

HORÓSCOPO

Por Naia Giannocaró



Naia Giannocaró
Terapeuta Integrativa/Consteladora
Atendimentos e Cursos
Instagram: @naia.terapeuta
WhatsApp: 011 96515-0414

De 28/3
a 4/4

Áries - 21 março a 20 abril

A acomodação profissional poderá trazer conflitos. Manter a prudência nos assuntos familiares.

Touro - 21 abril a 20 maio

Momento de expor ideias na área profissional. Ser maleável na vida afetiva.

Gêmeos - 21 maio a 20 junho

Proposta de trabalho com triunfo e harmonia. Momento de reflexão na vida familiar.

Câncer - 21 junho a 20 julho

Alerta! Cuidado com intrigas no trabalho. Manter o equilíbrio na vida amorosa.

Leão - 21 julho a 22 agosto

Descobertas e transformações na vida profissional. Cuidado com aborrecimentos nas amizades.

Virgem - 23 agosto a 22 setembro

Triunfo nos compromissos diários no trabalho. Agir com sabedoria e razão na vida social.

Libra - 23 setembro a 22 outubro

Início de atividades com prosperidade no trabalho. Melhorias rápidas na vida financeira.

Escorpião - 23 outubro a 21 novembro

Agir com intuição nos novos empreendimentos. Momento de escolhas nas amizades.

Sagitário - 22 novembro a 21 dezembro

Momento de brilho na atividade profissional. Parceria com lealdade na vida amorosa.

Capricórnio - 22 dezembro a 21 janeiro

O bom direcionamento profissional trará sucesso. Transformações necessárias na vida social.

Aquário - 22 janeiro a 19 fevereiro

O equilíbrio no trabalho trará conquista de metas. O excesso de cobrança trará conflitos familiar.

Peixes - 20 fevereiro a 20 março

Viagens a negócios com sucesso. Descartar algo desnecessário na vida familiar.

Tristeza

É a emoção gerada pela experiência de perda que pode ser de alguém significativo, de uma esperança, da saúde ou de um lugar.

Depois de um período de tristeza, segue-se uma sensação de alívio pela libertação da tensão, através do choro e a aceitação da realidade que abre a possibilidade para o in-

vestimento em novas coisas e pessoas.

A tristeza efetua assim um trabalho importante de integração e de reparação. Por mais que muita gente queira fugir da tristeza é preciso entender que se trata de uma emoção completamente normal e saudável.

Tenha uma abençoada semana!

Campanha de vacinação contra Gripe continua para grupos prioritários

A estimativa é vacinar cerca de 90% da população-alvo, que totaliza 4,5 milhões de pessoas para a campanha de 2024. No ano anterior, mais de 4 milhões de doses de vacinas contra a gripe foram administradas, com uma cobertura de 52,19% entre os grupos prioritários. É importante ressaltar que a Gripe é contagiosa e pode ser transmitida através das secreções das

vias respiratórias, como tosse, espirro e até mesmo contato com superfícies contaminadas. Medidas simples de higiene, como lavagem frequente das mãos e cobertura ao espirrar, são essenciais na prevenção da doença.

Vale lembrar que a vacinação é segura e ajuda a reduzir o risco de complicações respiratórias e pneumonia. São permitidas duas semanas para que a vacina

comece a fazer efeito, por isso a campanha é realizada no outono, oferecendo proteção durante o inverno, quando há maior circulação do vírus Influenza. Adultos, inclusive gestantes, deverão tomar uma dose, enquanto crianças de 6 a 23 meses deverão receber duas doses ao serem vacinadas pela primeira vez. É importante destacar que a vacina não causa Gripe.



Guloseimas para Você



Não comprou ovos de Páscoa? Não tem problema, uma deliciosa sobremesa pode ajudar a matar a sua vontade por chocolate e ainda serve a família toda. Anota aí!

Torta mousse de chocolate

Ingredientes:

Massa: 3 ovos, 3 colheres (sopa) de açúcar, 2 colheres (sopa) de farinha de trigo, 1 colher (sopa) de chocolate em pó.

Mousse: 230 g de chocolate meio amargo, 1 lata de creme de leite, meio envelope de gelatina em pó sem sabor, 5 colheres (sopa) de água, 3 claras, meia xícara (chá) de açúcar, raspas de chocolate meio amargo para decorar.

Modo de preparo:

Massa: Em uma batedeira, bata os ovos até dobrar de volume. Acrescente o açúcar e continue batendo até ficar bem fofo. Misture delicadamente a farinha e o chocolate em pó. Despeje em forma de aro removível (25 cm



Foto: Divulgação

de diâmetro), untada com manteiga e polvilhada com farinha de trigo, e asse em forno médio-alto (200°C), preaquecido, por 20 minutos. Reserve.

Para preparar o mousse: Em uma panela, derreta em banho-maria o chocolate. Junte o creme de leite e misture bem até obter um creme liso. Reserve. Em outra panela, acrescenta à gelatina a água e aqueça em banho-maria até que dissolva. Acrescente a gelatina ao creme de chocolate, misturando bem. Deixe descansar. Em uma outra panela, misture as claras e o açúcar e leve ao fogo baixo, mexendo vigorosamente

sem parar, por cerca de 3 minutos, tirando a panela do fogo por alguns instantes a cada minuto, continuando a mexer, para não cozinhar. Transfira para uma batedeira e bata até dobrar de volume. Misture delicadamente as claras ao creme de chocolate. Cubra a massa com a Mousse e leve à geladeira por cerca de 4 horas. Desenforme a torta no momento de servir e decore com raspas de chocolate.

Rendimento: 10 porções

*Quer sua receita publicada neste espaço? Mande sua guloseima com foto para: pauta@gazetazn.com.br.



Páscoa é renascimento...

É passagem...

É mudança e

transformação...

É ser novo um mesmo

ser que recomeça

pela própria libertação.

Fica para trás uma vida

cheia de poeira e

começa agora um novo

caminhar cheio de luz,

de fortalecimento.

Um arco-íris rasga

o céu e parece balbuciar

que Jesus ressurgiu

para nos provar que

o amor incondicional

existe, assim como

a vida eterna.

Feliz Páscoa

A GAZETA DA ZONA NORTE