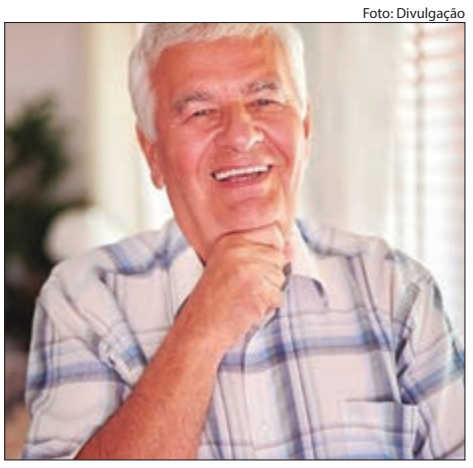
Concurso para eleger o mais belo idoso de São Paulo está com inscrições abertas

O Instituto Paulista de Geriatria e Gerontologia "José Ermírio de Moraes" (IPGG), uma unidade da Secretaria de Estado de Saúde de São Paulo, abriu inscrições para o concurso Mister IPGG, que vai eleger o mais belo idoso de São Paulo. As inscrições estão abertas até 21 de julho, e a cerimônia de premiação ocorrerá em 9 de agosto.

Foto: Divulgação



O objetivo é desmistificar a ideia de que homem não se cuida e ainda promover a socialização dos idosos

O concurso é destinado a homens com mais de 60 anos, que serão avaliados em seis categorias: Mister IPGG 2024, Mister Simpatia, Mister Beleza, Mister Sorriso, Mister Elegância e Mister Timidez. O evento visa incentivar a autoestima e o autocuidado na terceira idade, promovendo a socialização e o bem-estar físico e mental dos participantes. Para saber acesse o site: www.saude.sp.gov.br/instituto-paulista-de-geriatria-e-gerontologia-ipgg-jose-ermirio-de-moraes.

Os candidatos pré-selecionados participam de um curso preparatório com orientações sobre cuidados pessoais e estilo de vida saudável. A cerimônia será aberta ao público, sujeita à disponibilidade de vagas. Carlos Manoel Estimado Corga, vencedor da categoria Mister Sorriso na edição anterior, e Miguel Alves, Mister IPGG 2019, destacam a importância do evento para a autoestima e a socialização dos idosos, além de romper estigmas relacionados ao envelhecimento.

Serviço:
Evento: 17º Concurso Mister IPGG
Data: 9 de agosto
Horário: 13h30
Local: Praça Padre Aleixo Monteiro Mafra, 34, São Miguel Paulista

Livros Novos

MANUAL DO ESTILO DE VIDA (nVersos Editora) O médico cardiologista Fábio César dos Santos, pioneiro do assunto no Brasil, e autor da obra, mostra que é possível adotar práticas de grande impacto, a curto e a longo prazo, para a saúde e qualidade de vida. No livro, o doutor promove uma visão de saúde pautada em dietas equilibradas, maior consumo de nutrientes, exercícios físicos, controle de estresse, sono adequado, da integração entre corpo e espírito e relações pessoais saudáveis. Amplamente defendida por Platão, a Medicina do Estilo de Vida é uma abordagem que considera a saúde diretamente influenciada pelos hábitos de uma pessoa e utiliza métodos científicos para tratar e prevenir doenças associadas ao modo de viver. Diluído em 30 capítulos, que funcionam

como pílulas diárias, a proposta do Manual do Estilo de Vida é auxiliar a população na prevenção de doenças crônicas, tais como: diabetes, problemas cardiovasculares e cardiorrespiratórios, cânceres, entre outras. O autor ainda comenta que o ambiente influencia na rotina diária e entre as soluções mais acessíveis está a meditação - que previne várias enfermidades.

LETROX

www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL

Considerando a dica ao lado do diagrama e seguindo as instruções de posicionamento das letras, você deve descobrir quais completam as casas em branco no final do quadro, para desvendar a palavra da resposta. Fique atento, pois há casos em que uma ou mais letras não constam no quadro e devem ser descobertas por dedução e/ou lógica. Letra branca em fundo preto significa que ela está certa e está na posição correta; letra preta em fundo cinza significa que a letra está certa, mas ela está na posição errada; letra preta em um fundo branco significa que a letra está errada e não faz parte da palavra.

Dica: Lento; moroso

T	O	N	E	L
A	B	O	N	O
L	O	N	G	O
D	U	Q	U	E
A	U	D	A	Z

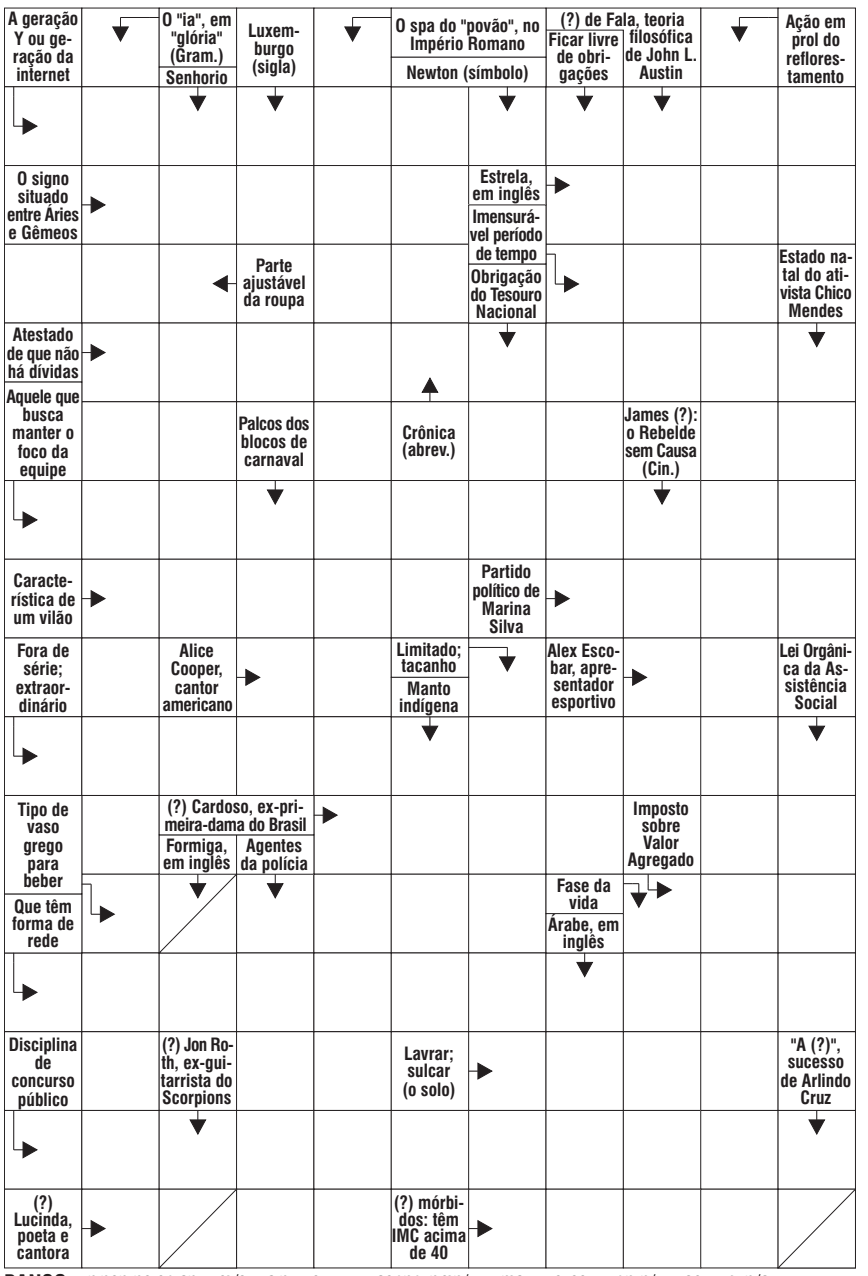
Q W E R T Y U I O P
A S D F G H J K L
Z X C V B N M

Resposta: Lerdo

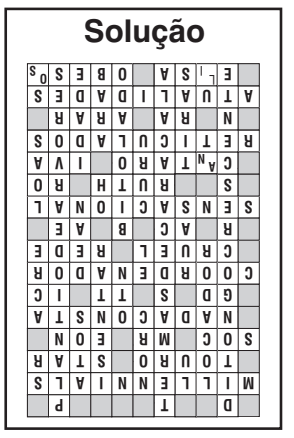
14

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL



BANCO 3/ant — éon. 4/arab — curu — star. 11/atualidades — milênios. 16/termas de caracala.

54

Solução