

# HORÓSCOPO



**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  
23/10 a  
29/10

## Áries - 21 mar a 20 abr

Momento de realização na atividade profissional. A caminho um amor ou renovações no romance. Cuidado com stress.

## Câncer - 21 jun a 20 jul

Procurar o equilíbrio nos negócios profissionais. Novidades no amor. Felicidade completa. Verificar a pressão.

## Libra - 23 set a 22 out

O bom senso na atividade profissional ajudará no sucesso. A falta do jogo de cintura no amor poderá trazer complicações. Sensibilidade nos olhos.

## Capricórnio - 22 dez a 21 jan

Mostrar a sabedoria nos projetos inovadores. A intuição ajudará discernir suas amizades. Sensibilidade nas pernas.

## Touro - 21 abr a 20 mai

Procure argumentar suas opiniões no trabalho. Guardar angústia e mágoas não trará bons resultados. Sensibilidade no intestino.

## Leão - 21 jul a 22 ago

Início de atividades nos empreendimentos profissionais. Não deixe ser manipulado nas decisões familiares. Problemas espirituais.

## Escorpião - 23 out a 21 nov

Trabalhar com amor enriquecerá sua vida profissional. Realização na vida amorosa. Problemas de enxaqueca.

## Aquário - 22 jan a 19 fev

Estudo de projeto com ganhos financeiros. Ter os pés no chão para escolhas amorosas. Não abuse de remédio.

## Gêmeos - 21 mai a 20 jun

A paciência mostrará a chegada do momento da colheita. Seja prudente no ambiente familiar. Cuidar da pele.

## Virgem - 23 ago a 22 set

Possibilidade de chefia ou gerência no trabalho. A comunicação facilitará a satisfação no amor. Problemas de coluna.

## Sagitário - 22 nov a 21 dez

Cuidado com fofocas no trabalho levando a discórdias. Um bom diálogo ajudará na relação. Ponto frágil, as costas.

## Peixes - 20 fev a 20 mar

A força cósmica agirá trazendo benefícios no trabalho. O otimismo ajudará o equilíbrio emocional no amor. Verificar a saúde.

## Os cães possuem alma?

Segundo Chico Xavier, nossos irmãos menores possuem sim e quando tratados com muito amor podem, após seu desencarne, permanecer por um período ao lado de quem lhe deu carinho para diminuir seu sofrimento.

Além disso, diferente dos homens a alma dos cães não precisa cumprir o período de erraticidade e quase que, instantaneamente pode ser magneticamente

atraída por afinidades para mais um período de encarnação e assim seguem evoluindo pouco a pouco.

Afinal, esse é uns dos princípios fundamentais da Doutrina Espírita.

Tenham uma abençoada semana!

## Guloseimas para Você

### Pão Multigrãos de fermentação natural da Di Cunto

O dia do pão foi comemorado nesta sexta-feira (16), abaixo temos uma receita deliciosa:

**1ª Fase - Autólise** (misturar suavemente água e farinha em um recipiente e deixar a massa descansar).  
**Ingredientes:** 118gr de Massa Madre, 200ml de água, 350gr de farinha, 30gr de farinha multigrãos.

**Preparo:** Misture os ingredientes e deixe-os descansar por 90 minutos.

**2ª Fase Acrescentar:** 92ml de água, 9gr de sal.  
**Preparo:** Misturar tudo novamente até obter uma massa homogênea, modelar e colocar no cesto banneton redondo e deixar descansar por mais 2 horas. É importante fazer uma dobra na massa (já no respectivo cesto) a cada 30 minutos, pois as dobras contribuem para que a massa fique elástica e permite que o gás carbono dê mais volume ao pão e aos alvéolos. Elas também ajudam a uniformizar a temperatura da massa e redistribuem os



Fotos: Divulgação

componentes, ajudando a reiniciar a fermentação, deixando o pão mais estruturado, com aromas mais acentuados, mais saboroso e aerado. Depois de descansar 2 horas, vire a cesta banneton em uma assadeira polvilhada de farinha e assar no forno a 230° durante 55 minutos. O pão multigrãos da Di Cunto é ideal para acompanhar antepastos e possui casca crocante e miolo mais macio.  
**Rendimento:** A quantidade da receita é adequada para um pão grande.



## Menino raspa cabelo do médico após cirurgia de retirada do tumor

Após passar por uma cirurgia para a retirada de um tumor no cérebro no Hospital do Mandaqui, o menino Pedro Cardozo dos Santos, 8 anos, raspou o cabelo de seu médico. O neurocirurgião Caio Nuto França, de 28 anos, prometeu que cortaria o cabelo caso a criança tivesse que ficar careca para realizar o procedimento do restante do tratamento.

A ocasião foi registrada e postada em suas redes sociais, pelo médico que operou a criança no dia 9 de outubro. O vídeo viralizou, e houve muitos comentários de esperança e demonstrações de empatia. O médico pediu que Pedro desenhasse o trajeto da cicatriz que a cirurgia para retirada do tumor deixou na cabeça do menino. Pedro, estava internado desde setembro, recebeu alta do hospital na última quarta-feira (14) de outubro.



Foto: arquivo pessoal

Caio e Pedro se divertem após o corte do cabelo do neurocirurgião no Hospital Mandaqui

## Moda & Beleza

### Descubra os motivos para os homens também investirem na depilação e quais os melhores métodos para eles

Embora seja automático associar o termo depilação à estética feminina, tem se tornado cada vez mais comum o hábito do procedimento por parte dos homens. Pode, para alguns, até ser uma questão de vaidade, mas há outros -muito bons- motivos que os têm levado a se submeterem a depilação. É o caso, por exemplo, de atletas, como ciclistas, nadadores e jogadores de futebol ou outros esportes. Com alto risco de ferimentos durante a prática, seja por quedas ou esbarrões, uma área livre de pelos se torna mais simples de ser higienizada, além de minimizar o risco de infecção e favorecer a cicatrização.

"Cuidar do corpo não é uma característica apenas das mulheres e vem deixando de ser tabu para muitos homens. Não é só por uma questão estética e outros fatores podem entrar nessa conta, como quem procura melhorar o rendimento esportivo, a higiene pessoal e até para ter uma sensação maior de conforto, já que uma região livre de pelo sente menos atrito entre si", explica Regina Jordão, CEO da rede Pello Menos, empresa especializada em depilação a cera. "A questão da transpiração e odor já é bem conhecida. O que ocorre é que o pelo aumenta a umidade local que, por sua vez, favorece a proliferação de bactérias. O resultado é o odor, o famoso 'cecé', completa a executiva.

Se o problema é o medo da dor, há vários procedimentos que podem ser feitos, mas, antes de escolher por um deles, é bom levantar os prós e contras. Vale lembrar, ainda, que a



Foto: Divulgação

pele masculina é um pouco mais grossa que a feminina e, portanto, um pouco mais resistente a dor. As lâminas, por exemplo, que não causam o incômodo na hora da retirada e parecem ser mais práticas, podem, por outro lado, favorecer o aparecimento de foliculite, além de, no dia seguinte, já apontar um novo crescimento. É aquele método que, dia sim dia não, precisará ser refeito, o que não o torna tão prático assim quanto parece.

Já os cremes depilatórios, que parecem -erroneamente- ser a mágica do mercado depilatório, precisam de atenção mais do que redobrada. Por prometerem eliminar o pelo em questão de minutos, trazem em sua fórmula produtos químicos bastante agressivos que têm por objetivo corroê-lo. A consequência é que podem causar de imediato alergias e irritação na pele, além de serem pouco eficazes, já que, no dia seguinte, em seu crescimento normal, o pelo desponta novamente. Para quem busca arrancá-los desde a raiz, uma opção são os aparelhos depilatórios. Estes, embora pareçam práticos, são muito doloridos, além de, normalmente, não serem tão bem higienizados após o uso.

Por sua vez, as ceras, sobretudo as quentes, que em contato com a pele dilata os poros para facilitar a retirada do pelo pela raiz, também contêm em suas fórmulas substâncias que tranquilizam esse processo. "A cera recebeu a alcunha de ser dolorida, mas de todos os procedimentos depilatórios, é a mais duradoura e eficaz. Além de retirar por completo o pelo, deixando um resultado que dura por semanas, é prática, rápida e, dependendo dos componentes de sua fórmula, indolor, como é o caso do produto que utilizamos nas unidades da rede Pello Menos. Em 30 minutos é possível depilar todo o corpo, conquistando o efeito de pele lisinha que tanto gostamos", revela Jordão.

Essa, inclusive, é outra vantagem da cera: ela não tem contra-indicação de regiões do corpo em que pode ou não ser aplicada, além de ser eficaz em qualquer tipo de pele, seja branca ou negra. Para os homens, assim como para as mulheres, não há restrição de região ou procedimentos, desde que a técnica aplicada seja adequada e realizada por um profissional habilitado para não incorrer em ferimentos ou queimaduras.

## Campanha da LBV incentiva hábitos saudáveis em tempos de pandemia

Eu ajudo a mudar é mais uma importante iniciativa de mobilização social realizada pela Legião da Boa Vontade (LBV) em todo o país. O foco da campanha é a conscientização, por isso, a edição deste ano traz como recorte "hábitos saudáveis em tempos de pandemia", ao apresentar dicas como higienização das mãos com água e sabão; uso de álcool em gel 70% e de máscara; distanciamento social; atividades remotas para crianças, adolescentes e jovens; cuidado com as pessoas idosas; o uso consciente da água; e ainda o incentivo à leitura e à prática de atividade física visando a boa saúde mental de todos.

Para conscientizar as pessoas, a campanha também chama a atenção para as ações de solidariedade realizadas pela Legião da Boa Vontade em prol das famílias em situação de vulnerabilidade social e em risco alimentar, as quais enfrentam enormes desafios por conta da crise causada pela Covid-19. Nesse sentido, a iniciativa traz como mensagem: "A Solidariedade não pode parar" e também convida todos a doar cestas de alimentos e kits de limpeza e de higiene ou



Foto: Divulgação

"A Solidariedade não pode parar"

qualquer valor para que a LBV continue socorrendo as famílias. Toda ajuda é muito bem-vinda! Acesse o site [www.lbv.org](http://www.lbv.org) e doe!

### Balanco das doações

Mesmo com as atividades realizadas em grupo temporariamente suspensas, o trabalho da

Legião da Boa Vontade não parou. Pelo contrário, a Instituição intensificou todas as suas ações humanitárias para socorrer famílias atendidas em seus programas socioeducacionais e também famílias amparadas por organizações parceiras. As ações da LBV têm garantido cestas de alimentos e kits de limpeza e de higiene, itens essenciais à sobrevivência nesse período de pandemia. A instituição já entregou mais de um milhão e quinhentos mil quilos de doações, impactando milhares de pessoas em todo o país.

Vale ressaltar que a maioria das famílias atendidas é chefiada por mulheres que vivem em comunidades indígenas, quilombolas, em palafitas, em cortiços e nas periferias de cidades em todo o país e sofrem os impactos da crise causada pelo novo Coronavírus. A solidariedade é o que alimenta essas famílias e se protejam do vírus.

Confira no endereço @LBV Brasil no Instagram, no Facebook e no YouTube, a quantidade de doações entregues e todas as ações realizadas pela Legião da Boa Vontade durante a pandemia do novo Coronavírus.