

Horoszkóp

Kos (03. 21. – 04. 20.)

Szerelem A titkos találkák nem kifejezetten neked valók. Ha idén ilyesmire vetemednél, számolnod kell a lebukás veszélyével, hiszen a legrikkább esetben tudsz csak hazudni. Sokkal valószínűbb, hogy hamar elárulod magad. Csak akkor vágj bele a kalandba, amennyiben biztosan tudod: nem fogod sajnálni, ha zátonyra fut jelenlegi kapcsolatod.

Egészség Kiemelkedő eredményeket várnak tőled a munkahelyeden, és ha nem vigyázol magadra, a teljesítménykényszer könnyen az egészséged rovására mehet. A csillagok az év során többször figyelmeztetnek az egészséges táplálkozás fontosságára. Amikor csak teheted, étkezz nyugodt körülmények között, és minél gyakrabban válassz nyers, rostban gazdag ételeket. Idén vegyél komolyan minden új anyajegyet és szemölcsöt!

Ikrek (05. 21. – 06. 21.)

Egészség Az év eleje rendkívül nyugodtan telik, egyben kiváló időszak arra, hogy felhagyj egy káros szenvedéllyel, elsősorban a dohányzással. Az év hátralévő részében a szokásosnál is fogékonyabb leszel a meghűléses betegségekre és a felfázásra, ezért még nyáron is öltözz fel rendszeren! A lakásban viselj papucsot, és ha a nyaralás alatt túl hideg a víz, állj ellen a kísértésnek, és mondd le a strandolásról!

Szerelem Remek évre számíthatsz, a flörtökben és a párkapcsolatodban is öröme leszel. Ha megtalálsz hozzád illő éles eszű, humoros, játékos és fantáziadús partnert, akkor egész évben remekül fogtok szórakozni. Egyvalamire ügyelj csupán: ne tedd féltékennyé társadat!

Rák (06. 22. – 07. 22.)

Szerelem Az egyedülálló Rákoknak idén több lehetőségük nyílik az ismerkedésre. A kölcsönös érzelem azonban nem elég ahhoz, hogy sikeres kapcsolatot építsetek, mindkettőtöknek meg kell tanulnotok nemcsak adni, de elfogadni is. A tartós együttélés titka a bizalom: hagyjatok egymásnak életteret, és ne szekáljátok a másikat!

Egészség Kevesebb koffein és több alvás - ez a legfőbb tanács az idei évre. Ha túlvállaltad és túlpörgeted magad a munkahelyeden vagy a családi rendezvények szervezésével, azzal most nemcsak a testi, de a lelki egészségedet is kockára teszed. A bőrödön megjelenő elváltozásokkal azonnal fordulj orvoshoz! Az év utolsó harmadában hosszú sétákkal óvhatod leginkább az egészségedet.

Bika (04. 21. – 05. 20.)

Szerelem Párossal csodás évek néztek elébe - ha te nem kötöd gúzsba a szeretetével és a birtoklási vágyaddal. Amennyiben el tudod fogadni, hogy kedvesed szereti és igényli a hosszú pórózt, akkor valóban csak az ásó, a kapa és a nagyharang választ el benneteket egymástól!

Egészség Idén különösen ügyelned kell a testsúlyodra, mert a felszedett kilók szív- és érrendszeri panaszokat, cukorbetegséget és ízületi fájdalmakat is okoznak. Mindenképpen sportolnod kellene, hiszen ezzel nemcsak a betegségeket előzheted meg, de magabiztosabbá is válhatsz. A Hold arra is int, hogy sokkal több folyadékot fogyassz. A fogyókúra elkezdésére az április és az augusztus az ideális időszak.

Oroszlán: (07. 23. – 08. 22.)

Egészség Egészségházadban több kellemetlen bolygókapcsolat létrejön idén. Többször kerülsz balesetveszélybe, és ezek a helyzetek elsősorban a csontjaidat veszélyeztetik. A másik kritikus pont a komoly stressz, ezzel együtt a pihenés hiánya - könnyen belebetegedhetsz a fáradtságba. Kezdj el sportolni, és szánj időt a gondolataid rendbetételére!

Szerelem Viták sokasága árnyékolhatja be az idei évet, ha kedveseddel nem vagytok képesek megosztani a vezető szerepen. Vigyázzatok, nehogy beszélgetés közben visszaszívhatatlan sértéseket vágjatok egymás fejébe! A józan belátáson kívül a helyzetben az is segíthet, ha partnered elég fifikás ahhoz, hogy úgy adja el az ötleteit, mintha azokat te találtad volna ki.

Szűz (08. 23. – 09. 22.)

Egészség Idén te magad leszel a saját egészséged legnagyobb ellensége, mert amikor haragos és feszült vagy, nem vigyázok magadra eléggé. Gyakran szenvedhetsz majd fejfájástól, amin segíthet nyaki izmaid ellazítása és az is, ha leszoksz a dohányzásról. Utóbbira a legideálisabb időszak a június.

Szerelem A Szűz jegy szülőttei inkább barátságokat ápolnak, és nem kalandokat keresnek - így érzelmi készteteiket nem pazarolják arra méltatlanokra. Partnereddel mindketten több egyedüllétet igényeltek a szokásosnál. Sokak szemében túl távolságtartónak tűnik a viszonyotok, ám az együtt töltött idő annyira tartalmas, hogy ez szoros köteléket fon közétek. Fontos, hogy elfogadjátok a másikat olyannak, amilyen.

Mérleg (09. 23. – 10. 22.)

Egészség Igazán jót tenné neked, ha elmennél az ortopédiai szakrendelésre, és orvosi véleményt kérnél arról, mit tehetsz a testtartásod érdekében. Figyelj a táplálkozásra is: bármennyire csábító az édességboltok kirakata, ne fogyassz el egy tábla csokoládét naponta! Itt az ideje elkezdenni túrázni, kerékpározni. Hasznos lenne, ha több savanyú káposztát ennél nyersen, a vitaminhiány ugyanis bőrproblémákat, de még hajhullást is okozhat. Igyál minél több folyadékot, ezzel megelőzheted a vesekő képződését.

Szerelem Mutasd meg kedvesednek, hogyan kell romantikát vinni a kapcsolatotokba. Csodákat tehet az is, ha egy-egy döntéshez konkrét határidőt szabtok, és amikor már külön-külön végiggondoltátok a helyzetet, csak akkor ültök le nyugodtan megbeszélni. Próbáld meg gyakorolni az őszinteséget! Ahelyett, hogy párodát hízelgéssel vagy sejtelmes célzásokkal hálózni be, mondd meg kerek pereg, mit kívánsz tőle.

Skorpió (10. 23. – 11. 22.)

Egészség Idén három dologra kell odafigyelned. Először: a csillagok januárra, februárra és áprilisa is balesetveszélyt jeleznek. Vezess hát óvatosan, vigyázz magadra a konyhában, és ne idegeskedj, mert ezzel csak fokozod a bajt! Másodsor: ahhoz, hogy elkerüld a vastagbélgyulladás, változtatnod kell az étkezési szokásaidon, érdemes lenne egy dietetikus tanácsát kérned. Harmadsor: a mérgeztelenítés ne csak a táplálkozására vonatkozzon, hanem a gondolataidra is! Relaxálg sokat!

Szerelem Ha márciusban szakításra kerülne a sor, ne aggódj, nem sokáig maradsz egyedül! A későbbi bonyodalmakat egyszerűen megelőzheted: harcok helyett mindössze csak beszélgetned kell kedveseddel.

Nyilas (11. 23. – 12. 21.)

Egészség Idén alig bírsz majd az étvágyaddal, és az ijesztő falánkság valószínűleg vitamin- és ásványianyag-hiányra utal. Fogyassz sok zöldséget és gyümölcsöt, most különösen a B-vitamint és vasat tartalmazókra van szükséged. Nyaraláskor és a hosszú hétvégékre szervezett kiruccanásokon látogass meg gyógyfürdőket, így elkerülheted az ízületi panaszokat. Ha szeretnél lefogyni, az október és a november ideális erre – persze csak akkor, ha hajlandó vagy elkezdni sportolni.

Szerelem A lagymatag és egyhangú évkezdés után a tavasz meghozza a játékosságot és a flörtöket az egyedülálló Nyilasoknak. A kapcsolatban élők is többször kísértésbe eshetnek 2012-ben, ám ha meg akarod tartani a partneredet, ellen kell állnod a csábításnak. Januártól októberig ragyogóan alakul a párkapcsolatod, és némi türelemmel az év végi összejövendők is megelőzhetők.

Bak (12. 22. – 01. 20.)

Egészség Idén felejtsd el a koplalást, mert a szervezetednek minden vitaminra és ásványi anyagra szüksége lesz, fogyassz hát sok zöldséget és gyümölcsöt, táplálkozz változatosan! Ezenkívül rendszeres sétával és szórakoztató közösségi programokkal teheted a legtöbbet az egészségedért. Bizony, egy-egy vidám estével megelőzheted a túl sok munka okozta depressziót.

Szerelem Pároddal mindketten maximalisták vagytok, kár, hogy a legtöbbször ellentétesek a nézeteitek. Tanuljátok meg mindketten beadni a derekatokat, és a béke kedvéért néhányszor átadnátok a döntés lehetőségét a másiknak. Ha nem leszel résen, és nem mutatod ki kedvesednek gyengéd érzéseidet, románcotokat szétfújlathatja a versengés és a féltékenység.

Vízöntő (01. 21. – 02. 18.)

Egészség Az elmúlt év végén felszedett súlytöbbletet le kellene adnod. Ebben nagy segítségedre lesz a rendszeres étkezés és a rostokban gazdag táplálékok. Idén minden problémára heves érzelmkitöréssel reagálsz. Bár a stresszt kezdetben serkentőnek érzed, mégis gyorsan kimerülnek az energiaraktáraid. Ha nem szab határt a munkaidődnek, év végére akár a pánikbetegség tüneteit is megtapasztalhatod.

Szerelem Érzelmek, szenvedély, vadság – partnereddel igazi kihívást jelentetek egymásnak. Sok mindenben hasonlítotok, és ez egyszerre jelent előnyt és hátrányt. Ha feladod távolságtartásodat, és egy időre felhagysz a rágódással, megélheted az igazi, mély szerelmet. A tartós kapcsolathoz arra lesz szükségetek, hogy kevésbé akarjátok megváltoztatni a másikat.

Halak (02. 19. – 03. 20.)

Szerelem Olyasvalakit kellene választanod, aki megtanít téged különbséget tenni szeretet és rajongás között, aki be tudja bizonyítani, hogy a valóság érdekesebb, mint a fantázia. Aki segít kiűzni a fejedből a negatív gondolatokat, és képes visszaadni elvesztett önbizalmadat. Engedd, hogy eltűnjenek az évek óta építgetett korlátok!

Egészség A csillagok az év folyamán többször is felhívják a figyelmedet szervezeted erősítésére. Olyan gyógyteát kellene választanod, ami kifejezetten a szívednek jó, és az érrendszeredet is tisztítja, ilyen többek között a fagyógytea. A túlsúlytól igyekezz a lehető leggyorsabban megszabadulni – inkább keményebb testmozgással, mint szigorú diétával.