

**extra** net

QUINTA-FEIRA, 12 DE JANEIRO DE 2017

# Mais

## Carol Castro está grávida e deixa o elenco da próxima novela das 11

Página B4

*Mas existe no homem algo que seja mais forte do que ele mesmo? Não devemos esquecer que toda neurose é acompanhada por um sentimento de desmoralização. O homem perde confiança em si mesmo na proporção de sua neurose. Uma neurose constitui uma derrota humilhante e desse modo é sentido por todos aqueles que não são de todo inconscientes de sua própria psicologia. O indivíduo sente-se derrotado por algo de 'irreal'*

■ CARL GUSTAV JUNG, psicanalista (1875-1961)



A empresária Ivone Rodrigues também celebra seu aniversário hoje. Na foto, ao lado do esposo Rogério Arcanjo



**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

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

# Evite a queda de cabelo e os fios brancos com o óleo de coco

**Q**uando o passar dos anos causa impactos no organismo, começam a acontecer várias coisas. A queda dos cabelos é uma delas, assim como o aparecimento dos fios brancos. Tudo isso vem acompanhado de rugas e outras mudanças não menos importantes. Inclusive, poderíamos dizer que existe uma conjunto de coisas predestinadas a aparecerem à medida que o corpo vai envelhecendo.

Mas não apenas a parte física do organismo se vê deteriorada com o passar do tempo; a mente é uma das dimensões mais importantes do ser humano, e ela também pode perceber o desgaste dos anos.

A experiência obtida pela mente vem acompanhada de uma infinidade de vivências, que também chegam a provocar estresse ou ansiedade, sintomas associados ao aparecimento dos fios brancos.

## ■ POR QUE OS FIOS BRANCOS APARECEM?

Os fios brancos são sinônimo de incômodo para uma grande quantidade de pessoas que, por essa razão, buscam qualquer forma de evitar seu aparecimento.

No entanto, essas mechas acinzentadas no cabelo não aparecem apenas pela idade ou estresse (como muitos

afirmam). A razão é um pouco mais elaborada do que se acredita. • Em primeiro lugar, os fios brancos começam a ser notados graças à perda de melanina; ela vai se esgotando com o passar da idade. • No entanto, esse composto também pode se reduzir em idades precoces, inclusive, antes dos 20 anos. • A melanina se abriga sob o couro cabeludo, em numa espécie de tubos chamados folículos pilosos, que podem sofrer problemas e assim levar ao aparecimento dos fios brancos. • Em segundo lugar, a medicina estabeleceu o peróxido de hidrogênio como um composto químico encarregado de descolorir o cabelo, que afeta diretamente a produção da melanina (da qual já falamos). • O excesso de peróxido se dá quando as enzimas antioxidantes não são suficientes para decompor-lo em água e oxigênio.

## ■ POR QUE OS FIOS CABELOS CAEM?

A queda de cabelo em quantidade moderada é normal, e se deve à renovação do tecido epitelial. No entanto, a preocupação passa a surgir



no momento em que os fios não voltam a crescer na mesma velocidade com que caem.

## ■ SOLUÇÕES SEM SENTIDO

Uma grande quantidade de pessoas busca uma maneira de solucionar estes problemas.

O inconveniente não está

em querer remediar a queda de cabelo e o aparecimento dos fios brancos, mas na forma através da qual tentamos enfrentar os problemas.

Diante da preocupação, muitas pessoas caem nas garras da indústria cosmética; portanto, se veem propensas a usar produtos excessivamente químicos.

Talvez eles ofereçam resultados, no entanto, também po-

dem causar efeitos colaterais no organismo.

## ■ ÓLEO DE COCO EXTRA VIRGEM

É importante que procuremos deixar de lado as solu-

cões sem sentido diante da problemática da queda de cabelo e do aparecimento dos fios brancos.

Se nos fixamos nas alternativas naturais que temos ao nosso alcance para resolver esse problema, encontraremos soluções mais relevantes e que favorecem a saúde do organismo. É o caso do óleo de coco.

É um dos ingredientes mais generosos para o corpo. Entre seus múltiplos benefícios, destacam-se: • Combater o estresse • Evitar a aglomeração de bactérias e vírus • Melhorar a digestão • Cuidar da pele • Regular o colesterol.

Falando de seus benefícios, também cabe destacar um dos mais relevantes em relação ao tema principal do artigo.

Sua aplicação combate infecções e inflamações no tecido epitelial, o que favorece o fortalecimento do cabelo e evita a sua queda.

Por outro lado, também promove a pigmentação do mesmo; portanto, não é necessário recorrer às tinturas disponíveis no mercado.

## receita

### Pão de Liquidificador Recheado

#### INGREDIENTES:

Ingredientes massa:

- 1 xícara de chá de água
- 1 ovo
- 3 colheres de sopa de açúcar
- 3 colheres de sopa de óleo
- 30 g ou 2 tabletes de fermento biológico ou de padaria
- 1 colher de chá de sal
- 5 xícaras de farinha de trigo (aproximadamente)

Ingredientes recheio:

- 200 g de presunto
- 200 g de mussarela
- 15 g de bacon
- 1 xícara de chá de cheiro verde picado



#### MODO DE PREPARO:

- Bata no liquidificador todos os ingredientes, menos a farinha de trigo
- Despeje em uma vasilha, junte a farinha aos poucos e amasse bem, até que a massa fique lisa e homogênea
- Coloque a massa em forma untada com óleo
- Deixe descansar por 30 minutos
- Divida a massa em 3 partes, abra com o auxílio de um rolo em superfície enfarinhada, recheie com o sabor de sua preferência, enrole o pão
- Pincele 1 gema e asse em forno quente por aproximadamente 30 minutos

## Os 8 melhores antissépticos naturais para a sua pele

Nossa pele está exposta a uma infinidade de micro-organismos e bactérias diariamente. Mesmo que tentemos minimizar o contato com eles, é praticamente impossível impedi-lo por completo. Por esse motivo é tão importante tratar qualquer tipo de ferida que surja na pele, já que elas podem funcionar como porta de entrada para essas bactérias. Se não forem tratadas corretamente, podem até ocorrer infecções, algo que definitivamente queremos evitar.

Existem muitos medicamentos e tratamentos específicos que podem ser realizados para cuidar da saúde da pele, mas ainda assim há diversos remédios caseiros e naturais que podem ter o mesmo efeito e prevenir eventuais doenças e condições que possam surgir.

Esses tratamentos naturais são, muitas vezes, baseados em remédios com propriedades antissépticas. Por esse motivo, eles são capazes de combater os germes e bactérias, evitando a sua proliferação. Nesse artigo, iremos falar sobre os oito melhores antissépticos naturais que podem ser usados na sua pele.

**■ 1 - ALHO:** O alho é um antigo remédio natural ideal para

curar cortes e arranhões, pois conta com propriedades antibióticas e antibacterianas. Além de reduzir a dor e facilitar a cicatrização, ele ainda possui um componente conhecido como alicina, que ajuda a prevenir infecções. Para aproveitar os seus benefícios, basta amassar alguns dentes de alho e formar uma pasta com eles, que deve ser aplicada diretamente na ferida por um período entre 5 e 10 minutos.

**■ 2 - ÓLEO DE MELALEUCA:** O óleo de melaleuca é um excelente antibiótico natural. Ele contém componentes antissépticos que são muito eficazes para desinfetar a pele. Além disso, estudos demonstraram que ele também pode ajudar no tratamento da acne, pé de atleta e infecções fúngicas em geral. Obtenha um produto que seja 100% óleo de melaleuca, e aplique na pele uma solução contendo 2 colheres de sopa em um copo de água morna.

**■ 3 - CAMOMILA:** Conhecida principalmente por suas propriedades relaxantes, a camomila é uma das ervas medicinais mais antigas do mundo. Ela contém flavonoides que ajudam a curar feridas na pele, e estudos mostram que sua ação pode até

ser mais rápida do que a de muitos medicamentos à base de corticoides. Para usá-la, coloque alguns saquinhos de chá de camomila em água quente. Depois coe um pouco do líquido e coloque os saquinhos sobre a ferida, cobrindo com gaze.

**■ 4 - MEL:** De acordo com alguns estudos, o mel pode até ser mais eficaz do que alguns antibióticos convencionais.

Ele é capaz de matar bactérias e prevenir infecções, possuindo uma poderosa ação antisséptica. Para usá-lo, espalhe um pouco de mel em uma gaze e aplique na pele. Se a ferida for mais profunda, aplique o mel diretamente e cubra com uma gaze em seguida.

**■ 5 - ÓLEO DE COCO:** O óleo de coco oferece inúmeros benefícios para a saúde, e um deles é o fato de ser capaz de curar feridas.

Suas propriedades antibacterianas e antifúngicas facilitam o processo de cicatrização. Basta aplicá-lo sob um band-aid entre 2 e 3 vezes ao dia para acelerar a recuperação.

**■ 6 - PIMENTA CAIENA:** A pimenta caiena é ótima para ajudar o sangue a coagular mais rapidamente no local da ferida. Além disso, ela atua como antisséptico e de-

sinfeta a área afetada, devido às suas propriedades antifúngicas e antibacterianas.

Ela é capaz de parar o sangramento de uma ferida em cerca de 10 a 12 segundos. Se for uma ferida mais profunda, recomenda-se também ingerir um copo de água com 1 colher de sopa de pimenta para potencializar os resultados.

**■ 7 - ALOE VERA:** Muitos conhecem e utilizam o aloe vera, também conhecido como babosa, porque é capaz de aliviar queimaduras na pele.

Além disso, o gel desta planta também pode ajudar a tratar cortes, arranhões e outras feridas cutâneas. Basta aplicá-lo diretamente na pele algumas vezes ao dia, e você conseguirá reduzir significativamente o tempo de cicatrização da ferida.

**■ 8 - TOMILHO:** O tomilho é conhecido há séculos por sua poderosa ação antisséptica,

sendo usado desde o Antigo Egito para eliminar micro-organismos e bactérias. Ele é eficaz no tratamento de feridas na pele e também em infecções de órgãos internos.

Para aproveitar os seus benefícios, você pode ingerir um copo de infusão de tomilho duas vezes ao dia ou aplicá-la diretamente sobre a ferida usando um algodão.

**Clima Cold**  
Ar Condicionado  
Climatizando com estilo

Ligue e faça um orçamento sem compromisso



Jeferson

vivo 17 99628-6060

claro 17 99168-5170

17 3442-7088

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

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**

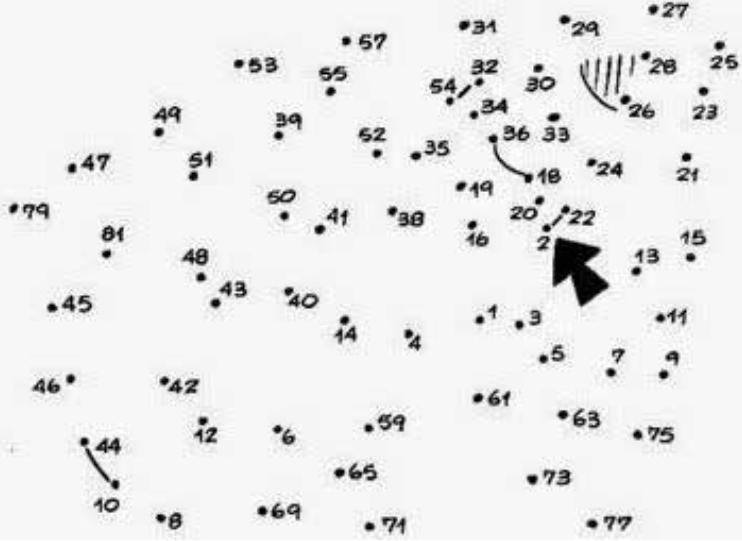
**FAX: (17) 3442-1651**

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

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

## Passatempo

LIGUE  
SOMENTE  
OS PONTOS  
PARES E  
DESCUBRA  
ALGO QUE  
O CHICO  
DEVE LEVAR  
À ESCOLA!



## Caça Palavras

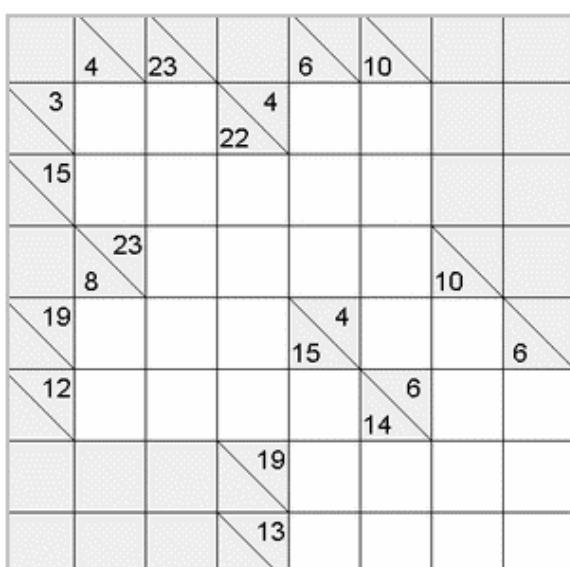
P	T	A	N	G	E	R	I	N	A
I	L	U	ç	A	U	P	U	C	U
T	O	G	N	A	R	O	M	A	V
A	G	U	A	B	I	R	O	B	A
N	M	A	B	A	G	N	A	M	J
G	A	P	ê	S	S	E	G	O	E
A	á	J	U	C	A	R	A	M	R
C	A	R	A	M	B	O	L	A	E
T	T	A	M	A	R	I	N	O	C
W	M	E	L	A	N	C	I	A	V

A	_	O	R	_	C	A	_____	L	_
C	É	_	_	A	C	U	_____	U	_
G	_	B	_	_	M	A	G	_	_
M	_	_	U	J	M	A	C	_	_
M	R	_	_	O	P	S	G	_	_
P	_	G	A	_	T	_	R	N	_
T	N	_	I	_	U	_	A	_	_

### Instruções:

- Complete com as letras que estão faltando.
- Encontre cada palavra no emaranhado de letras.

## Kakuru Nível Fácil



## Resumo de Novelas

### MALHAÇÃO

Quinta-feira, 17h30

Mauro orienta Stella a procurar Joana para o que precisar. Joana se apresenta para Léo. Arthur espalha para o colégio que Martinha está grávida. Tânia fica tranquila com o apoio de Jéssica, Belloto, Nanda e Jorjão a Joana. Martinha é expulsa de casa. Fábio implica com Luiza. Martinha afirma que seu filho não terá pai. Júnior convida Léo para jogar vôlei. Belloto reclama de Alisson para Joana. Léo tenta falar com Stella. Alisson enfrenta Joana. Stella vê Júnior ajudar Léo a jogar vôlei e afirma que irá tirá-lo a academia. Alisson agride Belloto e Joana interpela os dois.

### SOL NASCENTE

Quinta-feira, 18h00

Neide encontra Mario e o leva para o posto médico. Carolina guarda seu dinheiro em um cofre no banco e deixa um bilhete para Alice. Ralf expulsa Mariano de seu estúdio. Sinhá manda Cesar terminar o namoro com Paula. João Amaro é preso. Alice fala com Chica sobre Mario. Loretta exige que Nanda se afaste de Peppino. Chica tem uma visão de Alice, mas não revela à amiga. Os policiais procuram por Mario na praia. Flavinha confidencia para Lenita como foi beijar Hideo. Louzada e Argemiro desconfiam de que Alice seja a chefe da organização de lavagem de dinheiro. Cesar termina com Paula. Neide chega ao posto com Mario. Ralf avisa a Alice sobre o sumiço de Mario.

### ROCK STORY

Quinta-feira, 19h15

Alex se esconde enquanto Marisa fala com Gui. Marisa exige explicações de Alex. Os bandidos forçam Néia a pegar dinheiro no caixa eletrônico. Néia consegue ligar para Léo. Néia se apavora quando Diana entra em sua casa com dois policiais para investigar o sequestro. Nicolau se oferece para pagar o medicamento de Caio. Gilda vê Caio passar mal na rua e deduz que o amigo de Nicolau usa drogas. Chiara aceita ir para a casa de Léo e Diana. Nanda conta a Syl que Jorginho está no Rio de Janeiro. Laila se prepara para a gravação de seu DVD. Augusto procura Lázaro para falar sobre a 4.4, acreditando que ele seja o empresário da banda. Lázaro pede a Ramon que descubra tudo sobre a banda de Zac.

### A TERRA PROMETIDA

Quinta-feira, 22h15

Maquir se incomoda com a presença de Runa no treinamento. Léia escuta Samara conversar com Tobias e descobre que o filho também se envolveu na morte de Abel. Salmon permite que Rune volte a treinar com sua cela especial para monataria. Samra e Tobias dizem que são o reflexo de Léia. Elidade e Laila se enchem de felicidade com a família. Josué estranha o comportamento dela. Enciumada, Léia reclama da demora de Quemuel. Yana passa alguns ensinamentos para Aruna. Lila chega e avisa sobre a presença de um grupo de pessoas estranhas se aproximando do acampamento. Ula se abre com Lina e diz que não pensa em novo marido. Josué e os guerreiros encontram o grupo de Zareg.

### CARINHA DE ANJO

Quinta-feira, 20h30

Rosana vê Flávio e vai falar com ele. Emílio aproveita e tira uma foto do computador que está com o homem. Flávio diz que Nicole logo estará de volta e ameaça a guarda do menino mais uma vez. Madre Superiora flagra Cecília na rua com Gustavo e fica nervosa. Emílio conta sua descoberta para a mãe. Nicole volta para Doce Horizonte com a mãe, Haydee. Madre Superiora acredita que Cecília mentiu e cometeu um pecado. Madre Superiora telefona para o Padre Miguel e conta o que descobriu. Nicole vai até o apartamento de Gustavo. Dulce Maria diz que Nicole estragou o domingo deles e que Cecília seria uma ótima mãe. Madre Superiora avisa que pedirá a transferência de Cecília para outro colégio para que ela possa repensar sobre sua vida religiosa sem influências.

### A LEIDO AMOR

Quinta-feira, 21h00

Tião se enfurece com Flávia e Helô a protege. Jéssica conta para Salete quem é o pai biológico de Flávia. Flávia discute com Tião. Salete procura a filha. Helô leva Flávia para falar com Olavo. Salete tenta fazer um acordo com Tião. Ciro procura Yara. Augusto proíbe Vitória de voltar à casa de Sílvia. Fausto se recusa a contar para Pedro sobre a ameaça de Magnólia. Bruno termina o namoro com Jéssica. Miro incentiva Tião a ajudar Cidália. Tiago não gosta de ver Tião no apartamento de Letícia. Mileide tem um pressentimento com Beth e procura Augusto. Tião vai ao hospital e Flávia fica furiosa. Fausto tenta se comunicar com Pedro.

## Humor

### MÉDICO CHINÊS

Um médico chinês não consegue encontrar um emprego em hospitais no Brasil, então ele abre uma clínica e coloca uma placa com os dizeres: "Tenha tratamento por R\$ 20. Se não ficar curado, devolvo R\$ 100."

Um advogado vê a placa, pensa que é uma grande oportunidade de ganhar R\$ 100 e entra na clínica.

Advogado: "Eu perdi o meu sentido do paladar."

Chinês: "Enfermeira, traga o remédio da caixinha 22 e pingue 3 gotas

na boca do paciente."

Advogado: "Credo, isso é querer-sene!"

Chinês: "Parabéns, o seu paladar foi restaurado. Me dê R\$ 20."

O advogado irritado volta depois de alguns dias para recuperar o seu dinheiro.

Advogado: "Eu perdi minha memória não me lembro de nada."

Chinês: "Enfermeira, traga o remédio da caixinha 22 e pingue 3 gotas na boca do paciente."

Advogado: "Mas aquilo é o que-



### VIDA A DOIS

O marido chega preocupado em casa e diz à esposa:

- Tenho um problema no serviço.

- Não diga "tenho um problema", diga "temos um problema". Os teus problemas são meus também. - Diz a esposa

- Está bem, temos um problema no serviço, a nossa secretária vai ter um filho nosso.

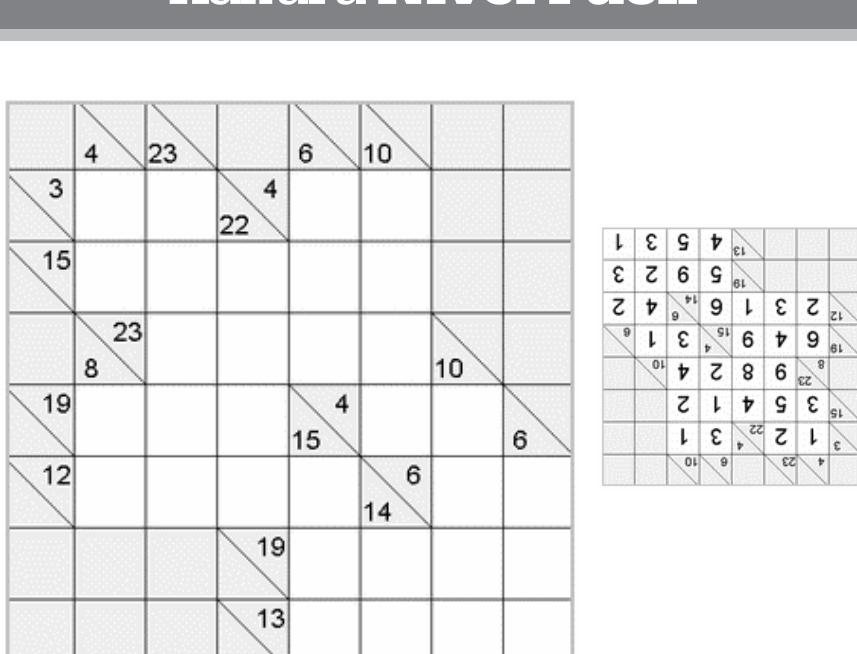
### PORTUGUÊS CAÇADOR

O Joaquim estava caçando perto de um morro no Rio de Janeiro.

Logo, ele avista um sujeito voando de asa-delta. Ele aponta a espingarda e manda dois tiros.

Fica observando um pouco e diz para o companheiro de caçada:

- Oh Manoel, não sei se matei o pássaro, mas que ele largou o homem, largou!



**OLHOS**  
INSTITUTO DE

CIRURGIA DE CATARATA (FACOMELUSIFICAÇÃO), CIRURGIA MIÓPIA, 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

**APAE**  
Fernandópolis/SP

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



Quando a APAE ligar  
diga SIM!

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

**IMOBILIÁRIA OUROESTE**  
Venda - Locação e Administração

CRECI 67022

Tel. 17 3843.1505

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

# celebridades

## Valéria Valenssa fala sobre fim da nudez da Globaleza em nova vinheta 'Outra época'

**A**nova vinheta da Globaleza, em que Érika Moura aparece vestida e representando outros carnavales, também pegou Valéria Valenssa de surpresa. Primeira a ocupar o posto de musa do carnaval da Globo, em 1990, ela apareceu, por quinze anos, rebolando na tela da TV completamente nua, sem roupa alguma, apenas com o corpo coberto por tinta e purpurina. A tradição seguiu até o ano passado, quando as substitutas também sambaram com os corpos esculturais pintados. Valéria concorda que a mudança foi radical, mas aprova.

"Achei linda, mas, na minha época, jamais cogitáramos mudar radicalmente a pintura. Pensávamos que, em time que está ganhando, não se mexe". A mulher do designer Hans Donner, entende, no entanto, que os tempos mudaram:

"Sou de outra época, de quando o carnaval valorizava muito a beleza da mulher brasileira. A época do topless, do nu, de Luma de Oliveira, Monique Evans... E, aos pouquinhos, isso foi mudando. O carnaval, em si, foi mudando,

para mostrar, de fato, o que é a cultura do nosso carnaval. Se eles perceberam isso nessa vinheta, e se houve essa mudança tão radical, é que eles também estão buscando



acompanhar essas mudanças. Os tempos são outros".

Valéria releva ainda que ideia de mudar radicalmente a vinheta já havia sido cogitada quando ela deixou o posto, em 2005.

"Quando eu deixei de fazer a Globaleza, uma das sugestões do Hans (Donner, o marido, que na época criava as vinhetas) era que mudasse todo o visual da nova Globaleza pa-



Valéria na vinheta de 2003 e Érika na de 2017, no detalhe

ra evitar comparações com a antiga. Depois de muito tempo, eu vejo que eles, finalmente, conseguiram fazer isso".

A inesquecível Globaleza também descarta uma retorno

ao carnaval carioca: "Já estou em outra há muito tempo. Esse é um período em que tiro férias, viajo e curto minha família, os meus filhos... Para tudo há um tempo na nossa vida".

## Gretchen manda recado para haters: 'Adoro minha boca de Coringa'

Acostumada a receber críticas em seus quase quarenta anos de carreira, a cantora Gretchen resolveu mandar um recado para os haters, os internautas que vivem encherendo as redes sociais com ofensas. A artista de 57 anos resolveu usar o seu canal no YouTube para dizer que não se intimidará com as críticas sobre sua forma física. A mãe de Thammy, inclusive, citou as comparações que fazem da boca dela com a do personagem Coringa, do 'Batman'.

"Eu gosto de tudo o que eu

tenho. Eu adoro minha boca de Coringa, gosto da minha sobrancelha de taturana, da minha bunda, cabelo, do meu corpo. Eu gosto de mim inteira, do jeitinho que eu sou.", disse ela, que seguiu no desabafo: "E tem mais uma coisa, para os fofocqueiros de plantão: eu adoro fazer as minhas correções e vou continuar fazendo. Vou continuar botando botox, fazendo o preenchimento das minha olheiras, as minhas plásticas... Porque eu tenho que fazer as coisas que agradam a mim e ao meu marido".



Gretchen fala sobre sua "boca de coringa"

## horóscopo

### ÁRIES

Seu foco teima em se direcionar para os problemas do convívio e não para as soluções deles, neste dia em que a Lua continua tensionada no setor de comunicação. A tensão estabelecida com Mercúrio e Saturno lhe aconselha a esclarecer qualquer mal entendido assim que ele aparecer.

### TOURO

As demandas da vida prática exigirão mais de sua atenção, pois a Lua continua tensionada na segunda casa. A oposição estabelecida com Mercúrio e Saturno alerta que será preciso abrir mão de algumas atividades sociais, pois elas podem acabar tirando sua atenção do que é realmente importante.

### GÊMEOS

As demandas individuais tendem a se chocar com as demandas coletivas, prejudicando os relacionamentos, neste momento em que a Lua passa por seu signo, formando oposição com Mercúrio e Saturno. Evite agir de maneira controladora, pois as co-branças são a principal razão dos conflitos.

### CÂNCER

Questões mal resolvidas são trazidas à tona pela tensão da Lua no setor de crise, e pela oposição estabelecida com Mercúrio e Saturno. Você tende a ficar aborrecido neste período, mas não seja negligente com as obrigações, saiba encarar as dificuldades de maneira confiante.

### LEÃO

As diferenças tendem a ser mal conduzidas, neste momento em que a Lua se tensiona com Mercúrio e Saturno, indicando problemas nas suas amizades. Prefira ficar mais recolhido, ainda que precise sacrificar alguns momentos de lazer. Perceba que a prioridade agora é a sua harmonia pessoal.

### VIRGEM

Sua maneira de lidar com os desafios do dia a dia lhe traz incômodos, neste momento em que a Lua se tensiona com Mercúrio e Saturno. Reavalie as estratégias, procurando cuidar melhor das emoções e da organização. Tenha cuidado em suas escolhas. Mas não se prive totalmente do lazer.

### LIBRA

Você se mostra mais antissocial, neste momento em que a Lua continua seu percurso no setor espiritual e se tensiona com Mercúrio e Saturno. Será preciso ser diplomático ao lidar com as relações conflituosas nos relacionamentos. Ainda que deseje zelar pela privacidade. Não se feche ao diálogo.

### ESCORPIÃO

Sua capacidade racional será mais demandada, neste momento em que as obrigações se intensificam. A Lua se opõe a Mercúrio e Saturno no setor material, lhe exigindo planejamento e objetividade diante dos desafios. Avalie bem os aspectos positivos e negativos das situações antes de tomar decisões.

### SAGITÁRIO

Os conflitos de interesse só poderão ser superados por meio de uma atitude diplomática, pois a Lua passa pelo setor de relacionamentos, se opondo a Mercúrio e Saturno em seu signo. Tenha cuidado diante das interações que envolvam hierarquias e jogos de poder. Busque a conciliação por meio do diálogo.

### CAPRICÓRNIO

Os estresses podem afetar sua saúde, neste momento em que a Lua passa pelo circuito, formando oposição com Mercúrio e Saturno no setor de crie. Dedique-se às demandas básicas, respeitando os limites de seu corpo. Saiba conduzir as obrigações sem se deixar ser dominado pelas mesmas.

### AQUÁRIO

Será preciso ser criterioso e planejar-se em relação às pessoas e atividades que envolvam o lazer. A oposição da Lua com Mercúrio e Saturno no setor social alerta para a necessidade de cuidado em relação às responsabilidades. Não se deixe levar pelas influências das oportunidades sociais.

### PEIXES

Ao passar pelo setor familiar, a Lua se tensiona com Mercúrio e Saturno no setor profissional, indicando a necessidade de planejamento e habilidade para encarar os desafios no dia a dia. O estresse pode acabar gerando conflitos nos relacionamentos, então, fique atento para que isso não aconteça.