

Lehdistötiedote
25.10.2007

Kirjasyksyn teemana ravitsemus ja henkinen hyvinvointi Oman elämän hallintaa koskevat teokset kiinnostavat ihmisiä yhä enemmän

Kustannusyhtiö Rasalas tuo syksyllä markkinoille laajan valikoiman koko perheen henkistä ja fyysistä hyvinvointia edistävää kirjallisuutta. Julkaisulistaan kuuluvat muun muassa Harvardin yliopiston psykologian professorin **Ben Tal-Shaharin** menestysteos *Onnellisemmaksi*, flow –käsitteen luoja **Mihaly Csikszentmihalyin** opas parempaan liike-elämään *Hyvä bisnes* ja lääkäri **Antti Heikkilän** oikeaa ravitsemusta käsittelevä *Näin me keitämme*.

- Yleistyvä diabetes sekä muut väärin elämäntapoihin perustuvat vaivat kaikkialla maailmassa ovat nostaneet ravitsemuksen yhdeksi kustannusalan kiinnostavimmista aiheista tänä syksynä. Niiden itsenäinen hoitaminen asiantuntijateosten avulla on yhä suositumpaa, Rasalasin kustannusjohtaja **Maarit Heikkilä** kertoo ja jatkaa, että kirjamessuilla lääkäri ja kirjailija Antti Heikkilä myös esitelmöi aiheesta otsikolla *Syö itsesi terveeksi*.

- Elämäntapokirjat kiinnostavat ihmisiä jatkuvasti enemmän. Tarjolla on nyt myös entistä enemmän tietoa. Esimerkiksi ennen vain tutkijoiden käytössä ollut laaja kansainvälinen terveystutkimusaineisto avautuu näiden kirjojen kautta myös suurelle yleisölle.

Rasalas esittäytyy Helsingin kirjamessuilla osastolla **6 E 48**. Kustantamolle on varattu kolme alustustilaisuutta:

La 27.10. klo 16.30 Anne Kärki-Lindholm: UNET JA ARKKITYYPIT
Haastattelijana Mirja Pyykkö
Katri Vala –sali

La 27.10 klo 17.00 Matti Paloheimo: USKOMISESTA
Katri Vala –sali

Su 28.10 klo 11.00 Antti Heikkilä: SYÖ ITSESI TERVEEKSI
Aleksis Kivi –sali

Lisätietoja: Rasalas Oy, www.rasalas.fi, Maarit Heikkilä, puh. 09-622 1127/messuilla
0400-417 595, sähköposti: maarit.heikkila@rasalas.fi,

Kustannusyhtiö Rasalas on perustettu vuonna 2000. Se julkaisee kattavaa valikoimaa henkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin sekä elämäntapoihin liittyviä kirjoja. Yhtiö myös suomentaa useiden maailman arvostetuimpien asiantuntijoiden teoksia. Yhtiön toimitilat ovat Fredrikintorilla Helsingissä. Rasalasin tunnuslause on ”Voimaa ajatuksista.”