



Monica Iozzi é vista em clima de romance com o ator Alejandro Claveaux

Página B4

“Não há satisfação maior do que aquela que sentimos quando proporcionamos alegria aos outros.”

■ Masaharu Taniguchi - Filósofo (1893 - 1985)



Isabela Carvalho recebe felicitações de amigos e familiares.



Elisa Catanozi também tem está em ritmo de festa e comemorações.



Click em recente book fotográfico da bela Mariana Marques.



Cheia de estilo, Raquel Scalabrini dá boas vindas à idade nova nesta quarta.



Bruna Catelani aniversariou nesta terça. Felicidades!



Na lista dos homenageados do dia está ele: Vitor Rio!



Hoje a data é especial para Carol Diegues. Parabéns!



Muitos anos de vida para Vinicius Nunes!



O estudante de nutrição William Miyata completa idade nova recebendo inúmeras homenagens.

REDE GIGANTÃO O SHOPPING DO PREÇO BAIXO!

FELIZ NATAL

mais barato SEMPRE

TODO MUNDO COMRA AQUI!

receita

Pizza de Cone

INGREDIENTES:

- 25 g de fermento biológico
- 1 e 1/2 colher (sopa) de açúcar
- pitada de sal
- 1 xícara de água morna
- 3 e 1/2 colheres de óleo
- 3 xícaras de farinha de trigo
- linguiça calabresa defumada
- mussarela
- presunto
- molho de tomate pronto
- orégano



MODO DE PREPARO:

- Em um recipiente coloque o fermento biológico e o açúcar, misture bem até que o fermento dissolva
- Em seguida coloque a água e reserve por 10 minutos
- Em outro recipiente coloque a farinha, o óleo e o sal, misture e vá acrescentando o conteúdo do outro recipiente até não conseguir mais mexer com a colher
- Sove a massa até que ela desgrude das suas mãos e fique lisinha
- Deixe a massa descansar por aproximadamente 30 minutos
- Após os 30 minutos, abra a massa e modele seus cones nas forminhas
- Coloque no forno preaquecido a 180° C, por 25 minutos
- Em seguida retire do forno recheie e coloque mais 5 minutos no forno para gratinar

Será que o estresse está te impedindo de emagrecer?

De que forma a nossa rotina, a loucura do dia-a-dia, pode ser a causa do excesso de peso?

MUITA GENTE DIZ QUE ESTRESSE ENGORDA. NO CASO DE QUEM ESTÁ TENTANDO EMAGRECER, O ESTRESSE DO DIA A DIA PODE SER MESMO UM INIMIGO?

R: Sem dúvida. O estresse que permeia a nossa vida funciona como um poderoso inimigo na luta contra o excesso de peso. Por diversas razões. Em 1º lugar pelo fato de atuar como um gatilho para episódios de compulsão alimentar em pessoas predispostas. Além disso, pelo fato de estar associado, com frequência a um comportamento beliscador. Em outras palavras, pessoas ansiosas tendem a beliscar mais e com isso, ganham mais peso. Outro ponto é o fato de que o estresse pode prejudicar a adesão à atividade física. À medida que a pessoa fica totalmente focada no trabalho e nas tarefas do cotidiano e passa a entender que o tempo necessário para a prática do exercício seria uma perda de tempo. Vale lembrar ainda que o transtorno de ansiedade generalizada é considerado uma doença associada à obesidade.



buição da gordura corporal no qual há acúmulo preferencial da adiposidade na região do abdome. Região muito relacionada as consequências da obesidade, tais como pré-diabetes e diabetes tipo 2, hipertensão (pressão alta) e dislipidemia (problemas de colesterol). Além disso, o excesso de cortisol pode ocasionar também perda de massa muscular.

DE QUE FORMA OS HORMÔNIOS DO ESTRESSE PODEM INFLUENCIAR NO EMAGRECIMENTO?

R: O principal hormônio do estress, o cortisol, quando em excesso, induz um tipo particular de obesidade chamada "obesidade centripeta", ou seja, um excesso de peso com um padrão de distri-

PODEMOS DIZER QUE O ESTRESSE EM CORTAR ALIMENTOS QUE SE GOSTA PODE TAMBÉM INFLUENCIAR NESSE PROCESSO?

R: Nesse caso não. A ansiedade ou o estresse de se saber que não se pode consumir um ou outro alimento não é problema. Até porque em uma alimentação saudável não se preconiza a exclusão completa de

nenhum alimento. Todos os alimentos podem ser consumidos. Desde que com moderação ou dentro das quantidades calculadas pelo nutricionista.

MAS QUAL INTENSIDADE DE ESTRESSE GERA ESSE IMPACTO NO GANHO DE PESO? QUE SINTOMAS COSTUMAM MOSTRAR QUE A PESSOA ESTÁ NESSE ESTÁGIO DO ESTRESSE?

R: Na verdade não há claro isso na literatura. Sabe-se apenas que pode haver relação. Mas é muito difícil precisar que intensidade de estresse é capaz de gerar repercussão no paciente. Trata-se provavelmente de algo muito individual. Cada pessoa é capaz de lidar melhor ou pior com o estresse que recebe do meio ambiente.

8 fases que todo mundo vive após o fim de um relacionamento

Chorar no chuveiro, achar que está tudo bem e perceber que não está, ficar com raiva. A gente sabe que é sempre assim

1. "ESTÁ TUDO BEM, ESTOU ÓTIMO"

É isso, não adianta mais esperar de raiva, acabou. Sua cabeça finalmente processa que a relação chegou, de fato, ao fim. E você sofre, sofre muito por isso. Vai surgir um desânimo profundo e penoso, perda de interesse no mundo externo e na capacidade de amar, diminuição da autoestima. Esse é o momento de se permitir chorar, a gente não tem que ser forte o tempo todo e têm momentos que as coisas transbordam.

amigos falando mal do ex e até pode acabar ligando para o dito cujo exigindo explicações para o término.

3. CONHECENDO O FUNDO DO POÇO

Talvez esta seja a pior fase, você fica deprimido e acha que nada mais faz sentido na sua vida. Seu olhar pessimista fica extremamente aguçado neste período. Por isso tome cuidado para não tomar decisões profissionais nesta fase, você tente a enxergar o mundo e as pessoas de forma negativa, além de se desvalorizar.

acompanhada então, a situação piora muito. Esse período também escancara que vocês têm amigos em comum demais e inevitavelmente vão se encontrar vez ou outra.

5. VOCÊ DESCOBRE QUE O FUNDO DO POÇO TEM SUBSOLO

O que estava ruim piora mais um pouquinho. Parece que a sua cabeça apaga todos os momentos ruins que vocês tiveram e começa a reproduzir como um filme apenas os dias maravilhosos vividos juntos. O sorriso e o cheiro da outra pessoa, as brincadeiras que só vocês entendiam, você sente muita falta de tudo. Esse processo pode representar um convite para nos repensarmos amplamente, reinvestirmos nossa energia e olharmos de forma diferente para nós mesmos.

6. EM UM RELACIONAMENTO SÉRIO COM A NOITE

Você já negou, reclamou e chorou muito. Chega de sofrer, você acaba de entrar na fase da curtição. É hora de perceber que está solteiro. S-O-L-T-E-I-R-O. Agora os convites dos amigos para sair começam a fazer mais sentido e atraem a sua atenção. Você até consegue se divertir! Também passa a reparar que existem outras pessoas no mundo com quem pode viver momentos legais. Vida que segue.

7. CELULAR COM TRAVA DE BAFÔMETRO

Entre tantas festas, você pode acabar exagerando nas bebidas e aí já viu. Por mais que esteja bem com o fim da relação, o álcool pode fazer com que você ligue para o ex e acabe falando coisas sem sentido e que não condizem com a sua realidade. Para evitar esses incidentes, controle com cuidado o quanto irá beber.

8. PRONTO PARA RECOMEÇAR

Lembra que lá no início do término você achou que nunca fosse superar tudo o que estava acontecendo? Pois é, você conseguiu! Felizmente, a irreversibilidade desse período é apenas uma sensação e a dor passa. O tempo vai passando e, um dia, o período difícil ficou para trás. Sim, o tempo, ele cura (quase) tudo. Com as feridas cicatrizadas, você está pronto para se entregar ao amor de uma forma saudável e plena.



SOS Empresas
Medicina Ocupacional e Segurança do Trabalho

A saúde de sua empresa em nossas mãos.

EXAMES CLÍNICOS OCUPACIONAIS
Admissional / Periódico / Demissional
Troca de função / Retorno ao Trabalho

EXAMES COMPLEMENTARES
Laboratoriais / Audiometrias / Espirometria
Radiografia / Eletroencefalograma-EEG
Eletrocardiograma-ECG / Acuidade Visual

ELABORAÇÃO DE PCMSO
ELABORAÇÃO DE PPRA
ELABORAÇÃO DE LTCAT
ELABORAÇÃO DE PPP
TREINAMENTOS EM GERAL

sos.empresas@hotmail.com
(17) 3442-3751 (17) 98801-2763
Rua José Camargo Arruda, 433
Coester - Fernandópolis - SP

Exames pré-agendados TODOS OS DIAS

BIM

FERRO VELHO S. PAULO
Comércio de Sucatas em Geral

VENDE-SE PORTEIRAS PARA BRETE, MATA-BURROS, CORDOALHAS PARA CURRAL, ANDAIMES, TUBOS E METALON

TEL. (17) 3442 2708 - (17) 3442 5050
AVENIDA LUIZ BRAMBATTI, 1124
DISTRITO INDUSTRIAL - FERNANDOPOLIS-SP

CRECI 67022

IMOBILIÁRIA OUROESTE
Venda - Locação e Administração

Tel. 17 3843.1505

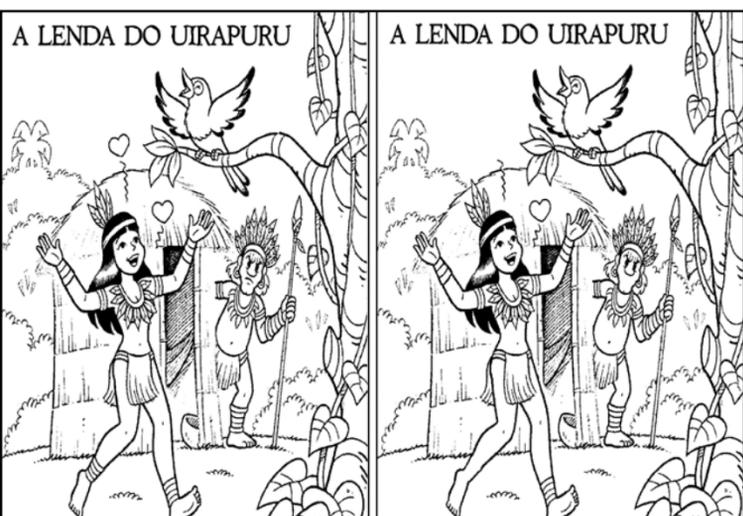
Rua Bartolomeu Bueno, 1309 - Centro - Ouroeste - SP
e-mail: imobiliariaouroeste@hotmail.com

Palavras Cruzadas

Cobra com anéis coloridos pelo corpo, difere da falsa por ter peçonha	Opção mais cara ao pagamento à vista			Vestimenta do pé Garagem, em inglês	Solicitação do cliente de operadoras de saúde suplementar, regulamentada pela ANS	Estado de Empresas encarregadas de sepultamentos			
Perfilisção de Deborah Colker									Um, em francês Uma vez, em inglês
Abóbadas de crânios Artefato circular					Droga mortal dos sem-teto de Atenas				As (?): sem clientes (o restaurante)
Trabalhador essencial à normalização das ruas após o Carnaval	Bobes Feijão (?), petisco de bares				(?) Rosa, vocalista do Skank Profano				(?) Springs, cidade da Califórnia (EUA)
2 ameaças on-line									
Substância usada para restaurar dentes	Gritos de vendedores ambulantes				Interromper (?), de canais, dispositivo de TVs				Base do churrasco Recheio de empadas
Dira Paes, atriz Marinheiro, em inglês				Apêndices do cântaro Selo de qualidade					(?) Hamburger, cineasta brasileiro
									Contraia núpcias Prazer do caridoso
Afilito José Lins do (?), romancista									
									Página (abrev.) (?), Dulce, beata
Autoridade máxima de uma universidade	Atitude Post-(?), adesivo para recados				Incomum (fem.) Rádio (símbolo)				Carne apreciada em "pica-dinhos"
Raça comum de cães de guarda									Conselho Monetário Nacional (sigla)

27/11 - um - 4/onice - palm - sisa - 6/garage - 7/manner - mundano - palmito - pregos - 13/cancelamento de plano - RANCO

Jogo dos 4 Erros



Cruzadinha Kids

Neruda está preocupado com as chuvas fortes, por isso vai concertar o seu (nº 9).

1

4

7

2

5

8

3

6

9

Resumo de Novelas

MALHAÇÃO
Quarta-feira, 17h30

Tina não revela sobre sua vida amorosa no Japão e Ellen fica magoada. Roney tenta reunir os antigos integrantes de seu grupo musical. Keyla recruta K1 para ajudá-la a organizar as roupas de seu brechó. Ellen confirma para Fio que tem um segredo para lhe contar. K2 reclama da ausência de K1. K1 insinua que Keyla ainda gosta de Tato. Juca pede ajuda a Benê para gravar um novo vídeo de seu canal. Samantha pede que Anderson faça um clipe de sua banda que supere o de Tina. Dogão confessa a Josefina que foi ele quem colocou a bomba no banheiro da escola. Josefina incentiva Dogão a se desculpar com Dóris e Benê. K2 sofre com a reaproximação de K1 e Keyla. Ellen e Fio decidem se afastar. Tato termina o namoro com K2.

TEMPO DE AMAR
Quarta-feira, 18h00

José Augusto tenta ligar para a casa de Emília. Fernão fica satisfeito em saber que Tereza será reconhecida como filha de José Augusto. Geraldo faz uma grande encomenda de geleias com Pepito. Pepito reclama de Alzira não querer ajudar a fazer as geleias. Gilberto leva Felícia e as meninas para visitarem Lucerne na cadeia. Celeste e Conselheiro se divertem com Alzira e Bernardo. Maria Vitória não deixa Vicente sair da pensão. Inácio insiste em ir para a casa de Emília, e Lucinda esconde a irritação. Edgar vai ao encontro de um possível patrocinador da Noite do Chorinho e acaba agredido. José Augusto consegue ligar para a casa de Emília. José Augusto afirma a Padre João que não deixará Fernão tirar vantagem de seu casamento com Tereza.

PEGA PEGA
Quarta-feira, 19h15

Lourenço avisa a Eric que o certo seria encaminhar as provas contra Maria Pia para a Polícia Civil. Luiza vai com Lourenço ao encontro de uma prima de Malagueta e descobre que Timóteo é pai do vilão. Júlio, Sandra Helena e Agnaldo vão à delegacia denunciar Malagueta. Douglas vai à casa de Malagueta convidá-lo para jantar com Eric e Maria Pia. Domênico não gosta de ser retirado do caso do roubo do hotel por Siqueira. Maria Pia fica surpresa ao ver que o terceiro convidado do jantar com Eric é Malagueta.

CARINHA DE ANJO
Quarta-feira, 20h30

Cecilia fala com Inácio e diz que ele e Diana foram vítimas de um plano maluco. Zeca e Miguel planejam um susto para dar em Emílio quando ele chegar no seu quarto. Estefânia e Cecilia convencem o Inácio a conversar com sua mulher. Inácio entra no quarto dos meninos e encontra Diana desmaiada. Estefânia leva Diana para o consultório do Dr. André. Ele diz que pode ter sido o estresse, mas é melhor que ela passe a noite no hospital por precaução. Inácio pede que ela fique tranquila que ele cuidará de tudo. De volta ao internato, Dulce diz a Fabiana que depois dessa irá abandonar a vida de cupido. Enquanto Diana está internada, Inácio e Pascoal fazem os bolos que estavam encomendados. Inácio vira a noite com a mão na massa.

O OUTRO LADO DO PARAÍSO
Quarta-feira, 21h00

Clara afirma a Mercedes que se vingará da família de Gael. Josafá conta para a neta que foi impedido por Lívia de se aproximar de Tomaz. Clara encontra Duda e decide ir atrás dela no bordel. Cido diz que quer comprar um anel de noivado para Irene e pede dinheiro a Samuel. Bruno questiona Gustavo sobre a origem do dinheiro da compra do salão para Nádia. Clara convide Duda para morar com ela. Vinicius convence Bruno a descartar qualquer suspeita sobre Gustavo. Raquel se encontra com Clara. Mariano beija Cleo. Mercedes tenta convencer Josafá a desistir de se vingar de Gael e Sophia. Clara vê Tomaz, Renato e Lívia juntos.

APOCALIPSE
Quarta-feira, 22h15

Giancarlo afirma que Stefano não é uma boa influência para Ricardo. Lia não reconhece Benjamin. Sanda afirma a Osvaldo onde está o filho Tiago. Ricardo trata Glória com rispidez. Osvaldo encontra o filho Tiago no mundo das drogas. Ele tenta ir conversar com o jovem. Benjamin vai cuidar de Lia. Giancarlo quer que Stefano fique longe de Ricardo.

Humor

MUSEU DE CÉREBROS
O turista visita o Museu de Cérebros, em Portugal. Acondicionado numa redoma de vidro, conservado em formol, tá lá o cérebro de Einstein, orçado em vinte mil dólares. Mais à frente, o turista encontra exposto o cérebro de Isaac Newton, orçado em trinta mil dólares.

No final do corredor, guardado com toda segurança, o visitante se depara com um cérebro cujo valor é de dois milhões de dólares! Lê a pequena inscrição, abaixo da redoma: "Cérebro pertencente a Manoel, homem mais inteligente de Portugal".

Abismado com a discrepância de preços entre cérebros de figuras tão eminentes e o cérebro de um simples português, chama o guarda do Museu, também português, que lhe explica:

- Faz sentido ser caro. O Manoel não deixava de jeito nenhum que lhe arrancassem o seu cérebro.

NOTÍCIAS DO MÉDICO
O médico chega para o paciente e diz:

- Meu caro, receio que tenha uma boa e uma má notícia para você.

O paciente diz:

- Bom, Doutor, então me dê a má notícia primeiro.
- Repetimos alguns exames e constatamos que seu câncer é terminal. Daremos alguns medicamentos para aliviar a dor, mas você tem no máximo seis meses de vida. Lamento muito.
- Meu Deus do céu! Mas isso é terrível. Qual é a boa notícia?

O médico de curva e diz em voz baixa, apontando com o dedo:

- Está vendo aquela enfermeira logo ali?
- Sim...
- Muito bonita, não acha?
- Realmente!
- Pois então... Estamos tendo um caso.

DOIS AMIGOS NO CÉU
Dois amigos morrem num acidente de carro e chegam no céu sujos de

sangue. Chegando São Pedro ele diz:

- Só entrarão se tomarem banho!

Haviam dois tambores, um de mel e um de merda, e o mais esperto correu e pulou primeiro no tambor de mel. Enquanto ele tomava banho de mel, ria do amigo que tomava banho na bosta. Quando acabaram de tomar banho o esperto gritou:

- Pedrão, traga a toalha!

São Pedro respondeu:

- Filhão, aqui não usamos toalha, um lambe o outro!



Lavanderia Ouroeste
Direção: Cleusa Peroni

Fornecemos Nota Fiscal Buscamos e entregamos em Domicílio

Lavamos e passamos qualquer tipo de roupa

vivo 17 **99646-9916**
Claro 17 **99222-8789**

Rua Antonio Raposo, 1229 - Centro - Ouroeste - SP
Av. Artur de Oliveira, 258 - (em frente a Ind. Tebarrot) - Valentim Gentil - SP

INSTITUTO DE OLHOS
CIRURGIA DE CATARATA (FACEMULSIFICAÇÃO), CIRURGIA MIOPIA, ASTIGMATISMO, HIPERMETROPIA COM EXCIMER LASER, LENTES DE CONTATO

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

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

Lanches e Sucos RODOVIÁRIA
LANCHES, SALGADOS TORTAS E SUCOS

Tel: (17) 99723-1809

AVENIDA ANGELO DEL GROSSI, 90
BOX 4 - FERNANDÓPOLIS-SP



Juliana Paes: desabafo após perder prêmio

Juliana Paes faz desabafo após ficar sem prêmio: “Ficou aquele buraco no peito”

Uma grande maioria ficou surpresa ao ver que Juliana Paes não levou o prêmio de Melhor Atriz no “Domingão do Faustão”. Pela votação quem levou a melhor na disputa Bibi Perigosa e Jeiza, foi a policial marrenta, interpretada por Paolla Oliveira, que levou seu troféu para casa. A própria Juliana ficou surpresa. E confessou nas redes sociais, com uma postagem no Instagram. “Ontem foi lindo e não foi fácil! Foi minha primeira vez no “Melhores do Ano” Faustão e estava super ansiosa e esperançosa! Sai de casa com aquele clima ‘vai que é tua’ e quando o prêmio não veio, doeu mesmo! Ficou aquele buraco no peito... Aquela pergunta: oQue houve?”

Meu filho mais velho, o Pedro, ficou acordado pra assistir e quando imaginei a decepção dele, aí chorei de verdade! Querria ganhar pra ele! Pros meus pequenos que sempre foram tão compreensivos a cada vez que eu ia gravar e eles perguntavam: Você vai virar a Bibi mãe? Como somos vaidosos! Como isso nos golpeia de morte... Hoje, mais tranquila, consegui ver que mesmo sem a materialização do sucesso, o troféu, eu fui muito bem sucedida,

tive a sorte de viver a Bibi, tive a bem aventurada companhia de um Brasil inteiro que voltou a acompanhar as novelas, recebi milhões de mensagens indignadas e, o mais legal, tive colegas cheios de gratidão ao me abraçar ontem! E é isso que tem que valer... O que a gente faz pelos outros, pelos amigos, pelos colegas, pelas pessoas que nos amam! Meu prêmio é o amor que recebo e recebi de todos vocês por aqui! Obrigada!”

Juliana usou uma foto em que estava com toda a sua “família” na novela: Jonathan Azevedo, Emilio Dantas e Joao Bravo, que interpretou seu filho.

Os internautas se solidarizaram com a atriz.: “Que injustiça você não ter ganho o prêmio. Você indiscutivelmente foi a melhor atriz de 2017. Arrasou com a Bibi!”, “Como assim não ganhou a melhor atriz da novela? Tirando a Bibi da novela iria ta uma porcaria, injusto não ter ganhado”, “Como assim você não ganhou???? Para tudo que eu quero descer. Levou a novela nas costas do início ao fim. Acho que todos pensaram igual, nem preciso votar porque ela já ganhou. Assim que sempre acontecem os erros”.

celebridades

Grávida, Ivete Sangalo faz show sentada; vídeo ganha a internet

A imagem de Ivete Sangalo sentada, durante um show em Natal (RN), tomou as redes sociais nesta segunda-feira. No último fim de semana, a cantora subiu a um

trio elétrico para uma apresentação que fazia parte de uma micareta. Grávida de gêmeas — e com um barrigão de seis meses —, a baiana não se intimidou ao pedir uma cadeira para a produção do festival. E

foi assim que ela ficou durante a maior parte do show: sentada, sem se desanimar.

O comportamento da artista rendeu comentários elogiosos dos fãs. “Rainha do Brasil”, classificou um inter-

nauta. “Mesmo sentada, ela agitou a multidão”, escreveu outro usuário do Twitter, que esteve no show. “Essa mulher tem uma disposição da porra*. Te venero!”, escreveu outro admirador.



Ivete Sangalo canta sentada em show



Monica Iozzi é vista em clima de romance com o ator Alejandro Claveaux



Atriz estaria começando uma relação com o ator

Mônica Iozzi foi vista no maior clima de romance com o ator Alejandro Claveaux, no ar em “O Outro Lado do Paraíso”. Eles estiveram juntos no show do grupo Baiana System, no Circo Voador, na madrugada de sexta para sábado. Alejandro, para quem não sabe, tem uma fama de conquistador de belezas.

A atriz, de 36 anos, está solteira desde julho, quando terminou o namoro de seis meses com o diretor Felipe Flores.

Quem esteve no mesmo show foi Igor Angelkorte. Recém-separado de Camila Pitanga, o ator, que também está no ar na novela das 21h, circulou soltinho, soltinho.

ASSINE
oextra
net
SEU JORNAL DIÁRIO

Ligue (17) 3462-1727
ou 3442-2445
Ou envie e-mail para
assinatura@oextra.net

CONSULTÓRIO ESPIRITUAL
Seu problema pode ser de origem espiritual

Consulta através de Búzios, Cartas, Tarô e Vidência.
Abertura de caminho e simpatias para o amor.

Consulta com hora marcada.
17. 99766.5686 | Fernandópolis

Quando a APAE ligar diga SIM!

APAE Fernandópolis SP

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

(17) 8465-1150 - (17) 8455-1151

horóscopo

ÁRIES
Você age de maneira altruísta e se mostra interessado nos aspectos espirituais da vida, neste momento em que Sol, Lua, Mercúrio e Vênus se harmonizam. O momento favorece as reconciliações, pois sua postura cuidadosa com o outro propicia reaproximações. Expand a energia para os laços intelectuais.

TOURO
Seus aprendizados são impulsionados pelas experiências cotidianas que hoje ganham um significado especial. A harmonia de Sol, Lua, Mercúrio e Vênus entre as oitava e sexta casas propicia uma maior maturidade individual e familiar, especialmente nos aspectos simples da vida diária.

GÊMEOS
Você volta a se mostrar mais interessado em suas relações, neste momento em que Sol, Lua, Mercúrio e Vênus se aspectam, dinamizando também a vida social. A comunicação dá o tom às suas iniciativas, e as conversas com os amigos ganham um toque especial com os assuntos culturais.

CÂNCER
Sol, Lua, Mercúrio e Vênus se harmonizam entre as sexta e quarta casas, tornando a convivência familiar mais amigável. Mesmo que os recursos estejam limitados, não deixe de investir em questões domésticas. Perceba que a união de esforços é o fator mais importante neste processo.

LEÃO
Você se mostra mais sociável, neste momento em que a Lua passa pela terceira casa, formando sêxtiles com Sol, Mercúrio e Vênus. Você se diverte ao conversar com os amigos, mesmo quando os debates se tornarem mais sérios. Você curte este período, guiado pelas atividades intelectuais.

VIRGEM
A prosperidade se revela em seus caminhos, pois Sol, Lua, Mercúrio e Vênus se unem entre os setores familiar e financeiro. Busque a orientação de especialistas, avaliando oportunidades e definindo boas estratégias materiais para o futuro. Otimize os recursos que estão atualmente sendo subutilizados.

LIBRA
Sua capacidade de articulação pessoal é intensificada pela passagem da Lua por seu signo e pela sua harmonização em sêxtil com Sol, Mercúrio e Vênus. Bom momento para buscar parcerias para seus projetos. Una-se a pessoas que tenham boa capacidade de criatividade e inteligência.

ESCORPIÃO
Ao passar pelo setor de crise, a Lua forma sêxtil com Sol, Mercúrio e Vênus, lhe pedindo recolhimento emocional. Prefira ambientes mais acolhedores e atue de maneira suave. Perceba que os desafios ajudam você a se fortalecer internamente, não tenha medo deles. Impulsione sua autoconfiança!

SAGITÁRIO
A Lua transita pela décima-primeira casa, estabelecendo sêxtil com Sol, Mercúrio e Vênus em seu signo. As atividades em grupo são pautadas nas afinidades, especialmente no âmbito intelectual, o que deve facilitar o processo de aproveitamento de conteúdos e de conciliação de interesses!

CAPRICÓRNIO
Sua autoconfiança ao enfrentar os desafios profissionais ameniza o estresse que as dificuldades habitualmente provocam, pois a Lua estabelece sêxtil com Sol, Mercúrio e Vênus, entre os setores profissional e de crise. Você vai enxergando o que precisa ser mudado passo a passo.

AQUÁRIO
Harmonizar seus pensamentos e emoções fica mais fácil, pois Sol, Lua, Mercúrio e Vênus se aspectam positivamente, lhe trazendo um período de serenidade. Seu relacionamento com o que está à sua volta se beneficia desta harmonia. Valorize a companhia e o papel especial dos amigos em sua vida.

PEIXES
A conexão estabelecida por Sol, Lua, Mercúrio e Vênus harmoniza seus processos mentais e emocionais. Seu olhar para o que está à sua volta também fica mais aguçado neste período. Você se reencontra em seus ideais, o que lhe ajuda a definir metas adequadas ao seu atual momento de vida.