



Empresário defende **Ellen Rocche** em rede social, e fãs comemoram suposto romance

Página B4

Penso, com mágoa, que o relacionamento da gente sempre foi um tanto unilateral, sei lá, não quero ser injusto nem nada - apenas me ferem muito esses teus silêncios. Menos pela cicatriz deixada, uma ferida antiga mede-se mais exatamente pela dor que provocou.

■ CAIO FERNANDO DE ABREU, jornalista, dramaturgo e escritor (1948-1996)



Ontem foi dia de comemorações para **Ana Julia Segna**, que foi muitíssimo homenageada pelo seu aniversário.



A soridente **Betânia Domingos** também assoprou velinhas ontem recebendo o carinho da família e amigos.



A última terça-feira foi de muitas comemorações para **Maira S. Granella da Silva**, que completou mais um aniversário com a família.



A bela **Bruna Orati Mazeti**
dá boas vindas
hoje à idade
nova, em clima
de muitas
comemorações.



Em destaque, o líder comunitário **Cleber Rocha**, o juiz **Arnaldo Valderrama** e o empresário **Tiago Giacomini**, em reunião no Fórum.



Moisés Ferreira também celebra idade nova hoje, recebendo inúmeras felicitações de familiares e amigos. Na foto ao lado da esposa Ana Dias



Muitos anos de vida para **Nailla Menezes**, que nesta quinta completa idade nova em ritmo de festa.



Close de Naila Fonseca, também na lista dos homenageados de hoje. Parabéns!



Click dos parceiros
João Antônio
e Fernando
Pimenta, curtindo
altos agitos
nella reção

ASSINE o extra

SEU JORNAL DIÁRIO



■ UM TOQUE DE SAÚDE & BELEZA

Remédios caseiros para alterações de humor

Algumas pessoas são mais suscetíveis a alterações de humor do que outras, mas todas têm. As alterações leves que podem levar à depressão ou ansiedade são muito comuns. As mulheres talvez sejam mais suscetíveis às alterações de humor do que os homens, já que de acordo com pesquisas, elas tendem a se concentrar mais nos estados de humor negativos – a se preocupar com eles –, e isso faz com que tenham pior humor. Também, certas alterações hormonais fazem com que sejam mais propensas a deteriorar seu ânimo. Isso explica a razão pela qual se enquadram nessa situação de sensibilidade, especialmente uma semana antes da menstruação, após o parto ou durante a menopausa. Aqui estão alguns remédios caseiros e recomendações para aliviar as alterações de humor.

REMÉDIOS

CASEIROS PARA MUDANÇA DE HUMOR:

■ **Esfregue um pouco de óleo** de coco sobre o couro cabeludo e nas plantas dos pés. Este remédio ajuda a relaxar o organismo e mantê-lo em equilíbrio. Você pode fazer todas as noites à massagem nos pés antes de deitar. Certifique-se de colocar meias para conservar por mais tempo.

■ **Coloque uma gota de óleo** essencial de sândalo na área do “terceiro olho”, entre as sobrancelhas, assim como na garganta, no esterno, no umbigo, nas têmporas e nos pulsos. Uma pequena quantidade de óleo é suficiente. Este é um remédio ayurvédico para equilibrar as emoções.



■ **Misture 1 colher de sopa de camomila**, 1 de manjericão sagrado e outra de pó de pétalas de rosa. Faça uma infusão com 1/2 colher de chá dessa mistura em 1 xícara de água quente. Deixe esfriar e beba. Você pode beber 3 vezes ao dia, após cada refeição. Este, como o remédio anterior, provém da medicina ayurvédica.

■ **Prepare uma infusão** de 1/2 colher de chá de camomila e 1 colher de chá de folhas frescas de coentro e finamente picadas em 1 xícara de água quente. Deixe que as ervas repousem por cerca de 10 minutos. Deixe esfriar e tome.

■ **Coloque em uma xícara de suco de uva** 1/2 colher de chá de cominho, 1/2 colher de chá de erva-doce e 1/2 colher de chá de sândalo em pó. Esta bebida refrescante ajudará a aplacar os sentimentos de raiva e que podem surgir nas alterações de humor.

■ **Coloque exercícios de respi-**

ração. Para isso, faça um tubo com a língua; respire profundamente através da boca levando o ar para o ventre; conte a respiração durante alguns segundos; expire pelo nariz. Faça umas doze repetições.

RECOMENDAÇÕES:

■ **Evite as bebidas alcoólicas.** O álcool é um depressivo. Se você já teve uma alteração de humor que te tornou triste, se entristerá ainda mais. Quando seu ânimo balança, você não deve buscar consolo na bebida.

■ **Reduzir a cafeína.** A cafeína – um estimulante – aumentará a ansiedade se os nervos já estão alterados pela alteração de humor. Por isso, deve-se diminuir a quantidade de café, chá, refrescos de cola e chocolate que se consome.

■ **Aja e não reclame.** Se você sente que está caindo em uma depressão ou em um estado de angústia ou raiva, é importante se levantar e re-

alizar uma atividade, como uma caminhada ou limpar a desordem do escritório. Ou seja, recomenda-se colocar em prática uma tarefa que te proporcione a sensação de controle e realização.

■ **Distraia-se.** Quase qualquer atividade serve para distrair sua mente e esquecer seu mau humor ou depressão. Se você deixa de ruminar por um tempo, terá tempo para investigar o que causou a mudança e pensar sobre isso mais claramente. Volte a considerar o problema mais tarde, quando já não esteja com raiva nem apático, assim saberá por que se altera tanto e o que fazer sobre isso.

■ **Pensar racionalmente.** Às vezes, você está muito deprimido ou com raiva de alguma circunstância para distrair a mente desse estado em que se encontra, ainda que temporariamente. Diante dessa situação, adquira certa pers-

pectiva (e alívio) considerando três perguntas chave:

■ **Dar-se um gosto.** Se, ao ter uma alteração de humor cai em um estado de depressão ou raiva, aconselha-se relaxar um pouco. Por exemplo, tomar um banho com sais, comprar algumas flores e colocá-las

receita

Bolo Farofa

INGREDIENTES:

FAROFA:

- 3 xícaras de farinha de trigo
- 1 colher (sopa) fermento em pó
- 2 xícaras de açúcar
- 1 xícara de manteiga
- Canela em pó a gosto

CREME:

- 1 lata de leite condensado
- 1 colher (sopa) de farinha de trigo
- 1 xícara de leite
- 1 colher (sopa) manteiga
- 2 gemas
- 1 lata de creme de leite



MODO DE PREPARO:

■ Num recipiente misture bem com as mãos os ingredientes da farofa e reserve. Para o creme, misture o leite condensado, a farinha dissolvida no leite e a manteiga. Leve ao fogo brando, mexendo até engrossar. Deixe amornar. Acrescente as gemas e o creme de leite, misturando bem. Numa assadeira untada, coloque metade da farofa, por cima o creme e cubra com a farofa restante. Leve ao forno (200 graus) por 25 minutos ou até dourar levemente a farofa. Deixe esfriar e sirva.

ASSINE o extra
SEU JORNAL DIÁRIO

PEÇA AGORA!

Ligue (17) 3462-1727 ou 3442-2445
Ou envie e-mail para assinatura@oextra.net

o extra
Circuito mínimo de sete dias
versões eletrônicas no Ceará



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. Litório Greco, 95 - Jardim Iguatemi - Fernandópolis - SP.

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

Jogo do Enigma

DECIFRANDO

RESOLVA AS PALAVRAS NO SENTIDO HORIZONTAL E DESCUBRA, NAS COLUNAS EM DESTAQUE, OS NOMES DE DUAS CIDADES BRASILEIRAS.



Mauricio

A) A DENTUCINHA DA TURMA.	1	2	3	4	5	6
B) QUEM NASCE EM ROMA.		7	1	6	3	7
C) BICHO PARECIDO COM O LAGARTO.		8	9	6	3	6
D) GORDOS.	10	11		7	12	
E) MASCULINO DE IRMÃS.	4	17	1		7	12
F) LÍNGUA FALADA.	4		4		1	6
G) OPOSTO DE ABRIR.	13		5	14	6	17
H) IGREJA.	15	11	1		16	7
I) ESPÉCIE DE CROCODILO.		6	5		17	18
J) OPOSTO DE NINGUÉM.		16	8		18	1
L) CENTRO DO ÁTOMO.	19	5		11	7	
M) LOCAL DE ENSINO.	12	5		16	6	
N) MUITO GRANDE.	1	11	3	12	7	
O) USAMOS PARA TRACAR LINHAS RETAS (PLURAL).	18	8	9	6	12	
P) MAR.		5	11	6	3	7
Q) COELHO DA MÔNICA.	12	6	3	12	20	7

Caça Palavras

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

ADVOGADO	
ATOR	
BARBEIRO	
BOMBEIRO	
CARTEIRO	
DENTISTA	
DIARISTA	
ELETRICISTA	
GARÇOM	
JUÍZ	
LIXEIRO	
MANICURE	
MÉDICO	
MOTORISTA	
POLICIAL	
PROFESSOR	
SECRETÁRIA	
TAXISTA	
TELEFONISTA	
VENDEDOR	

Sudoku Nível Fácil

SUDOKIDS

PREENCHA O QUADRO COM NÚMEROS DE 1 A 9. NÃO VALE REPETIR NA HORIZONTAL, VERTICAL, NEM DENTRO DOS QUADRINHOS MENORES.



Mauricio

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

INSTITUTO DE OLHOS
CIRURGIA DE CATARATA (ACOMODULSIFICAÇÃO), CIRURGIA MIÓPIA, ASTIGMATISMO, HÍPERMETROPIA 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

Resumo de Novelas

MALHAÇÃO

Quinta-feira, 17h30

Manuela critica Ricardo por brigar com Caio. Lopes avisa a Rômulo que marcou uma nova luta. Giovane briga com Gabriel por causa de Joana e abandona o treino. Julianna se preocupa com Jabá. Gabriel manda uma mensagem para Joana do celular de Giovane. Bárbara visita Cleo e se irrita por não encontrar o namorado. Gabriel tenta beijar Joana. Manuela pede que Ricardo a deixe conversar a sós com Joana. Joana beija Giovane na frente de Gabriel. Ricardo tenta se aproximar de Tânia. Ana se preocupa com as notas de Jabá. Lopes obriga Rômulo a lutar. Gabriel pede para Giovane não levar Joana para a festa de aniversário de Irene. Ricardo tenta se entender com Joana. Jabá encontra o pai embriagado na rua.

SOL NASCENTE

Quinta-feira, 18h00

Lenita conta sua história para Vittorio. Loretta avisa que pretende viajar depois que falar com o advogado sobre sua herança. Massao assedia Milena. Cesar tenta disfarçar o desprezo por Paula. João Amaro cuida de Tanaka. Wagner decide queimar o bilhete que escreveu para Alice. Geppina e Gaetano sonham com a cerimônia de renovação de votos. Massao ataca Milena, que pede ajuda a Ralf. João Amaro elimina Massao. Milena cuida de Ralf e dois acabam se beijando. Alice se encontra com Mario. Loretta descobre que não terá direito a herança e fica revoltada. Nuno aceita que Vanda e Cauã ensinem a ler. Mario questiona Ralf sobre seus sentimentos por Milena.

ROCK STORY

Quinta-feira, 19h15

Gui pede para Júlia ficar com ele. Néia é simpática com Diana. Diana tem uma reação alérgica e Léo a leva para o hospital. Chiara reclama do balé e Gordo se preocupa. Caio visita Nicolau e Gil da estranha. Gui e Júlia combinam de manter o namoro em segredo. Léo descobre que Néia provocou a reação alérgica de Diana intencionalmente. Gordo repara no interesse de Diana sobre a vida pessoal de Gui. JF começo a trabalhar na churrascaria Boi Amigo. Gordo fica curioso para saber sobre o novo trabalho de Gui. Léo invade o SPA onde Diana está. Chiara ouve Gui falar o nome de Júlia. Gui reclama da pressão de Diana sobre a filha. Júlia toma uma decisão e deixa Nelson preocupado. Diana descobre que Néia sabia de sua alergia. Júlia procura Alex.

CÚMPLICES DE UM RESGATE

Quinta-feira, 20h30

Frederico surta ao descobrir que foi Tomás e Taís que roubaram seus desenhos e figurinos para entregarem as peças com ideias copiadas na segunda fase do concurso. Manuela avisa os amigos que decidiu que irá se apresentar no show de bandas ao lado deles. Navarro, Sandro e Vargas invadem a On-Enterprise vestidos com máscara. Lurdinha e Laura se assustam e são amarradas na empresa. Laura consegue se soltar e também Lurdinha. A secretária aciona o alarme. Fiorina vira candidata a prefeita no vilarejo, porém descobre que Giuseppe também é candidato. Na igreja evangélica, os fiéis debatem se aceitam o casamento de Augusto ou não.

A LEIDO AMOR

Quinta-feira, 21h00

Yara enfrenta Tião e ameaça chamar a polícia. Pedro questiona Fausto sobre as atitudes de Magnólia. Mileide avisa a Luciane sobre um quarto vago na pensão de Zuza. Fininho exige que Gustavo resgate a arma que deixou no posto. Suely pede a Misael que alugue a garagem de sua casa para Gustavo. Ciro ameaça Magnólia. Yara conta a Pedro sobre o estupro que Tião fez na galeria. Hércules culpa Magnólia por ter perdido Luciane. Magnólia aceita a proposta de Mileide para ajudar Hércules a vencer as eleições. Arlindo e Venturini demitem Pascoal. Salete conta a Flávia que Jéssica está com Tião. Olavo afirma a Pedro que Helô precisa dar queixa contra Tião. Tião coloca o imóvel da galeria à venda.

Humor

PORTUGUES DE OLHO ROXO

Um português estava com um olho roxo e o seu amigo viu e disse:

– Que é isso Manuel você ando brigando? Ta com o olho roxo...

– Não! É que eu estava no ônibus vindo para cá e havia uma mulher gostosa com uma saia de seda que ficava entrando no rego, e como eu sou um homem educado, vi que estava enfiado e tirei. Então ela me lascou um soco bem em meu olho!

Seu amigo deu risada e foi embora.

No outro dia, Manuel apareceu com o outro olho roxo e seu amigo disse:

celebridades

Novela 'a lei do amor' tem histórias cortadas para aumentar audiência. Entenda!

A doença de Ritinha (Marjorie Bernades), filha de Yara (Emanuelle Araújo) e Misael (Tuca Andrade), foi uma das histórias cortadas na novela 'A Lei do Amor'. A trama excluiu ainda danças de frentistas e falas de empregadas

A Globo segue promovendo mudanças na novela "A Lei do Amor". Após as alterações, resultado de pesquisas com grupos de telespectadores, o conteúdo de 18 capítulos foi reduzido para apenas 12, e o sumiço de Isabela (Alice Wegmann) e a morte de Zelito (Danilo Ferreira) acabaram antecipados. Tudo isso tem sido feito para que a trama das no-

ve da TV Globo decole no Ibope antes das festas de final de ano e para o público entender quais são as intenções dos vilões do folhetim.

Mesmo com tantas mudanças, o rumo da história segue o mesmo. Por outro lado, a vingança da garçonete vai ficar enfraquecida com o retorno da garota, que culpará o namorado por sua tentativa de assassinato, embora saiba que Zelito foi morto depois de acusar Tião (José Mayer) de ser o mandante do seu atentado. Então, Isabela desiste de cursar medicina e assume nova identidade.

Em breve, virá à tona que Magnólia (Vera Holtz) e Ciro (Thiago Lacerda) são aman-

tes e a matriarca, uma vilã responsável pelas tramoias orquestradas na família Leitão. As alterações acabaram mexendo com a entrega dos capítulos. Maria Adelaide Amaral e Vincent Villari haviam entregue todos os capítulos de novembro quando o mês começou. Agora, os atores receberam apenas aqueles que serão exibidos até o próximo dia 10, um sábado.

Também de acordo com a publicação, a maior audiência da trama na semana passada foi de 27,3 pontos na última quinta-feira (24), quando Isabela era procurada e foi revelado que Tião era o culpado pela suposta morte da garçonete.



Mudanças no folhetim para alavancar a audiência

Antonia Morais fala sobre piercing indiano que chamou atenção: 'É de mentira'

Antonia Morais chamou atenção no Prêmio Extra de TV, na noite de terça-feira, no Rio de Janeiro, ao chegar desfilar pelo tapete vermelho usando um piercing indiano. Mas para a alegria de quem estranhava o acessório, tudo não passou de uma brincadeira. "É de mentira. Não dói nada", disse a Antonia, que estava acompanhada do na-

morado, Wagner Santisteban.

A peça controversa era um piercing no formato de argola, de onde saía uma corrente, que era presa à orelha de Antonia. Para completar o look, a irmã de Cleo Pires usava outros acessórios dourados sobre a roupa preta. No fim da premiação a protagonista de Lúcia McCartney tirou o piercing.



Antonia usou piercing falso



Ellen Rocche está participando de um desafio de emagrecimento

Empresário defende Ellen Rocche em rede social, e fãs comemoram suposto romance

Os seguidores de Ellen Rocche estão em polvorosa após um comentário publicado no perfil da atriz. Numa publicação em que ela ensinava uma receita de bebida para substituir um refrigerante, uma internauta escreveu que Ellen precisava emagrecer, e um rapaz a defendeu. "Ellen, você é linda, mas tem que perder pelo menos oito quilos", escreveu a moça. "Engraçado, não acho que ela precise perder nenhum! Já você, tá precisando perder várias coisas, inclusive a inveja. Cuidado com o veneno", respondeu o

empresário Gustavo. Ele atua no ramo imobiliário e de produção cultural.

A publicação foi o suficiente para que os fãs de Ellen Rocche já comemorassem um possível novo romance da atriz, que não assume um relacionamento desde 2010, quando terminou com Ricardo Machi. "Preciso de um assim"; "se não for pra me defender e me chamar de magra na internet, eu nem quero", foram alguns dos comentários. A assessoria de imprensa da atriz disse que os dois são apenas bons amigos.

Rafael Vitti posa com o pai e fãs destacam semelhança entre eles: 'Genética boa'

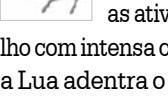
Se não fosse a barba grisalha, seria mesmo difícil saber quem é quem nessa foto. À esquerda, João Vitti, o pai, aos 49 anos. À direita, Rafael, o filho, aos 21. Ambos atores, e parecidos. A foto foi publicada pelo jovem em seu perfil no Facebook, com a legenda: "Só posso agradecer por esse pai maravilhoso que tenho".

Claro que a declaração de amor fofa foi percebida pelas fãs de Rafael Vitti, o Leo Régis de "Rock story".



Pai e filhos são muito parecidos

horóscopo



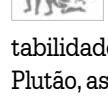
ÁRIES

Você deverá conduzir as atividades de trabalho com intensa criatividade, pois a Lua adentra o setor profissional. Cuidado para que o excesso de idealizações não lhe distraia, e depois você pode acabar negligenciando a vida prática. Ainda que anseie por satisfação, os resultados não serão imediatos.



TOURO

Ao entrar na nona casa, a Lua aguça sua percepção e sensibilidade, tornando o momento ideal para que você reflita sobre as mudanças que deseja para sua vida. Não fique só nas ideias, especialmente no que se refere ao trabalho. Seja criterioso ao se envolver com novas iniciativas.



GÊMEOS

A Lua passa pela oitava casa, trazendo instabilidade emocional, e Vênus e Plutão, associados na mesma casa, exaltam as inquietações. Não se deixe levar pelas inseguranças, procure manter uma visão otimista, especialmente ao lidar com mudanças. Não deixe de se valorizar neste processo.



CÂNCER

Você demonstra maior sensibilidade com as demandas emocionais das pessoas mais próximas. A entrada da Lua no setor de relacionamentos lhe pede cuidado para não se deixar absorver pelas questões dos outros. Saiba impor limites, pois você corre o risco de acabar negligenciando a si mesmo.



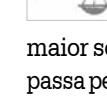
LEÃO

Bom momento para realizar atividades do trabalho de cunho cooperativo, pois a Lua entra na sexta casa. Sua maior sensibilidade lhe coloca em destaque em relação à liderança de grupos. Compreenda melhor suas dificuldades, isso lhe ajudará a definir soluções criativas para superá-las.



VIRGEM

Um momento de abertura social é trazido pela passagem da Lua no setor de prazeres, que intensifica a interação emocional com os mais próximos. Você se engaja nas mais diversas situações, pois seu poder de adaptação está mais ressaltado. Porém, cuidado com a sua volubilidade.



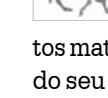
LIBRA

Você encara os desafios do dia a dia com maior sensibilidade, pois a Lua passa pela quarta casa. Aproveite seu maior poder criativo para colocar as pendências em dia e para promover harmonia nas interações com as pessoas. Não é hora de se afastar da zona de conforto, busque ambientes confortáveis.



ESCORPIÃO

Atividades que promovem conhecimento e interações pessoais são favoráveis pela passagem da Lua na terceira casa zodiacal, que exalta os estímulos intelectuais e criativos. Bom momento para trocar ideias, então, compartilhe suas descobertas e interesses com as pessoas.



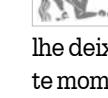
SAGITÁRIO

Você se mostra mais voltado para os aspectos materiais da vida, vinculando seu bem-estar àquilo que o dinheiro pode comprar. Mas a passagem da Lua pela segunda casa indica que este não é um bom caminho. Ainda que busque compensações materiais, perceba que os laços afetivos devem ser valorizados.



CAPRICÓRNIO

Suas atitudes e movimentos refletem a maior autoestima, neste momento em que a Lua adentra seu signo. Ainda que você busque a maior qualidade, sua necessidade de aprovação dos outros tende a lhe atrapalhar. Esteja aberto para as críticas, pois é impossível sempre agradar a todos.



AQUÁRIO

A agitação que se processa em seu íntimo lhe deixa a beira do drama, neste momento em que a Lua adentra o setor de amizade. Bom momento para buscar atividades em conjunto, portanto, esteja junto aos amigos. Mas cuidado para não acabar negligenciando assuntos individuais que precisam ser encarados.



PEIXES

Você anseia por estímulos emocionais externos, neste momento em que a Lua adentra o setor de amizade. Bom momento para buscar atividades em conjunto, portanto, esteja junto aos amigos. Mas cuidado para não acabar negligenciando assuntos individuais que precisam ser encarados.