



Rosângela Alvarenga - Agência O Globo

HORÓSCOPO

Áries • 21/03 a 20/04

Lembra-se que tudo é cíclico na vida. Este pensamento pode nos fazer olhar o mundo de maneira fria, achando tudo meio sem graça, mera repetição.

Touro • 21/04 a 20/05

Nesta fase você está mais flexível e nada preocupado com que tudo corra como você determinou. Saberá abrir espaço na sua vida para se divertir. Aproveite!

Gêmeos • 21/05 a 20/06

Tome um cuidado extra com a sua saúde, neste período. As mudanças bruscas de temperatura podem baixar sua resistência e deixá-lo exposto às gripes.

Câncer • 21/06 a 21/07

Muita sensibilidade; disposição afetuosa e generosa. Produtividade no trabalho; dedicação e boa vontade. Aproveite essa ocasião para tomar decisões importantes.

Leão • 22/07 a 22/08

Pode haver reclamação no campo afetivo. Mas não adianta que você não vai voltar atrás nas decisões, mesmo sob as mais apelativas pressões psicológicas.

Virgem • 23/08 a 22/09

Hoje você está querendo mais prazer. Prazeres são necessários para a saúde psíquica, mas devem ser vividos com suficiente controle.

Libra • 23/09 a 22/10

Não deixe de fazer o que deseja. Você deve ter observado que esperança e pessimismo são dois lados da mesma moeda. Decida-se pela esperança.

Escorpião • 23/10 a 21/11

Agora você está acreditando nos seus projetos. Também saberá perceber uma boa oportunidade assim que ela aparecer.

Sagitário • 22/11 a 21/12

Agora parece que você está conseguindo encontrar as pessoas certas e afastar os parasitas e puxa-sacos. Eles acabam atrapalhando o seu caminho.

Capricórnio • 22/12 a 20/01

Expectativa exagerada quanto ao comportamento alheio. Isso é um prato cheio para a decepção. Não exija coerência: nem você é sempre coerente.

Aquário • 21/01 a 19/02

Neste momento, você está mais defensivo e até meio desconfiado, evitando a aproximação de quem não conhece bem. Desconfiança pode trazer retraimento.

Peixes • 20/02 a 20/03

Suas questões sentimentais se esclarecem. Repare nos comportamentos desgastantes que se repetem e tente mudar a maneira de agir.

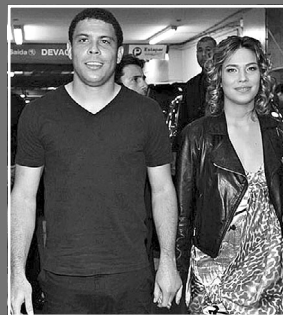


claudia.figueiredo@jfhoje.com.br

CLÁUDIA FIGUEIREDO

ANIVERSÁRIO DO Fenômeno

No domingo, **Ronaldo** chegou à boate Royal, em São Paulo, onde comemorou seu aniversário, de mãos dadas com a mulher Bia Antony. Cercado por amigos como Luciano Huck, Angélica e Wanessa Camargo, o jogador antecipou a festa dos 33 anos completados hoje. O craque aguarda o nascimento de seu terceiro filho. Bia está grávida de quatro meses.



Mais aniversário



O ator **Guilherme Berger** comemorou a chegada de seus 29 anos no Restaurante Mensateria, na Barra da Tijuca, no Rio, ao lado de

amigos e familiares. Cercado de carinhos da mulher Bianca Cardoso, Guilherme soprou as velinhas junto com a sobrinha Larissa e o ator Cosme dos Santos, que também aniversariava. Colegas de elenco da novela "Paraíso" fizeram questão de levar um abraço ao ator que vive o Ricardo na trama. Eriberto Leão e a namorada Andréa Leal, além de Cristiana Oliveira e Kadu Moliterno, deram pinta na festa. Babi Xavier também prestigiou a comemoração.

TÁ NAMORANDO!

Maria Rita, 32 anos, está namorando, há dois meses, Bruno Granato, 29, que trabalha na gravadora Trama, cujo dono é João Marcelo Bôscoli, irmão da cantora. Granato foi apresentado à cantora pela apresentadora Eliana, namorada de Bôscoli. O rapaz está empolgado com o romance, tanto que publicou no Facebook várias fotos dele com Maria Rita. Na mesma página, ele diz estar em um relacionamento sério com a cantora.



MEU BEBÊ

A pedido dos fãs, no final da tarde de domingo **Ingrid Guimarães** postou em sua página pessoal uma foto dos pezinhos da filha **Clara**, fruto de seu casamento com Renê Machado. A atriz, que prefere não mostrar o rostinho da menina – que veio ao mundo com 3,505kg e 50cm no dia 9 –, confessa que tem curtido demais a maternidade e só deve voltar ao trabalho na reta final de "Caras & bocas".



CARNE LOUCA

Ingredientes

- 1 kg de lagarto
- salsinha picada
- 1 tablete de caldo de carne
- 2 cebolas em fatias
- 1 copo de vinho branco
- cebolinha verde picada
- vinagre branco
- azeite; sal

- 1 dente de alho picado
- 1 folha de louro; açúcar

Modo de fazer

• Tempere o lagarto com sal e pimenta do reino branca, fure com um garfo e coloque numa panela aquecida com óleo. Adicione o alho e o louro. Deixe dourar uniformemente. Acrescente o vinho branco, o caldo de carne e água até que cubra a carne. Deixe cozinhar por uma



Corte em fatias bem finas.

Num recipiente, coloque o açúcar e o vinagre, mexa. Coloque a carne noutro recipiente e alterne com a cebola, a salsinha e a cebolinha. Ao final, coloque a mistura de vinagre e açúcar. Adicione azeite e sal, tampe e leve a geladeira por um dia. Use-a como prato principal ou em sanduíches.

SEM FRESCURA

Será que, no Brasil, o rádio digital vai sair do papel ainda na primeira década deste novo século? As discussões em torno do assunto se alongaram durante os últimos anos, mas pouco avançaram. Até o dia 15 de outubro, um grupo formado por técnicos da Universidade Makenzie, Anatel e Abert (Associação Brasileira das Empresas de Rádio e TV) deve encaminhar relatório para o Ministério das Comunicações, baseado em testes realizados ao longo dos últimos meses.

Na disputa está o padrão IBOC, desenvolvido nos Estados Unidos, e os padrões europeus DRM e DAB, e o ISDB japonês. Cada um tem seus pontos positivos e negativos. A Abert defende a adoção do padrão americano IBOC, porém, trata-se de uma tecnologia patente na qual teríamos que pagar royalties. O ministro das Comunicações, Hélio Costa, defendeu a adoção deste modelo assim que as discussões em torno do tema começaram no país, mas, este ano, voltou atrás.

O tema deve ser amplamente debatido pela sociedade, a fim de garantir que o novo sistema promova democratização da comunicação e acesso desta tecnologia a toda a população brasileira. Se for para encarecer demais a recepção, inviabilizando que grande parte da sociedade fique incluída neste processo, será retrocesso e desserviço à nação.

RECEITA