



Rosângela Alvarenga - Agência O Globo

## HORÓSCOPO

## Áries • 21/03 a 20/04

O dia está como você gosta, conseguirá estar só com pessoas divertidas. Mesmo que esteja só, encontrará grupo de alegres companheiros.

## Touro • 21/04 a 20/05

A família pede atenção. Aproveite para estreitar laços afetivos e dissipar tensões. Que tal sugerir uma atividade em que todos possam participar?

## Gêmeos • 21/05 a 20/06

Hoje poderá haver resistências aos seus desejos. Acontecimentos com cara de fatalidade serão os responsáveis, mas saberá esperar esta onda passar.

## Câncer • 21/06 a 21/07

Momento em que estará cercado de amigos sinceros e terá companhia agradável nas suas atividades. Nada de ficar esperando pela iniciativa alheia.

## Leão • 22/07 a 22/08

Domingo tranqüilo. Procure a companhia das pessoas: isso lhe fará ficar mais alegre. Mas cuidado para não ser indiscreto ou inconveniente.

## Virgem • 23/08 a 22/09

Você está sabendo exatamente o que quer e como conseguir, sem se deixar deslumbrar por sentimentos de auto-importância.

## Libra • 23/09 a 22/10

Qualquer que seja o rumo que as coisas estejam tomando, sempre se lembre que você é quem cria, constrói e destrói os eventos da sua vida.

## Escorpião • 23/10 a 21/11

Vênus ainda na sua casa de amor e auto-estima trará acontecimentos agradáveis para sua vida, principalmente em se tratando de amores.

## Sagitário • 22/11 a 21/12

Leveza e alegria. Seus amigos sentirão que você está mais superficial e do que de costume. Nesse domingo você vai querer conversar, brincar e se divertir.

## Capricórnio • 22/12 a 20/01

Urano oposto ao seu regente poderá trazer inquietação e agitação mental. Você está sujeito a seguir impulsos de momento sem pensar nas consequências.

## Aquário • 21/01 a 19/02

Você está sensível e a emoção tende a brotar com facilidade. Cconfusão e falta de organização ameaçam atrapalhar, mas você não deixa.

## Peixes • 20/02 a 20/03

Sentimentos variados. Estado emocional que se altera ao sabor do dia. Falta de concentração e interesse pode prejudicar a execução das tarefas.



claudia.figueiredo@jfhoje.com.br

CLÁUDIA FIGUEIREDO

## Cheia de projetos

**Michelle Fernandes**, a primeira eliminada da casa do Big Brother Brasil 9, mal saiu do confinamento e já está cheia de projetos! A pernambucana, de 24 anos, eleita Miss Pernambuco e musa do Brasileirão, representando o canal Sportv, no Globoesporte.com, já foi sondada para posar nua e se prepara para morar na Cidade Maravilhosa, onde pensa seguir carreira de atriz.



## PODEROSA

Na última quinta-feira, a cantora **Ivete Sangalo** roubou a cena no Festival de Verão de Salvador, na Bahia. A cantora chegou ao Parque de Exposições com uma hora de antecedência, usando um vestido verde e acompanhada do namorado, o estudante de Nutrição Daniel Cady. Ele, discreto como sempre, não quis falar com a imprensa sobre o relacionamento.

Na hora da apresentação, Ivete fez entrada triunfal: apareceu numa cadeira dourada, carregada por modelos sarados, sendo muito aplaudida pela mul-

tidão. Muitos acharam o início do show parecido com o da nova turnê de Madonna.

"Eu sempre sonhei em entrar carregada no palco e usei 'Dalila' (música de trabalho da cantora) para concretizar isso. Usei pedras preciosas falsas, para dar mais glamour. Ensaiamos no playground do meu prédio. Vizinhos desciam para ver a confusão. Mas, o importante é que estive bonita, gostosa e arrasei!", comentou a baiana.



## Nome do herdeiro

O cantor **Fábio Jr.** e a atriz Mari Alexandre já escolheram o nome do primeiro herdeiro. Será Zaion. Casados desde setembro de 2007, os artistas esperam o bebê para o final de fevereiro. Para ter um filho com Mari, o cantor precisou reverter a vasectomia a qual tinha se submetido. Fábio Jr. já tem quatro filhos: a atriz Cléo Pires, Tainá, Krizia e Filipe.



## SEM FRESCURA

Depois de merecidas férias, chegou a hora de voltar às aulas. O momento deve ser de empolgação tanto para alunos como para professores. Recepção calorosa é bem-vinda. O retorno é um ponto inicial para o gol que se pretende marcar no final do ano.

Alunos interessados alimentam o desejo de ensinar dos professores, e professores preparados alimentam a fome do saber. É um processo de retroalimentação que faz todo o diferencial no ensino. O professor deve servir como arrebanhador, mas o desejo de aprender é crucial. Senão, nada feito.

Os pais também exercem papel importante: o de motivadores. Mostrar interesse pelo desempenho escolar dos filhos, participar de sua vida acadêmica também contribuem para resultados positivos. Deixar na mão da escola toda a responsabilidade pelo sucesso do aluno é um grande erro.

Assim como professores seguem planos de ensino, alunos precisam dar continuidade aos estudos fora do horário da escola. Ter disciplina para estudar em casa é a chave do sucesso. Ninguém nasce sabendo, por isso esforce-se. E quando o assunto é a matéria da aula, a receita deve ser homeopática: algumas horas de estudo todos os dias são mais eficazes do que virar a noite estudando para a prova.

Habitude-se a ler. Faz um bem danado à cabeça e ao espírito. E como diz meu sogro: "conhecimento não ocupa espaço". Bom retorno às aulas.



## ARROZ DE DOMINGO

## Ingredientes

- 6 xícaras de arroz cozido
- 1/2kg de carne seca cozida e desfiada
- 1/2kg de cebola cortada em rodelas
- 4 ovos
- salsinha picada
- 1 colher de margarina ou manteiga
- 1 pacote de batata palha ou 1/2 kg de batatas raladas grossa e fritas



## Modo de fazer

- Fazer o arroz normalmente e reservar.
- Cozinhar e desfiar a carne. Reserve.
- Cortar a cebola em rodelas e passar na margarina ou manteiga até ficar molinha. Reservar.
- Fazer os ovos mexidos. Reserve.
- Em uma travessa, faça camadas de arroz, carne seca, cebola, salsinha e batata palha, nesta ordem, até acabar os ingredientes.

## RECEITA