

《绿色生活密码》

图书基本信息

书名：《绿色生活密码》

13位ISBN编号：9787802085718

10位ISBN编号：7802085713

出版时间：2008-3

出版社：人民日报

作者：孟宪励 编

页数：197

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

《绿色生活密码》

内容概要

《健康时报干部健康顾问:绿色生活密码》主要内容：一套专为领导干部和向往“高层次”生活群体设计的保健用书；一套树立保健意识的启蒙书；一套健康生活观念的指导书；一套提高生命质量的处方书。

上百位医学、保健、营养专家走出诊所，面向社会，向人们宣示新的健康革命：

——生活重要绿色；

——感情重在保鲜；

——家庭重在和谐；

——心理重在调理；

——疾病重在预防。

没有太多的说教，只告诉您一个简单的事实：我们本无病，所谓的“病”是自己住出来的、吃出来的、吵出来的、想出来的。

我们完全可以没有病。

《绿色生活密码》

书籍目录

第一篇 清洁——健康生活的基石第一章 房屋清洁：缔造纯净生活空间第二章 家电清洁：彻底清除死角污垢第三章 衣物清洁：洗衣不简单，细节把好关第四章 身体清洁：保持健康的第一要素第五章 餐具清洁：严把病从口入关第二篇 治污——完美生活的保障第一章 不要对光、空气、水和噪音掉以轻心第二章 谨防家电辐射成健康杀手第三章 正确使用日用化学品第四章 远离“毒”房子第五章 食品污染离我们有多远第三篇 美化——和谐生活的保证第一章 与动植物和谐相伴第二章 营造温馨家居环境第三章 家具家电也要用心呵护

《绿色生活密码》

编辑推荐

《健康时报干部健康顾问:绿色生活密码》由人民日报出版社出版。

《绿色生活密码》

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