



Rosângela Alvarenga - Agência O Globo

HORÓSCOPO

Áries • 21/03 a 20/04

O trabalho está no topo das suas metas e vai lhe proporcionar tudo o que você deseja. Tudo o que fizer hoje será calmamente planejado.

Touro • 21/04 a 20/05

Por uma ou outra razão você vai precisar ter paciência para alcançar seus objetivos em qualquer campo, principalmente no setor profissional.

Gêmeos • 21/05 a 20/06

Ou acorda assustado com pesadelo, ou alguém cruzou o seu caminho na ida para o trabalho, enfim, essas coisas que não se entende como foram acontecer logo hoje.

Câncer • 21/06 a 21/07

Vontade de se comunicar; você já acordou sentindo como é importante a liberdade de ter idéias próprias e poder expressá-las.

Leão • 22/07 a 22/08

Mesmo que pareça preocupado, estará falando e alegre. Se você observar bem, verá que não está ansioso, e sim excitado, pois confia na resposta positiva.

Virgem • 23/08 a 22/09

Dia favorável para tudo o que se relaciona com escritos, papéis, contratos e questões de partilha ou acordo financeiro.

Libra • 23/09 a 22/10

Talvez logo de manhã surja uma certa indisposição e cansaço. Não se impressione: é coisa passageira. Evite gastar energia com bobagens.

Escorpião • 23/10 a 21/11

No relacionamento, você saberá agradar e ao mesmo tempo inspirar confiança. Na vida profissional, possibilidade de súbita melhora financeira.

Sagitário • 22/11 a 21/12

Período favorável para mudança ou qualquer tipo de modificação no lar. Positivo também para relacionamento mais aberto com a família.

Capricórnio • 22/12 a 20/01

Elevação de espiritualidade. Sem o peso de ser perfeito, seu coração e sua mente se abrem para novas idéias, sentimentos e experiências inusitadas.

Aquário • 21/01 a 19/02

Dê atenção a tudo o que está fazendo. Concentre-se e evite acidentes, que na maioria das vezes são causados justamente por uma falha na vigilância.

Peixes • 20/02 a 20/03

Dia especialmente emocional, quando memórias do passado virão bater à janela. Aproveite para reavaliar conceitos e entrar em contato com sua afetividade.



claudia.figueiredo@jfhoje.com.br

CLÁUDIA FIGUEIREDO

CAMALEÃO



Murilo Benício está de visual novo. O ator passou máquina 4 nos cabelos para seu novo personagem. Murilo vai viver um tenente que promete ser pior do que o Capitão Nascimento na série "P2". Para o ator, isso não é nada. Só em "A Favorita", seu último trabalho na TV, Benício deixou o cabelo grisalho para viver Dodi e depois adotou cabelos loiríssimos.

DE FÉRIAS NA EUROPA

Com o término da peça "Enfim, Nós", que estava em cartaz no Rio, **Regiane Alves** aproveitou as férias para descansar. Ao lado do marido, o músico Thiago Antunes, a atriz visitou Paris, na França, e Barcelona, na Espanha.



SEM PUDOR



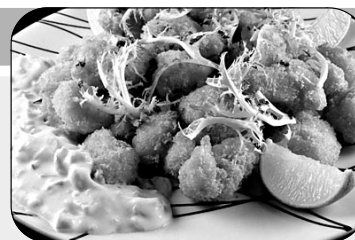
Paulinho Vilhena aproveitou a folguinha nas gravações de "Três Irmãs" para pegar onda na praia do Recreio, no Rio de Janeiro, na última segunda-feira. Após o surfe, para não entrar molhado no carro, o ator decidiu se secar. Com uma toalha tirou a água do corpo e depois tirou a bermuda molhada. Na hora de fazer a troca de roupa, se descuidou e deixou as partes íntimas à mostra.



ISCAS DE PEIXE FRITAS

Ingredientes

- 200g de filés de merluza ou pescada
- Sal a gosto
- Suco de meio limão
- 1 dente de alho pequeno picado
- 1 colher de sopa de cebola picada
- 1/2 colher de sopa de salsa picada
- 1/2 colher de sopa de cebolinha picada



- 4 colheres de sopa de vinho branco

Modo de fazer

- Corte os filés em pequenas tiras
- Tempere com sal, limão, cebola, alho,

salsa e cebolinha e 1 cálice de vinho branco seco, tudo batido no liquidificador

- Deixe o peixe temperado na geladeira por umas duas horas
- Depois empane as tiras de peixe na farinha de trigo e frite em óleo bem quente
- Quando dourados retire e escorra em papel absorvente
- Sirva quente com pedaços de limão

RECEITA

O caos no trânsito na última segunda-feira, em consequência da greve de motoristas e cobradores dos ônibus, demonstrou que a cidade não suporta a quantidade de veículos que possui. Foi só todo mundo tirar os carros da garagem ao mesmo tempo para o fluxo de veículos se tornar lento e engarrafado.

A cidade tomou outra cara: pessoas rumavam em bandos para um mesmo lugar, algumas ainda desorientadas com a paralisação, sem saber se conseguiriam ou não voltar para casa. Nos pontos de táxis, filas se formavam, principalmente em locais próximos a supermercados.

Alunos faltaram aulas, pessoas perderam compromissos. Em meio ao caos, de repente, soou o apito do trem, cortando a cidade. Mais uma vez vem o questionamento, levantado primeiro pelo ex-candidato a Prefeitura de Juiz de Fora, Omar Peres: por que não se retorna com o Xangai? Não aquele que foi retirado dos trilhos pela MRS, mas um trem moderno, confortável e de baixo custo para a população. Pelo menos os moradores da Zona Norte, que é uma das maiores da cidade, poderiam ter voltado para casa sem tantos desconfortos.

Em questão de trânsito em Juiz de Fora, há de se fazer planejamentos para médio e longo prazo. E isso, já vem sendo estudado há bastante tempo. Falta por em prática.