



Rosângela Alvarenga - Agência O Globo

HORÓSCOPO

Áries • 21/03 a 20/04

Saturno transita oposto ao seu signo, trazendo alguns encontros que podem causar insegurança, se você estiver fragilizado. Saia dessa.

Touro • 21/04 a 20/05

Disposição instável. Com humildade e tolerância dá para reverter esse astral. Na vida afetiva, evite exigir demais ou rejeitar as pessoas que são importante para você.

Gêmeos • 21/05 a 20/06

A vida toma rumos mais construtivos, pois seu mundo emocional está mais calmo. Agora você esquece seus conflitos íntimos e trabalha com mais dinamismo.

Câncer • 21/06 a 21/07

Dia favorável para a vida financeira, os prazeres e os romances. Você está atento a tudo o que é bonito e chique, e quem quiser lhe agradar é só ser elegante.

Leão • 22/07 a 22/08

Sentimentos recolhidos. Coração mais aberto para azul do que vermelho. Não vale a pena forçar a natureza, mesmo diante das reclamações da pessoa amada.

Virgem • 23/08 a 22/09

As preocupações financeiras diminuem: o dinheiro começa a aparecer, e pode esperar muito calor e grandes alegrias no campo afetivo. Momento de lucidez.

Libra • 23/09 a 22/10

Descontrole emocional mais uma certa dose de agressividade podem lhe causar alguns problemas, principalmente na vida social. Você pode perder a paciência.

Escorpião • 23/10 a 21/11

Momento positivo, embora trabalhoso. Entretanto, é enfrentando o que se tem para resolver que as responsabilidades se tornam presentes, dadas.

Sagitário • 22/11 a 21/12

Flutuação nos sentimentos. Indefinição que pode causar desconforto. As coisas correm à sua revelia, mas não se irrita: procure se adaptar.

Capricórnio • 22/12 a 20/01

Experiências novas e estimulantes no relacionamento com as pessoas possibilitam o seu desenvolvimento no campo intelectual e cultural.

Aquário • 21/01 a 19/02

Energia à disposição. Não precisa ficar esperando algum momento mais propício para agir, principalmente se você está querendo começar alguma coisa nova.

Peixes • 20/02 a 20/03

Você está muito sensível e emocionado, predisposto a um grande e belo romance, daqueles que fazem toda a vida ter sentido.



BÁSICA

Depois de posar para a "Playboy", Bárbara Borges está na capa de dezembro da revista "Básica". Na edição especial de Natal, a atriz fala sobre sua experiência como atriz em uma entrevista exclusiva. Bárbara contará ainda sobre sua experiência como Paqueta, trabalho e planos para o futuro.

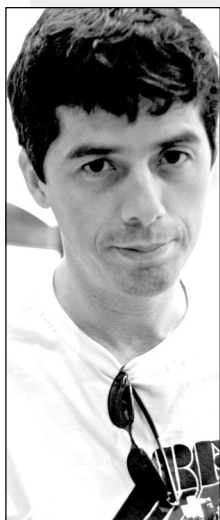
NOVE ANOS DEPOIS...

Após nove anos de luta na Justiça, Thiago Lacerda venceu o processo que movia contra o SBT e o ex-apresentador e ex-diretor do "Domingo Legal", Gugu Liberto e Roberto Malzoni, respectivamente. O ator ganhou indenização de quase R\$ 550 mil. Tudo começou com o leilão de uma suposta sunga que teria usada por ele durante a encenação da Paixão de Cristo, em João Pessoa, no programa de Gugu no SBT. De acordo com Sylvio Guerra, advogado de Thiago, a vitória foi mais importante que os valores. "O objetivo foi alcançado. A intenção é desestimular esse tipo de conduta abusiva", ressaltou.



Cultura POP

O jornalista cultural Marcelo Costa (SP) estará em Juiz de Fora amanhã, às 22h, para uma conversa no Café Muzik. Marcelo é uma das maiores autoridades quando se fala em cultura pop na internet. O jornalista edita o Scream & Yell (www.screamyell.com.br), site que há nove anos é acompanhado por milhares de internautas interessados no assunto. Além do site, Marcelo é colunista do iG Música e editor de capa dos sites iG/iBest/BrTurbo. O bate papo vai girar em torno da cultura pop, tecnologia e mercado independente e é uma das atrações da 1ª edição da Quinta do Bloco no Muzik. O Projeto que já foi realizado em 2005, no Cultural Bar, retorna com muitas novidades. A entrada custa R\$ 10.



CONSCIÊNCIA NEGRA

Hoje, às 19h30min, no Ginásio do Sport, a 1ª Igreja Batista de Juiz de Fora comemora o Dia da Consciência Negra, com um culto afrodescendente especial. O orador negro, Pastor Lefter, recém-chegado dos Estados Unidos, é o destaque deste culto que terá a participação especial de David Áquila, entre outros. A entrada é franca.



LOMBO DE PORCO AGRIDOCE

Ingredientes

- 500g de lombo de porco
- 1 pimentão verde
- 1 cebola 2 dentes de alho
- 1 copo de vinho branco
- 4 colheres (sopa) de extrato de tomates
- cominho
- páprica doce
- anis-estrelado
- amido de milho
- óleo de soja para fritar

• sal

- açúcar
- glutamato monossódico
- catchup
- vinagre branco

Modo de fazer

- Corte o lombo em iscas e tempere com sal, páprica, açúcar, glutamato monossódico e vinho branco. Polvilhe o amido de milho e deixe descansar.



Aqueça o óleo, coloque o lombo e deixe dourar, retire e reserve. Tire o excesso de óleo e volte o lombo com o pimentão, a cebola, o alho, o extrato de tomate, um pouco de catchup e o vinagre. Deixe cozinhar e sirva.

SEM FRESCURA
POR CLÁUDIA FIGUEIREDO

claudia.figueiredo@jfhoje.com.br

O que caracteriza a raça negra? A cor da pele, muitos podem responder. Mas, então, o que dizer de mim que tenho a pele branca, e cabelos, nariz e boca característicos da raça negra. No Brasil, não temos uma raça pura. Somos todos miscigenados devido ao cruzamento de várias raças. No entanto, ainda vivemos em meio a um racismo velado. Nossa sociedade é preconceituosa e exclui negros, pobres, indígenas e outras minorias.

Criamos as cotas para garantir o acesso dos negros à universidade e, mais recentemente, às passarelas de moda. O padrão de beleza cultivado no Brasil não corresponde a nossa realidade. Basta sair às ruas ou ir à praia para perceber. O padrão imposto é de pessoas brancas, de cabelos lisos e loiros, magras, altas e de olhos claros. No entanto, somos de maioria negra, de cabelos crespos e pretos, de porte médio e de olhos escuros.

Perceber esta diferença e reforçar nossas identidades são fatores determinantes para a aceitação da nossa raça e combate à discriminação. Além das cotas, precisamos de um padrão de beleza diferente, pois este que nos é imposto não serve para o Brasil.