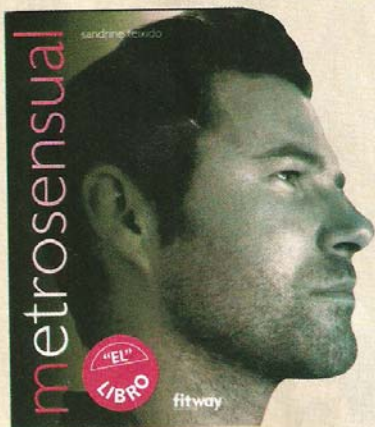


●● El libro



Metrosensual

Recientemente se registró en los *mass media* la aparición de una nueva manera de asumir lo masculino, en la que destacaba el culto al cuerpo y una aguda sensibilidad. El impacto de la metrosexualidad ha sido tan potente, que más allá de asumirlo como una moda, es abordado en esta publicación como un movimiento social que rescata la aceptación, por parte de los hombres, de su lado femenino, sin que esto signifique la pérdida de su virilidad. Planteando diversos puntos de vista, el libro nos presenta una original y bien documentada perspectiva de la masculinidad en nuestros días.

AUTORA: Sandrine Teixido.
EDITORIAL: Fitway.
PRECIO: BsF 49 en VDL Books.

●● Los discos



MTV Unplugged: Julieta Venegas

Julieta Venegas. La artista mexicana presenta una versión acústica de sus éxitos, además de cuatro temas inéditos. Nuevos duetos e instrumentos brindan un giro especial a "Limón y sal", "Lento" y "Me voy".

Próximamente en todas las dis cotiendas del país.



Amate Stelle

Angela Bologna. La segunda producción de esta venezolana contiene 26 temas distribuidos en 2 CD. Comprende una selección de canciones del Festival de San Remo de los años 50, 60 y 70, versionadas con un estilo único.

Precio: BsF 63 en tiendas Esperanto.

●● El evento

No te pierdas este 28 de junio el taller **Cuerpo como herramienta, bienestar como meta**, en el que un equipo de terapeutas te enseñarán, por medio de distintas disciplinas que incluyen yoga y meditación, a alcanzar la integración cuerpo-mente-espíritu y lograr así una vida plena y satisfactoria. De 9:00 am a 12:30 pm y de 1:30 pm a 4:30 pm, en la sede de Conexión. Calle Choróní, Quinta Gaya, Chuao, Caracas.

Más información: (0212) 993 5861 / (0414) 126 2617.

●● Cinco pasos para unas vacaciones perfectas

1 Haz planes anticipados.

Documentate acerca de los sitios turísticos que quieres visitar. De esa manera podrás disfrutar con menos preocupaciones y aprovechar el tiempo.

2 El transporte es importante.

Alquilar un carro siempre es una buena opción, pero debes pensarlo bien. En algunas ciudades es mucho más funcional caminar y utilizar el transporte público.

3 Abanico gastronómico.

Averigua qué clase de comida ofrecen los restaurantes locales. Un simple *brief* te ayudará a escoger las mejores opciones y adaptarlas a tus gustos y a tu bolsillo.

4 Visitas guiadas.

A través de Internet podrás enterarte de los paseos y actividades especiales que se organicen para la fecha de tu visita. Si puedes comprar las entradas de una vez, mucho mejor.

5 Comunicación ante todo.

Si planeas dirigirte a un destino cuyo idioma no dominas, memoriza algunas palabras y frases básicas que podrían ser de mucha utilidad.