第一图书网, tushu007.com

<<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

第一图书网, 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」、「簞食飄飲」、「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!

第一图书网, tushu007.com

<<越老活得越好>>

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