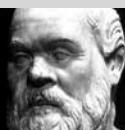


Tratando de um câncer, Mr. Catra surge muito mais magro após perder 35 kilos

Página B4

Para conseguir a amizade de uma pessoa digna é preciso desenvolvemos em nós mesmos as qualidades que naquela admiramos."

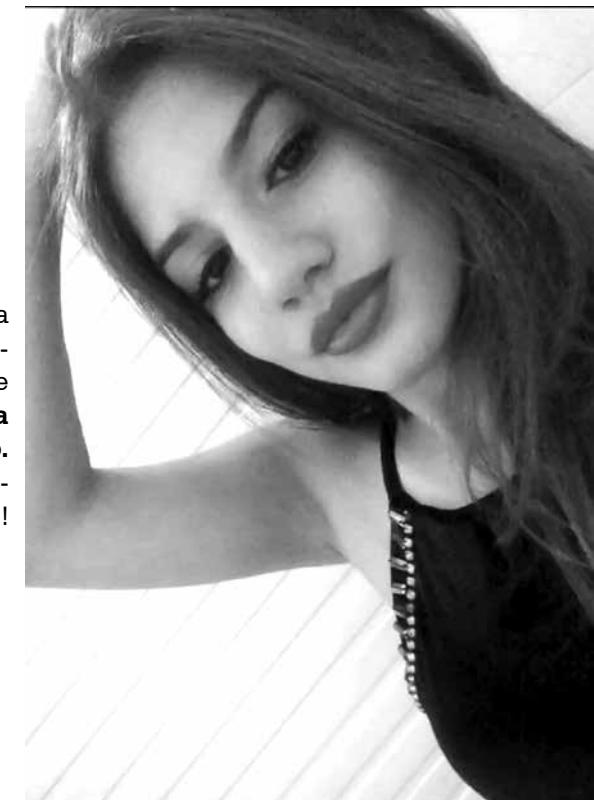
■ Sócrates - Filósofo (470 a.C. - 399 a.C.)



Duda Oliveira é felicitada pelo seu aniversário. Parabéns!



A belíssima Maisa Marques também está celebrando o dia de hoje.



Selfie da aniversariante Isadora Careno. Felicidades!!!



Muitos anos de vida para Lucas Matos.

A bela Aline Passolongo está em ritmo de festa.



Junior Falkoni recebe felicitações de amigos e familiares.



Jailma Ribeiro está na lista dos homenageados de hoje.



Zanza Mazeti recebe os parabéns de toda a galera.



Felicidades e muito sucesso para Rogério Chamel.



O MAIOR E MELHOR DIA DAS MÃES DE TODOS OS TEMPOS É AQUI NO:

GIGANTÃO
REDE
O SHOPPING DO PREÇO BAIXO!

Descubra os benefícios do Kefir de Leite

O kefir tem feito um enorme sucesso nos últimos anos e vem sendo cada vez mais compartilhado e comentado nas redes sociais e blogs do mundo todo. Original da Ásia, sua história tem um toque de mistério – acredita-se que a primeira colônia tenha sido um presente de Alá para um pastor que perambulava por uma região inóspita – e analogias às suas incríveis propriedades quase medicinais. Mas se você nunca experimentou ou não sabe do que estamos falando, não se preocupe: no artigo de hoje vamos contar todos os Benefícios do Kefir de Leite, como prepará-lo na sua casa e como ele pode te ajudar a perder peso. Confira todas as informações.

O QUE É O KEFIR DE LEITE?

O kefir é um tipo de bebida fermentada derivada do leite na maioria das vezes, embora tenha o Kefir de Água que usa o açúcar mascavo. A fermentação desse tipo de bebida faz com que algumas bactérias se proliferem, formando o que conhecemos por probióticos vivos, que são os mesmos encontrados nos Yakults, por exemplo. O processo de fermentação dura, em média, 48 horas e pode ser repetido inúmeras vezes, o que torna o kefir um alimento sempre disponível desde que haja a devida higiene do local e dos utensílios.

lios. Com uma colher de sopa de uma colônia, é possível garantirlo por anos e inclusive doá-lo para vizinhos e amigos. E não vai faltar pessoas interessadas, já que os Benefícios do Kefir de Leite são incríveis.

PRINCIPAIS BENEFÍCIOS

Os Benefícios do Kefir de Leite são inúmeros, afinal, estamos falando de um alimento rico em proteína, cálcio, fósforo, Magnésio e uma quantidade enorme de vitamina D e vitaminas do complexo B. Por ser um dos probióticos mais potentes que existem na atualidade, o kefir conta com uma série de vantagens no seu consumo. Vamos às principais delas:

Propriedades antibacterianas: Um dos probióticos encontrado no kefir é conhecido pelo nome de Lactobacilluskefiri. Ele é um dos mais potentes existentes e conta com uma ação antibacteriana incrível, capaz de matar bactérias poderosas como a Salmonela, por exemplo. Acredita-se que o consumo regular de Kefir mantém o organismo mais protegido contra este tipo de agente externo e prolonga a vida em bons anos.

Prevenção do câncer: Embora nada ainda possa substituir o tratamento tradicional contra o câncer, acredita-se que um dos Benefícios do Kefir de Leite é atuar como agente co-

adjuvante contra a doença, evitando o crescimento desenfreado das células cancerígenas e trazendo mais chances de cura. Além disso, existem estudos que comprovam sua eficácia no quesito prevenção.

Proteção do sistema digestivo: Dentre todos os benefícios do kefir, este é o mais conhecido de todos. Acredita-se que os probióticos presentes no alimento podem atuar diminuindo problemas como prisão de ventre ou mesmo diarreia. Além disso, ele também é capaz de proteger essa região contra a ação de bactérias, como as que causam gastrites e úlceras, e diminuir doenças no intestino.

Perfeito para quem tem intolerância à lactose: As bactérias boas do kefir se alimentam da lactose do leite, ou seja, elas o transformam em um alimento perfeito para quem tem algum tipo de intolerância, pois faz com que seus benefícios sejam aproveitados ao máximo sem causar efeitos colaterais.

BENEFÍCIOS PARA O EMAGRECIMENTO
Muitas pessoas perguntam quais são os benefícios do Kefir para o emagrecimento: será que tem alguma relação? Na verdade, sim. Por ser pouco calórico, o kefir representa um auxílio na dieta e pode ser consumido à vontade por não ter carboidratos. Além disso, ele tem as



vantagens do leite, que são:

Menos fome durante o dia: O kefir pode ajudar a controlar a fome, trazendo uma sensação de saciedade por mais tempo – especialmente em pessoas que estão iniciando uma reeducação e precisam de um aliado.

Mais força para os treinos: Por ser rico em cálcio, o kefir ajuda a proteger os ossos e trazer mais força aos músculos na hora do treino. Isso faz com que ele seja um alimento excelente para ser consumido tanto no pré quanto no pós-treino. Além disso, como dissemos lá em cima, o kefir promove uma melhora do sistema digestivo, fazendo com que haja menos retenção líquida e menos acúmulo de gordura.

receita

Bolinho de Chuva

INGREDIENTES:

- 2 ovos
- 1 xícara de açúcar
- 1 xícara (chá) de leite
- 2 e 1/2 xícaras de farinha de trigo
- 1 colher (chá) de fermento em pó
- 3 colheres (sopa) de açúcar para polvilhar
- 1 colher (sopa) de canela para polvilhar
- 1 litro de óleo para fritar



MODO DE PREPARO:

- Misture todos os ingredientes até obter uma massa cremosa e homogênea
- Deixe aquecer uma panela com bastante óleo para que os bolinhos possam boiar
- Quando o óleo estiver bem quente (180°C), com uma colher, comece a colocar pequenas quantidades de massa, e frite até que dourem por inteiro
- Coloque os bolinhos sobre papel absorvente e depois passe-os no açúcar com canela

Dentes escuros: Um problema além da estética

Para quem preza pela saúde bucal todo cuidado é pouco. Você é daqueles que repara nos mínimos detalhes? Imagine, então, se você notar um de seus dentes escurecidos, se destacando dos demais. Não dá, né? Pior ainda é perceber que o problema não se resolve com uma escovação. Muitos fatores, principalmente doenças bucais, como cárie ou um trauma estão envolvidos nessa mudança de coloração.

DENTE ESCURECIDO: O QUE PODE SER?

Quando você usa muita blusa branca, por exemplo, com o tempo ela acaba ficando amarelada, meio encardida. Seu sorriso também passa pela mesma situação. Existem muitos fatores que fazem um dente escurecer. Marcelo, que é dentista, explica alguns deles. "Uma pigmentação intrínseca (interna) ou extrínseca (externa), cárie, incorporação de produtos de corrosão ou oxidação

de restaurações metálicas e traumas". O dente também pode ter a cor alterada durante sua formação, não sendo uma mudança adquirida ao longo da vida do indivíduo.

PARA CADA CASO, EXISTE UM TRATAMENTO

Quando esse escurecimento for uma cárie, o especialista recomenda procurar atendimento odontológico. "Muitas vezes a remoção do tecido cariado e o procedimento restaurador podem resolver o problema". Já em casos de trauma e perda da vitalidade do dente, o tratamento endodôntico será indicado e, posteriormente, um Clareamento ou restauração estética do dente. O escurecimento externo pode indicar tártaro ou outros pigmentos na superfície do dente. Neste cenário, o dentista deverá realizar procedimentos de profilaxia para uma limpeza.

NÃO DEIXE SEU SORRISO SE APAGAR

É preciso ter cuidado para manter seus dentes bonitos a vida toda. Praticar a higiene bucal correta e adotar uma alimentação saudável são pontos essenciais para um sorriso branco. Mas também é preciso unir esses hábitos com consultas periódicas ao dentista. Marcelo ressalta que essas visitas são sempre importantes. "O dentista fará o diagnóstico dessas alterações de cores e indicará o tratamento necessário".



O QUE PODE MANCHAR OS DENTES?

Conheça abaixo alguns alimentos mais propensos a manchar seus dentes com o consumo em excesso:

- **Frutas:** limão, laranja, kiwi, abacaxi, tangerina, amora, mirtilo (blueberry);
- **Bebidas:** café, chá preto, refrigerantes, vitaminas efervescentes, suco de uva, vinho tinto;
- **Outros:** molho shoyu, beterraba, cetchup e açaí.



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 - FERNANDÓPOLIS-SP



Caça Palavras

U	V	A	Ç	T	A	M	A	R	I	N	D	W
A	N	I	R	A	T	C	E	N	O	C	O	A
Ò	M	H	Á	J	U	C	A	R	À	Ó	I	
Ò	E	C	C	A	S	T	A	N	H	A	S	
Ò	L	I	À	J	A	B	A	C	T	E	A	
G	A	L	A	C	E	R	O	L	A	C	Á	
U	N	A	L	E	U	G	I	R	E	S	Ú	
A	C	Ú	O	Ò	C	U	P	U	À	Ç	U	
R	I	I	B	O	P	A	P	I	N	E	J	
A	A	A	M	V	Í	A	R	À	M	À	T	
N	À	S	A	A	G	X	G	Ó	H	N	I	
Á	O	E	R	H	A	N	I	R	E	G	N	
J	Ã	O	A	L	Ã	A	G	N	T	I	P	
A	T	B	C	E	C	D	I	À	B	Ó	À	
M	S	M	F	S	E	M	X	P	A	D	Y	
B	O	A	A	O	P	A	À	È	C	Z	T	
O	G	R	L	R	Z	N	C	S	I	M	A	
L	N	F	O	G	O	G	A	S	T	A	B	
Ã	A	I	I	A	N	A	B	E	U	S	M	
O	M	G	V	V	I	B	A	G	B	C	O	
Ü	N	O	A	E	K	Á	O	A	O	T	À	
J	Y	E	R	L	C	E	R	E	J	A	Ì	
L	À	Í	G	Ã	E	F	R	U	T	A	À	
M	A	C	A	D	À	M	I	A	Y	T	P	
V	A	S	S	E	D	N	O	C	Ã	M	R	
Ã	M	O	R	Ã	M	R	Ã	M	Ã	M	R	

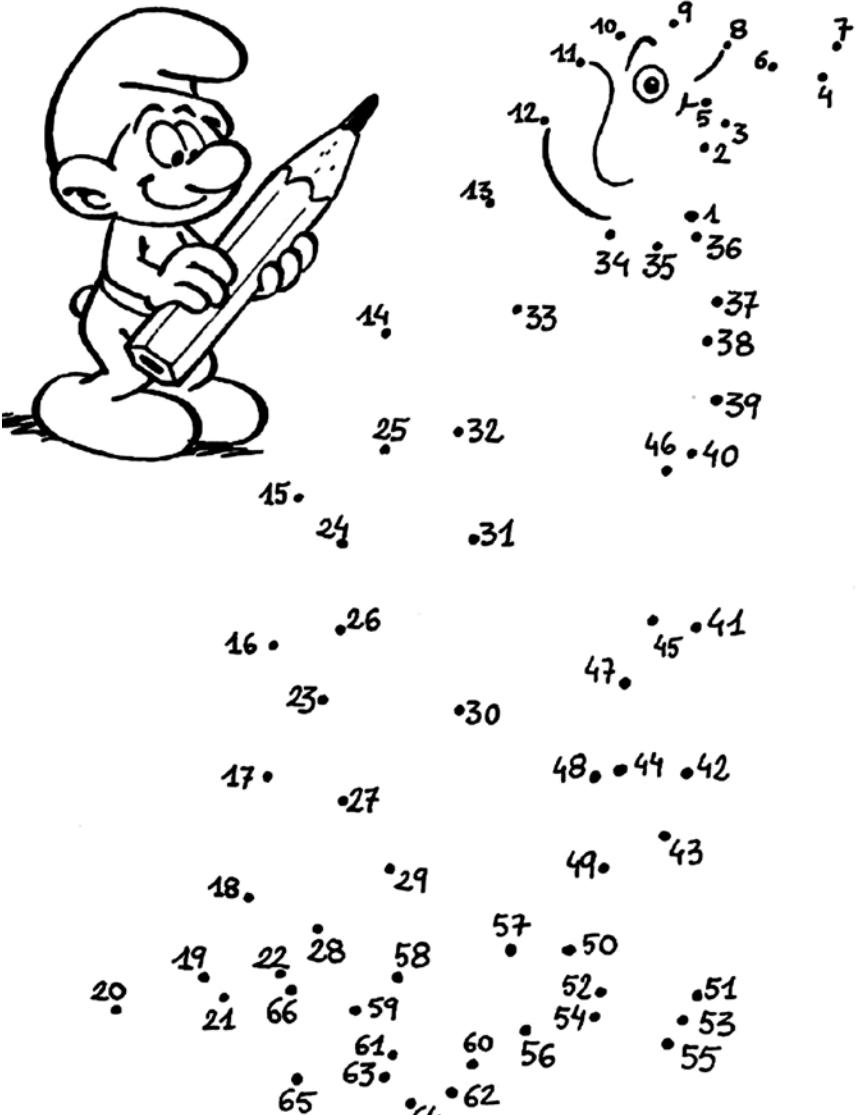
ABACATE	MARACUJÁ
ABACAXI	MELANCIA
ACEROLA	NECTARINA
AVELÃ	NOZPECÃ
CARAMBOLA	PINHÃO
CASTANHAS	PISTACHE
CEREJA	PITANGA
COCO	PITANGÃO
CONDESSA	PITAYA
CUPUAÇU	PITOMBA
DAMASCO	PÊSSEGO
FIGO	ROMÃ
FRAMBOESA	SAPUCAIA
FRUTAPÃO	SERIGUELA
GRAVIOLA	TAMARINDO
GROSELHA	TANGERINA
GUARANÁ	TÂMARA
JABUTICABA	UVA
JAMBOLÃO	
JENIPAPO	
LARANJA	
LICHIAS	
MACADÂMIA	
MANGABA	
MANGOSTÃO	



Sudoku

4				6								
6			3	2		5	9					
7	2							8				
6	9		1									
	8		9									
		7		9	6							
9				1		5						
1	3		5	2					9			
	4				2							

Ligue os Pontos



Lavanderia Ouroeste

Direção: Cleusa Peroni

Fornecemos Nota Fiscal

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. Tébarrot) - Valentin Gentil - SP

Resumo de Novelas

MALHAÇÃO

Sexta-feira, 17h30

Gabriela se emociona com a homenagem dos alunos. Maria Alice ajuda Alex a socorrer Pérola e conta que é filha de Rosália. Alex e Maria Alice escondem de Isadora que Pérola tomou seus remédios. Rosália afirma que Maria Alice só ficará no Rio de Janeiro se estudar. Maria Alice fica encantada com Alex. Heitor não gosta quando Tito recorda os tempos de maestro do avô. Tito confessa ao avô que não sabe como se aproximar de Flora. Gabriela estranha o comportamento de Kavaco. Isadora comunica a Pérola que ela mudará de colégio. Tito salva Flora de um atropelamento. Marcelo anuncia a Gabriela que o colégio Sapiência oferecerá bolsas de estudo para alunos da ONG.

ORGULHO E PAIXÃO

Sexta-feira, 18h00

Elisabeta rompe sua amizade com Ema. Darcy diz a Ernesto que Elisabeta está livre para seu cortejo. Ernesto propõe ir a São Paulo com Elisabeta. Vicente se preocupa com o andamento da construção da ferrovia. Xavier convoca Susana, Petúlia, Ludmila e Januário para a reunião na casa de Brandão. Susana impede que Olegário se aproxime de Julieta. Felisberto libera Lídia de seu castigo. Agatha lamenta não poder oferecer um emprego a Nicoletta. Amélia conversa com Estilingue sobre Jorge. Ema discute com Ernesto. Fani amaldiçoa o vestido de noiva que foi de Josephine. Lorde Williamson encontra Darcy.

DEUS SALVE O REI

Sexta-feira, 19h15

Glória confessa a Naná que ainda pensa em Osiel. Catarina avisa a Otávio que enviou uma carta ao conselho de Cália sobre a doação das terras à Lastrilha. Otávio alerta Rodolfo sobre a possibilidade de uma grave crise entre seus reinos. Saulo estranha o fato de Agnes adivinhar seu pensamento. Amália diz a Levi que preparará uma armadilha para Virgílio. Afonso descobre que Constantino tem privilégios na pedreira porque sempre vence as lutas entre os prisioneiros. Cássio se oferece para lutar contra Constantino. Augusto se surpreende ao ver Catarina.

CARINHA DE ANJO

Sexta-feira, 20h30

Cecília mostra para a Madre Superiora e o Padre Gabriel as fotos que recebeu. A religiosa diz que ela não pode agir de forma impulsiva. O padre estranha as imagens, pois Gustavo nunca desrespeitou nenhuma mulher. Adolfo decide ir passear no parque e diz para Silvestre lhe acompanhar. Cecília vai conversar com Gustavo, mas não deixa ele encostar nela. A mulher joga as fotos que recebeu no chão. Gustavo diz que as fotos são uma armação e explica o que aconteceu. Cecília não abre espaço para conversar a respeito e diz que quer o divórcio. Gustavo diz que vai provar para Cecília que tudo não passou de uma armação e que Dulce Maria não pode perceber que eles estão separados.

O OUTRO LADO DO PARAÍSO

Sexta-feira, 21h00

Clara se diverte com Gael durante um passeio. Patrick afirma a Clara que, com as informações que reuniu, Bruno já pode abrir um inquérito contra Sophia. Patrick alerta Clara sobre Gael e o advogado confessa que ainda a ama. Samuel anuncia que Nádia e Gustavo irão jantar em sua casa, e Cido é convocado para fazer o banquete. Renan pede Beth em casamento. Adriana decide dar uma chance para Nicolau. Caetana revela tudo o que sabe sobre Sophia para Clara. Mercedes consegue convencer Caetana a atrair Sophia para uma emboscada.

APOCALIPSE

Sexta-feira, 20h30

Adriano fica mexido com as palavras do pastor sobre o Senhor. Dylan recebe Natália em Nova Iorque. Débora age de maneira sensual com Alan. Stefano recebe Vittorio na Nova Babilônia. Em conversa com Susana, Tiatira diz que Israel não aceitará a imposição de Ricardo. Wallace fica surpreso com a recuperação de Tião, que o alerta para Ricardo. Robinson conta que quer deixar a vida do crime, mas Dudu o ameaça. César diz temer a presença de Adriano. Stefano avisa a Vittorio que agora o único deus é Ricardo. Natália acha graça do jeito de Uri. Benjamin e Adriano se juntam na luta contra o mal. Wallace aconselha Robinson a deixar o crime. Alan e Susana discutem e ele a expulsa do apartamento.

Humor

CUSPINDO NO CHÃO

Um moço encontrou um homem porcalhão cuspidno no chão. O moço falou para ele:

- Meu amigo, você não tem vergonha de ficar cuspidno no chão? Isso é falta de respeito.

- Olhe, eu já tentei cuspir no teto mas caía no meu olho toda vez.

CHINESES PARECIDOS

O aluno chinês confuso pergunta ao seu mestre:

- Mestre Shi porque todos os chineses são tão parecidos?

E o mestre respondeu:

- Eu não sou o mestre Shi.

METADE DA MELANCIA

O sujeito estava tranquilo na barraça de feira, vendendo melancias e gritando:

- Olha a melancia, boa e barata, apenas 20 reais cada.

Nisso, encosta um homem enorme de quase dois metros de altura, tipo 4x4, e diz:

- Ô meu amigo, 20 reais tá muito caro... não quero nem saber... só vou levar a metade, pode ir cortando aí.

O coitado, apavorado diz ao homem:

- Olha senhor, eu não sou o dono da barraca e não posso cortar... mas o senhor aguarde um instante que o patrão está em outra barraca ali na frente e eu vou falar com ele. Se ele autorizar, eu corte a melancia pro senhor.

Disse isso e foi falar com o patrão, só que ele não notou que o homem foi atrás dele. Chegando lá ele falou pro patrão:

- Ô patrão, tem um fi da égua aí, querendo compra só a metade da melancia...

Quando ele olhou pra trás e viu o homem, complementou.



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

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

Cotado para substituir Angélica e até o Huck, atração de Luan Santana tem novos detalhes

Por essa ninguém esperava. Preocupada com o desempenho da grade vespertina de sábado, a Globo resolveu criar um novo programa para a faixa. Com a saída do Estrelas, de Angélica, esposa de Luciano Huck, a emissora já tem uma solução.

Como já informado, Luan Santana é o novo apresentador do canal carioca e comandará uma atração no horário vago. O artista deverá gravar o piloto em junho e a estreia acontecerá depois da Copa do Mundo 2018. O conteúdo do programa ainda não foi completamente fechado, mas, com

certeza, terá relação com música. Além disso, Luan Santana deverá ter uma parceira no comando da atração.

Luan terá o apoio de uma figura feminina no comando do programa. Cinco gravaram testes. Fernanda Souza, Maria Eugênia Suconic, a Maru, e Rafa Brites entre elas.

O fato é que a Globo já "namorava" o cantor Luan Santana há algum tempo. Na emissora, ele já comandou alguns projetos como *Sai do Chão!*, de 2014, e também o *Canta, Luan*, do Multishow, em 2017.

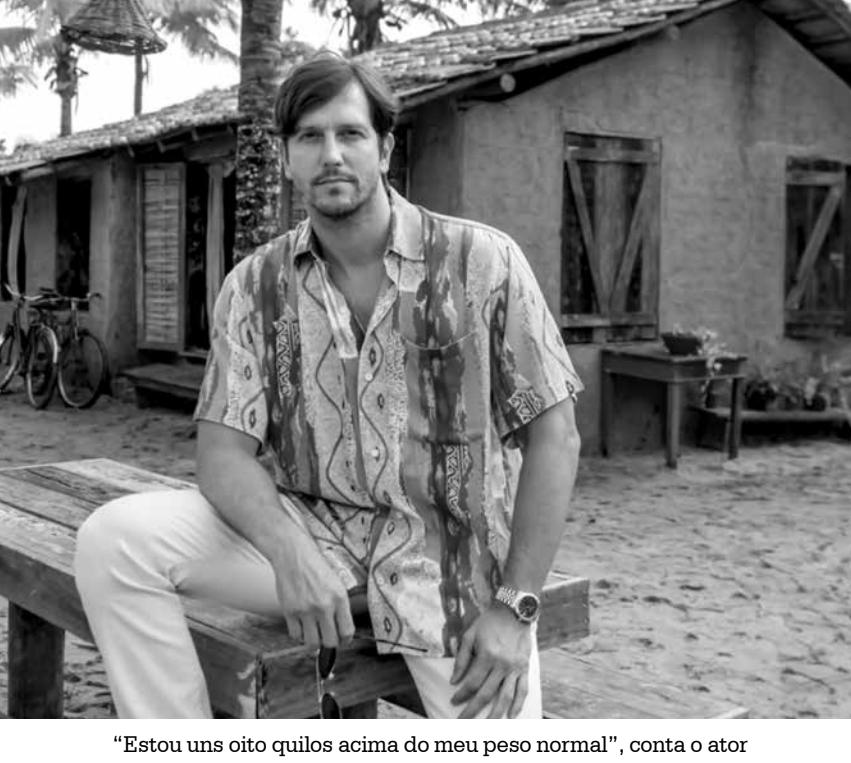
Outro ponto importante é a saída do programa Estrelas, de Angélica,

da grade da Globo. Em 2017, a emissora confirmou que a atração seria descontinuada logo após a Copa. Assim, este horário estaria disponível para a nova atração de Luan Santana.

"Angélica já está trabalhando no desenvolvimento de um novo projeto. Há 11 anos no ar, líder de audiência na sua faixa horária, com diversas viagens pelo Brasil e pelo mundo, o 'Estrelas' terá sua última temporada em 2018. O programa ficará no ar até a Copa do Mundo, quando dará lugar aos preparativos para o início do Mundial.", disse o comunicado da Globo na época.



Luan terá o apoio de uma figura feminina no comando do programa



"Estou uns oito quilos acima do meu peso normal", conta o ator

Vladimir Brichta ganha 8 kg para novela 'Segundo Sol': 'Fiquei fortinho'

Enquanto Deborah Secco "secou" para a vilã Karola da novela "Segundo Sol", Vladimir Brichta engordou 8 kg para o mau-caráter Remy, irmão do protagonista, Beto Falcão (Emílio Dantas). Em entrevista, o ator conta que sentiu que era necessário ganhar peso para o personagem: "Quando comecei a pensar no indivíduo que eu ia representar comecei achar que faria sentido voltar a frequentar a academia com mais frequência. Ficar um pouco mais forte. Eu fracassei nessa ideia. Imaginei que fosse ficar fortinho e emagrecer ao

mesmo tempo, mas só fiquei fortinho (risos)".

ATOR ESTÁ COM 86 KG: 'NÃO MUDEI NADA NA MINHA ALIMENTAÇÃO'

O artista entrega que engordou mesmo mantendo a dieta habitual: "Estou uns oito quilos acima do meu peso normal. Mas não é o peso que estava quando comecei a me preparar. Em 'Cidade Proibida' estava mais relaxado e para esse trabalho estou oito quilos acima do meu peso normal, que é cerca de 78 kg e estou com 86kg. E não mudei nada na minha alimentação".

Tratando de um câncer, Mr. Catra surge muito mais magro após perder 35 kilos

Em tratamento de um câncer no estômago há pouco mais de um ano, Mr. Catra surpreendeu os fãs ao surgir muito mais magro. O funkeiro, de 49 anos, perdeu mais de 35 kg desde que começou o tra-

tamento. Ele teve que mudar os hábitos alimentares e parou de beber.

Pai de 32 anos filhos, Catra continua com uma dieta restrita, proibido de comer gordura e doce, ingerir bebidas alcoólicas e também

teve que diminuir o cigarro. Por conta do tratamento, ele reduziu o número de shows. Morando atualmente em São Paulo, ele vai ao hospital uma vez por semana para realizar a quimioterapia.



O cantor teve que mudar os hábitos alimentares

ACESSE: www.oextra.net

Informação com credibilidade

Quando a APAE liga diga SIM!

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

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

horóscopo



ÁRIES

Você adquire a postura que procura há muito tempo. Como resultado dessa força interior você é capaz de irradiar confiança e integridade. Amigos de sua vida pessoal ou outros que você conhece de seu ambiente de trabalho pedem a sua ajuda.



GÊMEOS

Colabore com seus colegas, amigos ou família se desejar conseguir algo que valha a pena, relacionado ao seu futuro. Você precisa aproveitar totalmente cada oportunidade oferecida enquanto pode, não deixe isso passar sem se esforçar adequadamente.



LEÃO

As incertezas que prevalecem e parecem rodear você exigem que você se posicione com mais clareza. É difícil para você mudar a sua forma usual de pensar e isso tem um efeito negativo. A sua saúde pode sofrer sem necessidade.



LIBRA

Problemas não planejados estão se aproximando e você está achando muito mais difícil do que esperado, resolver essas dificuldades. Não se desespere, considere soluções alternativas. Além disso, avalie o quanto você pode ser pessoalmente afetado.



SAGITÁRIO

Durante o que aparentemente pode ser um período de teste, tenha confiança e acredite na sua capacidade, os eventos que se aproximam o levam ao limite. Não deixe as opiniões dos outros dissuadi-lo de suas crenças.



AQUÁRIO

Um evento inesperado o força a mudar totalmente seus planos e altera a maneira do desenrolar das coisas. Não fique muito chateado, se você planeja tudo, muitos dos prazeres mais surpreendentes da vida ou resultados incomuns nunca ocorrem.



TOURO

Uma mudança de perspectiva bastante necessária dá o impulso que você precisa para colocar em ação os novos planos que afetarão sua vida significativamente no futuro. Aparentemente você exerce cada vez mais influência e as pessoas reconhecem suas habilidades.



CÂNCER

Qualquer tipo de colaboração será especialmente eficaz. As suas metas estão de acordo com as pessoas ao seu redor, use essa perspectiva promissora e a compreensão clara do que está à sua disposição para concluir qualquer ação em grupo onde esteja envolvido.



VIRGEM

Você se sente em boa forma e suas capacidades mentais estão afiadas, você parece conseguir lidar bem com qualquer coisa que tentar. Você é capaz de usar esta energia nova para iniciar um determinado projeto que planejou um tempo atrás.



ESCORPIÃO

Seu anseio por um desejo não atendido cresce. Às vezes você se pega pensando sobre o que seria se você abandonasse seus princípios e ideais, para realizar esse desejo. Não se permita jogar este jogo, ao invés disso, concentre-se em controlar seus desejos.



CAPRICÓRNIOS

A maioria das coisas nas quais você está envolvido dá certo, qualquer dificuldade encontrada será insignificante. Não exagere, ao contrário, dê um fim a qualquer preocupação frustrante que tenha permanecido por muito tempo.



PEIXES

Você sente-se na melhor forma e as pessoas percebem o quanto positivo e cheio de confiança você está. A exuberância que você demonstra conta e influencia as pessoas que você encontra. Eles têm a capacidade de ajudar você a conquistar metas.