



SEXTO-FEIRA, 04 DE MAIO DE 2018

Bruna Marquezine vai às lágrimas ao lembrar início da carreira na TV: ‘‘Especial’’

Página B4

“Todas as coisas já foram ditas, mas como ninguém escuta é preciso sempre dizer de novo.”

■ André Gide - Escritor (1869 - 1951)



Muitos anos de vida para a querida **Marina Albuquerque**.

A data é especial para ela, **Thalita Valini** que celebra o dia de hoje.

Bianca Silva comemora a chegada da idade nova ao lado de seu amado **Bruno Andrade**.

Gabriela Rovere é homenageada pelo seu aniversário.



Sempre sorridente, **Daniela Freitas Bonifácio** também apaga as velinhas.



Caroline Megiani também tem motivos para comemorar.



Ivaldo Netto recebe felicitações de toda à galera.



A belíssima **Nathália Amadeu** irá festejar a sexta-feira com as amigas. Parabéns!!!!



Ryan Trovatti recebe abraços e cumprimentos pelo seu dia.

*Dia das
Mães*



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

GIGANTÃO
REDE O SHOPPING DO PREÇO BAIXO!

Conheça os alimentos que ajudam a proteger o seu fígado

Você provavelmente nem lembra que ele existe, mas saiba que o fígado é um dos órgãos mais complexos e merece muito cuidado. Entre as mais de 200 funções, ele funciona como um filtro, eliminando o que é tóxico ao nosso organismo - percebeu a importância? Sem ele funcionando direito, nada mais trabalha direito no corpo também. Quando exageramos no consumo de bebidas alcoólicas e alimentos gordurosos, o fígado fica sobrecarregado e precisa de uma desintoxicação.

O problema é que não existe um alimento milagroso em uma quantidade determinada que promova essa limpeza do fígado. Há alguns alimentos que podem até ajudar a desintoxicar, mas não basta apenas consumi-los e se achar no direito de exagerar no consumo de álcool e gorduras - é preciso ter moderação, fazer refeições leves várias vezes ao dia e praticar exercícios físicos com regularidade. Outro ponto é que o consumo dos alimentos "detox" precisam ser consumidos de forma habitual na dieta alimentar. Em re-

sumo, o consumo de um único item da lista abaixo não vai ser o responsável por proteger a saúde do fígado, mas sim uma alimentação balanceada em que se encaixem a turma toda. Confira:

PRÓPOLIS

O extrato de própolis, obtido das abelhas é facilmente encontrado em farmácias, contém substâncias chamadas bioflavonoides que estão ligadas a uma melhora da função do fígado. Dessa forma, ajudam a acelerar a desintoxicação do organismo.

Há também alguns estudos feitos desde 1992, in vitro ou em camundongos, que apontam que a substância artepelina C do própolis combate células tumorais no fígado. Leia no rótulo as instruções de consumo de acordo com o tipo de própolis que você comprar, que pode variar de uma colher de chá a uma quantidade específica de gotas de acordo com a idade da pessoa.

ABACAXI

O destaque do abacaxi é uma potente enzima chamada bromelina. Ela auxilia na digestão - por isso que muitas pessoas a usam para amolecer

a carne de churrasco. Desse modo, ela ajuda a desobstruir o fígado do acúmulo de gorduras e toxinas. Recomenda-se fazer combinações de suco de abacaxi com hortelã ou outras frutas, para potencializar ainda mais o efeito sobre o fígado e o todo o corpo.

MAÇÃ

Uma singela maçã pode fazer a diferença no trabalho do fígado por conter uma substância chamada pectina. É uma fibra solúvel que ajuda na diminuição da taxa de colesterol e facilita a digestão de gorduras pelo organismo. A fibra "se agarra" às células de gordura e as leva embora do corpo, impedindo que fiquem acumuladas no fígado.

A maioria das frutas, verduras e legumes ricos em fibras ajuda na absorção de gordura, apesar de a maçã ganhar destaque por ter a pectina. Inclua no cardápio tanto maçã quanto banana, cenoura, tomate, pera e outros vegetais que também fornecem vitaminas importantes para melhorar o funcionamento do fígado.

ÁGUA

A água é o combustível para o fígado trabalhar. Quando ál-

cool e gorduras entram no nosso organismo, transformam-se em substâncias tóxicas que sobrecarregam o trabalho do fígado. A água é fundamental para ajudar a eliminar essas toxinas. Além disso, o fígado é responsável por produzir a bile (ou suco biliar) que atua na digestão de gorduras como se fosse um detergente. O órgão produz entre 800 ml a um litro de bile por dia e, sem água, isso não será possível.

Tenha sempre uma garrafinha com você durante o dia e, quando beber álcool, procure intercalar com goles de água e evitar exageros. É verdade que o álcool é líquido, mas ele é muito diurético e acelera a desidratação do organismo. Por isso, água, sucos, chás e água de coco ajudam a recuperar o que o seu corpo perde com o consumo de bebida alcoólica.

GENGIBRE

Esse alimento é considerado um tônico do fígado. O gengibre ajuda na secreção da bile, que é feita pela vesícula biliar. Com isso, a digestão de gorduras é mais eficiente, evitando a sobrecarga do fígado. Você pode consumir o gengibre cru, ralando um pouco em ci-



ma do seu prato no almoço e no jantar.

ESCAROLA

A substância amarga presente nessa verdura estimula a produção e secreção da bile, segundo a nutricionista Danielle. Além disso, é fonte de nutrientes, como ácido fólico, zinco e vitaminas que dão mais saúde e disposição ao corpo para que todos os órgãos funcionem direito. O sabor da verdura combina muito com tortas e pizzas, mas prefira usar sempre farinha integral para preparar esses pratos.

RABANETE

Vale tanto o cru quanto o em conserva - só fique de olho na



quantidade de sódio dessa segunda opção, que aumenta o inchaço e a pressão arterial e, consequentemente, traz malefícios ao fígado. Essa raiz tem uma essência sulforafada, responsável pelo sabor picante, que aumenta a secreção da bile pelo fígado.

FRUTAS VERMELHAS

Morango, amora, cereja, framboesa e outras frutinhas avermelhadas são poderosos antioxidantes. Eles ajudam a combater as substâncias tóxicas acumuladas no fígado. Ingesta também em outros alimentos que contenham vitamina A, vitamina E e outros antioxidantes, como cenoura e tomate.

Mitos e verdades sobre a pele oleosa

Rosto brilhoso, cabelo grudado na testa, fios com aspecto sujo, acne e cravos por todo lugar. Não é fácil a vida de quem tem pele oleosa - e olha que não é pouca gente que tem. Entre todos os tipos de pele, a de aspecto oleoso é o mais comum entre os brasileiros. Causada pela produção excessiva de sebo pelas glândulas sebáceas, a pele oleosa traz consigo uma série de mitos que, de tão repetidos, acabaram virando falsas verdades. Mas, afinal, como saber se a pele é de fato oleosa?

A pele elimina quantidades mínimas, porém constantes, de gordura que, junto com o suor, formam uma película que cobre e protege a pele, contribuindo para a coesão, lubrificação e proteção da pele. Quando as glândulas sebáceas produzem mais sebo que o necessário, ou seja, quando a pele elimina quantidades excessivas de gordura, ela se torna gordurosa e brilhante, com poros dilatados principalmente na região central da face, nariz, bochechas e queixo - a chamada zona T.

LAVAR O ROSTO VÁRIAS VEZES AO DIA ELIMINA A OLEOSIDADE

Mito. Quando você retira o sebo do rosto durante a lavagem, a pele automaticamente se repõe, pois essa gordura que é eliminada existe para proteger a nossa pele, como se fosse uma película. Isso significa que não adianta lavar o rosto várias vezes ao dia, achan- do que isso vai reduzir a oleosidade. O ideal mesmo é fazer a limpeza com sabonete duas vezes ao dia. Dê preferência aos sabões à base de enxofre e ácido salicílico. E muita atenção para a temperatura da água! Se ela estiver muito quente, acabará removendo a oleosidade natural da pele e incentivará as glândulas a produzir mais sebo.

QUEM TEM PELE OLEOSA PODE USAR MAQUIAGEM TODOS OS DIAS

Verdade. Antigamente, os itens de beleza bloqueavam os poros e não deixavam a pele respirar propriamente. Hoje em dia, no entanto, já existem tecnologias avançadas que permitem que até mesmo pessoas com pele oleosa possam fazer uso de maquiagem diariamente.

O VERÃO AUMENTA A OLEOSIDADE DA PELE

Verdade. O calor estimula a oleosidade e é comum que em dias mais quentes as glândulas sebáceas produzam mais sebo do que o normal. Pode reparar: no verão, principalmente, a pele está sempre com um aspecto mais brilhoso e pesado do que nas estações mais frias do ano. Não à toa que costuma-se muito ouvir que a pele fica mais bonita no inverno, quando as temperaturas geralmente estão mais baixas e as glândulas não costumam produzir tanta gordura.

ESFOLIANTES E ESPONJA VEGETAL REDUZEM A OLEOSIDADE

Mito. O que acontece é justamente o contrário. Sabonetes esfoliantes limpam profundamente, mas removem a oleosidade natural e ressecam a pele. O resultado disso é um aumento na produção de sebo decorrente do uso incorreto do esfoliante.

A ALIMENTAÇÃO INFLUENCIA NA OLEOSIDADE DA PELE

Verdade. Alguns alimentos influenciam na produção de gordura pelas glândulas sebáceas, especialmente farináceos (farinha de trigo, farinha de mandioca, farinha de aveia etc) e os que contêm proteinas do leite, como queijos, iogurtes, o próprio leite, entre outros. Esses alimentos estimulam a produção de insulina, o que, somada à ação hormonal, leva ao surgimento mais frequente de cravos e acne no rosto.

PELE OLEOSA NÃO PRECISA DE HIDRATANTE

Mito. Não é porque a pele é oleosa que ela não precisa ser

bem tratada, não é mesmo? Hoje em dia, existem produtos exclusivamente voltados para pessoas com maior oleosidade na pele. Esses produtos hidratam e ainda têm efeito mate, que confere aspecto seco à pele. Procure por produtos oil free, e prefira géis no lugar de creme.

PESSOAS COM PELE OLEOSA TÊM MAIOR TENDÊNCIA À ACNE E AOS CRAVOS

Verdade. As acne e os cravos só aparecem em peles em que há um acúmulo de gordura nos poros, de modo que isso só pode ocorrer com pessoas que produzem sebo em excesso, característica base da pele oleosa.



receita

Pão de batata doce

INGREDIENTES:

- 250 ml de leite morno
- 15 g de fermento biológico seco
- 1 ovos
- 1/2 copo americano de açúcar
- 2 xícaras cheias de batata doce cozida e espremida
- 3 colheres de sopa cheia de manteiga ou margarina
- 1 pitada sal
- 1/2 kg de farinha de trigo (aproximadamente)



MODO DE PREPARO:

- Dissolver o fermento em um pouco do leite
- Em seguida, acrescentar o açúcar e a batata
- Dissolver bem a batata
- Coloque o restante do leite, o ovo, a manteiga e o sal
- Misture rapidamente e acrescente a farinha
- Sove bem a massa que não deve grudar nas mãos porém deve ficar macia
- Deixe crescer por 30 minutos
- Faça bolas e coloque em uma forma de bolo untada
- Deixe dobrar de volume (uns 30 minutos)
- Asse em forno médio pré-aquecido de 20 a 30 minutos (depende do forno)

PARCELE SUA TATTOO NO CARTÃO DE CRÉDITO

Jhony Tattoo

SUA TATTOO SEU ESTILO.

(17) 3463-1609 Rua Bahia 1446 - Centro - Fernandópolis-SP

Visa Electron MasterCard

Lanches e Sucos RODOVIÁRIA LANCHES, SALGADOS TORTAS E SUCOS

Tel: (17) 99723-1809

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

Criptograma

Dica para a palavra chave oculta: Local do ataque que marcou a entrada dos Estados Unidos na Segunda Guerra Mundial.

Que se move depressa.	⚡	⚡	⌚	⊗	⊗	⊗
Ação de expulsar ou expelir.	🍎	★	👑	⚡	⊗	⊗
Barra para fechar fortemente uma porta.	⚙️	⚡	❤️	👑	⚡	⊗
Subtrair algo alheio sem uso de violência ou ameaça	🚩	🔍	⚙️	⚡	⊗	⚡
Ramo de árvore, que contém as folhas, as flores e os frutos (plural).	🐦	⚡	🔑	⊗	⊗	🔥
Mil milhares.	⏰	⌚	⌚	⌚	⌚	⊗
Expedição de caça, especialmente na selva africana	🔥	⚡	🚩	⚡	⚡	⊗
Que não tem começo nem fim (feminino).	🍎	⚙️	🍎	❤️	⚡	⊗
Queda (plural).	⚙️	⊗	⏰	⊗	⊗	🔥
Moer novamente.	⚡	🍎	⏰	🍎	⚡	⚡
Latir.	🐦	⚡	⊗	⚡	⚡	⚡

Ligue os Pontos



Encontre o Caminho

Noé devia levar um casal de todos os animais para a Arca, mas alguns se perderam. Ajude esses animais a chegarem até a Arca.



Lavanderia Ouroeste

Fornecemos Nota Fiscal

Lavamos e passamos qualquer tipo de roupa

Buscamos e entregamos em Domicílio

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) - Valentim Gentil - SP

Resumo de Novelas

MALHAÇÃO

Sexta-feira, 17h30

Isadora dorme com Getúlio e impede que Rosália descubra. Érico aceita a chantagem de Jade. Úrsula aceita estrelar um vídeo feito por Bárbara. Alex estranha quando Gabriela diz que precisa sair à noite. Márcio chega à casa de Rafael e avisa que decidiu morar na casa do pai. Vinícius afirma a Hugo que é amigo de Talíssia. Paulo anuncia que Gároto já sabe tocar violão. Érico beija Flora e Jade registra com seu celular. Márcio manda uma mensagem para Gabriela em nome de Rafael, cancelando o encontro. O vídeo de Úrsula é divulgado na internet.

ORGULHO E PAIXÃO

Sexta-feira, 18h00

Williamson dá dinheiro a Uirapuru para que o poeta deixe o Vale do Café. Darcy exige que Uirapuru peça desculpas a Mariana antes de partir. Com atraso, Lídia entrega a carta de Darcy a Elisabeta. Ema finge para Ernesto que não se sensibilizou com o beijo dos dois. Rómulo encontra Dr. Jonatas desfalecido. Uirapuru tenta conversar com Mariana, mas Elisabeta impede. Ernesto decide partir para São Paulo. Elisabeta agradece a carta de Darcy e anuncia que se mudará para São Paulo. Uirapuru convence Lídia a fugir com ele. Um oficial de justiça comunica ao Barão, Aurélio e Ema que a família deve deixar a fazenda.

DEUS SALVE O REI

Sexta-feira, 19h15

Orlando e Petrônio avisam a Rodolfo que o carregamento de água será suspenso. Selena encontra Radamés na floresta. Romero captura Constantino, que revela o paradeiro de Afonso. Selena encontra Afonso e Tiago. Constantino ameaça Catarina. Elói chantageia Virgílio e Delano ouve. Agnes informa a Afonso que Virgílio sequestrou Amália e Levi. Delano segue Elói e recupera a carta de Catarina. Selena, Ulisses e Tiago enfrentam Romero e acabam presos. Virgílio empurra Amália, que bate a cabeça e desmaia. Catarina chega ao cativeiro e Virgílio se surpreende ao ser atacado por Delano.

APOCALIPSE

Sexta-feira, 20h30

Tudo é televisionado. Benjamin assiste o milagre e lê um trecho da Bíblia. Na Agência Espacial, Uri e Dylan descobrem a chegada de um terremoto devastador. Os profetas sobrem aos céus. No abrigo, Noah, Saulo e outros homens ficam maravilhados e são tocados por Deus. Luizes descem do céu e pousam sobre as testas dos homens de bem, selando-os. Outros milhares de judeus também são selados. Um tremor começa a ser sentido. Os profetas são levados ao céu e o tremor aumenta. As pessoas se desesperam. Bárbara tenta obter notícias de Rodrigo.

CARINHA DE ANJO

Sexta-feira, 20h30

Adolfo conversa com Haydee, que se identifica no aplicativo como Dedé. O homem convida ela para um encontro no final de semana para se conhecerem. Dulce Maria conta para Lulu que o homem no colégio é o pai da garota e no dia seguinte devem fugir para casa de Fátima. No dia seguinte, Fátima e Cristóvão encontram Dulce e Lulu na estrada e as levam de volta ao colégio. Leonardo diz para Flávio aproveitar que quer sumir e sumir de sua vida. Flávio tem uma crise de ira e quebra seu quarto. O homem diz sozinho que a partir de agora o jogo vai ficar pesado. Lulu e Dulce Maria vibram sozinhas com a possibilidade de se tornarem primas, caso Fátima e Cristóvão adotem Lulu.

O OUTRO LADO DO PARAÍSO

Sexta-feira, 21h00

Renan não revela a surpresa da grife para Beth. Gael orienta Clara, que se prepara para assumir a mina. Zé Victor se apresenta como chefe da mina para Clara. Clara promove Juvenal e Amaro e afirma aos garimpeiros que tudo será feito dentro da lei. Zé Victor conta as novidades da mina para Sophia. Estela cuida de Sophia. Chega o dia do casamento de Raquel e Bruno. A Grande Mãe afirma a Mariano que o ajudará a falar com Clara. Tomaz passa o dia com Lívia. Renato raptou Tomaz e exige de Clara uma alta quantia para o resgate.

Humor

MOTIVO DAS VAIAS

Em um jogo de futebol o filho pergunta ao pai:

- Papai, por que os torcedores estão vaiando aquele jogador.

O pai respondeu:

- Por que ele jogou uma pedra no juiz.

- Mas papai, ele não acertou!

E o pai explica:

- Por isso mesmo!

A FORMIGA, O GRILÓ E O ELEFANTE

Estavam na floresta uma formiguinha no chão e um grilo em cima da árvore. De repente um elefante que passava por lá não vê a formiguinha e caminha na direção onde ela está. Imediatamente o grilo que estava na árvore grita:

- Elefante, cuidado com a minha amiga formiga, você vai pisar nela!

O elefante respeitosamente para e muda o caminho. Mas logo em seguida a formiguinha esbraveja para o grilo:

- Por que você gritou para o elefante? Não estava vendo que eu ia passar uma rasteira nele?

VINHO DA LOIRA

Uma loira havia comprado um caixote com 12 garrafas de vinho dentro, com o custo aproximado de R\$ 25,00. Chegando em casa, a mulher fica indignada e joga tudo pela janela. O marido ao ver a cena, pergunta o porquê dela ter feito aquilo e ela responde:

- Porque no rótulo das garrafas es-

tava escrito: "desde 1935", já estava vencido, amor.

ANTES DO CASAMENTO

A esposa estava lavando a louça, enquanto seu marido tomava uma cerveja sentado no sofá. De repente o marido se vira para esposa e pergunta:

- Amor, o que você fazia antes de casar comigo?

E a mulher, sem pensar duas vezes, responde:

- Eu vivia!

PROVOCANDO QUEIMADA

A professora pergunta para Joãozinho:

- Joãozinho, você sabe como se provoca uma queimada?

E o garoto responde:

- Chamando ela de fria, fessora!



INSTITUTO DE OLHOS

CIRURGIA DE CATARATA (FACOMELISFICAÇÃO), CIRURGIA MIÓPIA, ASTIGMATISMO, HIPERMETRÓPIA COM EXCIMER LASER, LENTES DE CONTATO

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

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



IMOBILIÁRIA OUROESTE

Venda - Locação e Administração

Tel. 17 3843.1505

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

CRECI 67022

celebridades

Giovanna Ewbank exalta semelhança física com Gagliasso: ‘Almas gêmeas se parecem’



A atriz publicou uma foto nas redes sociais em que aparece ao lado do marido no Malawi.

Bruna Marquezine vai às lágrimas ao lembrar início da carreira na TV: ‘Especial’

Atriz desde a infância, Bruna Marquezine não se segurou as lágrimas ao lembrar um momento importante de sua carreira no ‘Vídeo Show’: a jovem, cujo contrato com a Globo não será encerrado - como esclareceu por meio de seus representantes -, participou do quadro ‘Caso Verdade’ e reviu a menina deficiente

visual que a inspirou durante ‘América’ (2005). Na novela de Gloria Perez, ela deu vida à Maria Flor e conviveu com Duda para aprender a realidade dos deficientes. ‘Fico feliz que ela continua vendo o mundo de forma muito, muito especial. Ela sempre foi uma inspiração’, disse a artista, com lágrimas nos olhos.



A intérprete da vilã Catarina participou do ‘Vídeo Show’ nesta quarta-feira (02)

Giovanna Ewbank e Bruno Gagliasso esbanjam sintonia em seus estilos de vida mas, nesta quarta-feira (2), a artista exaltou uma outra semelhança entre os dois: a aparência. Em seu perfil pessoal no Instagram, a mãe de Titi, de 4 anos, publicou um registro em que aparece junto do marido e exaltou, além das qualidades pessoais do companheiro, seus traços físicos parecidos.

A atriz e youtuber elogiada por Bruno Gagliasso após premiação afirmou ter se surpreendido pela conexão construída com o marido. ‘Quando me apaixonei por você, não fazia ideia do quanto poderia ser feliz ao seu lado, compartilhando do mesmo pensamento e vontades sobre esse mundo. Na verdade, nunca pensei que pudesse existir ninguém tão próximo da minha própria essência...’, afirmou Giovanna Ewbank sobre o pai de sua filha, que o parabenizou com declaração de amor. ‘Dizem que as almas gêmeas se parecem fisicamente também! Se você não for a minha, meu amor, não sei o que seria uma! Te amo! Obrigada por todos os momentos vividos ao seu lado, você é um ser humano único que me inspira a cada dia!’, concluiu ela.



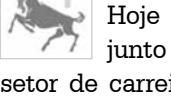
Alessandra Ambrosio sobre ser atriz: ‘Tenho muito a estudar e aprender’

Alessandra Ambrosio é uma mulher multifacetada. Sucesso como modelo internacional e antenada nas tendências, a ex Angel da Victoria’s Secret também é empresária e agora está investindo firme na carreira de atriz. ‘Tenho muito a estudar e aprender. A carreira de atriz é uma extensão, assim como ter minha própria marca. No fim tudo é uma coisa só’, disse ela, à revista ‘Vogue’. A famosa estreou nas telas em 2015, na novela ‘Verdades Secretas’, da TV Globo, no ano seguinte fez participações em filmes de Hollywood como ‘007 - Casino Royale’, ‘As Tartarugas Ninja: Fora das Sombras’, ‘Pai em Dose Dupla 1’, e neste ano em ‘Pai em Dose Dupla 2’.

Ao todo, Alessandra possui mais de 20 anos de trajetória no mundo da moda e um dos momentos mais mar-

cantes para ela foi a despedida das passarelas da grife de lingerie. ‘Minha carreira deslanchou, praticamente só trabalhei neste período, viajava pelo mundo sem parar. Ser angel te leva a outro patamar, você deixa de ser só uma modelo. A partir dali, ganhei um nome’, afirma. Em meio a rumor de separação de Jamie Mazur, ela se dedica a campanhas internacionais, sua marca de roupa, Ale by Alessandra, e a ONG americana National Multiple Sclerosis Society, no qual ela é embajadora e se envolveu por conta do seu pai sofrer de esclerose múltipla há muitos anos: ‘Sempre tive esse desejo de ajudar. Cresci com a minha mãe indo a orfanatos para levar presentes para crianças carentes no Natal, temos muito prazer em ajudar o próximo na nossa família’.

horóscopo



ÁRIES

Hoje temos a Lua junto a Saturno no setor de carreira. É preciso muita maturidade e responsabilidade para lidar com os desafios profissionais. Avalie se os seus projetos ainda estão de acordo com a sua essência.



GÊMEOS

Um excelente momento para resolver dívidas de natureza material ou emocional. Lições de autonomia, autossuficiência e independência. Um momento em que você precisa ser muito maduro diante de certos desafios emocionais.



LEÃO

Percepção dos seus limites físicos que podem estar ligados à coluna, aos ossos e ao joelho. Deve assumir mais responsabilidades para realizar seus projetos. Reavalia sobre trabalhos e atividades que realmente têm sintonia com você.



LIBRA

Um momento em que percebe que pode contar apenas consigo. É preciso estar mais firme e centrado sobre seus próprios pés. Questões imobiliárias ou ligadas à família e emoção demandam responsabilidade.



SAGITÁRIO

Procure agir de forma mais consciente em relação a finanças e recursos. Pode se sentir mais limitado em termos materiais. É importante desenvolver seus talentos e habilidades com mais responsabilidade.



AQUÁRIO

Um dia em que pode se sentir sozinho. Momento que favorece a reflexão, a interiorização e a percepção do que está colhendo. Há certas coisas que só o tempo revela, e este é um bom tempo para revelações.



TOURO

Excelente momento para dedicação e projetos intelectuais que envolvem a perseverança. Publicações, estudos, cursos, concursos e viagens estão enfatizados. Precisará se esforçar em algo que levará tempo para ser realizado.



CÂNCER

Fortes atribuições e responsabilidades ligadas aos seus relacionamentos. Importância de agir com profissionalismo na esfera profissional. Tende a ser reconhecido pela confiabilidade e experiência que passa para as pessoas.



VIRGEM

Um momento de importantes decisões na vida amorosa. O amor-próprio e a independência são essenciais para uma relação afetiva. Hobbies e trabalhos de natureza criativa estão favorecidos.



ESCORPIÃO

Dia de possibilidades interessantes em relação ao trabalho. Tendência a se sentir mais afortunado, o que contribui para as suas realizações. Encare tudo como parte de um grande aprendizado.



CAPRICÓRNIO

Hoje temos uma conjunção de Lua e Saturno em seu signo. É um dia em que você deve procurar harmonizar mais a razão e a emoção. Demandas familiares ou emocionais podem estar sendo opressivas.



PEIXES

Importantes propósitos envolvendo instituições e grupos com os quais você está conectado. Há uma tendência a assumir responsabilidades em projetos pessoais ou profissionais. Contatos podem ser importantes para a carreira.