

DIVULHER

Em tempos de pandemia, Claudia Leite lança o EP 'Sol a Sol' para levar o clima de festa à casa dos fãs e diz que sempre cantou o poder feminino. P. 4

É muito axé!



Gardênia Cavalcanti

E-MAIL:
gardeniaodia@gmail.com
INSTAGRAM:
@gardeniacavalcanti

■ site: <https://odia.ig.com.br/odiad/gardenia>

SAÚDE

Saiba como prevenir o câncer de útero

Nos últimos dias, a jornalista e apresentadora Fátima Bernardes anunciou que descobriu um câncer de útero em fase inicial. Ela precisou se afastar do trabalho e no dia 6 de dezembro realizou uma cirurgia como parte do tratamento.

Fátima é famosa, muito querida por todos nós e levantou uma bandeira importante ao compartilhar com a gente essa notícia — a importância do diagnóstico precoce! Ela descobriu a doença fazendo exames de rotina. Assim como a maioria dos tipos de câncer, as chances de cura aumentam quando são descobertos no início, como é o caso da apresentadora.

Vocês sabiam que existem dois tipos de câncer de útero? O coordenador do Centro de Oncologia do Hospital São Vicente de Paulo, Décio Lerner, explica tudo sobre esse problema.

“O câncer de útero mais comum é o do colo do útero, mas também tem o do corpo do útero, que, na maioria das vezes, começa no endométrio, que é o revestimento interno deste órgão. Foi o caso da Fátima Bernardes”, explica o médico Décio Lerner.

Confira as informações e dicas do oncologista:

O que causa esse tipo de câncer?

O câncer de endométrio como da apresentadora é a quarta causa de câncer em mulheres. De acordo com o INCA, 6.540 novos casos de câncer de corpo de útero devem ser registrados no país este ano. A principal causa é a longa exposição



DIVULGAÇÃO

A jornalista Fátima Bernardes descobriu a doença e tornou o assunto público para ajudar outras pessoas

ao estrogênio, como o uso de anticoncepcional oral sem adequada oposição da progesterona, anovulação crônica (mulheres que não ovulam), síndromes do ovário policístico que estão associadas com anovulação, obesidade, primeira menstruação precoce, menopausa tardia, nuliparidade (não ter filhos) e diabetes.

Quais são os sintomas e tratamentos?

O sintoma mais comum é o sangramento vaginal. A maioria dos casos acontece em pacientes com mais de 55 anos, mas também pode ocorrer em mulheres mais jovens, na faixa dos 45 anos. O tratamento é basicamente cirúrgico e curativo. Porém, alguns pacientes necessitam complementação com quimioterapia e/ou radioterapia.

É possível evitar a doença?

Como a doença está associada à exposição prolongada ao estrogênio, a primeira coisa a

fazer é não usá-lo por longo tempo e visitar o médico regularmente. Alguns riscos podem ser reduzidos, como não fazer reposição de estrogênio sem associar a progesterona. Pesquisas também mostram que a amamentação reduz o risco de câncer de útero, assim como ter engravidado pelo menos uma vez. Já no caso de câncer de colo de útero, causado na maioria das vezes pelo Papilomavírus Humano (ou HPV), usar preservativo durante as relações sexuais e vacinar as meninas, preferencialmente entre os 11 e 13 anos, são as melhores formas de prevenir. Praticar atividades físicas e manter o peso adequado também são fatores de proteção.

Ainda não fez seu preventivo esse ano? Agende uma consulta e previna-se!

DICAS E TRUQUES

■ CÂNCER DO COLO DO ÚTERO

- Causado, na maioria das vezes, pelo Papilomavírus Humano (ou HPV);
- É transmitido sexualmente;

- Usar preservativo durante as relações sexuais e vacinar as meninas são as melhores formas de prevenir a doença.

■ CÂNCER DO CORPO DO ÚTERO

- É mais comum em mulheres na menopausa;
- Obesidade, sobrepeso e diabetes aumentam o risco de desenvolver este tumor;
- Ter engravidado pelo menos uma vez, praticar atividades físicas e manter o peso são formas de prevenir a doença.

BELEZA DA ALMA

Eu lhe ensino que a primeira e mais importante coisa é ser amoroso com você mesmo. Se cuide, o seu lar é o corpo que você mora.

Na linha de frente contra a covid-19

De pesquisadores a chefes de estado, conheça 15 mulheres que se destacaram no combate à pandemia

CAMILA CETRONE

Do IG Delas

O ano de 2020 será marcado por notícias sobre vacinas, painéis de monitoramento da covid-19, a adaptação da vida ao novo normal e tantas outras sequelas deixadas pela pandemia do novo coronavírus. Profissionais e organizações se depararam com um inimigo comum para o combate à pandemia. As mulheres tiveram papéis fundamentais nessa batalha.

Neste ano tão difícil e peculiar as mulheres atuaram como pesquisadoras, criaram equipamentos hospitalares, reivindicaram a gratuidade da vacina e geriram países que tiveram ótimos resultados em relação à pandemia.

Além disso, os países chefiados por mulheres tiveram melhor resposta diante do novo coronavírus, casos da Nova Zelândia, Alemanha e Noruega, por exemplo. Relembra a seguir 15 mulheres que se destacaram no combate da covid-19. Elas tiveram papéis de destaque em meio a este acontecimento que afetou a vida de todos.

LEO RAMOS CHAVES / DIVULGAÇÃO



1 - ESTER SABINO

A pesquisadora, professora e imunologista brasileira lidera a equipe do Instituto de Medicina Tropical da Universidade de São Paulo (IMTP-USP) que fez o sequenciamento do genoma do Sars-Cov-2. Esse processo só pode ser feito porque, há quatro anos, Ester passou a adotar a metagenômica (estudo do material genético) para estudar epidemias causadas por dengue e Zika. A partir disso foi possível sequenciar o genoma de amostras dos primeiros pacientes infectados no Brasil em 48 horas, o que impressionou o mundo todo.

ACERVO PESSOAL



2 - JAQUELINE GOMES DE JESUS

A biomédica de 30 anos é coordenadora da equipe do IMTP-USP que sequenciou o genoma do novo coronavírus. Ela e sua equipe adotaram a técnica de análise do metagenoma, considerada mais ágil e menos custosa.

UNIVERSITY OF SOUTHAMPTON



3 - NISREEN ALWAN

A médica anglo-iraquiana teve um papel relevante em relação à pesquisa de efeitos colaterais associados à Covid-19. Ela publicou um artigo em que discordava do termo "caso leve" e afirmava que o número de mortes não era o único que importava para medir a pandemia. Ela sugeriu que os países começassem a contar as pessoas consideradas "curadas" para entender as sequelas da doença transmitida pelo novo coronavírus. "Nós ainda sabemos muito pouco sobre a Covid-19, mas nós sabemos que não podemos lutar com o que não medimos", escreveu.

MARKUS SCHREIBER/AFP



4 - ANGELA MERKEL

Angela Merkel é uma das chefes de Estados mais influentes do mundo e raramente não aparece em listas de personalidades do ano. Dessa vez não poderia ser diferente. Ela adotou uma postura considerada exemplar

e de muita transparência com a população. Assim que os casos começaram a despontar na Alemanha, Merkel fez um pronunciamento em que falava que a situação era de muita seriedade. O país foi exemplo em testagem, mapeamento de casos e isolamento de pacientes no mundo todo.

REPRODUÇÃO / TWITTER



5 - SOMAYA FARUQI

A ativista e seu grupo de robótica integrado apenas por mulheres, Afegãs Sonhadoras, usaram peças de carro, sensores e correntes de moto para criar um respirador de baixo custo para pessoas infectadas pela Covid-19. Para a Reuters, Somaya disse que o dispositivo deveria controlar o volume de oxigênio que entra no corpo e a quantidade de respirações por minuto.

MARK MITCHELL/AFP



6 - JACINDA ARDERN

Com apenas 25 mortes e 2 mil casos de Covid-19, a Nova Zelândia, país chefiado por Jacinda Ardern, foi um dos países que mais chamou atenção com sua agilidade em combater a doença. Antes da curva de casos começar a subir significativamente, foram aplicadas medidas de isolamento social restritas, além de controle de fronteiras e controle de infectados.

REPRODUÇÃO



7 - FEBFI SETYAWATI

Segundo a União Internacional de Tele-

comunicações, apenas 15% da população da Indonésia tem acesso à Internet. Para ajudar estudantes e pessoas que cumpriam isolamento, a ativista Febfi Setyawati dirigia um trailer que disponibiliza Internet gratuita e uma biblioteca móvel em bairros que não contavam com rede móvel.

UNIVERSIDADE DE OXFORD



8 - SARAH GILBERT

A vacinologista britânica se tornou uma das figuras centrais na corrida da vacina contra a Covid-19. Ela lidera a equipe da Universidade de Oxford que está desenvolvendo o imunizante em parceria com a AstraZeneca, uma das mais promissoras vacinas contra o coronavírus, com 70% de eficácia, segundo resultados da Fase 3 de testes.

REPRODUÇÃO



9 - LAUREN GARDNER

O rastreador da Universidade Johns Hopkins, nos Estados Unidos, foi uma das ferramentas que mais conseguiu rastrear e mapear os casos e mortes causadas pela Covid-19 em todo mundo. Isso não teria acontecido sem Lauren Gardner, a professora de engenharia que liderou o time que elaborou o sistema. O mapa da universidade ganhou credibilidade e é citada como um dos medidores mais confiáveis da pandemia.

10 - KATRÍN JAKOBSDÓTTIR

Katrín é a primeira-ministra da Islândia, país que também teve desempenho exemplar durante a pandemia. Antes da primeira pessoa infectada, ela aplicou medidas como testagem em massa, proibiu aglomerações e encontros com mais de 20 pessoas. Desde o início da pandemia, 28 pessoas morreram e 5.500 ficaram infectadas, uma taxa pequena já que a população islandesa é de

360 mil habitantes.

FOTO OFICIAL



11 - TSAI ING-WEN

A presidente do Taiwan agiu cedo e, assim que a epidemia da Covid-19 começou, criou um centro de controle de epidemias. Uma das principais decisões tomadas pelo comitê foi fazer o mapeamento dos contaminados e aumentar a produção dos equipamentos de proteção individual (EPIs). Com isso, o país teve uma das menores taxas de morte e infectados do mundo. Desde o começo da pandemia, apenas sete pessoas faleceram e pouco mais de 700 tiveram a doença.

12 - ISHTAR LAKHANI

A ativista sul-africana é uma das vozes ativas para que a vacina da Covid-19 seja liberada de maneira acessível para o mundo todo. Ela fez parte da campanha Free The Vaccine, que luta para que o imunizante seja vendido a preço acessível e disponibilizado gratuitamente para toda população.

13 - JEONG EUN-KYEONG

Escolhida como uma das personalidades mais importantes de 2020 pela TIME, Eun-Kyeong é conhecida como uma "caçadora de vírus". O trabalho da comissária da Agência de Prevenção e Controle de Doenças da Coreia (KDCA) para frear os impactos da Covid-19 na Coreia do Sul foi considerado como exemplar em todo mundo.

14 - ELIZABETH ANIONWU

A enfermeira britânica é referência em enfermagem renomada especializada em células falciformes e talassemia. Em 2020, sua atuação se voltou para os impactos sociais deixados pela pandemia. Elizabeth tem chamado atenção para as desigualdades e a maneira como a covid-19 tende a afetar mais às minorias.

15 - WANG "FANG" FANG

A aclamada autora chinesa decidiu abordar a Covid-19 a partir do ponto de vista da China, país em que o primeiro caso surgiu. No livro "Diários de Wuhan", Fang Fang relatou sensações como medo, desespero, angústia e os desafios enfrentados pela população chinesa durante o isolamento social forçado imposto pelo governo chinês.

NATHALIA DUARTE

nathalia.duarte@meiahora.com

Claudia Leitte vem trazendo a energia do sol e do Carnaval de Salvador em tempos em que pensar em aglomerações é impossível. No EP 'Sol a Sol', lançado na última quinta-feira, a cantora promete levar uma grande festa para dentro da casa das pessoas.

"Eu acho que esse EP é a cara do verão brasileiro. Também é bem exótico, bem Bahia. Dá para escutar dentro de casa, tomando banho, no churrasco — sem aglomerar —, mas só imaginando a aglomeração. Ele tem essa temperatura, esse cheiro. E a minha expectativa é de fazer as pessoas felizes. Que elas escutem o EP e lembrem de algum momento bom", explica a cantora.

O EP é composto por cinco músicas, duas, 'Desembaça' e 'Rodou', com Wesley Safadão, já haviam sido lançadas previamente. As novidades ficam por conta de 'Mulherão', 'Afrontosa', com Dadá Boladão, e 'Vete de Mi Vida', versão em espanhol de 'Desembaça'. Segundo a cantora, o nome escolhido tem a ver com o ritmo predominante nas músicas, o axé, e também com a personalidade solar de Claudia.

"O álbum é muito simples, é de música de axé para dançar e se divertir. Eu sou uma cantora de palco, de axé, alegria, calor e sol. Pego inspiração para compor as músicas quando faço shows. Com a pandemia, a gente está nesse momento de não poder abraçar gente, não poder pisar no palco. Senti a necessidade de trazer o Sol".

E por falar em pandemia, Claudia detalha como o coronavírus refletiu na sua carreira. Segundo a cantora, os abadás para o trio de 2021 já estavam sendo vendidos, e toda uma agenda de shows pronta. "Eu estava com o meu Carnaval de 2021 todo pronto. A gente já tinha começado a vender os abadás e se planejar. Tudo mudou. Meu último show foi no dia 8 de março, Dia Internacional da Mulher. Nove meses depois, eu trago o 'Sol a Sol'. É a minha esperança nascendo", conceitua.

ODE ÀS MULHERES

E a referência à mulher não está somente na data. No Carnaval deste ano, Claudia se inspirou na força feminina, com Maria Quitéria e Madonna como referências durante os dias de folia. A temática continuou forte na vida da cantora, não somente pelo dia em que fez o último show, mas com temas empoderados em suas letras.

"Eu venho cantando sobre poder feminino desde o Babado Novo, acho que é a minha linguagem, que agora eu estou consciente sobre. 'Desembaça' é a grande aposta do álbum. Senti que ela precisava de uma letra latina, por isso a versão em espanhol, não é um pensamento de fazer carreira lá fora, mas eu só senti que precisava desse complemento", explica.

Para fortalecer a mensagem de empoderamento, 'Mulherão' chega com um lyric-vídeo no qual a cantora homenageia mulheres que influenciaram a vida dela. Famosas, como Hebe Camargo e Elza Soares e anônimas, como Ilna, Nilza e Bá (mãe, avó e mãe de criação de Claudia).

"É para quebrar tudo, dançar, curtir. Eu imagino a galera dançando, fechando o olhinho e curtindo. No vídeo, queria todas as mulheres da



'Sol, alegria e calor'

minha vida. Eu cresci com elas, amadureci muita coisa com a minha própria jornada, mas, com elas, tive as fundações muito bem alicerçadas”, explica a cantora, que conclui: “Mulherão é aquela mulher que tem a autoestima consciente. A gente tem as nossas fragilidades, mas elas não definem a jornada de um mulherão. É aquela que olha no espelho e se reconhece: ‘sou incrível, maravilhosa do jeito que sou. Exatamente como fui moldada. E existe uma vida para mim. Eu sou o amor da minha própria vida’”, explica.

TECNOLOGIA A FAVOR

No clipe de ‘Rodou’, parceria de Claudia e Wesley Safadão, os cantores interagem como se estivessem no mesmo espaço, tudo graças à tecnologia, que permite que muitas pessoas continuem trabalhando mesmo em época de quarentena.

“Trabalhar com o Safadão foi massa. Eu ouvi a música e senti que precisava de uma pessoa que tivesse o mesmo espírito de ao vivo que eu tenho. Já queria fazer algum trabalho com o chroma key há muito tempo e parece que eu encontrei o Safadão. Foi perfeito. Ele me trouxe a vibe do palco de fora e até hoje eu acredito que realmente encontrei ele ao vivo para gravar”, brinca Claudia, que garante que já viveu uma história parecida com a da letra da música antes de se casar com Márcio Pedreira, em 2007. “Estou falando de uma história que já vivi antes de casar. A gente já teve aquela pessoa que rodou, rodou, e ficou no mesmo lugar”.

CARNAVAL PESSOAL

Se vai ter ou não trio de Claudia e Carnaval em 2021, ainda não é certo. Com ‘Sol a Sol’, os fãs poderão ter aquele quentinho no coração levado por Claudia. “Meus fãs mereciam que isso transbordasse de mim através das plataformas digitais, eles mereciam esse meu calor”, confessa a cantora.

Claudia Leitte afirma que novo EP tem a cara do verão brasileiro e conta que pandemia alterou seus planos para o Carnaval de 2021



NOVELAS

MALHAÇÃO

▶ 17h45 | GLOBO | Livre

SEGUNDA

Marta se surpreende quando Lica afirma que estudará com Samantha.

TERÇA

Lica diz a Marta que deseja se matricular no Cora Coralina. Edgar pensa em afastar Malu.

QUARTA

Tina deixa a casa da família. Fe-

lipe e MB lamentam a saída de Lica do colégio Grupo.

QUINTA

Bóris se emociona com a demonstração de carinho dos alunos com Lica. K1 desconfia de K2.

SEXTA

Lica enfrenta K2, e K1 tenta conter a amiga. Dóris conta a Josefina que está grávida.

FLOR DO CARIBE

▶ 18h30 | GLOBO | Livre

SEGUNDA

Isabel e os tenentes fazem uma busca na casa de Dionísio à procura das obras de arte roubadas. Marizé desconfia de Lipe.

TERÇA

Mantovani avisa a Cassiano que a interceptação ao avião de Gonzalo foi feita.

QUARTA

Alberto e Dionísio negam que as joias sejam deles. Carol conta a Lino que Maria Adília morreu há três anos.

QUINTA

Alberto fica desorientado e pede ajuda a Ester. Isabel desconfia de que algo está errado com Ester depois que fala com ela.

SEXTA

Alberto destrata Samuca quando o menino pergunta por Ester. Alberto liberta Ester.

SÁBADO

Samuca liga para Ester e avisa que está no barco com Alberto. Temendo por seu filho, Ester mente para a polícia.

HAJA CORAÇÃO

▶ 19h30 | GLOBO | 12 anos

SEGUNDA

Apolo não cede às tentativas de reconciliação de Tancinha. Carmela deixa Tancinha intrigada sobre Apolo.

TERÇA

Giovanni propõe a Camila que ela leia seu diário. Rebeca invade o apartamento de Luciano.

QUARTA

Tancinha acusa Apolo de ter usado o beijo que Beto lhe deu como desculpa para terminar.

QUINTA

Giovanni salva Aparício dos bandidos, mas acaba atingido por um deles. Felipe defende Shirlei dos insultos de Adônis.

SEXTA

Beto leva Tancinha ao teatro para conhecer Claudia Raia. Leozinho se imagina sendo punido.

SÁBADO

Ao ver Camila, Bruna trata Giovanni com agressividade, e ameaça prendê-lo.

AMOR SEM IGUAL

▶ 21h30 | RECORD | 12 anos

DIVULGAÇÃO

**SEGUNDA**

Fernanda surge vestida de noiva. Ramiro se recusa a ir à festa. Hugo ajuda na cerimônia. Ramiro surpreende Tobias e avisa que irá ao casamento. Donatella aconselha Tobias. Ernani agride Yara.

TERÇA

Miguel apresenta Gisele aos convidados. Poderosa fica enciumada. Serena e Luiggi acusam Ramiro de ser ladrão. Fernanda agradece a presença do pai, mas diz não compactuar com ele.

QUARTA

Antônio Júnior agride os próprios pais para sair da abstinência. Pedro e Fernanda chegam em seu apartamento. José consegue controlar o irmão à força. O rapaz avisa que chamou a polícia.

QUINTA

Leandro chega conduzido pelos policiais. Ele debocha de Maria Antônia e todos se revoltam. Pedro sugere levar Antônio Júnior para ser curado na igreja. Poderosa acusa Tobias. Furacão depõe.

SEXTA

FPoderosa comemora. Antônio Júnior é internado à força. Poderosa e Tobias trocam ameaças. Donatella ameaça entregar o dossiê contra Ramiro. Miguel apoia Oxente.

CHIQUITITAS

▶ 20h50 | SBT | 10 anos

DIVULGAÇÃO

**SEGUNDA**

Clarita acha estranho que Beto não atende o celular e está atrasado. Erica chega atrasada ao Café Boutique e diz que estava numa festa incrível.

TERÇA

Mosca diz pra Pata que Mili pensa muito nos outros e pouco nela mesma. Chico diz para Tati, Bia e Ana que Ernestina vai procurar um psicólogo.

QUARTA

Mosca e Mili não se entendem sobre estar ou não juntos. Os dois encontram Paçoca na rua, que diz ter fugido do reformatório. Paçoca ameaça roubar Mili.

QUINTA

Matilde chega ao orfanato com uma caixa de vidro coberta por um pano. Binho e Ana estão na

sala e perguntam com quem Ernestina está falando. Maria segue Carol até a sua casa.

SEXTA

Maria dorme na casa de Carol. Os meninos espalham aranhas de brinquedo na sala para assustar as meninas. Ernestina, que na verdade é Matilde, estranha as crianças.

A FORÇA DO QUERER

▶ 21h30 | GLOBO | 14 anos

DIVULGAÇÃO

**QUARTA**

Jeiza conta para Cândida que protegeu Caio. Ruy fura o pneu do carro de Irene. Silvana pede para Nonato mentir.

QUINTA

Rubinho pede para Bibi levar um recado para um traficante. Heleninha convence Eugênio a tentar agradar Joyce. Bibi discute com Caio.

SEXTA

Cláudio e Ivana chegam a Angra dos Reis. Joyce conversa com Simone sobre a viagem da filha. Bibi perde o emprego. Joyce tenta confortar Ivana.

SEGUNDA

Ruy não gosta de saber que Cibele voltou de viagem. Todos elogiam Abel e Edinalva dançando.

TERÇA

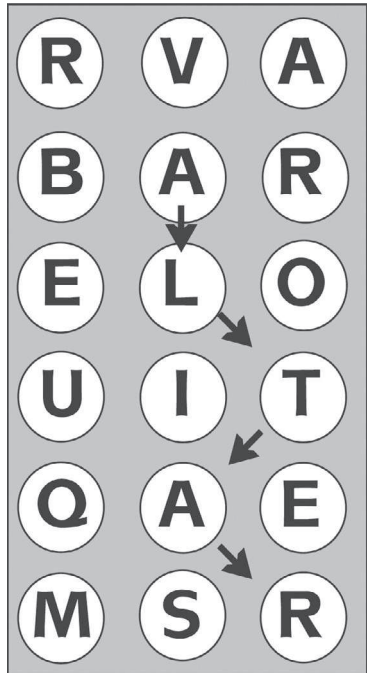
Edinalva faz perguntas sobre a mãe de Zeca e Jeiza se incomoda. Nonato conta para Silvana como descobriu sobre o jogo.

SÁBADO

Jeiza descobre que Cândida está escondendo Amílcar em casa. Bibi comenta com Aurora sobre a surpresa de Rubinho.

PASSATEMPOS

TORTO



INSTRUÇÕES: Devem-se formar palavras em todas as direções, ligando as letras em sequência direta, sem cruzar, pular ou repetir letra (para que uma palavra tenha letra repetida é necessário que ela esteja duplicada no diagrama). Damos como exemplo uma palavra encontrada no diagrama. Só valem palavras de quatro letras ou mais. Na solução, há 30 formadas com este diagrama, mas se você formar outras, parabéns!

SOLUÇÕES

D	O	U	V	O	T	I	O
S	A	V	A	R	A	R	
M	A	N	E	R	A		
I							
P	A	R	O	N	O	S	
N	I						
P	A	R	E	S	P	A	T
E							
X	E	Q	U	E	M	A	T
P							
C	O	E	S	O	U		
S							
P	I	A	U	I	S	E	
D							

TORTO alta, aquela, aqui, atol, avarelo, baleia, avarelo, baleia, belo, brava, elite, escui, lava, leite, lote, luar, mare, mate, quase, pata, c, o, b, r, e, p, a, r, e, s, p, a, t, quieto, quilo, raro, reator, reitor, resma, saque, seio, tora, valia, vara.

4	7	8	2	3	1	5	6	9
6	9	2	7	5	8	4	3	1
5	1	3	4	9	6	8	7	2
3	6	5	8	2	9	7	1	4
7	2	4	3	1	5	6	9	8
1	8	9	6	4	7	3	2	5
8	3	6	5	7	2	1	4	9
2	4	1	9	6	3	8	5	7
9	5	7	1	6	4	2	8	3

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

Nascido no estado cuja capital é Teresina	Problema de coluna causado por má postura corporal	O último dente a nascer no homem	Marinheiro	Modesto; singelo	A 7ª nota musical
	Bebida escocesa				
Famosos produtos da Boêmia					
			Loja de secos e molhados (bras.)	Fósforo (símbolo)	Relativo à idade
Coerente; lógico	Divisão geológica	Anestésico líquido			
Lance final do xadrez	Consoante de "que"	Córner (bras. fut.)			
Animal como a Margarida (HQ)	Espanha (sigla)		Aginaldo Timóteo, cantor		
	Fazer parar	Metal da liga de bronze			
		Parcela			
Atentar contra Deus (Rel.)			Do-(?), técnica de digito-pressão		
Palavras como "vultoso" e "vultuoso"	Sentido percebido pela pele		Fiasco; mancada (bras.)	Revista americana de humor	
Atletas como Lars e Torben Grael	Antiga embarcação à vela		Atividade dentro de uma profissão		
Curso mais avançado que o mestrado					

SODOKU

			1		4			
	4			8			5	
		6				1		
1			6		7			5
	2						6	
3			8		9			4
		3				8		
	9			5			3	
			2		1			

INSTRUÇÕES: Preencha os espaços com algarismos de 1 a 9, de modo que cada número apareça uma vez na linha. O mesmo em cada coluna. Nenhum número pode se repetir e todos de 1 a 9 se encontram presentes.



HORÓSCOPO

ÁRIES

21/3 A 20/4

■ Tenha cautela com viagens. A saúde pede cuidados especiais. Na paquera, olho aberto com um alvo que mora longe. Agir por impulso pode causar briga feia no romance. Tente pensar mais antes.



LIBRA

23/9 A 22/10

■ Foque nas tarefas e deixe a diversão pra depois. Tenha cautela com gente enxerida. Ótimas energias no romance. Não espere demais da paquera, evite fazer cobranças desnecessárias.



TOURO

21/4 A 20/5

■ As mudanças estão em alta e você vai se sair melhor se esconder seus planos de quem não confia. Alguém pode sabotar uma conquista. Desejo em alta no relacionamento, sobretudo no sexo.



ESCORPIÃO

23/10 A 21/11

■ Logo cedo, resolva qualquer pendência em casa, especialmente se envolver dinheiro ou algo do trabalho. Controle a possessividade, para não prejudicar a relação e evite cobranças na conquista.



GÊMEOS

21/5 A 20/6

■ Você estará mais sociável, mas seu lado ambicioso pode causar estragos com a família ou o par. Encontre um equilíbrio entre trabalho e vida social. Mesmo sendo domingo, pode pegar no batente.



SAGITÁRIO

22/11 A 21/12

■ Bom dia para fazer o que gosta junto com amigos. Os laços familiares podem sofrer abalos, tente evitá-los. Ex-amor deve atrapalhar a paquera. Não desconte suas frustrações no par.



CÂNCER

21/6 A 22/7

■ Assuntos de rotina podem exigir uma atenção extra hoje. A saúde também pede cuidado. Paquera com alguém de longe pode não vingar, tenha calma. Cuidado com atritos no relacionamento.



CAPRICÓRNIO

22/12 A 20/1

■ Redobre a atenção com a saúde. Mal-entendidos e gente fofoqueira podem abalar seu humor. Fuja de pessoas comprometidas, mesmo que a tentação seja grande. Evite assuntos delicados a dois.



LEÃO

23/7 A 22/8

■ O desejo de sair da rotina e tentar algo diferente fala mais alto neste domingo, mas tenha cuidado. Pode pintar briga com gente mais nova que você. A vida amorosa precisa de cuidado extra.



AQUÁRIO

21/1 A 19/2

■ Não misture negócios e amizades. Evite gastar demais correndo atrás de um sonho distante, mantenha os pés no chão. O ciúme pode atrapalhar a conquista. Não sufoque seu amor, dê espaço.



VIRGEM

23/8 A 22/9

■ A família deve ocupar sua atenção, mas a convivência talvez não seja tão pacífica, evite se estressar. Cuidado com os ciúme a dois. Um ex-amor talvez atrapalhe a paquera de hoje em dia.



PEIXES

20/2 A 20/3

■ Confie no seu potencial e batalhe pelo que deseja. Não exagere nas críticas com as pessoas próximas a você. Evite apontar os erros do parceiro. Conquista pode falhar, não se chateie.



Flávio Ricco



FIM DE NOITE. Há um trabalho envolvendo dramaturgia sendo pensado para os fins de noite da Band. Trata-se de uma comédia. Inicialmente, a ideia era começar pela Band Rio, mas o projeto tem empolgado a direção da casa.

Com José Carlos Nery: flavioricco@terra.com.br

HISTÓRIAS DE SUPERAÇÃO

Renata Alves e Ticiane Pinheiro gravaram juntas uma ação do especial 'Família Record', que vai ao ar dia 23, às 22h45, em uma comunidade de São Paulo. Este ano, em novo formato, os apresentadores e demais participantes irão presentear famílias brasileiras que tiveram histórias marcantes em 2020.

PULA ESSA

Ratinho continua avaliando sugestões para turbinar o seu programa diário no SBT e assim reconquistar a vice-liderança perdida para a Record. Recentemente, entrou em discussão por lá a possibilidade de uma volta da 'Escolinha do Ratinho' e também a ideia da 'Praça do Ratinho'. Nenhuma das duas avançou. Pelo menos até agora

ESQUECIDO

Na RedeTV!, ninguém falou mais no reality 'Entubados', que já teve edições no Sony apresentadas por Danilo Gentili e Celso Portiolli. Apesar do silêncio, o programa protagonizado por youtubers permanece nos planos do canal.

TEMPOS DIFÍCEIS

Em relação ao formato 'Entubados', a RedeTV! afirma que a pandemia modificou o cenário de projetos previstos para este ano, mas que ele "continua no radar". A grade de programação de 2021 está em estudos e, sim, o reality "pode ser uma das possibilidades".

TRATAMENTOS PARA DISFUNÇÃO ERÉTIL E EJACULAÇÃO PRECÓCE



MAIS DE 1 MILHÃO DE HOMENS ATENDIDOS NO MUNDO

SALA DE ESPERA INDIVIDUAL

TOTAL CONFIDENCIALIDADE

NÓS PODEMOS TE AJUDAR!

AGENDE SUA CONSULTA

0800 205 1900

OU ACESSSE

www.bostonmedicalgroup.com.br

BOSTON MEDICAL GROUP

Responsável técnico: Dr. ORESTES MAZZARIOL JUNIOR - CRM: 30020

HASSUM É PROVA DE QUE EXISTE VIDA FORA DA GLOBO

Em 2019, após 21 anos de casa, Leandro Hassum decidiu deixar a Globo para enfrentar o mundo fora de lá. Coragem que poucos teriam. Alguns, na ocasião, acharam que essa seria a maior bobagem da sua vida, a de deixar uma posição das mais confortáveis em troca de uma "aventura". Mas coragem e a convicção de estar fazendo a coisa certa nunca faltaram.

Fora de lá, Hassum continuou tocando normalmente os seus projetos no teatro e cinema, e logo percebeu, sim, que havia oxigênio fora da Globo. Não demorou, inclusive, a anunciar parcerias com a televisão paga (TNT) e streaming (Netflix). E se deu muito bem nas duas.

Exemplo recente: o filme 'Tudo Bem no Natal que Vem', escrito por Paulo Cursino e dirigido por Roberto Santucci, sempre aparece entre os mais procurados. Ficou em primeiro lugar no Brasil e Portugal, Top 5 da América do Sul, liderança também na Suíça e Alemanha... Enfim, a comédia é um sucesso. E detalhe importante: pelo contrato inicial com a Netflix, Hassum deveria entregar três filmes. Mas, devido ao grande sucesso, tudo indica que não deverá parar por aí.

PARCERIA

Como na novela 'Império', Roberto Birindelli contracenará com Alexandre Nero no filme de Susanna Lira, sobre a trajetória do ex-presidente João Goulart. As filmagens começam em 2021, e Nero foi escalado para viver Jango, enquanto Birindelli, Leonel Brizola. Andreia Horta também fará parte do elenco.

COMBINADO

A série 'Ameaça Invisível', prevista para estrear em 2021 na Record, terá 12 episódios e a maioria do elenco será composta por nomes já conhecidos. No entanto, haverá alguns lançamentos.



REPRODUÇÃO INSTAGRAM

Bianka Fernandes viverá a rainha AAT, mulher do faraó Amenemhat III, em 'Gênesis', estreia da Record em 19 de janeiro. Terceiro trabalho dela na casa: fez 'Os Dez Mandamentos' e 'Pecado Mortal'. Bianka, aliás, viajou o mundo trabalhando como modelo e fala fluentemente inglês, espanhol e italiano. E, ainda, comanda um curso online, Bless Models, onde ensina o que aprendeu durante 19 anos de carreira.

baterbate

As autoras de 'Malhação: Transformação', Priscila Steinman e Marcia Prates, darão um tempo no texto da novela. Isso vai acontecer quando chegarem ao centésimo capítulo. O trabalho só será retomado quando as gravações começarem.

Marcos Mion está com as malas prontas. Assim que anunciar o vencedor de 'A Fazenda', irá viajar com toda a família.

A Band e a BandNews FM do Rio de Janeiro lançam a primeira edição do prêmio Band Inspira Rio, para eleger projetos e personalidades que se destacaram em 10 categorias em 2020. A escolha dos indicados em 10 categorias foi feita por um Conselho Editorial do Grupo Band no Rio. O resultado será divulgado no dia 17, a partir das 20h, em uma Live no canal da BandNews FM Rio no YouTube com apresentação de Rodolfo Schneider.

O National Geographic estreia amanhã, às 21h45, o novo documentário do diretor Ron Howard, 'Paradise: Incêndios na Califórnia', que conta a história de um incêndio que aconteceu em novembro de 2018 em Paradise e causou o maior número de mortes dos últimos cem anos nos EUA.

C'est fini

Dentro do novo planejamento, as gravações da segunda temporada da série 'Aruanas' só serão retomadas no finalzinho de janeiro. O elenco reúne nomes como Débora Falabella, Leandra Leal, Taís Araújo e Camila Pitanga. Lázaro Ramos será uma das novidades.