu ajudante.

# Humor

## **BAR DE LOURAS**

Um bêbado cego entra se saber nem bar de mulheres. Senta no balcão e pede uma bebida ao garçom.

A bebida chega e depois de um tempo o bêbado cego grita:

- Vou contar uma piada de louras! A mulher ao seu lado diz:

- Devo te avisar 5 coisas antes de você resolver contar a piada:

- 1) O barman é uma mulher loura;
- 2) O gerente é uma mulher loura;
- 3) Eu sou uma loura de 1,75 e 90kg;
- 4) A mulher do meu lado é uma loura profissional em kratê
- 5) Do seu outro lado tem uma loura profissional em Kung Fu.

Você ainda quer contar a piada?! E o bêbado responde:

- Não... deixa pra lá... seu tiver que explicar 5 vezes vai ser F.O.D.A!!!

## **MENTIRINHA BESTA**

Um gaúcho se dirigiu à atendente da casa lotérica:

- Olha, não tenho a menor idéia sobre quais números escolher para comprar um bilhete da Loteria Federal. Você poderia me ajudar?

- Claro, respondeu ela, vamos lá. Durante quantos anos você frequentou a escola?

- 8

- Perfeito, temos um 8.

- Quantos filhos você tem?

- 3

- Ótimo, já temos um 8 e um 3.

Quantos livros você já leu até hoje?

- 9

- Certo, temos um 8, um 3 e um 9.

Quantas vezes por mês você faz amor com sua mulher?

- Caramba, isso é uma coisa muito pessoal - diz ele.

- Mas você não quer ganhar na loteria?

- Está bem, 2 vezes.

- Só??? Bom, deixa pra lá. Agora que já temos confiança um com o outro, me diga quantas vezes você já

deu a bunda?

- Qual é a sua? - diz o homem - Sou espada!

- Não fique chateado. Vamos considerar então zero vezes. Com isso já temos todos os números: 83920.

O sujeito comprou o bilhete que correspondia ao número escolhido.

No dia seguinte foi conferir o resultado. O bilhete premiado foi o de nº 83921.

Cheio de raiva, comentou:

- Puta que pariu!!! Por causa de uma MENTIRINHA BESTA eu não fiquei milionário!!!

## **CONCURSO PARA CARTEIRO**

No concurso para carteiro, a primeira questão é: "Qual é a distância entre a Terra e a Lua?".

Um dos candidatos se levanta no ato e devolve a prova, em branco, ao examinador:

- Se é para trabalhar nesse percurso, eu desisto do emprego.



**INSTITUTO DE OLHOS**  
CIRURGIA DE CATARATA (FACEMULSIFICAÇÃO), CIRURGIA MÍDIA, 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

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

## Fabiola Reipert detona Ivete e Claudia Leite: 'Show de falsidade'

Na noite da última quarta-feira (9), Ivete Sangalo estreou como a 'super-técnica' do 'The Voice Brasil'. Longe das especulações de sobre uma suposta rivalidade, as cantoras pareciam muito entrosadas na atração da Globo.

Porém, segundo a colunista Fabiola Reipert, apesar das duas se tratarem como as melhores amigas de infância, era visível a falsa verdade. Para a jornalista da Record, era tudo encenação.

Fabiola acredita que a forte rivalidade que já rolou entre as duas foi perdendo força, inclusive por já terem feitos traba-



Jornalista afirma pura falsidade entre Ivete e Claudia

lhos juntas e faturado bons cachês. No entanto, a colunista afirma que as cantoras falam mal uma da outra pelas costas. Ivete se irrita com o jeito forçado e exibicionista de Claudia. Já Leite, por sua vez, já detonou muito a colega também e até a apelidou de "tia", por ser mais velha que ela. E os amigos das duas também sempre ajudaram a botar pilha nessa guerrinha.

No episódio de estreia de Ivete Sangalo no reality show musical, Fabiola apontou que o visual das cantoras não estão bons e disse que deu para perceber o quanto as duas estão cada vez mais botocadas e plastificadas.



Giulia com o padrasto Otaviano Costa

## Giulia Costa diz que escolha por sobrenome do padrasto foi coincidência: 'Me crucificaram'

Filha de Flávia Alessandra com o ator e diretor Marcos Paulo, Giulia Costa fez um desabafo sobre as cobranças por ter adotado o sobrenome da mãe e, por coincidência, também do padrasto, Otaviano Costa, em sua carreira artística. Com o nome de batismo de Giulia Martins da Costa Simões, a atriz de 16 anos, que estreou na telinha no ano passado, em "Malhação", explicou o motivo de ter optado pelo segundo sobrenome e não o último, do seu pai, morto em

2012. "Todo mundo fala que eu adotei o sobrenome do Otaviano Costa. Mas as duas famílias têm o Costa. Flávia também é Costa. Simões seria um nome mais masculino, e Costa, feminino. Ainda tem Martins", explicou ela, em entrevista.

A atriz ainda contou que foi criticada pela escolha do sobrenome: "As pessoas começaram a me crucificar por causa disso, mas minha mãe só não usa o Costa porque o nome artístico dela é Flávia Alessandra, pronto, falei!".

## Thiago Rodrigues nega separação e vai a shopping com Cris Dias e filho



Thiago Rodrigues e Cris Dias passeiam juntos com o filho, Gabriel, após negarem separação

A separação do ator Thiago Rodrigues e da jornalista Cris Dias foi indicada na quarta-feira (09) pela coluna "Retratos da Vida". No entanto, o relacionamento vai de vento em popa: é o que o artista garantiu ao veículo. "Não nos separamos", limitou-se a dizer Thiago, se preparando para a série "A Cara do Pai" no GNT. Horas depois, o casal - que já se separou em 2013 e retomou

o casamento no ano passado - foi visto no shopping com o herdeiro, Gabriel, de seis anos, em São Conrado, Zona Sul do Rio, durante um passeio no shopping.

O clima nas fotos é de descontração. Depois de passarem algum tempo conversando, a jornalista - alvo de polêmica com William Waack durante a Olimpíada Rio 2016 - se divertiu ao filmar o filho.



## Clima é tenso no Fofocando e Mara já começa a incomodar

O clima nos bastidores do 'Fofocando' não está nada bom. Desde que Mara Maravilha chegou, o clima atrás das câmeras aumentou. E quem lidera o time dos insatisfeitos é Mama Bruschetta.

Saída da TV Gazeta, onde era destaque no "Mulheres", a veterana acabou aceitando convite de Silvio Santos e vem perdendo espaço para Mara, que está sempre interrompendo e atropelando os colegas.

O Homem do Saco, por sua vez, interpretado por Dudu Camargo, está sempre des-

tilando venenos desnecessários. Enquanto Mara ataca Neném e Solange Almeida, o Homem do Saco mira em Ana Maria Braga, Susana Vieira e Cleo Pires.

Mara, inclusive, não poupa nem Leão Lobo e repete, exaustivamente, que só quem pode calar sua boca é o patrão, Silvio Santos.

A entrada de Leo Dias, entretanto, pode ajudar o programa a melhorar. O colunista veio para fazer frente direta na guerra contra Fabiola Reipert e seu 'A Hora da Venenosa'.

## horóscopo

**ÁRIES**  
A tensão da quadratura Lua-Marte em suas áreas de comunicação e de crise lhe levam a expor ideias e dramas pessoais de maneira mais aberta. Mas você pode acabar prejudicando sua imagem em ambientes formais, portanto seja discreta!

**TOURO**  
As amizades continuam comprometidas pelos embates territoriais, pois a quadratura Lua-Marte persiste. Saiba separar a vida social dos negócios, evitando qualquer tipo de empréstimo. Procure curtir a vida social sem gastar tanto!

**GÊMEOS**  
Evite envolver-se em conflitos no ambiente de trabalho, pois a quadratura Lua-Marte exacerba a competitividade hoje. Evite tarefas em conjunto, pois você está com o pavio curto. Esforce-se para ser diplomática!

**CÂNCER**  
Ainda tensionados em suas áreas de crise e espiritual, Lua e Marte continuam deixando o ambiente à sua volta inquieto. A inconstância de suas ideias reflete uma fraqueza emocional que acaba prejudicando as tomadas de decisão!

**LEÃO**  
As relações sociais continuam a mercê de sua instabilidade emocional, pois a tensão Lua-Marte persiste. Ao tentar apressar as coisas, você poderá acabar escolhendo caminhos errados, portanto respeite o tempo de cada uma!

**VIRGEM**  
Equilibre vida pessoal e trabalho, pois Lua e Marte persistem tensionados, alertando que o esgotamento de seu corpo e de sua mente pode gerar uma diminuição de produtividade. Planeje-se a curto e médio prazo, não seja imediatista!

**LIBRA**  
Suas nona e sexta casas são tensionadas por Lua e Marte, que indicam problemas no cotidiano. Fique atenta aos sinais de seu corpo, pois você está vulnerável a doenças psicossomáticas. Procure descansar em ambientes acolhedores!

**ESCORPIÃO**  
A quadratura Lua-Marte lhe deixa mais agressiva, o que acaba prejudicando a vida social. Tenha cuidado com a maneira como se expõe, pois você tende a falar e reagir de maneira inconsequente, atraindo julgamentos superficiais!

**SAGITÁRIO**  
Será preciso cultivar sua paz e serenidade, pois a quadratura Lua-Marte tensiona suas sétima e quarta casas, lhe deixando mais agressiva, e prejudicando as relações mais próximas. Que tal extravasar energias em exercícios físicos?

**CAPRICÓRNIO**  
As parcerias profissionais ficam mais difíceis com a quadratura Lua-Marte. Prefira atividades solitárias, evitando a convivência forçada. Isso ajudará a exercitar sua habilidade de análise e lhe preservará de aborrecimentos!

**AQUÁRIO**  
Suas tomadas de decisão devem ser permeadas de mais disciplina, pois Lua e Marte continuam tensionados nas áreas material e social, comprometendo suas finanças. Pense muito bem antes de agir, evite atitudes impulsivas!

**PEIXES**  
Você continua mais emotiva, pois a Lua continua em seu signo, em quadratura com Marte. Saiba manter o foco, pois abalar-se diante dos menores problemas é algo que afetará o seu dia a dia. Descanse e fique mais recolhida!



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

Av. Eurípedes José Ferreira, 779

3442-2945/3442-5060

Se o ensino é COC, a escola é top.

