



Marina Ruy Barbosa ficou doente após novela: “Se não se cuidar, não aguenta”

Página B4

*“A arte de viver é simplesmente a arte de conviver...
simplesmente, disse eu? Mas como é difícil!”.*

■ Mário Quintana - Poeta, tradutor e jornalista (1906 - 1994)



A simpática **Haysla Zonato** recebe muitíssimas mensagens de carinho pela data especial.



Rayani Eloy está em ritmo de muita festa e comemorações.



Destaque para a querida **Silvia Martins** que festeja mais um niver ao lado de seu esposo **Murilo Jacob**.



Ailton Nossa é muito homenageado pela esposa **Marcia** e também pela filha **Isabela**. Parabéns!!!



A belíssima **Natália Finotello** festeja mais um ano de vida. Na foto, ela aparece ao lado do maridão **Jhonny Ramos**.



A belíssima **Geisse Mara** celebra a passagem de mais um aniversário nesta sexta-feira. Na foto, ela aparece ao lado do noivo **Iago Saves**.



Mateus Nagib também está na lista dos homenageados desta sexta-feira.



Hoje a festa será comandada por ele, **Rafael Marques**. Parabéns e muitas felicidades.



O aniversariante **Vitor Giacomin** recebe inúmeras mensagens de amigos e familiares.

Temporada de
FLORES
PERMANENTES

Só aqui no GIGANTÃO !!!

Chegou da CHINA a NOSSA MAIS LINDA
sessão de FLORES PERMANENTES

Gengivite: conheça os principais tratamentos

Aboca pode ser um grande acesso para a entrada de bactérias. E se a higienização do local não for realizada corretamente, esses microorganismos criam uma placa bacteriana que se aloja nos dentes, próximo à gengiva, ocasionar um quadro de inflamação: a gengivite. O problema tem se mostrado cada vez mais presente nos consultórios odontológicos e chama atenção dos profissionais de saúde. “Geralmente o paciente não faz escovação adequada, nem passa fio-dental ou vai ao dentista, dessa forma ocorre um acúmulo da placa bacteriana no local, que endurece e evolui para o cáculo dental (conhecido popularmente como tártaro)”, descreve a odontologista. O tártaro não pode ser removido apenas pela escovação, e se acumula, irritando a gengiva e causando sua

A black and white close-up photograph of a person's upper teeth and mouth. The person is smiling, revealing a full set of white, well-maintained teeth. The lighting highlights the contours of the lips and the texture of the skin around the mouth.

pode evoluir para uma situação mais séria: a periodontite e se espalhar para outras estruturas, como os tecidos periodontais, que ligam o dente aos ossos, levando até mesmo à queda dos dentes. Vale lembrar que periodontite é a principal causa de perda dental em adultos. Portanto o ideal é previnir-lá, evitando a gengivite e tratando-a quando ela aparece.

Os principais sintomas da gengivite são sangramento durante a escovação e uso do fio dental, inchaço e sensibilidade. Mas se você perceber isso, não se preocupe: o tratamento da gengivite é bem simples! “A gengivite é reversível e pontual, mas precisa da colaboração do paciente para ser tratada”, ressalta a dentista. Veja a seguir

quais os passos do tratamento da gengivite.

- 1. Limpeza no dentista
- 2. Higiene bucal correta da área
- 3. Enxágue antisséptico
- 4. Uso de medicamentos
- 5. Alinhamento dos dentes

Caso tenha dúvidas sobre como fazer uma higiene bucal, consulte um dentista que ele irá te ajudar a sanar suas dúvidas.

- 1. Limpeza no dentista
 - 2. Higiene bucal correta
área
 - 3. Enxágue antisséptico
 - 4. Uso de medicamentos
 - 5. Alinhamento dos dentes

Carboxiterapia: para tratar estria, celulite e gordura localizada

tratamento com gas carbônico estimula a circulação sanguínea.

tamento estético realizado através da infusão de gás carbônico em diferentes camadas da pele. O método é usado desde 1777 para tratamentos da pele e, desde as primeiras observações científicas, mostrou eficácia em regeneração dos tecidos e melhora da circulação sanguínea.

ESTÁ INDICADA
O uso da carboxiterapi

COMO É FEITA?

A carboxiterapia é feita com o uso de um aparelho acoplado a um cilindro de gás carbônico medicinal. Este equipamento regula a vazão do gás (que pode atingir, no máximo, 80ml de gás por minuto) para uma seringa com agulha de calibre míni- recomendação principalmen- te para o tratamento da celu- lite. O desenvolvimento da celulite passa por três fato- res: edema, gordura e fibrose - a carboxiterapia é o único tratamento que atua nesses três níveis. O edema é resol- vido pela dilatação dos va- sos e otimização da circula- ção, a fibrose é rompida pela

mais facilmente queimada pelo aumento do metabolismo que ocorre no local. É o tratamento mais completo em comparação com outros, como endermologia e drenagem linfática, por exemplo.

carbonico atua descolan-
do o tecido desta cicatriz -
a elevação visível durante o
tratamento. O descolamen-
to preenche essa região de
gás carbônico e estimula a
formação de colágeno no lo-
cal. O cirurgião conta que os
benefícios são muito mais
visíveis para estrias novas,
avermelhadas. Estrias bran-
cas são mais antigas e fibras

mente rompidas não se regenerarão. Da mesma maneira a carboxiterapia atua no tratamento de cicatrizes e no tratamento de fibroses decorrentes de cirurgias plásticas, como a lipoaspiração, por exemplo. "O ácido carbônico rompe a fibrose e ameriza irregularidades", explica.

Contraindicações da carboxiterapia

A carboxiterapia está contraindicada em casos de infecção ativa na região a ser tratada e doença pulmonar que cause retenção de gás carbônico, como a doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC).



receita

Bolo Integral de Batata Doce

INGREDIENTES

Bolo Integral de Batata Doce

INGREDIENTES

- 4 ovos
 - 1/2 xícara de coco ralado desidratado sem açúcar
 - 1 e 1/2 xícara de trigo integral
 - 1/2 xícara de açúcar
 - 2 colheres de (sopa) de flocos finos de aveia
 - 1 copo de leite (temperatura ambiente ou gelado)
 - 1 colher (sopa) de fermento
 - 2 xícaras cheias de batata doce (cozidas e amassadas - aproximadamente 3 batatas médias)
 - 1/2 xícara de óleo



- Bata em uma tigela as

- Coloque em um recipiente, as quatro gemas, o óleo, o açúcar e bata bem (na batedeira); acrescente as batatas doce e continue batendo
 - Adicione o trigo, o coco e a aveia
 - Alterne os ingredientes com o leite, pois a massa fica pesada, dessa forma você consegue fazer uma mistura bem completa
 - Por ultimo, com a batedeira desligada, você irá acrescentar as claras em neve
 - Com uma espátula, faça movimentos leves de baixo para cima, misturando a clara na massa de modo delicado
 - Quando estiver bem misturado, coloque o fermento e mexa mais um pouquinho
 - Coloque a massa em uma forma untada, o forno deve estar preaquecido; Deixe assar à 180° C



ACESSE:
www.oextra.net



Criptograma

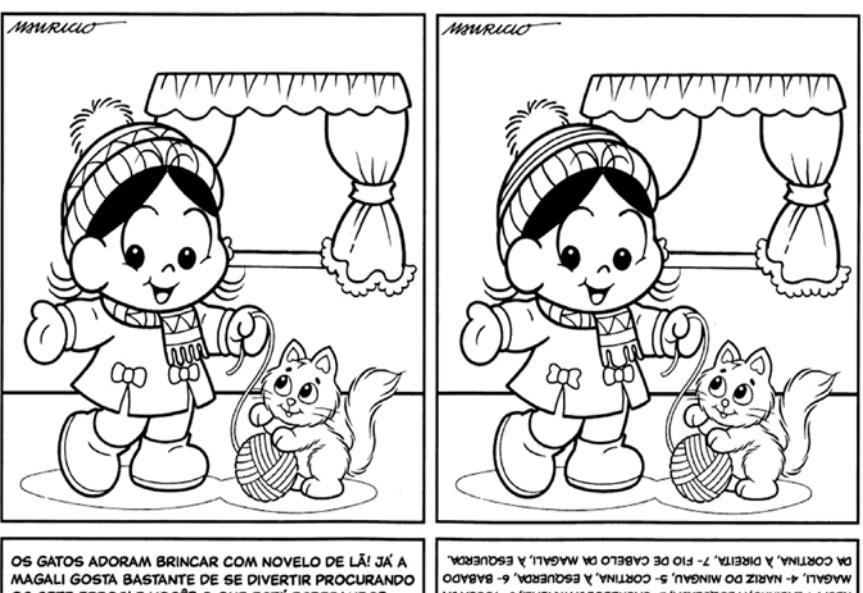
Dica para a palavra chave oculta: Construída durante as décadas de 50 e 60, liga Foz do Iguaçu e Ciudad del Este.

Animal que não tem uma temperatura corporal constante.	⚡	♥		✿	☛	🚩
Imediato, instantâneo.	♫	⚡		✿	✿	✿
Cobrir com venda.	↙	♥		★	☂	⚡
Referente às atividades escolares.	🚩	♥		☛	↙	✿
De temperatura elevada.	🍎	⏰		✿	✿	♥
Aquele que discursa em público.	✿	⚡	☂		✿	⚡
Homem muito rico.	⚡	☛	✿		✿	✿
Fazer a dublagem de.	★	⏰	✿	🚩		⚡
Sumário.	⚡	♥	☛	⏰		✿
Dividir em partes.	♫	☂	⚡	✿		⚡
Cidade italiana famosa devido aos seus canais.	↙	♥	✿	♥		☂
Tornar nulo.	☂	✿	⏰	🚩		⚡
Corajoso, destemido.	✿	⏰	☛	☂		✿
É usado para espalhar tinta, cola, verniz, etc.	♫	☛	✿	✿		🚩

Numerox

3	4	4	5
048	1780	8588	81845
049	2305	8723	94951
146	2537	8962	94973
169	2738	9331	97538
203	2971	9433	6
229	3295	9951	049112
312	3482	5	308714
615	3938	01977	377675
640	4000	11115	449530
710	4291	18537	8
726	4502	23571	15036654
735	5255	27221	41923864
748	5785	30600	61795270
755	6097	36533	85035546
945	6172	36817	
994	6401	46338	
4	6407	50455	
0034	6536	53854	
0293	6745	54146	
0516	7143	61579	
0753	7291	63996	
1049	7333	64715	
1186	7575	64779	
1545	8628	79199	
1778		80314	

Jogo dos 7 Erros



MAIS INFORMAÇÕES: WWW.MEMORIADAS.COM.BR

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ERROS - 3 - ACERTAR 4 ERROS - 4 - ACERTAR 3 ERROS - 5 - ACERTAR 2 ERROS - 6 - ACERTAR 1 ERRO - 7 - NÃO ACERTAR NENHUM ERRO

REGRAS: 1 - ACERTAR 6 ERROS - 2 - ACERTAR 5 ER

celebridades



A atriz confessa estar apreensiva com algumas coreografias

Erika Januza destaca desafio no 'Dança dos Famosos': "Passos que saem do chão"

Erika Januza, participante do "Dança dos Famosos" de 2018, está animada com o início do programa exibido a partir deste domingo no "Domingão do Faustão", mas já avista um novo desafio a ser enfrentado. Em entrevista, a artista que já têm torcida do público da atração assim como Bia Arantes revela estar apreensiva com algumas coreografias junto de seu professor, o venezuelano Elias Ustariz.

Para a atriz que viveu recentemente a juíza Raquel na novela "O Outro Lado do Paraíso" diz que seu maior objetivo é se divertir, aprender e vencer suas barreiras. "Meu foco é esse. E me superar. Morro de medo desses passos que saem do chão e estou doida pra ver se vou conseguir fazer", fala. Erika Januza, que superou pânico do mar para interpretar uma personagem na TV, lembra ter conseguido enfrentar outro desafio também muito temido por ela em um quadro do "Caldeirão do Huck": "É como foi no 'Saltibum', que eu não sabia nadar, tinha medo de altura e fui fazer. Amo dançar, mas quero ver até onde posso chegar".



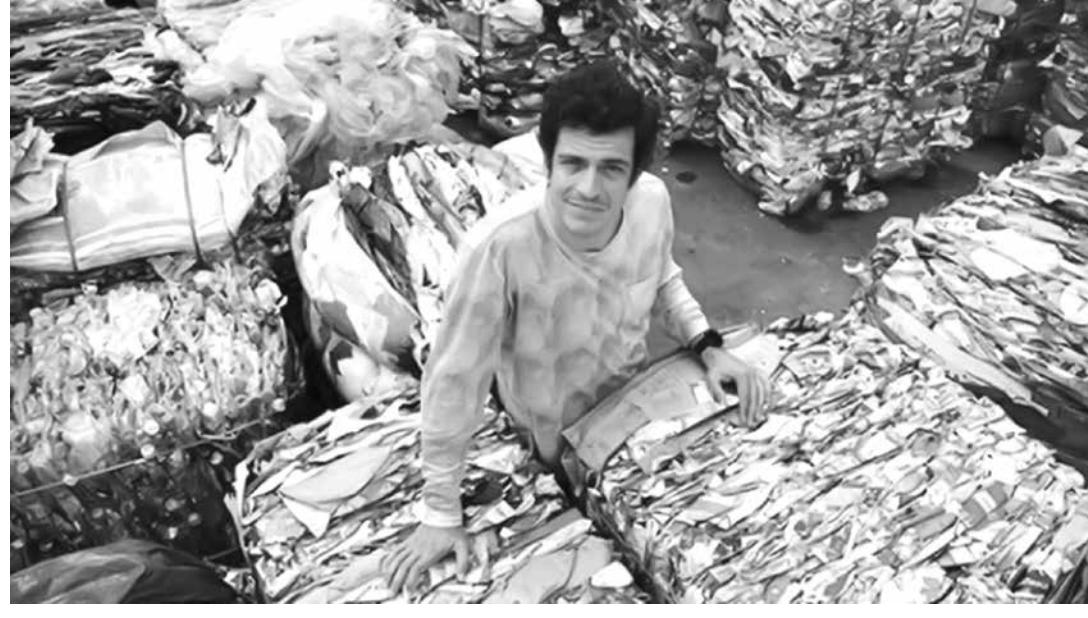
Marina passou as férias em Mykonos e Santorini na Grécia

Mateus Solano posa em meio ao lixo e faz campanha: "Somos todos garis"

Mateus Solano visitou a Companhia Municipal de Limpeza Urbana do Rio de Janeiro, a COMLURB, para entender como é o processo de descarte e de destinação para a reciclagem dos resíduos. Por lá, o ator aproveitou para fazer uma campanha de conscientização para que todas as pessoas separem o próprio lixo.

"Saí de lá com a missão de fazer você separar o 'lixo' seco do molhado", escreveu o ator, acompanhado das hashtags "somos todos garis" e "mudar para preservar".

Ao postar outras fotos, Mateus Solano aproveitou para falar das dificuldades do trabalho dos catadores e escreveu em caps-lock, para chamar bastante atenção, para atitudes mí-



Mateus visitou a COMLURB do Rio de Janeiro

nimas que todos podem fazer em casa.

"O trabalho dos catadores que separam os 22 diferentes materiais é árduo e merece nosso profundo agradecimento. Para ajudar nossos

heróis a salvar nosso Planeta e a nossa Saúde e para ajudar a Comlurb a dar emprego formal a eles, falta principalmente a responsabilidade das Empresas (que "criam o lixo") e do cidadão (que con-

some e joga fora). SEPARAR SEU LIXO. É SÓ BOTAR O MOLHADO NO SACO PRETO E O SECO NO TRANSPARENTE. NÃO É PRECISO MAIS DO QUE ISSO. Você vai estar ajudando muito!"

ente, de cama. Então resolvi prestar mais atenção nas minhas escolhas".

ATRIZ COMENTA FÉRIAS COM O MARIDO: "MÁGICO E MUITO GOSTOSO"

A passagem por Santorini e Mykonos foi uma espécie de nova lua de mel para Marina e o marido, Xandinho Negrão. Segundo a artista, a viagem foi bastante especial: "Já conhecia a Grécia, fui quando tinha 10 anos, mas voltar 13 anos depois com o marido é bem diferente, você tem outra visão das coisas. Foi bem mágico e muito gostoso. É bom ter um tempinho pra gente e pra relação. Passei um ano intenso gravando e ele também trabalha muito".

Marina Ruy Barbosa ficou doente após novela: "Se não se cuidar, não aguenta"

De volta da viagem à Grécia, Marina Ruy Barbosa participou do lançamento da nova coleção da Colcci, Brazilian Art, em São Paulo, na noite desta quarta-feira (15). A ruiva protagoniza a campanha da marca ao lado de Cauã Reymond. Durante passagem pela Galeria Central, a atriz revelou que ficou doente após o fim das gravações da novela "Deus Salve o Rei": "Tive que mudar meus hábitos alimentares por conta de saúde e da imunidade. Comecei a fazer mais exercícios e a me alimentar melhor. Com a rotina louca de gravação, trabalhando de domingo a domingo, se não se cuidar, não aguenta. Assim que terminei a novela eu fiquei do-

horóscopo



ÁRIES

O ciclo é de inovação financeira, principalmente para investimentos ou projetos que se relacionam com ganhos materiais. Atenção com os imprevistos materiais. Seja flexível em sua avaliação. O planeta Saturno lhe auxilia, indicando caminhos profissionais sólidos.



GÊMEOS

O trabalho passa por inovações e você será levado a pensar sobre as mudanças que são necessárias para encaminhar a rotina e a produção. O dia segue agitado e tomado por imprevistos. Mas o planeta Saturno lhe auxilia, oferecendo solidez para lidar com investimentos.



LEÃO

O cenário familiar passa por mudanças e inovações. É necessário se abrir e se adaptar às mudanças. As inovações tocam, inclusive, o rumo de objetivos importantes. O planeta Saturno lhe concede um cenário estruturado para organizar experiências domésticas ou de imóvel(s).



LIBRA

Os investimentos passam por inovações, o que lhe possibilita encarar o dinheiro de uma forma diferente. Atenção com imprevistos materiais. Porém o planeta Saturno lhe auxilia em planos financeiros elaborados de médio e longo prazo para questões familiares ou domésticas.



SAGITÁRIO

Você está refletindo sobre as mudanças no trabalho que são importantes para o seu crescimento e evolução. É preciso dar atenção especial a questões energéticas ou medos que podem dificultar a experiência. O planeta Saturno lhe auxilia na elaboração de planos materiais com solidez.



AQUÁRIO

Atenção com a ansiedade diante de mudanças que você vem enfrentando. As mudanças afetam diretamente suas posturas e o rumo dos seus objetivos. Fique atento aos imprevistos e a posturas radicais. Saturno lhe auxilia a perceber os medos ou experiências que você precisa vencer.



TOURO

O cônjuge ou uma pessoa importante para a experiência passa por inovações e desejo de mudança. As decisões da pessoa tocada interferem consideravelmente na sua vida. É necessário ser flexível para não cair em posturas radicais.



CÂNCER

O campo afetivo está ampliado e você deseja ter mais liberdade para interagir com a pessoa amada e com amigos. Caso tenha filhos, é importante entender que o ciclo mudou e está ativa a independência ou afastamentos dele(s).



VIRGEM

Existe a necessidade de se expressar para conduzir planos mais elaborados e que toquem projetos com pessoas próximas. Avalie as palavras e o modo como pode encaminhar as suas ideias. O planeta Saturno lhe auxilia para estruturar habilidades profissionais, experiências com filhos ou romances.



ESCORPIÃO

Você está em evidência e precisa se abrir para novos caminhos. Existem experiências que não cabem mais no relacionamento ou parcerias que você está disposto a mudar. Atenção com posturas radicais. O planeta Saturno indica solidez para conduzir estudos.



CAPRICÓRNIO

O cenário de amigos vem lhe trazendo inovações e projetos com os quais você se identifica. A interação com os amigos lhe permite enxergar a vida com mais leveza e liberdade. Saturno lhe traz aberturas profissionais e uma postura madura para interagir com o novo cenário que se aproxima.



PEIXES

A fé e a credibilidade em si mesmo são fatores importantes para o seu desenvolvimento. As ideias passam por mudanças e envolvem consideravelmente as pessoas do seu convívio ou parentes. Atenção ao trânsito!