

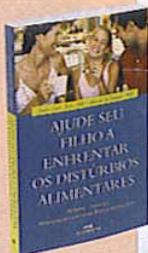


COMPULSÃO DE TODO JEITO

Inteligente, claro e conciso. Essa é a melhor definição para o livro *Ajude seu filho a enfrentar os distúrbios alimentares* (Ed. Melhoramentos, 310 páginas), de James Lock e Daniel Le Grange. Os autores, que são psiquiatras, mostram como identificar as compulsões mais comuns entre os jovens, como a alimentar (anorexia e bulimia) ou por exercícios físicos.

Preço: R\$ 39,00

Informações: www.melhoramentos.com.br

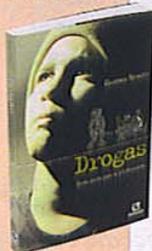


DROGAS EM QUESTÃO

Gustavo Teixeira, em *Drogas - Guia para pais e professores* (Ed. Rubio, 216 páginas), dá orientações de como se prevenir ou agir quando há casos de dependência entre os jovens.

Preço: R\$ 35,00

Informações: www.comportamentoinfantil.com



SEXO PARA TODOS

Nunca é fácil abordar um tema que desperta interesse, mas está relacionado a tabus e dúvidas. Mas os autores do livro *Sexualidade: autoconhecimento e qualidade de vida* (Ed. Alaúde, 232 páginas) conseguiram fazer isso sem cerimônia e de forma bem objetiva. Educativo, o livro fala do assunto abertamente e mostra que é possível exercer uma sexualidade plena.

Preço: R\$ 39,90

Informações: www.alaude.com.br



TV SOB MEDIDA

Os diabéticos já contam com a primeira televisão por internet com conteúdo exclusivo: a DiabeTV.

Iniciativa pioneira, o site – dinâmico e interativo – oferece informações sobre a doença, formas de controlá-la e até dá dicas interessantes sobre outros problemas relacionados ao diabetes. A TV também aborda o que pode facilitar a vida do paciente, como a prática de atividade física, culinária, comportamento e fórum para troca de experiências entre eles. Com apoio da Associação Nacional de Assistência ao Diabético (ANAD), pode ser acessada no www.diabetv.com.br.

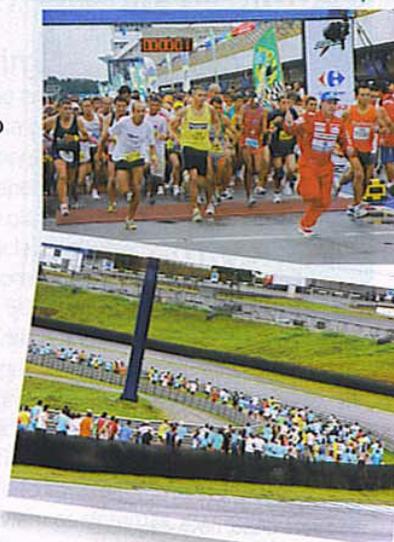


FOI DADA A LARGADA...

No lugar dos carros velozes, o autódromo de Interlagos, em São Paulo, irá receber corredores velozes. No dia 28 de outubro, acontece a 4ª edição da Ayrton Senna Racing Day, uma maratona de revezamento em homenagem ao tricampeão mundial de Fórmula 1.

Além de incentivar a prática de exercício, o evento arrecada fundos para os projetos educacionais do Instituto Ayrton Senna. Podem participar equipes formadas por dois, quatro ou oito atletas, divididas nas categorias feminina e masculina.

As inscrições custam R\$ 50 por pessoa e podem ser feitas pelo www.ayrtonsenraracingday.com.br ou nas lojas Fast Runner.



A única maratona realizada no autódromo: são 42,2 km, ou seja um percurso de oito voltas