

《改变一生的健康计划-早知道早健》

图书基本信息

书名：《改变一生的健康计划-早知道早健康》

13位ISBN编号：9787507418019

10位ISBN编号：7507418014

出版时间：2007-1

出版社：中国城市出版社

作者：季瑾

页数：241

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

《改变一生的健康计划-早知道早健》

内容概要

《早知道早健康:改变一生的健康计划》主要内容：叔本华说过这样一句话：“在一切幸福中，人的健康甚至超过任何其他幸福，我们可以说一个身体健康的乞丐要比疾病缠身的国王幸福得多。”家庭必备，生活必需；一书在手，健康拥有。在《早知道早健康:改变一生的健康计划》中，作者将告诉你改变一生的健康计划。有人说，健康就像一口蓄水池，如果你不懂得珍惜，很快就会枯竭。有所不同的是，蓄水池的水用完了，还可以再注入，而健康一旦透支完，就永远无法恢复。这种说法是非常正确的。那么，怎样才能保障我们健康的“蓄水池”永不“干涸”呢？《早知道早健康:改变一生的健康计划》就是为了圆满回答这一问题而编写的。常言道，“预防胜于治疗”。订份健康计划吧，趁着你的身体还没生病，趁着你的精力还比较旺盛。学一点知识给健康，用一点时间给健康，花一点金钱给健康。你一定会得到数倍的收益。

《改变一生的健康计划-早知道早健》

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