



Cleo Pires posa nua e sensualiza na cama em foto na web

Página B4

FALTA DE TEMPO? Existe um único antídoto para a falta de tempo. Um único.
Estar apaixonado! Esquecer de si para inventar o desejo.
O desejo transforma-se no próprio tempo. Tudo é adiado.

■ FÁBRICIO CARPINEJAR - Jornalista e Poeta



Ontem o dia foi de comemoração para **Alexandre Beloni** (Vô) que completou idade nova e recebeu o carinho da esposa Carminha



A morena **Amanda Reis** dá boas vindas à idade nova, em clima de muita festa.



O jornalista **Cezar Silva** recebe os parabéns de toda a equipe deste "O Extra.net" pela data em que comemora seu aniversário.



Esta sexta é especial para **Davi Capela**, que festeja seu niver ao lado dos amigos e da família.



Click da simpática **Débora Silvestrini**, que completa idade nova. Ela recebe felicitações da galera.



Denise Menegasso comemora nesta sexta seu aniversário ao lado do amado Matheus Sandim.



Hoje também é dia dele, **Douglas Xavier Duran**! Parabéns!



Felicidades para o casal **Renata Alves e Marcos Vertigo**, que comemora 7 meses de namoro, em clima de muito romance.



Victor Bittar também assopra velinhas e recebe o carinho especial da família e amigos pelo seu dia.

ASSINE O extra
SEU JORNAL DIÁRIO

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

PEÇA AGORA!

FÉRIAS #BaratoPraCaramba

O SHOPPING DO PREÇO BAIXO

produtos
oferta
à partir de
R\$ 1,99
GIGANTÃO

GIGANTÃO
REDE O SHOPPING DO PREÇO BAIXO

■ UM TOQUE DE SAÚDE & BELEZA

Reposição hormonal para a menopausa

Amenopausa é um processo natural do organismo feminino e pode não precisar de tratamento. No entanto, caso os sintomas sejam muito incômodos, o tratamento da menopausa feito para melhorar a qualidade de vida da mulher.

REPOSIÇÃO HORMONAL

A terapia hormonal (popularmente conhecida como reposição hormonal) é o tratamento mais efetivo para as ondas de calor, trazendo uma redução de até 75% em sua frequência e de 87% em sua severidade. A reposição pode ser feita com estrógeno ou a combinação de estrógeno e progesterona.

No entanto, alguns tipos de terapia hormonal estão ligadas à diferentes complicações, como aumento do risco de ter câncer de mama, câncer de cólon, doença cardiovascular e fraturas. Por isso mesmo, todos esses fatores devem ser avaliados antes de se optar seguir com esse tratamento.

A cada mil mulheres que fazem reposição hormonal, 17 terão câncer de mama. Já as outras 983 restantes continuam tendo o mesmo risco que tinham anteriormente de ter a doença. O ideal é que a reposição se-

ja feita na chamada janela de oportunidade, que normalmente é entre as idades de 50 a 59 anos e no máximo até 7 anos após o início dos sintomas da menopausa. Essas condições tornam o tratamento mais seguro.

Além disso, a reposição só deve ser feita após a paciente fazer todos os exames de rotina e o médico verificar seu histórico de saúde. Isso a ajudará a perceber se há alguma contraindicação e qual a melhor dose hormonal a ser aplicada.

O ideal é que mulher continue fazendo o acompanhamento médico durante a reposição hormonal, até para acompanhar melhor como está sua saúde. E assim que seus benefícios não forem mais necessários, o tratamento deve ser parado.

A reposição hormonal é contraindicada em mulheres que:

- Já sofreram infarto
- Tenham algum grave comprometimento das artérias coronárias
- Possuam doença no fígado que impeça seu funcionamento
- Tenham tido ou ainda apresentem câncer de mama ou no endométrio
- Possuam histórico de doença vascular cerebral
- Estejam com um quadro de hipertensão não controlado.

APLICAÇÃO DE ESTROGÊNIO

Para aliviar o sintoma de secura vaginal, muitos especialistas podem recomendar o uso de estrogênio tópico, ou seja, em creme na própria área da vagina. Esse método é útil principalmente em mulheres que apresentam atrofia vaginal, dor na relação sexual e problemas urogenecológicos.

MEDICAMENTOS NÃO HORMONais

Para mulheres que não podem recorrer a terapia hormonal, existem outras opções de medicamentos conforme o sintoma apresentado. Para os sintomas como os fogachos, existem medicamentos anti-depressivos, hipno-sedativos, antidopamina, vasoativos ou os que agem no eixo hipotalâmico hipofisário.

Eles são indicados principalmente em casos que:

- A paciente não quer fazer terapia hormonal
- Mulheres que apresentam efeitos colaterais ou tem resposta insatisfatória à terapia hormonal
- Mulheres contraindicadas a fazer a reposição de hormônios.

TERAPIAS ALTERNATIVAS

Além das opções acima, as terapias alternativas podem ajudar a mulher nessa fase. Veja algumas:



Fitoterapia: O uso de plantas medicinais e seus extratos pode ser útil nessa fase. Durante o climatério, os fitoestrogênios são os mais indicados - substâncias naturais que agem como os hormônios femininos. Os mais usados hoje são a soja, o trevo vermelho e a cimicifuga. Além deles a valeriana e a melissa podem ser usadas para os sintomas de sono e ansiedade. Mas o ideal é usá-los com orientação de um especialista. Também é importante não ingerir perto das refeições, para que eles sejam absorvidos corretamente.

Homeopatia: Esse tipo de medicina usa substâncias que se assemelham aos problemas e o tratamento é individualizado para cada mulher. O especialista busca quais os principais sintomas que incomodam a mulher nessa fase e aliam remédios homeopáticos que podem ajudá-la. Existem medicamentos de ação importante neste período, como a Sepia Succus, a Lachesis e o Natrum muriaticum, além dos extratos feitos de órgãos como o Ooforinum e o Foliculinum, que fazem parcial substituição dos extratos

hormonais não mais produzidos pelo corpo feminino.

Acupuntura: Essa técnica milenar chinesa pode ajudar ao estimular diferentes pontos do corpo, compreendendo um conjunto de procedimentos que permitem o estímulo preciso de locais anatômicos definidos por meio da inserção de agulhas filiformes metálicas para promoção, manutenção e recuperação da saúde, bem como para prevenção de agravos e doenças. Os pontos a serem estimulados também variam conforme os sintomas que cada mulher apresenta.

Casca: Mudanças simples podem ajudar a acabar com o problema

A caspa, também chamada de dermatite seborreica ou seborreia, pode estar relacionada a diversos fatores - desde hábitos errados que prejudicam o couro cabeludo, até a presença de fungos e até alguns problemas de saúde.

LAVE O CABELO CORRETAMENTE

■ Lave um dia sim e outro não, ou no máximo a cada dois dias ■ Aplice um xampoo anticaspa apenas no couro cabeludo e deixe agir por dois minutos ■ Aplice o xampoo fazendo atrito de forma suave, para evitar mais descamações ■ Depois você pode lavar com seu xampoo de rotina e passar o condicionador apenas abaixo da linha da orelha, se necessário ■ Evite banhos muito quente, deixando a temperatura da água morna, para evitar a oleosidade.

CUIDADO COM OS XAMPUS SECOS

Apesar de ser um aliado quando o cabelo fica oleoso antes de um compromisso importante e não é possível lavar os fios, o xampoo seco não de-

ve substituir a lavagem física, principalmente se sua intenção é eliminar a caspa.

PENSE BEM ANTES DE FAZER QUÍMICAS

Segundo explica Juliana, as químicas aumentam a caspa e sua descamação. Por isso é importante ao fazer procedimentos como coloração dos cabelos ou escovas progressivas.

Isso ocorre porque este tipo de intervenção agride a região, promovendo uma troca acelerada da pele. O normal é que a pele seja trocada a cada 21 dias, aproximadamente, e não é possível perceber que ela está ocorrendo.

USE GEL MODERADAMENTE

O gel na raiz do cabelo, assim como o condicionador, pode ser prejudicial para quem quer acabar com a caspa. Isso porque é como se o gel fechasse o folículo, o que piora a oleosidade e a descamação.

ESCOLHA UM BOM XAMPU ANTICASPA

Alguns xampus podem ajudar a eliminar a caspa e são diversas as opções disponíveis nas perfumarias. Esses xampus anticaspa podem ter um

efeito benéfico na hora de eliminar a caspa, mas apenas o dermatologista pode indicar o melhor tipo para cada caso.

Eles podem ter antifúngicos como o cetaconazol, que ajudam nas caspas ocasionadas por fungos. Já os que contêm zinco ou coaltar, por exemplo, podem ajudar a reduzir a descamação. Dentre as opções mais naturais, estão os produtos com óleo de melaleuca, que tem ação antifúngica e ajuda a combater a caspa. O enxofre também ajuda a controlar a microbiota da região, o que pode colaborar na redução do problema.

REMÉDIOS CONTRA A CASPA

Além dos procedimentos no consultório, o dermatologista também pode indicar o uso de remédios orais para casos mais graves de caspa.

Dentre eles, estão os antifúngicos orais e até os anti-inflamatórios, como o corticóide, que serão receitados de acordo com o tipo de caspa que a pessoa possui para melhorar o seu quadro.

receita

Doce de Leite Ninho

INGREDIENTES:

- 400 g de leite ninho
- 1 lata de leite de coco
- Açúcar



MODO DE PREPARO:

- Coloque o leite ninho em uma vasilha e aos poucos coloque o açúcar, misturando
- Após misturar coloque o leite de coco aos poucos também, veja quando a mistura estiver bem concentrada, para ficar um doce bem durinho não coloca toda a lata de leite de coco
- Após misturar toda a massa, você faz bolinhas com as mãos, assim como fazer brigadeiro e coloca no açúcar
- Se preferir, coloque na geladeira

ClimaCold
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 Grecco, 95 - Jardim Iguatemi - Fernandópolis - SP.

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

Caça Palavras

DESCUBRA ABAIXO
AS PALAVRAS AO
LADO

- ECO
- EIXO
- ÉGUA
- EDIÇÃO
- ELEGER
- EDUCAÇÃO
- ECLIPSE
- ELEVADOR
- ECONOMIA
- ELETRÔNICA



Palavras Cruzadas



- 1- Tabuleiro para assar alimentos.
- 2- Estado físico da água.
- 3- Serve para colocar líquidos.
- 4- Síônimo de jumento.
- 5- Fruto do caqui-zéiro.
- 6- Serve para passar roupas.
- 7- Som agudo produzido pelos lábios.
- 8- O mesmo que ave.

Dígrafo é a união de duas letras que têm um único som: ch, lh, nh, rr, ss, gu, qu.

Sete Erros

NESTA OLIMPÍADA O CASCÃO VAI BOTAR PRA QUEBRAR !



E VOCÊ? QUE TAL MOSTRAR SUA HABILIDADE EM ACHAR OS 7 ERROS ENTRE AS DUAS ILUSTRAÇÕES?



Resumo de Novelas

MALHAÇÃO

Sexta-feira, 17h30

Tânia se desespera com a briga de Ricardo e Caio, e chama a polícia. Cleiton diz a Rômulo que Nanda ainda gosta dele. Tânia termina o namoro com Caio. Caio pede demissão da academia e afirma que resolverá os assuntos com Ricardo na Justiça. Sula se irrita com Rômulo por causa de Nanda, mas aceita se fingir de namorada dele para provocar a moça. Manuela se incomoda com a aproximação de Tânia e Ricardo, e acaba ofendendo Luiza. Dodô aconselha Arthur sobre como acalmar Belinha. Bárbara e Joana tentam convencer Caio e Ricardo a se entenderem. Garcez marca um teste com Joana e Bárbara, e Solange repreende o empresário.

SOL NASCENTE

Sexta-feira, 18h00

Loretta conta que entregou a filha de Lenita para um casal que vive fora do país. Carol desiste de contar para Louzada o que sabe sobre César. Patrick diz a Ana Clara que Julia pode ajudar na recuperação de Wagner. Hideo tenta encontrar a fraude no vídeo de César sobre a explosão das traimeiras. Tanaka conta a Mocinha toda a sua história. Hirô leva documentos do último carregamento da Arraial Pescados para Alice assinar. César arma contra Alice e avisa a Mesquita e Louzada sobre o carregamento ilegal de dinheiro. Gaetano e Damasco procuram Sinhá. Louzada e Mesquita apreendem a carga da Arraial Pescados, e Hirô se desespera. Elisa não consegue contar para Ana Clara sobre sua paixão por Padre Julião.

ROCK STORY

Sexta-feira, 19h15

Gui e Diana chegam à floresta onde Chiara se perdeu. Nanda se irrita por ter que fazer uma reserva para Gordo jantar com Eva. Diana encontra a pulseira de Chiara e se desespera. Eva sugere que ela e Gordo mantenham o romance em segredo. Diana encontra Chiara, e Gui se esforça para resgatar a filha. Léo tenta falar com Diana. Zac tem uma conversa séria com Tom. Edith e Nelson se preocupam por Júlia não querer falar com Gui. Chiara pede para não ir ao casamento de Diana, e ela chorar ao ver a filha abraçada a Gui. Caio incentiva Nicolau a se declarar para Luana. Nêia cobra a entrada dos fotógrafos no casamento de Léo. Miro não gosta de ver o clima animado entre Nina e Léo. Nicolau se declara para Luana.

A TERRA PROMETIDA

Sexta-feira, 22h15

O rei avisa que não vai executá-la. Zaqueu diz que vai sair para caçar codornas. Mireu convida Otniel para a comemoração. Samara avisa que Zaqueu sairá para caçar e diz que chegou a hora de executar o plano. Otniel chega ao palácio. Mireu pede para o rapaz cumprimentar o rei de sua cidade. Salmon conversa com o carcereiro e descobre que está acontecendo uma festa no palácio. Acompanhadas dos guerreiros hebreus, as mulheres hebreias lavam as roupas no rio. Um grupo de soldados de Jerusalém se aproxima. Zaqueu segue em um local mais distante, caçando as codornas. Tobias e Samara observam Zaqueu caçando. Com um punhal, Otniel ameaça Mireu no templo do palácio. Escondidos, os soldados de Jerusalém observam as hebreias no rio.

CARINHA DE ANJO

Sexta-feira, 20h30

Cecília vê Nicole com Gustavo e diz para Fabiana que precisa sair de lá. Doutor André aparece no evento e conversa com Cecília e Fabiana para saber como foi a apresentação delas. Enquanto isso, Emílio e Zé Felipe dizem para Dulce Maria que querem pescar a peruca de Estefânia para saber qual a verdadeira cor do cabelo dela. As crianças não conseguem, pois a Tia Perucas pensa ser um inseto que encostou na nuca dela. Gustavo vai até o apartamento de Nicole escondido e os dois quase se beijam, pois Nicole vira o rosto para fazer charme. Madre Superiora fica chateada que as irmãs esqueceram de levar seus docinhos. Dulce Maria conta para Estefânia que ela sonhou com Teresa e as duas ficaram experimentando perucas.

A LEIDO AMOR

Sexta-feira, 21h00

Tião se surpreende com Magnólia. Letícia insiste para Tiago fazer uma massagem com Marina. Marina concorda em se afastar de Tiago e Letícia. Pedro e Ana Luiza pensam em como recuperar a gravação feita por Ciro. Letícia se aconselha com Jéssica e Antônio. Pedro procura Ciro. Magnólia tenta não pensar em Tião. Gustavo termina seu romance com Salete. Robinson teme que Antônio se separe de Ruty Raquel. Yara chama Misael para conversar com Aline. Pedro pede para Ciro se unir a ele contra Magnólia. Letícia tenta aconselhar Helô. Pedro leva Sílvia para visitar Caio. Gigi constata que Magnólia está apaixonada por Tião. Helô se emociona ao saber que ela e Pedro serão os padrinhos de Caio. Vitória vê Ciro com Yara.

Humor

DOI BÊBADOS NA PONTE

Dois bêbados andando em cima da ponte de repente um deles cai na água e morre afogado.

Quando o bêbado estava sendo retirado da água pelo os bombeiros, o outro bêbado chorando e lamentando a morte do outro diz:

- Tantos anos bebendo cachaça, na primeira vez que bebe água morre!

SOM DOS ANIMAIS

A mãe pergunta a filhinha:

- Filha, como é que a galinha faz?

A filha responde:

- Pó-pó-pó!

A mãe pergunta:

- E como o boi faz?

Ela responde:

- Muuuuuu!

A mãe pergunta:

- Filha, como é que a cobra faz?

A filha responde:

- Oi, amiga!

ORAÇÃO DO CORNO

Tomara que eu nunca seja...

Mas se for...

Tomara que eu não desconfie de nada...

Mas se eu desconfiar...

Tomara que eu nunca tenha certeza...

Mas se eu tiver certeza...

Tomara que eu não faça nada...

Que é pra não magoar os sentimentos da minha amada!

FUTEBOL NO SUL

No intervalo de um jogo no Beira-Rio, um torcedor se vira para o amigo e diz:

- Tchê, quando chegar em casa, vou arrancar a calcinha da minha guria!

O outro...

- Mas Bá, por que essa violência toda?

E o cara:

- Está me apertando muito...

NO CEMITÉRIO

Uma velhinha vai ao cemitério visitar o túmulo de seu falecido esposo.

No caminho lê as lápides que vai encontrando.

Para diante de uma que diz: "Aqui jaz um político, um homem honrado, um homem íntegro".

A velhinha imediatamente faz o sinal da cruz e diz assustada:

- Virgem Santíssima! Só podemos enterrado três homens na mesma cova!

A SOGRA SUICIDA

Um homem pega o telefone e liga desesperado:

- Socorro! Minha sogra quer se suicidar. Se atirar da janela!

- O homem do outro lado diz:

- Tá, mas acho que o senhor errou o número. Aqui é da carpintaria!

- Eu sei, é que a janela não quer abrir!



INSTITUTO DE OLHOS
CIRURGIA DE CATARATA (FACOEMULSIFICAÇÃO), 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

**Quando a APAE ligar
diga SIM!**

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

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

CRECI 67022
IMOBILIÁRIA OUROESTE
Venda - Locação e Administração

Tel. 17 3843.1505

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

celebridades

Roberto Carlos levanta suspeitas de namorada



Roberto Carlos em show na Bahia

Roberto Carlos fez a primeira apresentação do projeto "Emoções Praia do Forte" na noite desta quarta-feira, 15, na Bahia. O cantor trouxe sua sequência de sucessos infalível com direito a hits como "Emoções" e "Como vai você". Durante a canção "Desabafo", o Rei mostrou seu bom humor ao comentar um trecho da letra. "Nós, os caras, sabemos que as coisas não são bem na hora que a gente quer. Nós sabemos que as coisas funcionam na hora que elas querem", disse ele, arrancando gargalhadas dos fãs e gritinhos de empolgação da maioria plateia feminina.

Antes de entoar os versos de "Olha" - que diz "Olha você tem todas as coisas, que um dia eu sonhei para mim" -, Roberto provocou a plateia. "Tem vezes em que olho para a plateia e tenho vontade de can-

tar essa música para alguém em especial", disse ele, com direito a mão sobre os olhos como se procurasse alguém entre os fãs.

Antes de começar o seu novo sucesso, "Chegaste", em que divide os vocais com Jennifer Lopez, Roberto se desmanchou em elogios à cantora: "Mais do que uma honra foi uma provocação irresistível fazer esse dueto com ela".

Durante "Como é grande o meu amor por você", Roberto se desculpou: "Desculpe desafinar, mas é que estou muito emocionado". Roberto Carlos finalizou o show ao som de "Jesus Cristo" e fez a tradicional distribuição de rosas brancas e vermelhas. Ao todo, doze dúzias de rosas foram entregues aos fãs pelo cantor. Nos três dias de shows do projeto "Emoções Praia do Forte", 3 mil pessoas irão assistir à apresentação do Rei.



Cantora deu à luz o seu terceiro filho

Cleo Pires posa nua e sensualiza na cama em foto na web

Cleo Pires "causou" na internet nesta quarta-feira, 15. A atriz compartilhou uma foto em que aparece completamente nua em seu perfil no Instagram e causou frisson. No clique, Cleo aparece toda sensual deitada na cama com os seios cobertos apenas com um adesivo em formato de coração. "Beije meu coração mal colocado pós dia dos namorados", brincou ela na legenda, além de usar as hashtags em inglês "pé sujos" e "alma livre".



A atriz é conhecida por postar fotos ousadas nas redes sociais

A foto dividiu opiniões dos seguidores da atriz na rede social. Mais do que depressa, alguns elogiaram o post. "A atriz mais gata que existe na TV brasileira", comentou um deles, e outro completou: "Não

basta ser Cleo Pires. Tem que postar uma foto dessas sambando na nossa cara... E nem é carnava! "

Por outro lado, outros questionaram a ousadia do clique: "Para que tanta exposição?

Tão linda, mas desnecessário fazer isso". E nem mesmo o detalhe do pé da atriz passou em branco. "Tirando o pé, que parece que tá sujo", comentou um seguidor atento.

Nasce Maria, filha de Felipe Simas e Mariana Uhlmann

A família de Felipe Simas e Mariana Uhlmann cresceu. Nasceu nesta quinta-feira (16) Maria, segunda filha do casal. A notícia foi divulgada nas redes sociais por Ana Sang, mãe de Felipe. "Meu melhor presente!!! Chegou

MARIA!!", disse ela, que comemora aniversário também nesta quinta.

Felipe e Mariana se casaram em 2016, em um sítio em Itaiapava, na região serrana do Rio de Janeiro. Os dois ainda são pais de Joaquim, de 2 anos.



Felipe e Mariana também são pais do pequeno Joaquim, de 2 anos

Kelly Key fala sobre treino pós-parto e diz que já perdeu 11 kg

Após dar à luz o seu terceiro filho, Artur, há 15 dias, Kelly Key está voltando aos poucos à atividade física. Nesta quarta-feira, fez uma caminhada de trilha, de leve, enquanto empurrava o carrinho de bebê. "Isso aí, gente, sem desculpas [pra se exercitar]", disse aos fãs no Instastories.

A cantora, que teve parto por cesariana, disse que a sua recuperação foi "muito boa". "Tirei os meus pontos com 11 dias. Por isso, a minha médica disse que na segunda semana já poderia começar a fazer caminhadas e andar de bike. Faço a caminhada na academia ou aqui na trilha", disse.

A musculação, porém, ainda não foi liberada. "Provavelmente poderei voltar a pegar peso em 40 dias, por conta da cesariana e o músculo do abdômen", frisou.

Kelly já perdeu 11 kg desde a gravidez. Durante a gestação ganhou 18 kg, o que significa que já perdeu a maior parte do peso. "Óbvio que não tenho gominho ainda. Tenho bastante gordura, ao contrário de como eu estava antes", contou. "Mas não estou preocupada com isso agora. Queiro que o Artur esteja bem nutrido e eu saudável."

"Todavia, é claro que a gente quer emagrecer também, voltar ao 'corpitcho', porque ele estava bonitão (risos). Mas tem gente que diz assim 'ai, olha ela já está pensando no corpo, que aburdo'. Papo de

gente que não tem muita disposição, não quer fazer por onde e aí quer criticar outras pessoas. Conheço, eu conheço", disse em tom de brincadeira.

horóscopo

ÁRIES

Seus aspectos emocionais e visão acerca dos desafios são fortalecidos pelo trígono da Lua com Netuno no setor de crise. Supere seus temores e enfrente os problemas de maneira natural. Fortaleça a autoconfiança e perceba o que você precisa mudar para promover essas transformações em sua vida.

TOURO

O setor de relacionamentos é harmonizado pela associação Lua-Netuno, que promove um clima mais intimo nas relações de afeto. Amizades do passado poderão ressurgir, e laços poderão ser reestabelecidos. As interações emocionais são facilitadas pela sua maior percepção das pessoas.



GÊMEOS

Dedique-se de corpo e alma às atividades do trabalho, pois Lua e Netuno transitam harmonizados no setor profissional. Saiba aliar garra e sensibilidade, pois isso será fundamental para a superação dos desafios. As relações profissionais estão favorecidas neste período.



CÂNCER

Os processos intelectuais e interpessoais estão favorecidos, neste momento em que Lua e Netuno se harmonizam entre as quinta e nona casas. Permita-se buscar vivências que tenham um caráter de inovação e ampliação de conhecimentos, trocando ideias com pessoas interessantes. Explore novos territórios.



LEÃO

Você fica mais ligado e atento à vida cotidiana e familiar, neste momento em que Lua e Netuno estabelecem trígono, harmonizando a vida doméstica. Ainda que o momento seja mais propício a intensas reflexões, promova ações práticas que apliquem o aprendizado alcançado neste período.



VIRGEM

As trocas de reflexões profundas acerca da vida tendem a favorecer as interações pessoais, neste momento em que Lua e Netuno se harmonizam entre os setores de comunicação e de relacionamentos. Ofereça sua ajuda para quem necessita, demonstrando abertura para o que as pessoas lhe dizem.



LIBRA

De maneira objetiva e com senso crítico você conduz as demandas do dia a dia, neste momento em que a Lua transita pela segunda casa, se associando harmoniosamente com Netuno. Coloque em dia as tarefas cotidianas, pois assim você conseguirá ter mais tempo para as atividades reflexivas.



ESCORPIÃO

Você demonstra grande habilidade para lidar com grupos, neste momento em que Lua e Netuno se harmonizam entre seu signo e o setor social. A companhia dos amigos tende a ser bastante positiva neste período. Ainda que sua presença seja o foco das atenções, saiba dividir os holofotes.



SAGITÁRIO

Os desafios no lar devem ser mais facilmente resolvidos, neste período em que Lua e Netuno se harmonizam, lhe conferindo uma visão privilegiada acerca dos atuais desafios. Una esforços, tanto individuais como os coletivos, buscando promover uma maior integração no meio familiar.



CAPRICÓRIO

Lua e Netuno formam trígono, favorecendo os diálogos e promovendo um aprofundamento da compreensão em relação aos interesses em comum. Isso contribuirá para a sedimentação das sólidas amizades. Grandes oportunidades deverão surgir a partir dos esforços em grupo. Que tal viajar?



AQUÁRIO

Boas oportunidades profissionais desabrem em seus horizontes, neste momento em que Lua e Netuno formam trígono, trazendo seu foco para o trabalho. Esteja bem preparado nos aspectos técnicos e emocionais, pois os desafios intelectuais deverão lhe demandar tais qualidades. Estimule o



PEIXES

Sua presença tenderá a despontar na liderança, então use a sua sabedoria para conduzir as pessoas.