

老爸老妈健康养生全书



[老爸老妈健康养生全书 下载链接1](#)

著者:代凯军

出版者:上海科普

出版时间:2007-3

装帧:

isbn:9787542736789

健康是一种时尚，它不仅是年轻人的追求，作为老年人的老爸老妈也要崇尚健康，追求最美的夕阳红。时尚社会的老爸老妈不仅要健康、自立，更要加强生活保健，像年轻人一样积极追求美好的生活，缩短与年轻人的心理距离，既享受年轻人的活泼和激情，又享受老年人无忧无虑的天伦之乐。

年轻人也要给老年人更多的关爱和关心，除了给老年人提供物质生活保障外，还要重视他们的健康，更要重视他们的精神需求，鼓励他们追求更加时尚、更加快乐、更加充实的幸福生活。

在《老爸老妈健康养生全书》的科学指导下，让我们老年人都轻轻松松做一个健康时尚、开朗活泼、人见人爱、开心快乐的老爸老妈吧!

作者介绍:

目录:

[老爸老妈健康养生全书_下载链接1](#)

标签

评论

[老爸老妈健康养生全书_下载链接1](#)

书评

[老爸老妈健康养生全书_下载链接1](#)