

la Repubblica Salute

anno 15 n. 631

9 luglio 2009

Il settimanale vuole vivere bene

Settimanale, Supplemento gratuito al numero odierno de la Repubblica - Spad. Abbon. Post. - articolo 1 legge 46/04 del 07/02/04

Una delle attività principali nell'infanzia
è un'occasione per i genitori di contatto
ed esperienza con i figli. Parla lo psicologo

Buon gioco

nell'inserto Bambini da pagina 25 a 32



SANITÀ

Liberalizzazioni
e nuova farmacia
Si torna indietro?

da pagina 6 a 8



RICERCA

Ora il segreto
dei centenari
è più vicino

a pagina 15



ALIMENTAZIONE

Le sette tecniche
di cottura
Consigli d'esperti

alle pagine 42 e 43

Nonni e nipoti, un rapporto prezioso

Pedagogia

◆ Quei nonni "giovani" che tanto possono dare

«La figura del nonno, oltre all'apporto affettivo, fornisce



l'immagine concreta della storia della famiglia, cioè della continuità storica oltre che biologica». Quella del nonno è in altre parole una figura di

riferimento fondamentale nella crescita di un individuo, quella che «ti fa capire da dove vieni». Oggi i nonni sono «più giovanili» rispetto al passato, ma volendo possono continuare a rimanere «un modello» di autorevolezza e una guida sicura per i bambini e gli adolescenti

Nonni autorevoli
Italo Farnetani
pagg. 179 - 24 €
Mondadori

Benessere

◆ Acqua, erbe e movimento la base del metodo Kneipp

La cura di base del metodo Kneipp è fondata su cinque principi:



l'idroterapia, il movimento, l'alimentazione, le erbe, lo stile di vita. Sfruttando le proprietà dell'acqua, inoltre, in combinazione

con fango, argilla, fiori di fieno, l'idrotermofangoterapia consente l'eliminazione di tossine, la rivitalizzazione del corpo, la stimolazione del sistema immunitario. Un utile DVD video illustrativo di queste pratiche accompagna il volume.

Curarsi con l'acqua
Catia Trevisani
e Elisabetta Poggi
pagg. 175 - 15 €
URRA

Psicologia

◆ La consapevolezza di sé per vivere serenamente

Il Censis è una associazione scientifica multi-disciplinare di



psicologia che esprime l'approccio psicologico in tutti i settori, dalla scuola al lavoro, dall'università al mondo dello sport

sino al campo della salute e della formazione specifica. Il volume nasce con l'obiettivo di dare a tutti l'opportunità di riacquistare consapevolezza di sé per vivere serenamente e senza stress attraverso le indicazioni di un nuovo modello di intervento.

La nuova frontiera
a cura di CENPIS
pagg. 252 - 20 €
Armando Editor

Alimentazione

◆ La cucina italiana secondo le leggi del Tao

Una dieta basata sulle vere e proprie funzioni degli alimenti nel



riequilibrare il nostro organismo secondo i dettami della medicina tradizionale cinese. Duecento e più ricette che

nascono su quei principi e che vedono la preparazione delle pietanze legate ai campi di forza opposti del Tao che scorrono nella materia: lo Yin e lo Yang, adattate alla nostra cucina.

Il Tao e l'arte dei fornelli
L. Tritto, V. Tonino, K. Wallnoefer
con la coll. di Federica Rapini
pagg. 169 - 13 €
Pendragon

(a cura di caterina viola)

Educazione

Cento anni di cartoons racchiusi in un libro



Il Dizionario dei Cartoni Animati

Daniel Valentin
Simion
(trad. Laura Ibatucci)
pagg. 984
50 €
ANTON Edizioni

CORREVA l'anno 1908 quando Emile Cohl dava vita ai cartoni animati su pellicola con la proiezione, al Theatre du Gymnase di Parigi, del suo primo film, della durata di un minuto e quaranta secondi e dal titolo Fantasmagorie, dedicato al pupazzo Fantoche.

A cento anni da quella data un grande progetto si concretizza in questa opera ricca e articolata, dedicata a tutta la famiglia e agli appassionati, che vince la sfida riuscendo a classificare un secolo di storia dell'Animazione in tremilacentoquarantuno schede.

Di grande fascino ed interesse per tutti, per i giovanissimi assume anche una forte valenza educativa quando propone la classificazione dei cartoni per cinque livelli di «visioni consigliate» che, determinata a giudizio unanime da pedagogisti, psichiatri e psicologi, risulterà per i genitori utile strumento di consultazione e scelta del programma da far vedere, o non far vedere, ai propri figli.

Nelle sue quasi mille pagine il Dizionario racchiude uno studio approfondito riguardo a tutte le serie italiane e straniere che sono passate sul piccolo e grande schermo e circuito commerciale, provenienti da tutto il mondo e che hanno appassionando nell'arco di cento anni generazioni di spettatori. Non poteva mancare poi il supporto web www.criptonet.it, la costola multimediale del Dizionario, che si presenta come uno strumento gratuito di consultazione parziale da usare comodamente a casa, oppure dovunque si voglia grazie ad Internet.

Spaghetti ed è festa in cucina

CONDITI con pesto di noci o con aglio peperoncino

e rucola, ingolositi dal pesto di maggiorana o dalla salsa di cipolle, questo libro, che riproduce nel suo formato un pacco di pasta, è un inno, appunto, agli spaghetti. Una ricetta per pagina, e un attento esame preliminare degli ingredienti e dei vari tipi di «maccheroni». E, soprattutto, un consiglio sincero: le ricette sono un suggerimento, il resto fatelo voi, con cuore e fantasia.

Spaghetti & Co

Carla Bardi
pagg. 320
12 €
Briolibri