



# Viviane Araújo recebe a visita do noivo em dia de ensaio do Salgueiro

Página B4

Muita coisa que ontem parecia importante ou significativa amanhã virará pó no filtro da memória.  
Mas o sorriso (...) ah, esse resistirá a todas as ciladas do tempo. Nada em mim foi covarde, nem mesmo as desistências: desistir, ainda que não pareça, foi meu grande gesto de coragem.

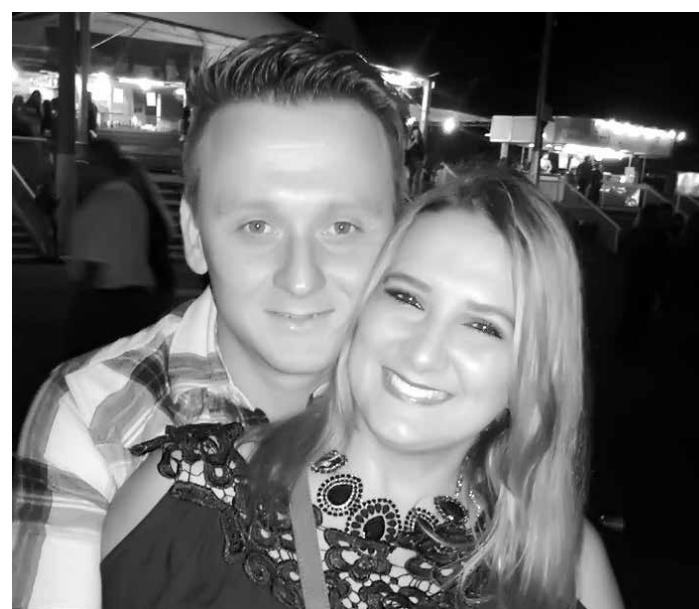
■ CAIO FERNANDO DE ABREU, jornalista, dramaturgo e escritor (1948-1996)



Nesta terça-feira também é aniversário do arquiteto ouroestense **Julio Fernandes**. Parabéns!



Festa para **Mariana Andrade**, que ontem celebrou seus 15 anos sendo homenageada por todos familiares e amigos.



Felicidades e muitos anos de vida para **Sil Alves**, comemorando mais um ano de vida ao lado do amado Marcio Passerine.



Em ritmo de muita alegria, **Marli Martins** festejou seu niver ontem, ao lado do amado Redmir Cangueiro.



Parabéns hoje para **Toninho Buono**, apagando velinhas. No click ao lado da esposa Rosa.



Muitos anos de vida para **Igor Ribeiro**, assoplando velinhas hoje.



Felicidades para **Edmilson Sodré (Papel)**, que ontem celebrou mais um niver. Na foto ao lado da esposa Elisangela.



Muitos anos de vida para **Eder Serafim**, que hoje comemora idade nova.



O empresário **Marcelo Machado**, completa idade nova nesta terça-feira, recebendo homenagens da família e amigos.

**Quando a APAE ligar  
diga SIM!**

**APAE**  
Fernandópolis/SP

Nossa Central de Doações terá prazer em te mostrar nosso trabalho!

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

# ASSINE o extra

SEU JORNAL DIÁRIO

Fones: (17) 3462-1727 / 3442-2445  
E-mail: [assinatura@oextra.net](mailto:assinatura@oextra.net)

**PEÇA AGORA!**

**GIGANTINHO**  
DENTRO DO GIGANTÃO

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

**O SHOPPING DO PREÇO BAIXO**  
**GIGANTÃO**  
**#BaratoPraCaramba**

FERNANDÓPOLIS | VOTUPORANGA | CATANDUVA

■ UM TOQUE DE SAÚDE &amp; BELEZA

# Suco de cereja faz bem para as mulheres

**O**s alimentos possuem variados e diferentes benefícios para a nossa saúde e todos nós já ouvimos falar que é muito bom para a saúde consumir frutas. Hoje vamos falar da cereja, uma fruta cujo suco proporciona diversos benefícios para a nossa saúde e ajuda a prevenir e tratar algumas condições que podemos sofrer.

São bem conhecidos os benefícios de comer frutas. Neste caso, falamos das cerejas, que nos oferecem nutrientes essenciais para o nosso bem-estar. Contém, entre muitas outras, propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias, o que faz com que os benefícios do suco de cereja para as mulheres devam ser considerados para a melhora do nosso bem-estar, além do seu aspecto refrescante para este verão.

Devemos grande parte dos benefícios do suco de cereja as antocianinas que contém. Trata-se de poderosos antioxidantes que protegem as células e os tecidos do organismo, combatendo os danos causados pela ação oxidativa dos

radicais livres. Também estimulam a circulação, ajudando no bom funcionamento do sistema nervoso e prevenir o câncer.

Existem estudos que demonstram que o suco de cereja azeda nos oferece uma excelente proteção contra as doenças cardiovasculares. E as cerejas são um dos poucos alimentos que possuem melatonina, uma substância antioxidante capaz de regular os batimentos cardíacos. Também ajuda a equilibrar os ciclos de sono do corpo, melhorando notavelmente a insônia.

Os benefícios do suco de cereja para as mulheres também se devem ao seu alto teor de triptofano e serotonina. A primeira tem efeitos calmantes, combatendo a ansiedade, o estresse e a insônia. A serotonina, por sua vez, é conhecida popularmente como o "hormônio da felicidade", já que ajuda a manter um bom estado de ânimo, promovendo a renovação de energia.

O suco de cereja é altamente recomendado para aliviar os sintomas da artrite, nova-



mente, graças ao seu teor de antocianinas. Também estão comprovados os seus benefícios para aliviar as dores causadas pela gota, forte inflamação dos pés causada por um erro no metabolismo de ácido úrico. O suco de cereja é capaz de diminuir o nível de ácido úrico no sangue.

Também ajuda a aliviar a dor no caso de lesões musculares. É altamente recomendável para a dor dos tendões e

dos músculos, o que torna este suco perfeito para os atletas. Também reduz o risco de diabetes, e ajuda a prevenir a perda de memória.

Os benefícios do suco de cereja para as mulheres se devem também ao fato de que é uma importante fonte de fibra, a qual promove o bom funcionamento do sistema digestivo. Também são ricas em vitaminas A, C e E, potássio, magnésio, ferro e ácido fólico.

## receita

### Bolo de chocolate com musse de maracujá

#### INGREDIENTES:

##### Massa

- 4 ovos
- 1 e ½ xícara (chá) de açúcar
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 1 xícara (chá) de suco de maracujá natural
- 2 xícaras (chá) de farinha de trigo peneirada
- 1 colher (sopa) de fermento em pó

##### Calda

- Polpa de 2 maracujás
- 1 xícara (chá) de açúcar

##### Musse

- 1 lata de leite condensado
- 1 xícara (chá) de suco de maracujá concentrado
- 1 caixinha de creme de leite
- ½ envelope de gelatina sem sabor incolor

##### Cobertura

- 500 g de chocolate ao leite picado
- 1 lata de creme de leite



#### MODO DE PREPARO:

##### MASSA

■ Na batedeira, bata as gemas, o açúcar e a manteiga. Misture o suco de maracujá e a farinha. Bata as claras em neve, incorpore à mistura e adicione o fermento. Coloque em uma forma de 22 cm de diâmetro untada e enfarinhada. Asse no forno pré-aquecido a 200°C durante 30 minutos ou até que, espetando um palito, ele saia limpo.

##### CALDA

■ Em uma panela, misture os ingredientes e cozinhe no fogo brando, sem mexer, até dar ponto de calda. Deixe esfriar.

##### MUSSE

■ No liquidificador, bata o leite condensado com o suco durante 5 minutos. Transfira para uma tigela, misture o creme de leite e a gelatina, preparada de acordo com as instruções da embalagem. Cubra com filme plástico e leve à geladeira até começar firmar.

##### COBERTURA

■ Derreta o chocolate em banho-maria, junte o creme de leite e misture bem.

##### MONTAGEM

■ Desenforme o bolo, corte ao meio, recheie com a musse e regue metade da calda. Cubra com o creme de chocolate e regue com a calda restante.

## Os benefícios do Permanente Digital

**O** permanente está de volta, mas não da maneira que era feito antigamente, agora existem muitas outras maneiras de obter cachos impecáveis e sem danificar os cabelos com produtos químicos. O permanente digital é uma nova técnica que deixa seus cachos super naturais e com o volume na medida certa.

O permanente digital serve para todos os tipos de cabelo e o transforma em cachos glamourosos. O resultado é ótimo, é muito fácil de manusear e tem uma duração aproximada de três meses.

Após realizar o tratamento não é necessário usar mais frisadores ou qualquer outro produto para fazer com que o seu cabelo fique ondulado, tão somente será necessário secar o cabelo com o secador com difusor e ajudando com os dedos.

O permanente digital é baseado na aplicação de temperatura quente controlada digitalmente. Este tratamento utiliza calor e uma solução especial que ajuda a conseguir cachos definidos por mais de três meses.

A técnica é feita com bigudins especiais. Primeiro o cabelo é dividido em mechas, depois se aplica um produto próprio para ondulação que depois de agir por alguns minutos é retirado e só depois é colocado os bigudins. Em seguida um equipamento digital é conectado aos bigudins para aquecer os cabelos e formar os cachos. Depois é só secar os fios usando os dedos e com o secador na potência suave. O resultado ficará radiano; cachos largos, super naturais e sem frizz.

O tratamento foi desenvolvido na Coréia do Sul e já se espalhou para o mundo inteiro. Você que está acostumada a fazer o permanente tradicional, fazendo esse você verá a diferença, pois as ondulações terão melhor textura e forma.

Você notará melhor os cachos quando os cabelos estiverem secos e você notará que os seus cabelos terão um movimento natural, diferente do permanente tradicional onde a ondulação é mais visível enquanto o cabelo está molhado e os cachos são muito mais compactos.

Pense bem pra fazer um per-



manente digital, pois não será fácil obter um alisamento do cabelo com escova, isto é, um dia você quer cachos, porém o outro não. Então a melhor opção é o permanente frio.

Além disso, se você quiser

dar volume em todo o cabelo, o permanente tradicional é a única alternativa, já que o permanente digital, como requer alta temperatura, não pode ser usado próximo ao couro cabeludo.

**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  
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

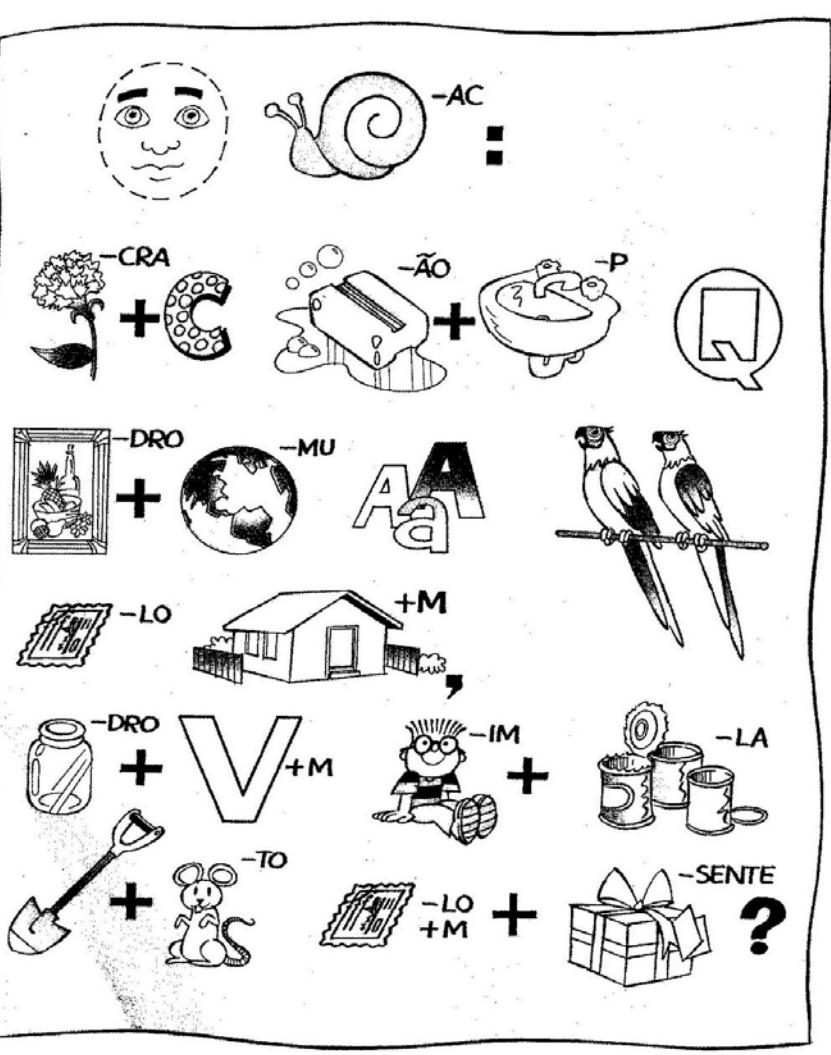
FONE: (17) 3442-1522

FAX: (17) 3442-1651

Av. Lírio Greco, 95 - Jardim Iguatemi - Fernandópolis - SP.

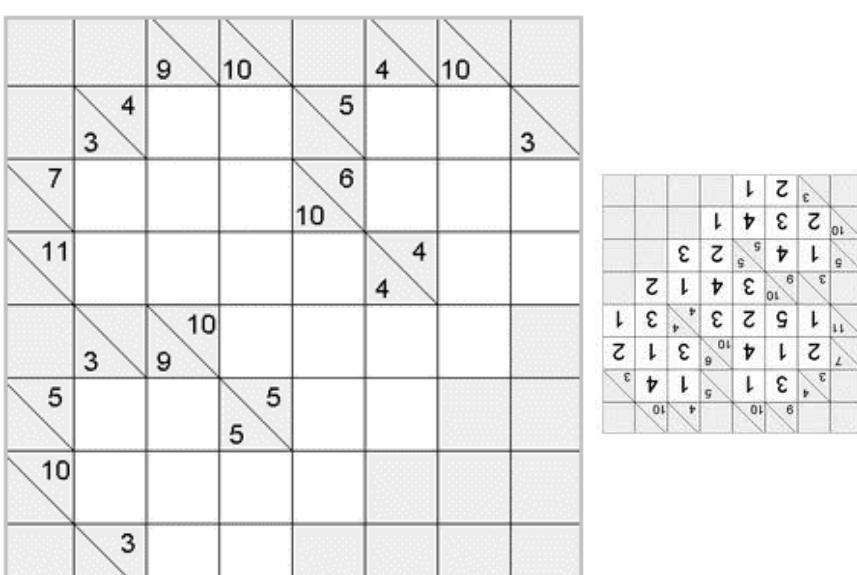
M.FER, Ligada ao cliente por um vínculo de AÇO

## Jogo do Enigma



PARA SEMPRE: CADA CARO: VOCÊ SABIA QUE, QUANDO AS APARIÇÕES SE CASAM, VIVEM JUNTAS

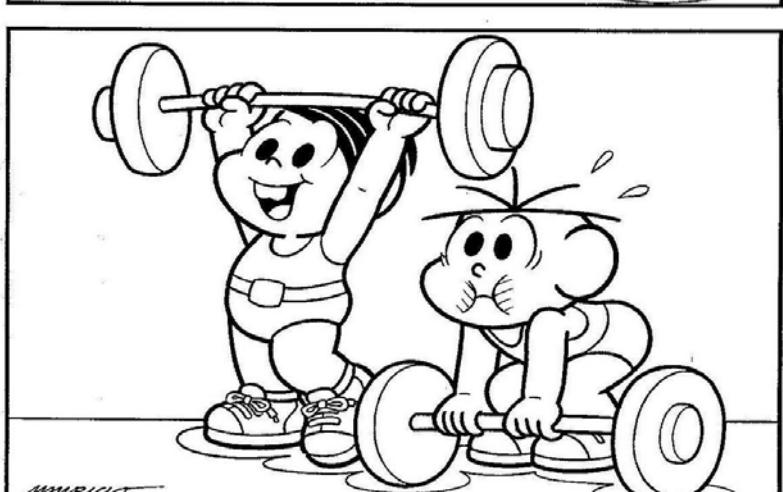
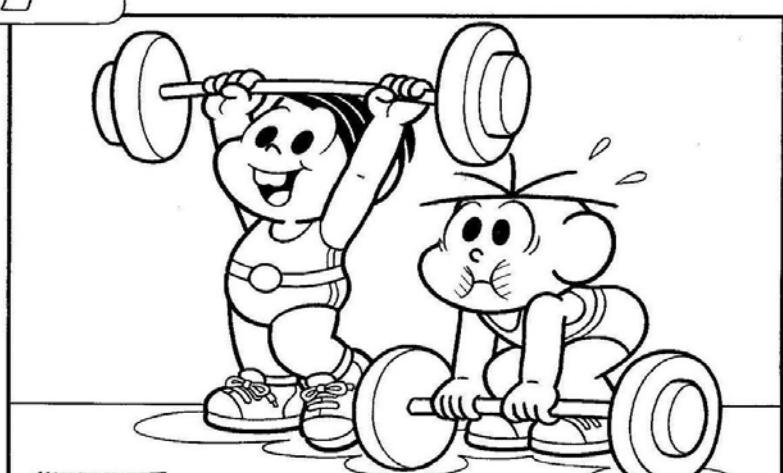
## Kakuro Nível Fácil



## Sete Erros



É... PARECE QUE LEVANTAMENTO DE PESO NÃO É O FORTE DO CEBOLINHA! MAS ENCONTRAR OS SETE ERROS É BEM MAIS FÁCIL. VAMOS PROCURA-LOS?



RESPOSTA: 1- HALTERES DA MÔNICA; 2- CINTO DA MÔNICA; 3- CADARCO DO CEBOLINHA; 4- TENSIS DO CEBOLINHA; 5- SONHEIRA DA MÔNICA; 6- LIGA DA MÔNICA; 7- CINTO DO CEBOLINHA

**INSTITUTO DE OLHOS**  
CIRURGIA DE CATARATA (FACOEMULSIFICAÇÃO), CIRURGIA MIÓPIA, ASTIGMATISMO, HÍPERMETROPIA COM EXCIMER LASER, LENTES DE CONTATO

DR. JOÃO VICTOR SANTICCHIO FERRAREZI  
OFITALMOLOGIA - CRM 139.658  
J.V.FERRAREZI@HOTMAIL.COM

FONE: 17-3462 2835  
AV. MILTON TERRA VERDI, 813 - CENTRO - FERNANDÓPOLIS-SP

## Resumo de Novelas

### MALHAÇÃO

Sexta-feira, 17h30

Bárbara se revolta contra Ricardo por deixar parte do patrimônio para Joana. Nanda decepciona com Rômulo. Lopes apresenta Jack a Rômulo. Nanda desabafa com Jéssica sobre a frustração com Rômulo. Bárbara revela a Juliana e Manuela sobre o novo testamento de Ricardo. Juliana apoia Jabá, que sofre com o alcoolismo do pai. Rômulo e Belloto se surpreendem ao ver Vera e Clara no ginásio da luta. Krica afirma a Cleiton que entrará na academia Forma. Luiza sai com Lucas e Tânia se preocupa. Corrêa descobre que Juliana e Jabá passaram a noite no MOFO.

### SOL NASCENTE

Sexta-feira, 18h00

- Milena e Peppino comemoram a volta de Loretta. Mieko consola Yumi. Dora conversa com Vanda sobre seu casamento com Tiago. Loretta tenta se aproximar de Vittorio. Vittorio conta para Lenita que Loretta voltou para o Brasil. Ana comenta com Patrick que acredita que Carolina esteja interessada em Cesar. Alice diz que Wagner vai ficar afastado da empresa e Cesar fica aprensivo. Milena mente durante o depoimento na delegacia e diz que passou a noite com Ralf. Dora vende vestidos para Yumi. Patrick lembra de um comentário feito por Cesar antes da explosão nas trincheiras e conta para Mario. Loretta conhece Lenita.

### ROCK STORY

Sexta-feira, 19h15

Léo discute com Gui, que humilha Diana. Léo termina seu romance com Diana, e Néia comemora. Diana pensa em Gui. Vanessa conta que Gui e Diana se beijaram, e Júlia fica arrasada. Gui se explica para Júlia. Nicolau conta para Roberto que entrou para uma banda. Marisa afirma a Alex que irá namorar Nicolau. Néia pede para Lázaro acabar com o sofrimento de Léo. Gui afirma que sua banda irá superar o sucesso de Léo. Lázaro descreve que Gui e Diana se beijaram. O pai de Wellington exige que o filho deixe a banda. Chiara torce para que seus pais voltem a morar juntos. JF decide entrar para a banda formada por Gui. Yasmin e Néia se preocupam com a carreira de Léo. Lázaro se declara para Diana. Gui fica orgulhoso com a apresentação da banda, mas Gordo não gosta.

### A TERRA PROMETIDA

Sexta-feira, 22h15

Josué, Calebe e Salmon se revelam e desmascaram Melquias. O guerreiro tenta se justificar, mas o líder de Israel avisa que ele será punido. Maquir tenta atacar Talmal, mas é impedido por Zaqueu. Eles se surpreendem ao verem que o gigante está chorando. Tiléia diz aceitar fugir de Ai com Arauto. Enciumada, Kirá vê os dois se beijando e foge de casa. Maquir procura Josué e avisa que o gigante acordou. Além do aparecimento de pulgas, as comidas começam a estragar na tenda de Acá. Milah fica aliviada ao saber que Raabe foi inocentada. Sem alternativa, Melina decide acompanhar Yussuf até o quarto do general. Josué conversa com Talmal e diz que o gigante ficará preso, mas o líder avisa que ninguém o fará mal.

### CÚMPLICES DE UM RESGATE

Sexta-feira, 20h30

Dinho e Meire descobrem que Euclides não é um fantasma, mas sim um homem que arma uma cilada para espantar os dois da mansão. Euclides pede perdão para Meire e Dinho. Os dois dão a mansão para Euclides. André mexe nas coisas de Paola, descobre que ela ligou na Dó-Ré-Music para sabotar a C1R e que ela usa perucas. A comunidade evangélica diz para o pastor Augusto que aceita ele de volta. Na On-Enterprise, Rebeca diz para Otávio que o relacionamento deles tem sido de brigas e reconciliações, mas que ama muito ele. Rebeca chora ao escutar de Otávio que ele lhe ama. Paola entra na sala de Otávio e vê Rebeca beijar Otávio. A vilã diz que Otávio lhe iludiu amorosamente.

### A LEI DO AMOR

Sexta-feira, 21h00

Helô decide brigar na Justiça contra Tião. Tião chama Vanessa para confirmar ao delegado que Zelito estava drogado quando esteve no seu escritório. Magnólia divide o empréstimo de Tião com Ciro. Ciro sugere a Magnólia que convença Tião a eliminar Pedro e Fausto. Letícia afirma a Helô que a defendeira de Tião. Ciro beija Magnólia. Magnólia aconselha Ciro a reatar com Vitória, para que ninguém desconfie de sua relação. Bruno exige que Tião se afaste de Jéssica. Aline dispensa Marcão. Tiago pede ajuda a Elio e Ana Luiza para procurar Isabela. Salete atira contra Tião para proteger Jéssica. Tião pede a Valdir para acabar com Pedro. Pedro é cercado por Fininho e seus comparsas.

## Humor

### PEDIDO ÚNICO

Um homem andava pela areia quando tropeçou em uma destas garrafas de Gênio... que acordou no maior mau-humor e já foi avisando:

- Hoje você só tem direito a um único pedido! Pense bem, que hoje é só um!

Depois de pensar muito o cara resolveu:

- Quero uma ponte que vai daqui do Rio ate Lisboa, pois sempre tive vontade de ir a Portugal mais tenho horror de avião, e de navio demora muito!

O Gênio achando o pedido um tanto difícil de executar perguntou ao transeunte:

- Esta ponte é muito difícil de fazer... vou gastar todas as minhas energias

e somente apos alguns séculos poderei atender um outro pedido! Você não poderia substituir seu pedido?

O transeunte pensou... pensou... e disparou:

- Então eu gostaria de ter o dom de "ENTENDER AS MULHERES!"

Então o Gênio perguntou ao transeunte:

- Como é mesmo que você quer essa ponte...?

### MÁQUINA PARA APANHAR LADRÕES

Cientistas testaram em Nova York uma máquina para apanhar ladrões. Com um sistema revolucionário, a invenção apanhou 1.500 ladrões em apenas 5 minutos!



Resolveram então levar o aparelho e testá-lo na China. Resultado: em 3 minutos apanhou 2.000 ladrões.

Para o próximo teste escolheram a África do Sul, onde a máquina pegou 3.000 ladrões em questão de 2 minutos.

O último e derradeiro teste foi aqui no Brasil. Os cientistas desembarcaram em Brasília. Resultado: em 1 minuto, roubaram a máquina!

### DEBAIXO DA MESA

Aquele casal estava jantando num restaurante finíssimo, quando de repente o homem desaparece para debaixo da mesa.

Surpreso, o garçom se aproximou e perguntou com ar de preocupação:

- Perdão, senhora, mas o seu marido está passando mal?

- Não, não! Ele está ótimo! Acabou de entrar no restaurante.

### DESCULPA INJUSTA

Aquela morena alta, esculptural, entra no ônibus lotado, exibindo suas curvas estonteantes através de uma minissaia justíssima. Os homens se alvorotam. De repente, o motorista dá uma freia brusca, a garota se desequilibra, estira o braço procurando apoio num dos bancos, mas erra o cálculo e acerta em cheio um sonoro tapa no rosto de um dos passageiros.

Confusa, balbucia uma desculpa:

- Desculpe, moço, desculpe...

- Ora, querida, não há de que desculpar-se - responde o homem, desdobrando-se em gentilezas. - Pelo que eu estava pensando, o tapa foi merecidíssimo!

CRECI 67022

**IMOBILIÁRIA OUROESTE**  
Venda - Locação e Administração

Tel. 17 3843.1505

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

### Quando a APAE ligar diga SIM!

Nossa Central de Doações terá prazer em te mostrar nosso trabalho!



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

# celebridades



Mudanças na grade causa tensão entre a equipe de Eliana

## Irmã modelo fala da relação com Bruna Hamú e não descarta trabalhar como atriz

De uma coisa Bruna Hamú não pode reclamar: ela nasceu em uma família abençoada pela beleza. A intérprete da patrícia Camila Leitão, de "A lei do amor", tem uma irmã tão gata quanto ela, e que segue os passos da atriz no mundo da moda. Natália Hamú, de 22 anos, é modelo de uma famosa agência de São Paulo e exerce, com gosto e vocação, a profissão que pertenceu a Bruna até muito pouco tempo atrás. A gata trocou a faculdade de arquitetura pelas passarelas e não descarta, assim como a irmã, também fazer novelas. "Já fiz alguns cursos de atuação e é algo que eu gosto e admiro. Não descarto a possibilidade. Por enquanto, estou focada na minha carreira, mas o futuro pertence a Deus", diz ela.

Lindas de viver, Bruna e Natália já chamaram atenção ao posar juntas para uma campanha publicitária em setembro e deram, como dizem por aí, uma "surra de beleza".

"A Bruna teve total influência na minha escolha. Com 18 anos, entrei na faculdade e odiei o curso. Me vi totalmente sem rumo e sem saber o que fazer da minha vida. Minha irmã já modelava há alguns anos, e eu via de perto a rotina dela. Então, resolvi tentar", conta a caçula, que já morou em Londres, Milão, Los Angeles, Turquia e Tailândia.

A simpatia entre as irmãs é ainda maior longe dos flashes e das câmeras. "A gente é bem unidas. Não temos outros irmãos, então, nos preocupamos muito uma com a outra. Ela é um pouco ciumenta (risos), mas acho que isso é instinto de proteção por ser a irmã mais velha. Como estamos longe da nossa mãe, cuidamos uma da outra".



Natália Hamú é a irmã caçula de Bruna



Vivi poderosa

## Viviane Araújo recebe a visita do noivo em dia de ensaio do Salgueiro

Na televisão, Viviane Araújo está em "Rock Story" mas, na vida real, nada a tira do samba. Na noite do último sábado, a rainha de bateria do Salgueiro esteve no ensaio da agremiação, na Zona Norte do Rio, e se jogou na dança. Com uma calça justíssima, Vivi chamou atenção pelas curvas e pela barriga chapada:

Na festa, a rainha brincou com os ritmistas, sambou com

## Possível mudança de Eliana causa tensão nos bastidores do SBT

A programação que Silvio Santos pensa em colocar em prática no próximo ano na tentativa de estancar as diversas derrotas para a Record já está causando alvoroço no SBT. Entre as principais mudanças promovidas pelo animador, estaria a ida do programa de Eliana para a faixa ocupada hoje por Celso Portiolli (11h às 15h).

A ideia de Silvio é movimentar a loira para mais cedo e encaixar sua filha Patrícia Abravanel com um programa das 15h às 19h também aos domingos. Tal mudança, já estaria causando tensão nos bastidores do programa da loira.

Todos sabem que apesar das derrotas para o programa de Rodrigo Faro, uma mudan-

ça como essa pode representar um estrago ainda maior, já que Eliana passaria a enfrentar o "Domingo Show" de Geraldo Luís que parece ser um adversário ainda mais duro.

O fato é que essa deverá ser a primeira vez que Silvio Santos vai mexer no horário de Eliana desde que ela chegou no SBT em 2009.

## Thaila Ayala fala de sua busca espiritual depois da morte do pai: 'Nunca vivi algo tão forte'

Em agosto desse ano, Thaila Ayala causou comoção nas redes sociais ao postar seu batismo na Igreja Pentecostal Anabatista, em Caxias. Passados três meses do rebuliço causado pelo momento de fé compartilhado, Thaila se sente mais à vontade para falar de sua busca espiritual sem que isso se torne um chamariz. E não é coisa de momento. Aos 17 anos, a atriz passou por um momento delicado com o suicídio do pai. "Ele se matou por problemas que a falta de dinheiro causou", diz.

Durante um tempo, Thaila não conseguia falar sobre a morte dele. Fez e faz terapia há anos e procurou respostas em diversas religiões, do budismo ao hinduísmo, do catolicismo à cabala: "Precisava saber que ele não tinha ido para o inferno, que a gente iria se reencontrar".

Thaila fez primeira comunhão, crisma, ia à igreja. Mas foi num culto cristão, no entanto, que ela viveu sua experiência mais significativa. "Tinha preconceito com o evangélico, achava que era aquele que vendia espaço no céu. Até que uma amiga insistiu para eu ir com ela. Estava precisando e fui. Nem sabia que igreja era. Não sei dizer o que aconteceu lá, mas me senti tão emocionada. E quando fizeram uma oração para mim, caí no chão, completamente tocada pelo Espírito Santo. Nunca vivi algo tão forte. Eu dava risadinhos dos meus amigos crentes quando contavam isso. Mas eu vivi!", descreve: "Quando me batizei, queria ser uma pessoa melhor e caminhar ao lado de Deus mesmo. Eu acordo todo dia e tento entender o Deus em que acredito e é muito difícil essa busca".



Thaila vive momentos de fé em sua nova descoberta

# horóscopo



## ÁRIES

No trabalho, terá que se empenhar mais para atingir seus objetivos e vencer a concorrência. Mas com a sorte ao seu lado, suas iniciativas caminham para o sucesso! Não falta otimismo para encarar os desafios. Cor: vermelho.



## TOURO

Trabalho ou serviço ligado a casa recebe boas energias. Mas vai ter que ralar dobrado para superar os concorrentes, portanto, mantenha os pés no chão e não se distraia. A família pode fazer cobranças, se você anda meio distante. Cor: vinho.



## GÊMEOS

Sua capacidade de comunicação será a melhor arma para vencer qualquer rivalidade no trabalho. Encare numa boa e aproveite o desafio para fazer novos contatos profissionais. Manter o otimismo e sair da rotina será a melhor maneira de se dar bem. Cor: azul.



## LEÃO

Você continua brilhando e agindo com confiança no trabalho. Mas talvez encontre alguma resistência entre os colegas. Mantenha o bom humor para vencer qualquer disputa. Nada de desanimar nem perder seus objetivos de vista! Cor: cinza.



## LIBRA

Se depender dos outros, você vai conseguir a ajuda dos amigos para o que precisar. A concorrência pode incomodar, mas se juntar forças com os colegas, não será tão complicado alcançar o sucesso. Mantenha o otimismo! Cor: vinho.



## SAGITÁRIO

Bom dia para aumentar seus conhecimentos e se interessar por coisas novas. Talvez precise de um esforço extra para isso, mas não desanime. Com otimismo e bom humor, tudo fica mais fácil. Se pensa em viajar, vá em frente. Cor: rosa.



## AQUÁRIO

No trabalho, contar com a ajuda dos colegas pode ser importante. Aproxime-se de quem pensa como você e aposte em uma sociedade para vencer um rival. Talvez precise se esforçar em dobro, mas o resultado vai compensar. Cor: creme.



## CÂNCER

Sua atenção continua focada nas finanças, mas talvez enfrente alguns desafios. Controle seu dinheiro, faça a sua parte e redobre a determinação. Se mantiver o foco, nada vai atrapalhar os seus planos. Vá em frente! Cor: marrom.



## VIRGEM

Bom dia para cuidar dos seus assuntos a sós. Se trabalhar nos bastidores, irá se sair melhor do que espera. Rivalidade ou traição pode atrapalhar o trabalho, mas você tem tudo para dar a volta por cima. Fique na sua e repense algumas coisas. Cor: cinza.



## ESCORPIÃO

Hoje, explore seu lado mais ambicioso. Bom momento para ir atrás do que deseja, ainda que pareça algo distante. Renove suas forças para vencer qualquer obstáculo. Essa é a hora de cuidar melhor da imagem que passa aos outros. Cor: amarelo.



## PEIXES

Sua disposição para o trabalho continua em alta. Foque sua atenção em uma coisa de cada vez e não se intimide com as tarefas. No final, a sensação de dever cumprido vai levantar seu astral. Sua saúde também é importante: cuide do seu corpo. Cor: vermelho.