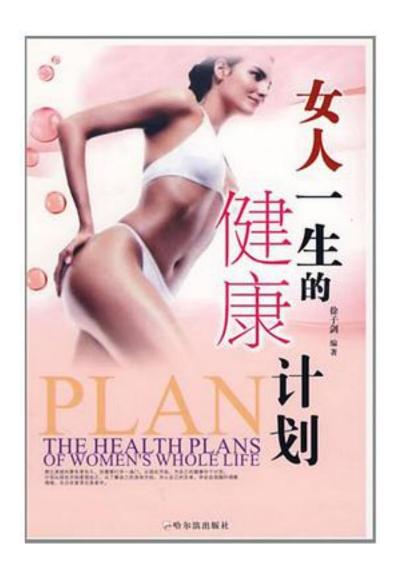
女人一生的健康计划



女人一生的健康计划_下载链接1_

著者:徐子剑

出版者:哈尔滨出版社

出版时间:2007-4

装帧:

isbn:9787806995846

《女人一生的健康计划》内容简介:美丽,是女人一生的功课。利用美丽一生的法则有

意识地生活,你就会看到生活在发生变化,看到自己通过滋养心灵而得到支持。美丽是一种魅力,美丽也是一种力量。《女人一生的健康计划》说的不仅仅是美丽与健康,它还告诉人们,怎样拥有良好的自我感觉,不要因为年龄的关系束缚自己的生活。

健康,才是真正值得我们用一生去经营的事业。虽然知道病痛不免敲门,衰老不可避免,但我们总还希望能将更多的风景留住。想让美丽的景色更长久,你需要打开一扇门,从现在开始,为自己的健康作个计划。计划从现在开始爱惜自己,从了解自己的身体开始,关心自己的饮食,学会自我随时调整情绪,无论在家里还是家外。

从现在开始,为自己的健康作个计划。计划从现在开始爱惜自己,从了解自始,关心自己的饮食,学会自我随时调整情绪,无论在家里还是家外。
作者介绍:
目录:
女人一生的健康计划_下载链接1_
标签
徐子剑
健康
评论
罗嗦太多,,,
 健康得做个计划。

书评

女人一生的健康计划_下载链接1_