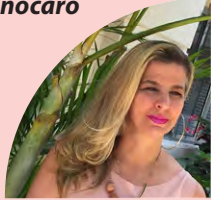


Por Naíá Giannocaro



Consultas: leitura de tarô, numerologia cabalística, runas, terapia com Florais Dr. Bach.
Cursos: Aprenda a ler e interpretar o Baralho de Tarô e as Runas.
Atendimento: Presencial ou Skype (pessoa física ou empresas).
Instagram: @naia.terapeuta
Contato: 11 - 96515-0414

De
27/3 a
2/4

O olhar fala...

Através do olhar podemos expressar sentimentos. Os olhos são os órgãos mais esotéricos do corpo, pois têm a capacidade de captar e sentir as coisas.

Para muitos filósofos, é através do olhar que expressamos nossos sentimentos, como tristeza, raiva, ciúmes e outros. O olhar é como nossa impressão digital. O sentimento pode até ser disfarçado, mas o olhar não. Conversar olhando nos olhos do outro, nos traz conforto e confiança na escolha das palavras.

Pesquisas e estudos afirmam que os sensitivos e clarividentes possuem sensibilidade à luz e que durante as visões suas pupilas ficam dilatadas. A expressão do olhar mostra a energia espiritual e através dele alimentamos as memórias cerebral e extra cerebral com todas as experiências da vida atual.

Nas palavras de Leonardo da Vinci, "Os olhos são as janelas da alma e o espelho do mundo".

♈ 21 de março a 20 de abril
Áries

Momento para semear novos planos e ideias nas atividades profissionais. Respeite seus limites, sem muitas exigências com o outro. Cuidado com esgotamento físico.

♉ 21 de abril a 20 de maio
Touro

Hora de ser protagonista das suas ideias profissionais. Cuidado para não absorver energias negativas. Sensibilidade nos pés.

♊ 21 de maio a 20 de junho
Gêmeos

Aproveite o momento para colocar em ordem sua criatividade no trabalho. Evite adiar decisões que sejam importantes na vida social. Problemas de intestino.

♋ 21 de junho a 20 de julho
Câncer

Manter a calma e pensamento positivo atingirá seus objetivos. As vidas sociais e afetivas mostrarão o caminho certo. Boa saúde.

♌ 21 de julho a 22 de agosto
Leão

Procure espalhar sua mente para enriquecimento profissional. Uma boa conversa com familiares aliviará o espírito. Sensibilidade nos olhos.

♍ 23 de agosto a 22 de setembro
Virgem

Não tenha medo de correr o risco na profissão. O progresso virá. A disciplina e a ordem ajudarão manter o equilíbrio emocional. Cuidar da estética.

♎ 23 de setembro a 22 de outubro
Libra

Boa fase para reflexão em questão de trabalho. Usar a energia positiva para auxiliar os familiares. Sensibilidade nas pernas.

♏ 23 de outubro a 21 de novembro
Escorpião

Coloque em prática aquilo que está adormecido na profissão. Ressentimento ou conflito surgirão com antigas amigas. Dores de cabeça e enxaqueca.

♐ 22 de novembro a 21 de dezembro
Sagitário

Através da coragem e a perseverança chegará ao sucesso. Ser receptivo e aberto para opiniões alheias. Boa saúde.

♑ 22 de dezembro a 21 de janeiro
Capricórnio

A contrariedade nas atividades poderá atrasar suas metas. Tenha mais cautela com a pessoa amada. Cuidar dos dentes.

♒ 22 de janeiro a 19 de fevereiro
Aquário

Hora de fortalecer a mente para conseguir bons negócios. A alegria deverá ser conquistada com os entes queridos. Dores de coluna.

♓ 20 de fevereiro a 20 de março
Peixes

Não desperdice as oportunidades que surgirão nas atividades profissionais. Momento de reavaliar suas amizades. Atividade física fará bem para a mente.



Moda & Beleza



Haskell inova e lança linha Encorpa Cabelo

A Haskell Cosméticos não para de inovar, a marca brasileira acaba de lançar a linha Encorpa Cabelo, que foi desenvolvida especialmente para os fios finos e ralos. A fórmula redensificadora dos produtos, associada ao Ácido Hialurônico e Physalis, promove aumento da espessura do fio, revitaliza o couro cabeludo, através da ação antioxidante, e ainda confere brilho e hidratação, mantendo o balanço natural das madeixas.

Com o tempo, o cabelo vai afinando, e foi pensando nisso que a linha Encorpa Cabelo, foi idealizada com quatro produtos incríveis: Shampoo Engrossador, Condicionador Engrossador, Máscara Engrossadora e Fluido Engrossador. Preço sugerido para a linha completa: R\$130.



Foto: Divulgação

Vale lembrar, que essas condições podem ter origem hormonal, emocional, genético, envelhecimento, ou mesmo por

desgaste das químicas como: alisamento, coloração e descoloração, sem falar no uso constante de secador e chapinha.



Guloseimas para Você



Veja duas sugestões práticas de lamén

Em tempo de pandemia e em que as pessoas estão de home office, as massas instantâneas são opções práticas e econômicas. Entre as variedades encontradas, podem ser incrementadas com legumes, verduras e carnes para se tornarem ainda mais nutritivas e saborosas.

Pensando nisso, Adria, marca de massas, biscoitos e torradas, sugere duas receitas para incrementar as refeições em casa. Em 10 minutos, o Lâmen de Galinha ao Molho Cremoso com Amêndoas e o Lâmen Italiano ficam prontos para agradar todos os paladares. Veja as receitas completas abaixo.

Lâmen Italiano

Ingredientes: 1 embalagem de Lâmen sabor Galinha Caipira, 1 tomate picado em cubinhos, ¼ xícara (chá) de azeitonas verdes picadas, 3 colheres (sopa) de requeijão cremoso, orégano seco a gosto, 3 colheres (sopa) de folhas de manjericão.

Modo de preparo: Em uma panela, ferva 2 ½ copos de água (450 ml), junte o Lâmen e cozinhe-o por 3 minutos. Acrescente



Foto: Divulgação

o tempero do envelope, mexa, junte o tomate, as azeitonas, o requeijão e o orégano. Retire do fogo, finalize com o manjericão e sirva imediatamente.

Rendimento: 2 porções.
Tempo de preparo: 10 minutos.

Lâmen de Galinha ao Molho Cremoso com Amêndoas

Ingredientes: 1 pacote de Macarrão Instantâneo Sabor Galinha, 200 ml de leite, 50 g de queijo cremoso, 20 g de amêndoas trituradas, 20 g de parmesão ralado, Raspas de limão a

gosto.
Modo de preparo: Em uma panela pequena, aqueça o leite, junte o queijo cremoso, o pacotinho de tempero de galinha, mexa delicadamente e deixe ferver. Acrescente as raspas de limão e reserve. Em uma panela pequena, ferva 450 ml de água. Junte o Macarrão Instantâneo Sabor Galinha Adria e deixe cozinhar por 3 minutos. Retire do fogo, escorra, acrescente o molho cremoso, polvilhe por cima as amêndoas, o queijo parmesão e sirva a seguir.
Rendimento: 1 porção.
Tempo de preparo: 10 minutos.

Lila Covas, viúva de Mario Covas e avó do prefeito de SP, morre em SP

No último sábado (21) a avó do Bruno Covas, prefeito da Cidade de São Paulo, Florinda Gomes Covas, conhecida como Lila Covas, morreu aos 81 anos, em São Paulo. Lila era viúva do ex-governador Mario Covas. De acordo com a família a morte dela não é relacionada ao Coronavírus. Lila sofria de Mal de Alzheimer e morreu de causas naturais.

O anúncio foi feito pelo seu filho, o vereador Mario Covas Neto, em uma rede social no último sábado. "É com profundo pesar e tristeza que comunicamos o falecimento de nossa mãe Lila Covas. Não haverá cerimônia fúnebre, em respeito ao atual momento. Assim que possível faremos as merecidas homenagens", disse. Como Dona Lila era muito querida, a família ficou com receio de fazer uma cerimônia e que as pessoas descumprissem o período de quarentena imposto pelo coronavírus.

Bruno Covas também lamentou a morte da avó em seu perfil em uma rede social. "Dia de muita tristeza. O mundo perde uma mulher guerreira que me ensinou a ajudar os mais necessitados. Eu, minha avó que me ajudou tanto quando vim morar em São Paulo. Minha



Foto: Reprodução

Dona Lila Covas, mulher do ex-governador Mario Covas, e avó do Bruno Covas, prefeito da cidade de São Paulo

família decidiu que não vai fazer nenhuma cerimônia nesse momento de pandemia que vivemos. Mas peço a todos um

momento de silêncio e oração". Ela deixa dois filhos, Mario e Renata, cinco netos e um bisneto.

Projeto Atalhos Sonoros, parceria entre as Fábricas de Cultura e a distribuidora musical Tratore, lança nova coletânea musical

Nesta sexta-feira, 27 de março, será lançada a nova coletânea dos estúdios das Fábricas de Cultura das zonas norte e sul de São Paulo. Chamada Fábricas de Cultura e Tratore Apresentam: Atalhos Sonoros 2019, a coletânea apresenta as seis músicas gravadas durante o projeto no último ano. O público encontrará MPB, rap, samba, rock, música eletrônica e outros gêneros musicais que se misturam.

Parceria entre as Fábricas de Cultura e a distribuidora musical Tratore, pelo terceiro ano seguido o Atalhos Sonoros reuniu artistas já atendidos pelos estúdios das Fábricas e artistas com maior experiência no mercado musical, convidados pela Tratore. Em cada uma das cinco edições, três artistas ou bandas se encontraram pela primeira vez para trocar

experiências e gravar músicas em conjunto. Atividades de formação também foram oferecidas aos artistas participantes e ao público em geral através de cinco edições da SIM Transforma, realizadas em parceria com a Semana Internacional de Música de São Paulo (SIM São Paulo).

Participaram do projeto Atalhos Sonoros 2019 os artistas Gabrielz, Transcritos, Instituto Orgânico, Isadora Titto, Dri, Penha Pinheiro, Nomah Die, RTS, Primitivos SA e Akuma, além de Mauricio Pereira, Socorro Lira, Malka, Tintapreta e Paulo Bira, convidados pela Tratore. A coletânea pode ser ouvida nas principais plataformas de música do mundo, como Spotify, Deezer, Apple Music e Google Play. Para localizá-la nessas ferramentas, é necessário buscar pelo nome

Fábricas de Cultura e Tratore Apresentam: Atalhos Sonoros 2019 a partir do dia 27/3.

Desde o dia 19 de março, todas as atividades das Fábricas de Cultura gerenciadas pela organização social de cultura Poiesis estão suspensas pelo período de 30 dias. A medida ocorre de acordo com as recomendações do Governo do Estado de São Paulo para combater a propagação do coronavírus. Dessa forma, esses espaços culturais e de formação protegem os profissionais, públicos e as comunidades onde estão localizados. Mantenha-se informado (a) sobre essas e mais novidades por meio do site e redes sociais: <https://www.facebook.com/fabricasdecultura/>; <https://www.instagram.com/fabricasdeculturasn/>.

NO COMBATE À DENGUE, NINGUÉM PODE FICAR PARADO. MUITO MENOS A ÁGUA.



Coloque areia no prato dos vasos de planta



Remova folhas, galhos e tudo que possa impedir a água de escoar pelas calhas



Não deixe a água da chuva acumular sobre a laje



Mantenha a lixeira e caixa d'água sempre bem fechadas



Entregue seus pneus velhos ao serviço de limpeza urbana



Jogue no lixo todo objeto que possa acumular água



Mantenha bem tampados tonéis e barris d'água



Lave por dentro, com escova e sabão, os utensílios usados para guardar água

COMBATER A DENGUE É UM DEVER DE TODOS.