

# 《有機,無毒!一身輕》

## 图书基本信息

书名：《有機,無毒!一身輕》

13位ISBN编号：9789867029584

10位ISBN编号：9867029585

出版时间：2007

出版社：大吉出版股份有限公司

作者：唐芩

页数：201

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](http://www.tushu000.com)

# 《有機,無毒!一身輕》

## 內容概要

呼吸著充滿毒素的空氣，住在化學物質充斥的建築物裡，用不比病菌安全的的很毒洗潔劑「清潔」環境，穿著過度漂白或染料有問題的衣服，吃著添加化學合成香料與防腐劑的食物，不知不覺的我們身上都是毒.....這正是物質豐沛的表象下，科學與醫學所共同證實的都市人生活品質極為危險的一面。近年來，「綠色生活」、「有機食品/商品」、「回歸自然、環保的樂活風」.....等名詞大家都耳熟能詳，但到底怎麼樣開始過真正「綠色、自然、健康環保」的生活呢？本書是一本淺顯詳盡的入門書；也許您已經開始過這樣的生活，那麼，這本書也是您檢驗自己的生活、吸收他人經驗以截長補短的最佳選擇。

本書作者唐芩是植物達人，也是有機自然生活的實踐者，在她筆下的現代生活，既自然健康又充滿了生活的質感與美感，您會發現：回歸自然的生活，其實是最時尚的，也讓人美得最自然！

本書蒐羅包括食、衣、住、行、育樂各個生活層面的綠色生活實踐方式，都是不必花大錢、也不必辛苦追求才能獲致的知識與「撇步」。

樂活族的幸福提案，本書包括以下內容：

打造綠色住宅

聰明使用家電，遠離電磁波

居家天然清潔法

天然清潔除蟲法

生機花園，有機栽培

有機蔬食，養生廚房

天然美人化妝保養

過渡期的聰明自保法

有機廚房必知Q&A

.....還有許多豐富實用的內容，讓您輕鬆成為有機生活智慧王！

# 《有機,無毒!一身輕》

## 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](http://www.tushu000.com)