



# o extra Mais

## Henrique & Juliano negam ajuda financeira do goleiro Júlio César: 'Caminhamos bem'

Página B4

"Amar a leitura é trocar horas de fastio por horas de inefável e deliciosa companhia."

■ JOHN FITZGERALD KENNEDY, ex-presidente dos EUA



Selfie de Ana Paula Ferreira, apagando velinhas hoje. Felicidades!



Meiga e bela, a ruiva Amanda Boer completa idade nova nesta quarta.



Ana Tarlão recebe os parabéns de amigos e familiares pela data em que completa mais um ano de vida.



Sempre ao lado do maridão, Analice Cruz comemora a passagem de mais um aniversário.



Felicidades e muitos anos de vida para Guto Binatti!



Rafael Henrique recebe votos de realizações e sucesso. Parabéns!



A estilosa Debora Cristina Gonçalves também tem motivos para comemorar. Parabéns!



Destaque para o professor de educação física da Etec, Vincenzo Cavenagui, aniversariante de hoje.



Na lista dos homenageados também está ela, a bela e simpática Viviane Delgado!

**ASSINE o extra**  
SEU JORNAL DIÁRIO

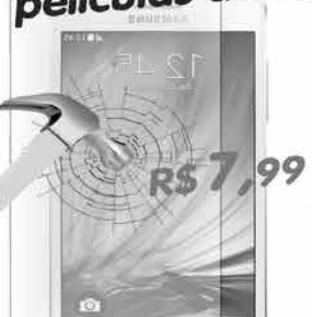
Fones: (17) 3462-1727 / 3442-2445  
E-mail: assinatura@oextra.net

PEÇA AGORA!

CUIDAMOS BEM DO SEU  
**CELULAR**



peliculas de vidro



Barato pra Caramba



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



REDE  
**GIGANTÃO**  
O SHOPPING DO PREÇO BAIXO!

#EuAmoEconomizar

■ UM TOQUE DE SAÚDE &amp; BELEZA

# Tratamentos caseiros para acabar com as espinhas e suas manchas

Veja também quais receitas caseiras não são tão eficazes

**E**spinhas são um problema sério geralmente associados à adolescência, mas que persistem à vida toda. Seja na forma da própria acne, que em muitas pessoas continua surgindo após os 30 anos, ou como as cicatrizes e manchas deixadas por este problema.

Na hora de resolver, não falta quem indique tratamentos caseiros para as espinhas e suas manchas, e alguns deles realmente funcionam!

No entanto, é preciso deixar um alerta antes de apresentá-los: nenhuma dessas receitas caseiras têm estudo científico para dizer se funcionam, como devem ser usadas e quais as quantidades, além do seu perfil de segurança. Por serem baseadas nas experiências das pessoas, o ideal é fazê-las com supervisão médica.

**Sabendo disso, veja os tratamentos caseiros para espinhas e suas manchas que podem ser eficazes:**

**■ ÓLEO DE COCO:** O óleo de coco, além de ser um potente hidratante, tem uma propriedade interessante para quem busca um tratamento caseiro

para espinhas. Ele é anti-dihidrotestosterona, uma variação do hormônio testosterona que é uma grande causadora de acne. Com isso, ele ajuda a reduzir as espinhas, além de ser interessante no tratamento de suas manchas também.

**■ ALOE VERA (BABOSA):** A babosa (cujo nome científico é Aloe vera) é bastante interessante como tratamento caseiro para marcas e cicatrizes mais leves de acne. Ela possui propriedades calmantes e cicatrizantes e pode auxiliar na regeneração da pele, mas não agirá em cicatrizes mais profundas.

**■ CEBOLA E VINAGRE DE MAÇÃ:** O vinagre de maçã é um produto bastante interessante para reduzir a oleosidade da pele, algo bastante comum em quem tem espinhas. Aliado à cebola, que é antibacteriana, esse pode ser um tratamento eficaz para reduzir as espinhas. Além disso, alguns postulam que o vinagre de maçã tem ação clareadora, melhorando as marcas.

**■ CHÁ VERDE:** O chá verde não serve só para beber, pode ser também um tratamento caseiro para espinhas. Por ter propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias, ele pode ajudar a secá-las. Para tanto, basta preparar o chá normal-

mente e usá-lo embebido em um algodão diretamente na pele, para que faça efeito.

**■ CLARA DE OVO:** Aplicar clara de rosto no rosto, como uma máscara facial, também pode ser um tratamento caseiro interessante para espinhas. As proteínas e o colágeno presentes neste alimento podem melhorar o aspecto da pele.

**■ CREME DE PEPINO E AÇÚCAR:** Essa dupla é interessante como tratamento caseiro para espinhas, tanto reduzindo sua quantidade quanto melhorando as manchas. O pepino remove as impurezas, acalma e hidrata a pele, enquanto o açúcar promove esfoliação. Esfoliar pode ajudar a reduzir as manchas mais superficiais, pois aos poucos vai desgastando a camada mais externa da pele. Em longo prazo, isso pode clarear a região.

**■ TOMATE:** A acidez presente no tomate, apesar de leve, pode ser interessante para secar as espinhas, tornando-o uma opção de tratamento caseiro. Em alguns casos ele pode sim ajudar.

**■ PRODUTOS COM CALÊNDULA:** A calêndula é uma substância que pode ajudar na redução da oleosidade da pele, sendo um tratamento caseiro interessante pa-

ra quem sofre com espinhas.

**■ ESPREMER EM CASA:** Apesar de não ser um tratamento propriamente dito, espremer espinhas não é uma medida eficaz para mandá-las embora. Quando você espreme uma espinha, você pode infectar o local com bactérias e ganhar uma inflamação maior ainda.

**■ ÁGUA OXIGENADA:** A água oxigenada é uma conhecida clareadora, mas se engana quem pensa que isso a torna um tratamento caseiro para espinhas e suas manchas. Ela pode manchar ainda mais a pele e é potencialmente perigosa.

**■ LIMÃO:** O limão é ácido, e por isso realmente poderia servir como um tratamento caseiro para espinhas. No entanto, ele é uma receita caseira arriscada. O limão pode causar manchas se estiver na pele quando houver exposição ao sol.

**■ LAVAR O ROSTO MAIS VEZES:** Lavar excessivamente o rosto pode provocar um efeito rebote, aumentando a produção de oleosidade pelas glândulas sebáceas. Por isso, o ideal é lavar o rosto duas vezes ao dia, preferencialmente com água morna ou fria, e usando um sabonete neutro ou indicado para o seu tipo de pele.



## receita

### Ovos Recheados

#### INGREDIENTES:

- 4 ovos
- 1 batata média cozida
- 1 cenoura pequena cozida
- 3 colheres (sopa) de maionese
- Sal e pimenta-do-reino moída a gosto
- 4 alcaparrões (alcaparras grandes) em conserva escurridas
- 1 colher (sopa) de azeite
- Salsa picada a gosto



**MODO DE PREPARO:**

- 1. Cozinhe os ovos até ficarem bem firmes.
- 2. Retire a casca e corte 1/4 de cada um no sentido horizontal. Reserve os pedaços retirados.
- 3. Em uma panela, cozinhe a batata e a cenoura até ficarem bem macias.
- 4. No espremedor de legumes, passe a batata, a cenoura, os pedaços de ovo reservados e coloque em uma tigela pequena.
- 5. Acrescente a maionese, sal, pimenta e misture bem até formar um creme.
- 6. Recheie os ovos com o creme. Sobre cada um, coloque uma alcaparra, salpique a salsa e sirva em seguida.

**Dica:** sirva os ovos com salada de folhas verdes ou como entrada.

## Conscientizar a sociedade sobre doenças reumáticas

É preciso que todos saibam que reumatismo não é doença de idoso e os profissionais da saúde devem estar preparados para atender estes pacientes

é necessário preparar os profissionais de atendimento básico, educadores físicos, fisioterapeutas, médicos de atenção básica, clínicos, traumatólogos e residentes para reconhecer sintomas da espondilite e encaminhar esses pacientes para a área de reumatologia, pois assim é possível que eles recebam um diagnóstico precoce. No entanto, mesmo com palestras gratuitas com especialistas de reumatologia e da área de reabilitação, há uma falta de interesse desses profissionais. Diante dessa realidade, percebo que precisamos sensibilizar a sociedade como um todo.

O paciente com EA precisa de atendimento multidis-

ciplinar com reumatologista, ortopedista, dermatologista, oftalmologista, fisioterapeuta, psicólogo e educadores físicos. É necessário focar no tratamento e na reabilitação.

Além disso, o acesso à informação deve ser simples. Da mesma forma, a comunicação com o paciente a respeito da doença e do tratamento precisa ser feita de forma compreensível.

**CONSCIENTIZAÇÃO**  
É preciso conscientizar toda a sociedade em relação às espondilartites e demais doenças reumáticas, discutindo suas limitações e influências psicológicas, profissionais e sociais. Precisamos que todos saibam que reumatismo não é doença de idoso? Qualquer pessoa de qualquer idade pode ter uma doença reumática.

As associações de pacientes são fundamentais para a defesa dos pacientes, influen-

ciando as tomadas de decisões políticas para melhorar as condições dos pacientes e para disponibilização de novas terapias pelo sistema de saúde.

É necessário disponibilizar as terapias e o acesso aos especialistas para todos os pacientes, independentemente de sua localização geográfica.

**COMO SE MANIFESTAM?**

As formas mais comuns de manifestação das doenças reumáticas são a dor, a tumefação e a limitação da mobilidade.

**QUAIS SÃO AS PRINCIPAIS DOENÇAS REUMÁTICAS?**

■ Osteoartrose ■ Raquialgias (dores na coluna vertebral) ■ Doenças reumáticas periartriculares, incluindo as lesões musculoesqueléticas ligadas ao trabalho ■ Osteoporose ■ Fibromialgia ■ Artropatias microcristalinas ■ Artrite reuma-

tóide ■ Espondilartropatias ■ Doenças reumáticas sistêmicas ■ Artrites idiopáticas (com causa desconhecida) juvenis.

#### QUAIS SÃO OS FATORES DE RISCO?

Cada doença tem fatores de risco específicos. Há algumas patologias relacionadas com a prática de atividade laboral, de desporto e mesmo de lazer.

■ Idade ■ Obesidade ■ Tabagismo ■ Ingestão de bebidas alcoólicas em excesso ■ Ingestão de fármacos.

#### TRATAMENTO

Os tratamentos apresentam terapêuticas diversificadas e, frequentemente, visam reduzir a dor e a incapacidade e melhorar o bem-estar e a qualidade de vida do doente.

#### DIAGNÓSTICO

O diagnóstico da doença reumática não é simples e envolve: a história dos sintomas, o exame físico, exames de laboratório e radiografias.

**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**

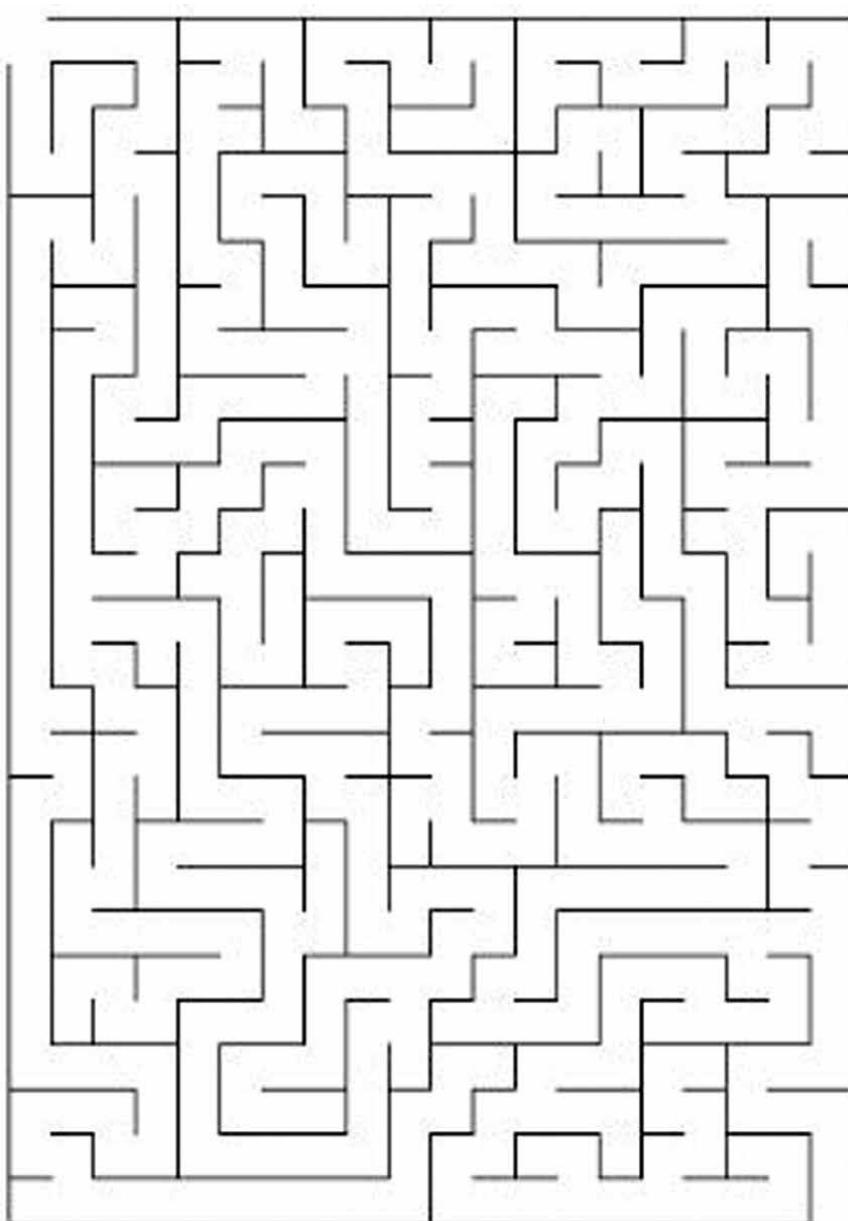
**FONE: (17) 3442-1522**

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

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

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

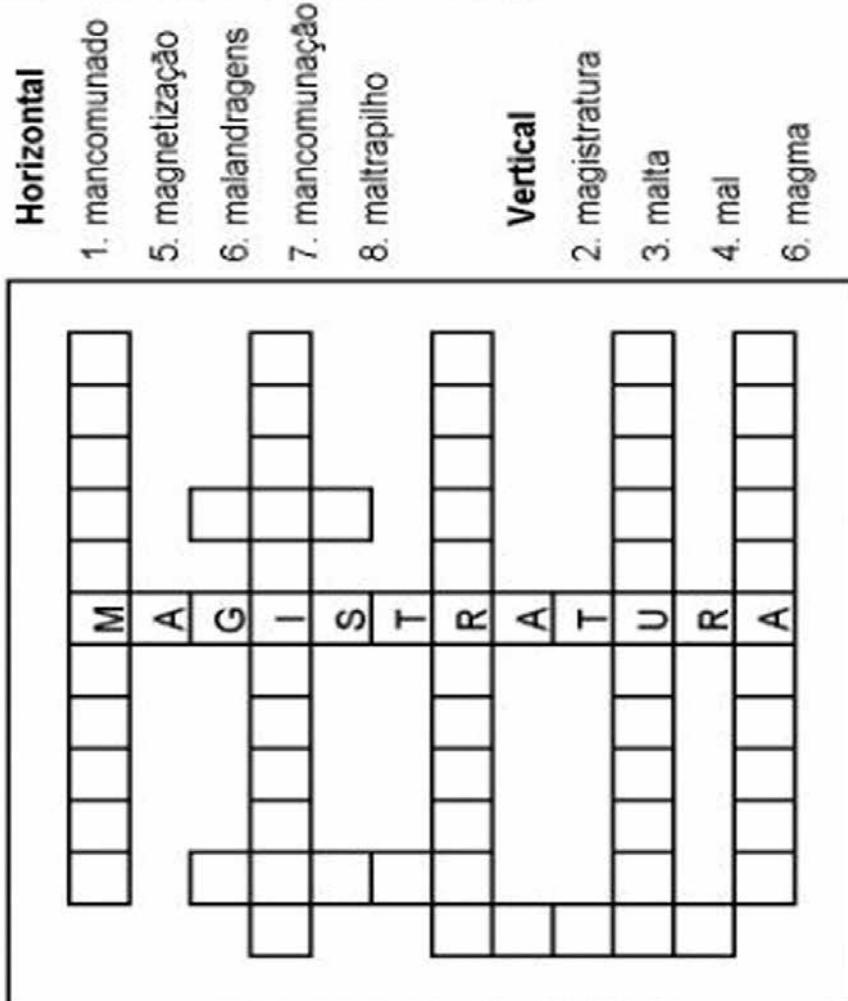
## Jogo do Labirinto



## Caça Palavras



## Palavras Cruzadas



CIRURGIA DE CATARATA (FACOMELISFICAÇÃO), 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

## Resumo de Novelas

### MALHAÇÃO

Quarta-feira, 17h30

Tato e Keyla mentem para K2. Felipe e MB convencem Clara a ir para a festa. Marta se encontra com Luís. Mitsuko obriga Telma a ir à festa do bebê. Marta e Luís veem Malu e Edgar no restaurante. Tina faz uma homenagem para Keyla, com a ajuda de Anderson. Ellen se recusa a dançar com Fio. Felipe toca a mão de Lica, sem que Clara veja. Ellen e Jota copiam os contatos dos convidados da festa. K1 e Juca dançam juntos. Tato faz um discurso para elogiar Keyla. Ellen conserta o aplicativo no celular de Jota. Keyla beija Tato e Benê fotografa os dois. Tina e Anderson se beijam e Telma não gosta. Clara vê Lica e Felipe se beijando e avisa a MB.

### NOVO MUNDO

Quarta-feira, 18h00

Anna dá à luz uma menina e Joaquim se emociona. Leopoldina impede Anna de contar a verdade para Joaquim. Domitila se despede dos filhos. Nívea ouve Anna dizer que Vitória não é filha de Thomas. Ferdinando afirma a Jacira que não deixará a mata. Dom Pedro recebe uma carta com a suposta rendição de Avilez e Chalaça desconfia. Piata questiona Jacira por sua demora em voltar para a aldeia. Joaquim afirma a Anna que irá ajudá-la a proteger Vitória. Libério descobre que Cecília é Rosa Branca. Peter conquista a confiança de Amália. Germana sugere que Elvira faça uma nova simpatia para se aproximar de Joaquim. Diara, Wolfgang e Joaquim pedem que Dom Pedro acabe com a escravidão.

### ROCK STORY

Quarta-feira, 19h15

Gui pede perdão a Zac por ter brigado com Mariane. Romildo e William conseguem roubar dinheiro da casa de Néia. Lázaro combina com Mariane uma forma de incitar Gui a agredir-la fisicamente. Ricardo conta a Júlia que descobriu que Salvatore é casado com uma brasileira. Mariane tenta simular uma briga com Gui, mas o músico não cai em sua armadilha. Syl visita Nanda na clínica. Gui diz a Zac que Mariane precisa de tratamento médico. Lázaro orienta Mariane a inventar que Gui a empurrou da escada. Mariane grava um vídeo denunciando Gui por agressão.

### O RICO E LÁZARO

Quarta-feira, 22h15

Daniel encontra Joana no palácio. Beroso diz que está preocupado com a desconfiança dos sábios hebreus. Joana agradece a ajuda de Daniel. Naomi é levada até o alojamento de escravas. Com o rosto vermelho e irritado, Neusta se desespera. Dalila estranha ao ver Sadraque com sua caixa de costura. Rabe-Sáris se diz animado com a caçada. Daniel diz que alguém está roubando o rei. Neusta procura Sammu-Ramat. Daniel diz que mandará Matias para confirmar se está havendo roubo. Talita e Tamir discutem com Samira e Shamir. Elga prepara um bolo para uma deusa. Shag-shag sorri ao avistar Arioque. Kassaia encontra a rainha e finge que se deitou com o escravo. Nabonido tenta alertar Nitócris.

### CARINHA DE ANJO

Quarta-feira, 20h30

O professor de teatro, Tom, diz que a peça da Cinderela vai encerrar a feira e diz que Dulce pode escolher o personagem que fará. A carinha de anjo revela que quer interpretar o príncipe da história. Estefânia reclama novamente com Gustavo sobre ele querer anunciar o noivado com Nicole. Frida revela que não quer mais ser a Cinderela e o professor passa o papel para Adriana. Selene encontra com Vitor em uma cafeteria para conversarem. O chef diz que ela já destruiu sua vida uma vez e que isso não voltará a acontecer, por isso manda ela ir embora. A mulher fica irritada e sozinha promete que isso não ficará assim. Tom começa a ensaiar a peça com as meninas, que ganhou uma nova adaptação e terá narração de Cecília.

### A FORÇA DO QUERER

Quarta-feira, 21h00

Rubinho deixa recados no celular de Bibi. Zeca pede Jeiza em casamento. Eugênio tenta ser solidário a Joyce. Mira teme que Caio descubra a verdade sobre ela. Eugênio recebe o contrato de aluguel de Edinalva e fica furioso. Jeiza exige a presença de Alan em sua festa de noivado. Cibele questiona Dantas sobre seus sentimentos por Shirley. Silvana furtou dinheiro de Eurico. Cibele chega para trabalhar na C. Garcia e todos se surpreendem. Simone avisa que ajudará Ivana a se arrumar para o jantar na casa de Heleninha. Edinalva recebe o pedido de desculpas de Eugênio e provoca Abel. Yuri conta para Bibi que Rubinho não pegou um táxi para sair de casa. Ratinha e Cibele se encontram.

## Humor

### PRESENTEANDO A NAMORADA

Três amigos estavam conversando num bar, quando começaram a falar dos presentes que iriam dar para suas namoradas.

O amigo médico disse:

- Vou dar para minha namorada um colar de ouro com brilhantes e um anel de rubis. Se ela não gostar do colar, com certeza ela vai gostar do anel.

O amigo advogado continuou:

- Hoje a noite minha namorada vai ganhar um celular novo, o menor do mundo, e um vídeo cassete com 8 cabeças. Se ela não gostar do celular, ela vai gostar do vídeo.

E por último falou o amigo engenheiro:

- Vou dar para minha namorada uma camiseta branca e um vibrador. Os amigos ficaram curiosos e quiseram saber porque um vibrador.

E ele respondeu:

- Se não gostar da camiseta, ela que se foda!!!

### EM BUSCA DE SOLUÇÃO

Um sujeito acaba de ser contratado

do como presidente de uma grande empresa de tecnologia de ponta. O presidente que está deixando o cargo encontra-se com ele e lhe entrega três envelopes.

- Abra um deles quando deparar-se com um problema sem solução - diz o ex-presidente.

Bom, as coisas estão indo muito bem, mas, seis meses depois, as vendas começam a cair e o presidente não consegue reverter o quadro. Depois de esgotados todos os recursos que ele conhece, ele se lembra dos três envelopes. Ele pega o primeiro na gaveta e o abre. Nele, apenas um papel com uma mensagem: "Culpe seu antecessor".

O presidente chama os jornalistas e dá uma coletiva colocando a culpa da situação no ex-presidente. Satisfeitos com a explicação, a imprensa e a Bolsa reagem positivamente, as vendas voltam a crescer e o problema parece sanado.

Depois de um ano, a empresa volta a apresentar queda nas vendas, combinado com problemas de qua-

lidade do produto. Lembrando-se da experiência positiva, o presidente procura na gaveta o segundo envelope, que ele abre e onde ele lê: "Reorganize".

Ele reorganiza a empresa, mandando alguns gerentes embora, contratando outros, e a empresa finalmente se recupera. Um ano se passa e, outra vez a empresa passa por dificuldades. Ele procura na gaveta o terceiro envelope, que diz: "Prepare três envelopes".

### É HORA DE CORRER...

Um avião cai na floresta com dois executivos. Os dois não têm outra escolha senão pegar as suas maletas e sair andando. Daí surge um leão bando de fome olhando para os dois executivos. Um deles se abaixa, tira um tênis da mala e começa a calçá-lo. O outro não entende.

- Seu idiota! Você acha que vai correr mais que o leão com esse tênis?

- Eu não quero correr mais que o leão. Eu só quero correr mais do que você.



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

## Gissoni posta foto do barrigão de Yanna Lavigne aos nove meses e fãs pedem volta

**F**oi só Bruno Gissoni postar uma foto do barrigão de Yanna Lavigne, grávida de nove meses de Madalena, para os fãs do ex-casal torcerem por uma reconciliação. "Mae-dalena", escreveu o ator na legenda. A menina deve nascer a qualquer momento.

"Torço por vocês", "Voltem por favor, vocês formam um casal tão lindo", "Estou aqui na torcida. Se você ainda a ama de verdade lute por ela" foram algumas das mensagens.

Perto de dar à luz, Yanna Lavigne decidiu cancelar o chá de bebê da filha, Madalena, que aconteceria nesta semana. O cancelamento do even-

to aconteceu dias depois do climão entre ela e Bruno Gissoni, pai da menina, que viajou para os Estados Unidos. A atriz alfinetou o ator numa rede social e dois pararam de se seguir no Instagram.

Yanna e Gissoni vinham tentando se acertar, discretamente, sem tornar pública a tentativa. A família dava força para que os dois ficassem juntos, pensando na chegada da primeira filha. Mas, nas últimas semanas, a relação entre eles ficou insustentável.

A previsão é que Madalena nasça até o dia 20 de maio. Dois dias depois, parte da família de Gissoni viajou para o casamento de um tio, muito querido por todos, na Itália.



Bruno Gissoni e Yanna Lavigne na última foto juntos, no casamento de um amigo

## Juliano Laham faz surpresa para Juliana Paiva para comemorar um ano de namoro

Juliano Laham é o homem que toda mulher pediu a Deus. Romântico, o ator surpreendeu a namorada, Juliana Paiva, com uma linda surpresa por 1 ano de namoro.

"Surpresa tchubiruba! Um ano juntos preenchidos de muito amor, cumplicidade e respeito. Obrigado por me fazer sentir completo e apaixonado todos os dias por você. Eu te amo", escreveu ele ao mostrar a cama decorada com



Atriz declarou que ficou muito feliz com a surpresa

## Henrique & Juliano negam ajuda financeira do goleiro Júlio César: 'Caminhamos bem'



Júlio César com Juliano, da dupla Henrique & Juliano

O investimento do goleiro Júlio César na música sertaneja não será destinado para a dupla Henrique & Juliano. De acordo com os irmãos do Tocantins, a declaração do jogador que defende o time de Benfica, em Portugal, não passou de uma brincadeira. Em breve, Júlio César deve, realmente, prestar apoio financeiro a nomes do cenário musical sertanejo. A prioridade, porém, será para quem ainda não possui estabilidade no meio.

— Nós somos apenas ami-

gos! Júlio César esteve em um show nosso em Lisboa e comentou, sim, que quer investir em uma dupla, mas não na gente (risos). Graças a Deus, caminhamos muito bem e seguimos para o lançamento do nosso quarto DVD — ressalta Henrique, que apresentará o repertório do CD "O céu explica tudo" em Niterói no próximo domingo (21/05), em show dividido com Wesley Safadão: — Queremos ver se nosso público já está com tudo na ponta da língua. Vai ser um espetáculo bem animado.

## Taís Araújo recusa nhoque de abóbora no 'Mais você' e arranca gargalhadas de Ana Maria

Ana Maria Braga recebeu Taís Araújo e Fernanda de Freitas para o café da manhã desta segunda-feira, no "Mais você". A conversa sobre o sucesso de "Mister Brau" foi interrompida, com muito humor, no momento em que a apresentadora anunciou o prato do dia: nhoque de abóbora com molho de quei-

jo parmesão. A cara de Taís deixou claro que o menu não a agradava. A participação da atriz se tornou um dos assuntos mais comentados do Twitter.

"Never vi você convidar uma pessoa para a casa da gente e não comer... Por que você falou que não comia abóbora?", questionou Ana Ma-

ria, brincando com a atriz. A atriz não se fez de rogada, manteve o humor e devolveu: "Eu não vou comer só porque estou aqui! Eu como de tudo, a única coisa que não como na vida é abóbora!", frisou Taís, que não provou o nhoque, mas não dispensou o molho de queijo parmesão que acompanha o prato.

**Mais Você\_Globo** @MaisVoce\_Globo · 2 h Quando eu vou na casa de alguém mas não gosto da comida! hahaha #MaisVocê



A cara de Taís Araújo quando soube o menu

## horóscopo

### ÁRIES

Bom momento para unir-se a pessoas com objetivos semelhantes aos seus. Lua e Marte formam trígono, impulsividade e comunicação nas relações. Mas cuidado para não acabar sendo agressiva ao defender suas opiniões!



### GÊMEOS

A satisfação pessoal torna-se prioridade neste dia em que Lua e Marte se associam entre seu signo e sua área de prazer. Seus impulsos individualistas estão mais fortes, mas procure valorizar as atividades em grupo!



### LEÃO

Sua área de amizades é harmonizada pelo trígono Lua-Marte, que estimula ações em conjunto. A união de esforços aumenta a força competitiva. Evite disputas de poder e esclareça previamente os papéis de cada um nas parcerias!



### LIBRA

O trígono Lua-Marte entre sua nona casa e seu signo ativa seu poder intelectual. Você abre caminhos para as oportunidades demonstrando profundo conhecimento e bons argumentos. Preze pela qualidade das informações que passa!



### SAGITÁRIO

As relações de amizade e confiança são ressaltadas pelo trígono Lua-Marte, que indica a possibilidade de alguém próximo ou você mesma precisar de alguma ajuda. Os verdadeiros sentimentos e vínculos são revelados!



### AQUÁRIO

Viva plenamente seus talentos e procure diversas maneiras de realizar seus desejos! O trígono Lua-Marte exalta seu espírito de aventura, mas alerta que é preciso ser cuidadosa diante dos caminhos mais incertos!

### TOURO

Você demonstra garra ao lidar com as demandas práticas e materiais neste dia em que Lua e Marte formam trígono. Boas oportunidades de investimentos financeiros devem surgir. A harmonia material fortalece sua autoconfiança!



### CÂNCER

Ao passar por sua área de crise, a Lua lhe desestabiliza emocionalmente, o que também abala sua autoestima. Mas Marte em trígono lhe traz um fortalecimento interior e aponta o núcleo familiar com um importante porto seguro!



### VIRGEM

Lua e Marte se aspectam, lhe trazendo perseverança e força para a realização de ações pontuais e diretas no trabalho. Novas oportunidades surgirão se você souber ousar. Motive os medrosos em vez de despertar a cobiça deles!



### ESCORPIÃO

Momento de superação! Lua e Marte estabelecem trígono em sua área de crise, impulsivando a autovalorização e os anseios por transformações. Rompa limites e inseguranças, usando sua força e alegria para superar-se!



### CAPRICÓRNIOS

Os objetivos em comum são favorecidos pelo trígono de Lua e Marte em sua área profissional, que também fortalece o clima de união. Porém, será preciso observar-se e controlar-se diante das pressões de prazos e dificuldades!



### PEIXES

Seu poder empreendedor é ressaltado pelo trígono Lua-Marte, e sua maior proatividade favorece a resolução de aspectos pendentes e a organização em sua vida. Porém, será preciso cuidar com a agressividade nas relações!