

《给忘我工作者的健康枕边书》

图书基本信息

书名：《给忘我工作者的健康枕边书》

13位ISBN编号：9787543639188

10位ISBN编号：7543639181

出版时间：2007-1

出版社：青岛出版社

作者：宋爱莉

页数：206

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《给忘我工作者的健康枕边书》

内容概要

如何让自己的办公室远离疾病的隐患；如何为自己建立一个绿色的工作场所；如何修炼自己的心理健康；如何提升自己的免疫力；如何做好疾病的自我保健；如何养成健康的生活方式，用最棒的状态去迎接每一天的挑战？来看看《给忘我工作者的健康枕边书》给我们传递的办公室健康秘籍吧！做一个健康快乐的上班族！

《给忘我工作者的健康枕边书》

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:www.tushu000.com