



TERA-FEIRA, 16 DE FEVEREIRO DE 2017

# Mais

## Bruno Gagliasso entrega travessura da filha, Títi, em casa: 'Rabiscar parede'

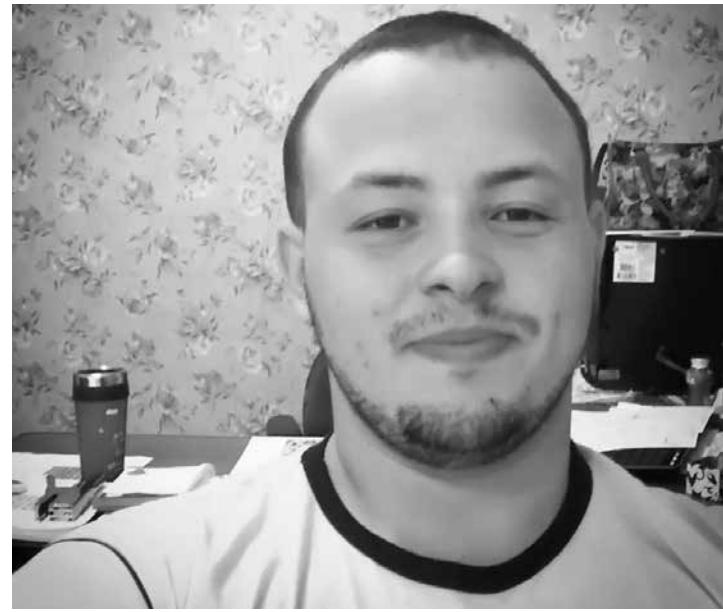
Página B4

*"Porque amor é justamente isso, é ficar inseguro, é ter aquele medo de perder a pessoa todo dia, é ter medo de se perder todo dia. É você se ver mergulhado, enredado, em algo que você não tem mais controle. Mas aí o que fazemos? Amamos com limite para não sofrer."*

■ FÁBRICIO CARPINEJAR - Jornalista e Poeta



Destaque para a bela e estilosa **Bruna Iris**, aniversariante do dia.



Esta quinta será de comemorações para **Bruno Nogueira**, que completa 23 anos. Ele recebe os parabéns de todos os amigos.



Close da simpática **Gabriela Matoso**, que também assopra velinhas. Felicidades!



Na lista dos homenageados do dia, também está ela, **Juliane Pietro Vilas Boas**!



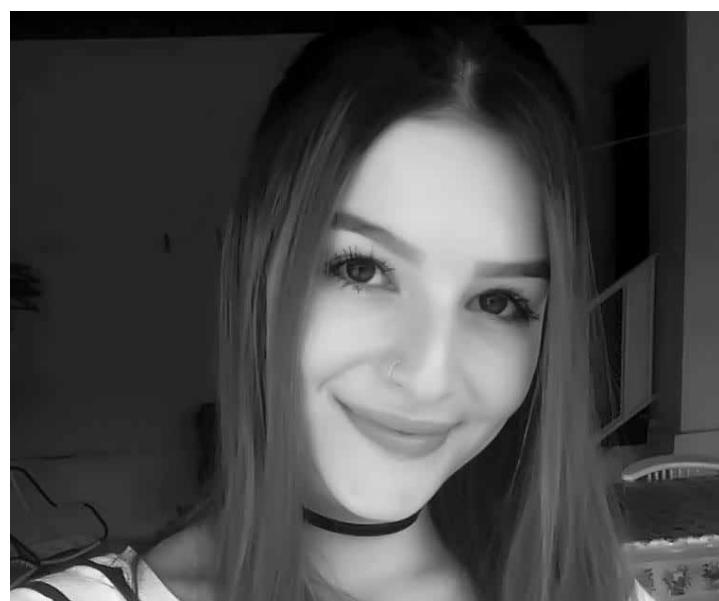
Muitos anos de vida para **Felipe Furquim**. Parabéns!



Muito querida por todos, a corinthiana **Monique Garcia** festejou seu niver, em clima de muita festa, na última quarta.



Sempre sorrindo, **Beatrix Caberlin** completa idade nova hoje. Parabéns!



A data de ontem foi especial para **Mariany Bastos**. Ela recebe os parabéns da família e amigos, com votos de felicidades e realizações.

## ASSINE o extra

SEU JORNAL DIÁRIO

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

PEÇA AGORA!



■ UM TOQUE DE SAÚDE &amp; BELEZA

# Ansiedade: o transtorno que pode tornar-se patológico e prejudicial

**D**evemos entender ansiedade como um fenômeno que ora nos beneficia, ora nos prejudica, dependendo das circunstâncias ou intensidade, e que tornar-se patológico, isto é, prejudicial ao nosso funcionamento psíquico (mental) e somático (corporal).

A ansiedade estimula o indivíduo a entrar em ação, porém, em excesso, faz exatamente o contrário, impedindo reações.

## CAUSAS

Os transtornos de ansiedade são doenças relacionadas ao funcionamento do corpo e às experiências de vida.

A pessoa pode se sentir ansiosa a maior parte do tempo sem nenhuma razão aparente ou pode ter ansiedade apenas às vezes, mas tão intensamente que se sentirá imobilizada. A sensação de ansiedade pode ser tão desconfortável que, para evitá-la, as pessoas deixam de fazer coisas simples (como usar o elevador) por causa do desconforto que sentem.

## SINTOMAS

**Os transtornos da ansiedade têm sintomas muito mais intensos do que aquela ansiedade normal do dia a dia. Eles aparecem como:** ■ Preocupações, tensões ou medos exagerados (a pessoa não consegue relaxar) ■ Sensação contínua de que um desastre ou algo muito ruim vai acontecer ■ Preocupações exageradas com saú-

de, dinheiro, família ou trabalho ■ Medo extremo de algum objeto ou situação em particular ■ Medo exagerado de ser humilhado publicamente ■ Falta de controle sobre pensamentos, imagens ou atitudes, que se repetem independentemente da vontade ■ Pavor depois de uma situação muito difícil.

## DIAGNÓSTICO

O diagnóstico é realizado através de uma série de ferramentas diagnósticas como: a presença e identificação dos sintomas, testes e escalas específicas sobre ansiedade; e ainda a verificação com exames laboratoriais que podem se revelar alterados.

Existem alguns "marcadores biológicos que podem estar alterados nos quadros de ansiedade como: dosagem do cortisol (importante hormônio na ansiedade e stress), alterações da glicemia, alterações dos hormônios sexuais entre outras alterações.

## BUSCANDO AJUDA

O ideal é procurar ajuda médica partir do momento em que o distúrbio de ansiedade produz algum tipo de desprazer ou sofrimento, interferindo negativamente na qualidade de vida.

Muitas pessoas costumam ter dúvidas em relação à busca do profissional, que pode ser um psicólogo ou um pediatra. Vale dizer que se forem fatores do desen-

volvimento da personalidade, traumas, crises a conduta mais adequada é procurar uma psicoterapia. Já se os fatores causais tiverem origem biológica, a chamada "ansiedade biológica", o psiquiatra deve ser procurado.

## TRATAMENTO

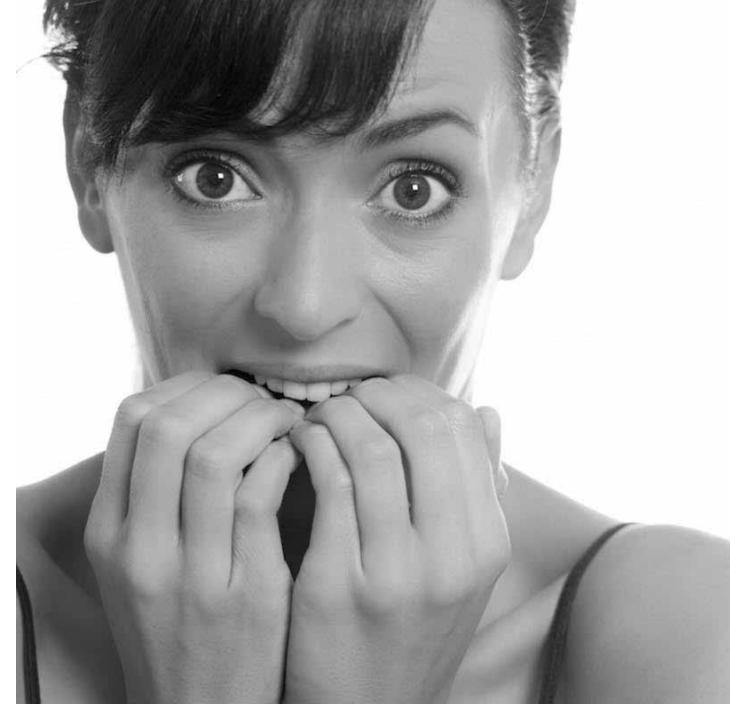
**Existem três tipos de tratamento para os transtornos de ansiedade:** ■ Medicamentos (sempre com acompanhamento e receita médica) ■ Psicoterapia com psicólogo ou médico psiquiatra ■ Combinação dos dois tratamentos (medicamentos e psicoterapia).

A maior parte das pessoas com ansiedade começa a se sentir melhor e retoma as suas atividades depois de algumas semanas de tratamento. Por isso, é importante procurar ajuda especializada na unidade de saúde mais próxima. O diagnóstico precoce e preciso da ansiedade, o tratamento eficaz e o acompanhamento por um prazo longo são imprescindíveis para obter melhores resultados e menores prejuízos.

## PREVENÇÃO

A ansiedade pode ser prevenida a partir de medidas de qualidade de vida:

Exercícios físicos diários; alimentação balanceada, equilibrada e de boa qualidade; cuidar da qualidade do sono; técnicas de relaxamento; religiosidade; arte-terapia; lazer.



## receita

### Batata Recheada

#### INGREDIENTES:

- 4 batatas grandes
- 2 colheres (sopa) de azeite
- 1 cebola pequena picada
- 400 g de carne moída
- sal e pimenta-do-reino a gosto
- 1/2 xícara (chá) de molho de tomate
- 1/2 lata de creme de leite sem soro
- 1 xícara (chá) de mussarela ralada, no ralo grosso
- 4 colheres (sopa) de batata palha
- 1 colher (sopa) de salsa picada



#### MODO DE PREPARO:

- Preaqueça o forno a 200°C
- Lave bem e cozinhe as batatas com casca, não deixe amolecer demais, reserve
- Em uma panela, aqueça o azeite, doure a cebola e refogue a carne moída, até ficar bem sequinha
- Tempere com sal e pimenta-do-reino
- Acrescente o molho de tomate e deixe cozinhar por 5 minutos
- Desligue o fogo e misture o creme de leite no molho
- Recheie as batatas com o molho, cubra com a mussarela ralada, a batata palha e salpique de salsa
- Leve ao forno para gratinar por aproximadamente 10 minutos
- Sirva em seguida

# A nova técnica de alongamento de cílios para um olhar marcante

O olhar feminino é algo marcante, e nós mulheres temos algumas técnicas para deixar o olhar fatal ainda mais atraente, entre elas é usar rímel e até cílios postiços. Mas se você tem pouco volume ou cílios ralinhos, usar cílios postiços todo dia é um tanto incomodo, então, a dica é recorrer ao alongamento de cílios fio a fio.

## O QUE É

A técnica de alongar os cílios consiste em um procedimento que cola fio a fio de novos pelinhos sobre os que você já tem. Os fios podem ser colados em toda a extensão da pálpebra ou apenas do meio para o final e a intenção é dar mais volume ou aumentar o tamanho natural dos cílios, assim você dispensa todo o trabalho que tem de colocar cílios postiços diariamente.

Os cílios usados nessa técnica podem ser sintéticos, seda e vision (também conhecidos por mink). Os pelinhos sintéticos e de seda costumam ser os mais baratos e o resultado é bacana, mas para algo mais natural, o ideal é investir no mink.

## TEMPO DE DURAÇÃO

Os novos cílios tem duração entre 30 e 60 dias e acompanham o crescimento dos pelinhos naturais, por isso vão se soltan-

do naturalmente. É claro que se o processo não for executado por um profissional e com materiais específicos, esse tempo pode diminuir.

Já o tempo que dura a técnica para colar os novos fios é de aproximadamente 2 horas, mas isso pode variar de acordo com o material escolhido e a quantidade de fios a serem colados.

## QUANTO CUSTA

Para fazer o procedimento de aumentar e/ou dar volume as pestanas, o preço vai variar de acordo com o material escolhido para os pelinhos e a clínica escolhida, mas a média fica entre R\$ 150,00 a 200,00. Além da aplicação, você também pode optar por dar manutenção mensal, assim o profissional vai repondo os fios que caíram e reforçando a cola, e para isso o valor médio é de R\$ 100,00. Ao analisar a situação de mulheres que usam diariamente cílios postiços, o preço é justo, afinal você vai dispensar a compra de cílios, cola e ainda vai ganhar tempo.

## CUIDADOS E MANUTENÇÃO

■ Durante 12 horas não lave o rosto; Evite friccionar e coçar muito os olhos; ■ Banhos muitos quentes, sauna e a permanência em ambientes úmidos e quentes pode amolecer a cola e soltar os fios, por

isso evite tais lugares; ■ Rímel a prova d'água não deve ser usado, já que a retirada é mais difícil e pode remover os cílios;

■ As várias camadas de máscara também não são indicadas; ■ Opte por removedores de maquiagem e demaquilantes em loção aquosa e evite os produtos em óleo ou com alto poder de limpeza; ■ Ao lavar o cabelo e o rosto evite que produtos de limpeza profunda atinjam os olhos; ■ O curvex também não é indicado já que pode arrancar alguns pelinhos.

## CONTRAINDICAÇÕES

As pessoas com muita alergia na região dos olhos, que usam lente de contato ou que tem alergia a maquiagem devem evitar o procedimento já que os olhos/ região tem maior sensibilidade.

## COMO REMOVER OS NOVOS CÍLIOS

Se você enjoar, ter uma reação alérgica ou não gostar do procedimento, nada de tentar retirar em casa, pois isso pode danificar suas pestanas naturais e até causar a quebra delas. Em caso de remoção, o ideal é procurar pelo profissional que realizou a técnica para fazer a retirada dos novos fios. Caso a dúvida seja em relação a retirada após o término do tempo, fique tranquila, já que os fios vão cair naturalmente.

**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**

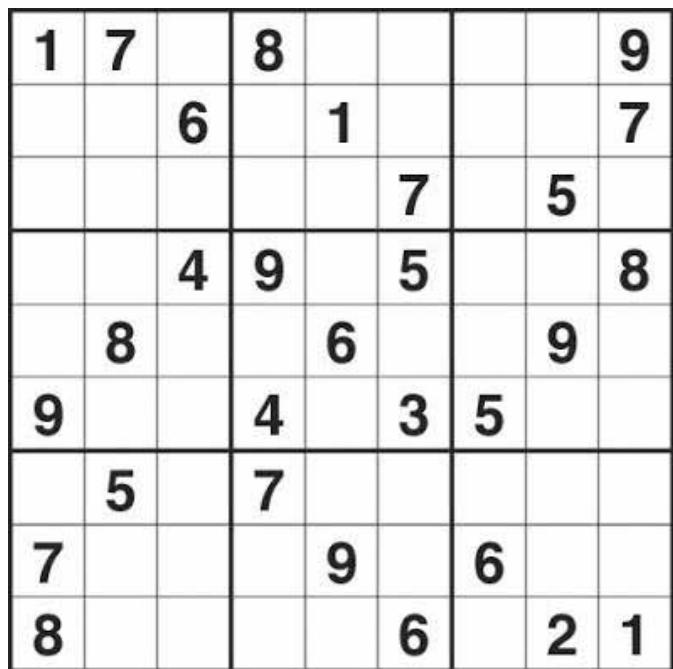
**FONE: (17) 3442-1522**

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

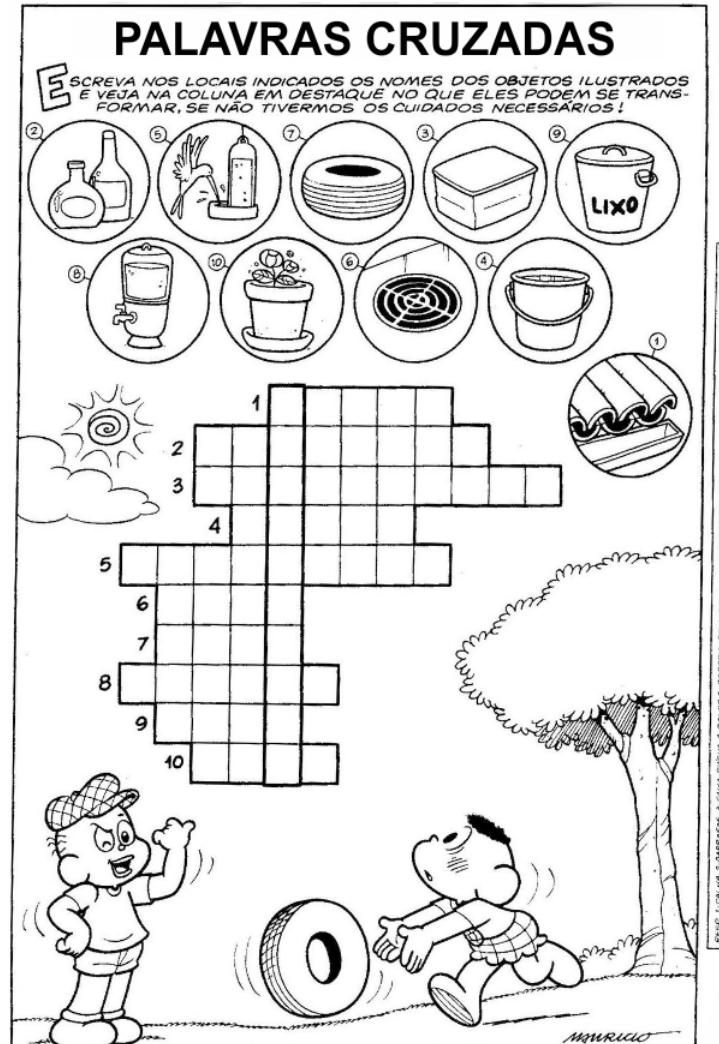
Av. Litório Greco, 95 - Jardim Iguatemi - Fernandópolis - SP.

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

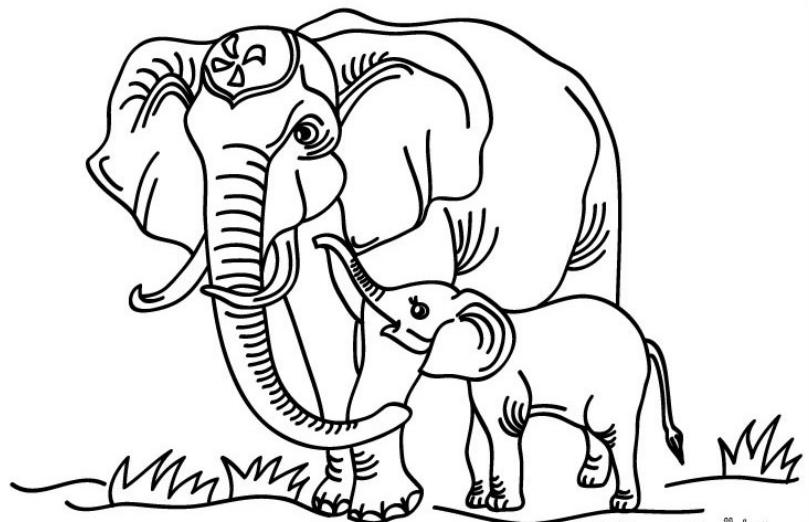
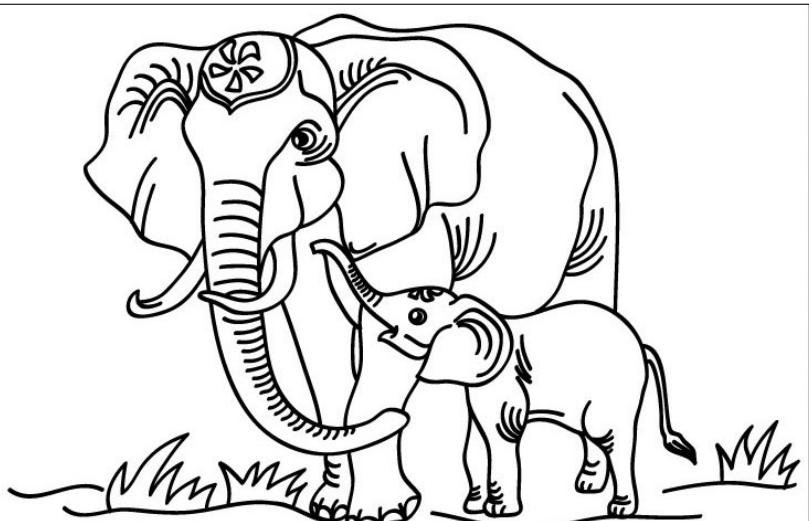
## Sudoku Nível Fácil



## Palavras Cruzadas



## Sete Erros



**INSTITUTO DE OLHOS**  
CIRURGIA DE CATARATA (FACOMELISFICAÇÃO), 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

Garcez revela a Joana que ela irá desfilar como modelo. Renato despista Nanda, mas Rômulo afirma que o professor mentiu. Manuela envia para Caio uma foto de Ricardo e Tânia juntos, e Juliana a repreende. Joana fala com Giovane sobre o novo trabalho como modelo. Manuela arma para Tânia e Ricardo confronta a filha. Nanda desconfia de Renato e se irrita com a aproximação entre Rômulo e Sula. Lucas e Luiza se beijam, e Martinha os observa. Sula tem uma ideia para ajudar Rômulo. Cleo se insinua para Jorjão. Tânia tem uma conversa sobre paternidade com Lucas. Caio intimida Fábio, e Ricardo defende o menino. Ricardo e Caio se enfrentam.

### SOL NASCENTE

Quinta-feira, 18h00

Loretta decide contar para Vittorio o que esconde sobre seu passado. Milena adota outro cachorro. Mocinha ouve Tanaka revelar a verdade sobre sua família para Gaetano e Mario. César decide deixar Arraial do Sol Nascente. Dora se anima ao saber que seus vestidos serão publicados na revista. Mesquita questiona a precipitação de Louzada em querer resolver o caso de Alice. Mario garante a Mesquita que irá desmascarar César. Carol afirma a Louzada que Alice não é a culpada dos crimes de que está sendo acusada. Loretta fala para Lenita que sabe onde está sua filha.

### ROCK STORY

Quinta-feira, 19h15

Léo se descontrola ao ver o clipe da banda sendo exibido no telão, para alegria de Gordo. Daniel garante a Júlia que não existe motivo para fazer a exumação do corpo de Alex. Léo diz a Diana que Gordo quis derrubá-lo. Gordo beija Eva. JF sai com uma moça, sob o olhar crítico de Nicolau. Caio aconselha Nicolau a contar para Luana que JF sai com outras meninas. Gui discute com Júlia por causa de sua obsessão com Alex. Léo avisa a Diana que quer a banda 4.4 fora da gravadora. Nanda beija uma foto de Gordo, revelando sua paixão pelo chefe. Gui e Diana esperam a juíza para assinar o divórcio. Eva e Gordo se encontram no consultório dela. Chiara não percebe que sua pulseira caiu durante o passeio no parque ecológico.

### CARINHA DE ANJO

Quinta-feira, 20h30

Peixoto diz para Haydee que o beijo que ela deu nele foi um erro. As irmãs chegam ao evento do food truck. Vitor fala no palco com as pessoas e Juju apresenta Zeca, que faz um show sertanejo. Flávio dá em cima de Fátima. As freiras sobem no palco e se apresentam. Um ex-paquer da Rosana aparece e Peixoto se incomoda. Rosana percebe que tudo foi uma armação de Haydee. Nicole sobe ao palco e dá de presente para Zeca um computador, com desculpa que ajudará ele a se lançar no meio artístico.

### A LEI DO AMOR

Quinta-feira, 21h00

Tião se declara para Magnólia. Letícia e Tiago ficam furiosos com Marina. Silvia tenta consolar Ciro. Ruty Raquel se irrita com o desprezo de Antônio. Salete sugere que Flávia peça dinheiro a Tião. Tiago e Letícia discutem. Helô liga para Laura e Pedro flagra a esposa. Ciro marca um encontro com Aline e Yara fica apreensiva. Letícia procura Marina. Gigi tenta convencer Magnólia a se casar com Tião. Luciane vai com Gledson até a clínica de reabilitação. Laura pede demissão. Ciro e Yara se beijam. Magnólia pensa em surpreender Tião. Luciane aconselha Gustavo a se afastar de Salete. Tiago revela a Antônio que fica perturbado na presença Marina. Elio briga com Ana Luiza. Letícia estranha ao encontrar Tiago no SPA.

### A TERRA PROMETIDA

Quinta-feira, 22h15

Mireu caminha pelas ruas de Jerusalém com Úrsula e reconhece Salmon. O oficial ordena que os soldados prendam o hebreu. Mireu consegue alcançar Salmon. Tírdia fica sem jeito de dizer que não achou o vestido bonito. Úrsula decide levar Salmon para o palácio. Otniel fica sabendo que o amigo foi descoberto. Tobias pede para morar na ferraria de Setur. Quemuel diz que errou na criação do filho. Adonizede que reencontra com a filha. A princesa mostra o hebreu capturado. Raabe cuida de Boaz. Úrsula diz que descobriu algo sobre Ula. Samara encontra Tobias e avisa que o plano ainda está de pé. Adonizede que fica preocupado. Escondida, Mara cultua as estatuetas que eram de Racial. Adonizede que diz que Ula é uma assassina.

## Humor

### LEMBRANÇAS

Um casal foi a um shopping, quando, de repente, a mulher percebe que o marido havia desaparecido.

Nervosa, ela liga para o celular dele e berra:

- Onde diabos você se meteu?  
- Querida, lembra-se daquela joalheria onde você viu um colar de brilhantes e se apaixonou por ele?? E que eu não tinha dinheiro no momento e eu disse que um dia ele seria seu??

Envergonhada, com um sorriso de orelha a orelha e olhos brilhantes, a esposa responde:

- Sim, meu amor! Claro que lembro...  
- Então?! Estou tomando uma cerveja num bar ao lado da joalheria! Vem pra cá!

### TREM MINEIRO

Uma mulher estava esperando o trem na estação ferroviária de Varginha, quando sentiu uma vontade de ir urgente ao banheiro.

Quando voltou, viu que o trem havia chegado e partido. Então começou a chorar.

Nesse momento, chegou um mineiro, compadeceu-se dela e perguntou:

- Purcaus dique qui a sinhora tá chorando?

- É que eu fui urinar e o trem partiu.

- Uai, dona! Por caus dissu num precisa chorá não... Tenho certeza bisoluta qui a sinhora já nasceu com esse trem partido...

### PEDREIRO PORTUGUÊS

Um pedreiro português, no meio da obra, liga para casa e diz para a esposa, todo ofegante:

- Ora pois, Mulher, tu nem queiras saber... Escapei de uma boa, caí de uma escada de quinze meitros de altura.

- Ai meu Deus, Manoel. E tu estais muito machucado?

- Não... Nem um pouquinho. Eu ainda estava no primeiro degrau.



### TÁTICA NO CASAMENTO

Um homem chega em casa depois de um duro dia de trabalho, senta na poltrona em frente a televisão e diz:

- Mulher, me traga uma cerveja antes que comece.

A mulher suspira e traz a cerveja. Dez minutos depois, ele diz:

- Mais uma cerveja antes que comece.

Ela olha atravessado para o marido, mas traz o que ele pediu.

Assim que ele termina de beber, ele diz:

- Rápido, traga-me outra cerveja que vai começar a qualquer instante.

A esposa, furiosa, começa a berrar com o marido:

- Isso é tudo o que você vai fazer essa noite? Beber cerveja e ficar sentado na frente da TV? Você não passa se um vagabundo, bêbado, um gordo relaxado! E além disso...

Antes que ela termine a frase, o marido levanta os olhos para ela e diz:

- Pronto, comecei.

### DESCENDO A LADEIRA

O bêbado estava descendo cambaleante uma grande ladeira.

Estava agarrando firmemente uma garrafa de cachaça, quando, de repente, tropeça e sai rolando ladeira abaixo.

Ao chegar ao final da ladeira ele levanta meio preocupado se apalpando quando descobre que sua camisa está molhada.

- Espero que seja sangue...



Quando a APAE ligar  
diga SIM!

Nossa Central de Doações  
terá prazer em te mostrar  
nossa 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

# Joana Machado ou Ana Luiza? Mãe e filha impressionam com a semelhança



Em algumas fotos fica difícil distinguir quem é a mãe e quem é a filha

**Sophia Abrahão** substitui Otaviano Costa no comando do “Vídeo Show”



Ela foi muito bem nos testes e será a nova apresentadora do programa

A atriz Sophia Abrahão virá mais um novo desafio na carreira. Após se aventurar como cantora e dançarina, ela vai apresentar o “Vídeo Show”, da Globo, substituindo Otaviano Costa.

Contudo, a experiência não será longa. Isso porque ela ficará no lugar do esposo de Flávia Alessandra apenas enquanto ele tira férias, após um longo período trabalhando sem parar.

A garota se deu muito bem nos testes e começará a apresentar o vespertino já na próxima segunda, 20 de fevereiro,

**E**stá cada vez mais difícil descobrir quem é a mãe e quem é a filha. Até Joana Machado se impressiona com a semelhança entre ela e Ana Luiza, que completou 18 anos em outubro. Nas redes sociais, a jovem mostra a boa forma e a beleza herdadas da mãe fofa.

Em entrevista, Joana diz que não tem como não se ver na filhota. “Me acho parecida e todo mundo fala. Mas somos diferentes no temperamento. Ela é mais calma e tranquila do que eu. Ela namora um menino que é um amor (Kaio Abreu) e na idade dela eu era mais impulsiva. Minha filha pensa mais nas

coisas antes de tomar uma decisão”, disse ela.

Já Ana, que pensa em seguir a carreira de modelo um dia, vê muita coisa em comum com a mãe, principalmente no jeito de ser. Para a jovem, Joana é um exemplo de força. “Admira a sua força de vontade. Quando ela quer conquistar algo, é uma pessoa muito guerreira e uma mãe muito boa para mim e para meu irmão.”

Aos 18 anos, a jovem tira onda de a garante que não faz nada para manter a forma. “No momento eu não estou fazendo nada para ficar em forma, mas estou pretendendo entrar na academia o mais rápido possível”.



**Bruno Gagliasso** entrega travessura da filha, Titi, em casa: ‘Rabiscar parede’

Bruno Gagliasso já mostrou que é um pai disposto a fazer tudo que a filha, Titi, quer. Desde tatuagens com canetinha, até deixar que ela experimente suas roupas, o intérprete de Mário de “Sol Nascente” sabe como agradar a herdeira. Em entrevista, o ator entregou a maior travessura da pequena: “Rabiscar as paredes”.

“Coisa mais gostosa desse mundo! Ela adora rabiscar. Não só ela mas a parede também. Acho que eu tenho uma artista plástica em casa. Ela está puxando o tio, porque ele é artista plástico né?”, disse o artista citando o cunhado, Gian Luca Ewbank, que recebeu a namorada, Giovanna Lancellotti e a irmã, Giovanna

Ewbank, em sua inauguração da mostra “Vital”, no fim do ano passado.

Além de falar um pouco sobre a pequena, o galã também contou como é voltar aos cinemas no filme “TOC”, que tem Tatá Werneck como protagonista do longa, atriz que promoveu a pré-estreia no cinema do Shopping Iguatemi, em São Paulo. Essa é a primeira vez que os dois trabalham juntos. “A gente sempre quis, a nossa preparadora é a mesma e toda vez que a gente se esbarrava em Noronha ou em festas sempre falava: ‘Po, vamos combinar, vamos fazer alguma coisa?’. E aconteceu de eu fazer uma participação do filme dela”, explicou.



Negra Li exibe a barriga

**Negra Li** exalta o seu maior tesouro, a família

A família sempre foi o grande alicerce de Negra Li (37) e Junior Dread (35). Pais de Sofia (7), eles se preparam para ampliar essa base com a chegada de um novo herdeiro. “Queríamos muito um segundo filho e Sofia também pedia por um irmão. Estou com uma idade que já não dava para esperar muito”, conta a cantora, grávida de quatro meses de um menino. “Adoro cuidar de bebê e tiro tudo de letra”, garante Junior. “Nasci em um lugar humilde e nunca tive vergonha. Felizmente, podemos dar uma boa qualidade de vida, mas quero que eles tenham noção das diferentes realidades e respeitem o próximo”, frisa Negra Li.

Apesar da bagagem com Sofia, a mamãe confessa viver novas experiências. “Posso dizer que, hoje, sei o que é gravidez! Com Sofia, foi tudo muito tranquilo, mas desta vez já tive enjoos, cansaço, fome e tudo que você possa imaginar. Ainda bem que esse período já passou”, celebra. O nome do bebê ainda não foi definido, mas, se depender da irmã, ele se chamará Benjamin. “Queria um irmãozinho porque já sou menina,

# horóscopo

## ÁRIES

Você demonstra mais atenção para as demandas dos outros e maior tolerância para lidar com as divergências que prejudicam o convívio, especialmente no setor de relacionamentos, formando trígono com o Sol. Fortaleça os laços de confiança em momentos reservados e evite badalações.

## TOURO

Você nota as demandas do dia a dia com mais clareza, neste momento em que Lua e Júpiter se aproximam da sexta casa, formando trígono com o Sol. Sua autoconfiança e firmeza lhe conduzirão no enfrentamento dos desafios. Promova melhorias em sua qualidade de vida e cuide da saúde.

## GÊMEOS

Você anseia por novas e mais amplas vivências sociais, neste momento em que Lua e Júpiter se associam, estabelecendo trígono com o Sol. Os prazeres da vida estão favorecidos, então aproveite. Porém, selecione bem suas companhias e busque ambientes tranquilos.

## CÂNCER

A vida familiar é beneficiada pela conjunção Lua-Júpiter e pelos trígono que os astros estabelecem com o Sol. Você percebe com mais clareza suas demandas no meio doméstico. Promova, por meio do diálogo, a conciliação dos interesses, seus e das pessoas próximas. Evite o isolamento.

## LEÃO

Lua e Júpiter se harmonizam com o Sol, elevando seu poder criativo para lidar com os desafios, sobretudo aqueles relacionados a questões interpessoais. Sua capacidade de articulação mental e comunicação também se elevam, mas procure ouvir os outros. Perceba que as críticas estimulam sua mente.

## VIRGEM

Você comprehende mais profundamente as questões que precisam ser aprimoradas para um cotidiano funcional, neste momento em que Lua e Júpiter formam trígono com o Sol no setor do cotidiano. As intervenções inovadoras devem ser bem avaliadas antes de serem implantadas.

## LIBRA

Seu senso de valor pessoal é ressaltado pela associação de Lua e Júpiter em seu signo e pelo trígono dos astros com o Sol. Expanda seus interesses e transborde essa expansão para a vida pessoal, promovendo um clima de descontração com os mais próximos.

## ESCORPIÃO

Você percebe mais amplamente seus desafios, neste momento em que Lua e Júpiter se associam, formando trígono com o Sol. Suas decisões são favorecidas pelo maior entendimento das situações. Mas não fique remoendo os fracassos, eles são parte natural do caminho de crescimento pessoal.

## SAGITÁRIO

Busque a companhia dos amigos, pois Lua e Júpiter se associam no setor de amizades, formando trígono com o Sol. Estar ao lado de pessoas com interesses em comum será gratificante. Porém, comprove os aspectos mais íntimos de sua vida somente com pessoas de sua confiança. Seja seletivo!

## CAPRICÓRNIOS

Seu poder empreendedor e de articulação mental favorecem suas iniciativas, neste momento em que Lua e Júpiter se associam no setor profissional. Sol em trígono indica oportunidades de impulsivar as finanças, mas procure informar-se de maneira sólida antes de investir seu dinheiro.

## AQUÁRIO

Reflexões importantes para o sólido planejamento de vida e para a superação de seus desafios são promovidas pela aproximação de Lua e Júpiter na nona casa e pelos trígono dos astros com o Sol. Mantenha a individualidade neste processo, evitando expor sua vida cotidiana.

## PEIXES

Você se mostra mais sensível e introspectivo, neste momento em que a Lua se associa com Júpiter e forma trígono com o Sol no setor de crise. O autoconhecimento se torna mais atraente, então, aproveite o período para dedicar-se às suas próprias demandas e mudanças de hábitos.