

<<越老活得越好>>

图书基本信息

书名：<<越老活得越好>>

13位ISBN编号：9789867799111

10位ISBN编号：9867799119

出版时间：高寶國際

作者：吳東權 著

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<越老活得越好>>

内容概要

您期待65歲以後的日子過得健又快樂嗎？
那麼請翻開《越老活得越好》，您將獲得一個明確的方向。
面對快速進化的社會環境，您必然已察覺，所遭遇的問題竟不下於當年勇猛精幹的時期，健康、財富、家庭倫理、人際關係、社會地位……無一不是全新的課題。
時代在演進，年歲亦在增進，如何在智力與體力逐漸衰退的現實中，得享健康又愉樂的晚年呢？
快樂老人吳東權，以其多年潛心研究所得及個人的體驗，筆就100篇精闢的短文，涵括「性靜情逸」、「養生保健」、「服飾儀容」、「出入起居」、「箠食飄飲」、「倫常親情」、「待人接物」、「吉時佳節」、「理財保產」、「消遣娛樂」十大部分，足可提供作為銀髮族生涯規畫的參考。
具體力行、調整作息、健全觀念，您將會發現快樂不請自來，生命越活越好！

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>