

简单生活学



[简单生活学_下载链接1](#)

著者:[法] 斯蒂芬妮·阿侯-拉波特

出版者:江苏凤凰文艺出版社

出版时间:2018-7-1

装帧:软精装

isbn:9787559411006

来自法国的生活魔法家，用浅显易懂的文字搭配法式风格的手绘插图，从厨房用品的使用方法、小盆栽的呵护，到洗衣、出行、装修的妙方，以专注、有趣且充满爱的生活态度，与你分享更美好的生活指南。

只要我们决心改变，更美好的生活唾手可得。你也可以像法国人一样，过上简单、舒适、优雅的生活。

编辑推荐

★风靡全欧美的时尚生活新理念。“极简主义”生活方式的升级版、实操版。

★关于优雅、品味、环保与慢活的6大主题25类实用资讯&120种生活技能。

★来自法国的生活魔法家，用浅显易懂的文字搭配法式风格的手绘插图，从厨房用品的使用方法、小盆栽的呵护，到洗衣、出行、装修的妙方，涵盖生活的方方面面，全面升级你的生活状态。

★作者以专注、有趣且充满爱的生活态度，与你分享更美好的生活指南。

作者介绍:

斯蒂芬妮·阿侯-拉波特 Stéphanie Araud-Laporte

法国生活魔法家。毕业于美国帕森斯设计学院，原来是一名记者，后成为平面设计师，曾在纽约学习平面设计。在大大小小的公关公司任职后，创立了自己的公关公司。写作，一直是她的兴趣。

自从在法国发起节能环保运动之后，获得许多人的支持与建议，因本书的出版成为法国相关议题演讲会力邀的演讲者。坚信一个人的力量虽小，但只要去做，就能让地球变得更美好。

目录: Part 1 居家

012 日常节能

020 经久耐用

028 生活减法

034 清洁保养

Part 2 烹饪

048 配备简单

060 采购原则

072 收纳与保存

076 零厨余料理

096 资源再利用

Part 3 园艺

104 必先利其器

108 生物多样性

114 开始种菜

116 滋养土壤

124 保护植栽

126 节约用水

128 无菜园种植

Part 4 品味

138 买少买巧

148 保养维护

156 分享与回收

Part 5 爱自己

164 自我照顾

168 预防胜于治疗
172 美容与保健
Part 6 慢活
188 缓慢移动
192 慢旅行
196 从容时光
• • • • • (收起)

[简单生活学_下载链接1](#)

标签

生活

想读，一定很精彩！

文学

好书，值得一读

很喜欢！希望有机会拜读！

断舍离

外国文学

心理学、精神分析、心理学著作

评论

用马赛香皂洗手

全面、有趣的居家宝典！

【微信读书】非常喜欢，环保生活+生活技巧。常怀这种理念并实践，会有更好的生活姿态。可以买一本放在家

真的很详细了

作者在书中极力提倡低碳环保的生活方式，介绍了超多实用且安全健康的生活技巧，虽然小部分对于国外生活的人更具有操作性，但是大部分还是很有启发性的，值得在今后的生活中慢慢尝试！PS：还有一些有趣的菜谱也值得一试！

理念很好，绝大部分都不实用。

阅读体验挺好的，从多个角度讲述的简单、环保的生活方式，配图也很舒服。新手入门不错，熟悉这方面的看看就行。

建立于环保与节约基础上的一般般

非常好，很多实用的经验，内容丰富，比起那些一句断舍离就可以说完非得嚼了又嚼的书强多了

环保生活指南，从造房子到选礼物，所能想到的简单生活法都有了。

生活简单又不简单。

有机环保低碳

这一生最大的梦想是一猫一狗，两人三餐四季。而这些简单的生活操作会让生活我更加美好，关于厨房，关于盆栽，易懂，好学。

生活中的一些小窍门，比如旧衣服，可以裁剪成短裤，还有罐头的制作方法，都是生活提升生活质量的好方法！

这种极简又充满爱的生活理念正是我想要的。美好的生活需要自己去创造并呵护。

生活还是这样，简单而不需要太多的复杂，只要有更合适的就好，不必麻烦。

很可爱的书，简简单单的生活，很快乐。学习这样的生活新理念，让自己的生活更美好~~

有趣的生活方式，简单的生活简单的世界，是最好的，在这日渐繁忙的社会，我们需要简单，这会使我们更加的舒心，推荐这书给大家

不仅可以学到生活中的许多小常识，还可以亲手实践去制作一些自己喜欢的东西，一本很实用的书。很喜欢。

图文并茂，指导我们过上更美好的生活。

[简单生活学_下载链接1](#)

书评

地球是我们的家园，但在人类的生活、生产与消费过程中，我们的家园却在遭受着破坏与恶化，空气的污染，二氧化碳的排放，资源的浪费，不仅给地球增加了许多负担，而且还加大了气候变暖的威胁。为了保护环境，保护我们赖以生存的家园，选择“低碳生活”无不是减轻地球负担、改善...

我们从出生到长大，一直在生活着，却也许从未找到真正适合自己的生活方式。在当下这个快节奏的时代，所有的事情都被简化，生活却变得越来越复杂，束缚我们的东西越来越多。每天下班回到家，看到乱七八糟的书桌感觉头大，却下不去手；衣柜里堆着好多不穿的衣服，舍不得扔却不...

斯蒂芬妮·阿侯·拉波特被称为法国生活魔法家，确实名副其实。毕业于美国帕森斯设计学院的她，做过记者，也是平面设计师。人常说，努力的姑娘，运气都不会太差，斯蒂芬妮在不少公关公司历练后，最终创立了自己的公关公司。工作之外，她还发起了法国节能环保公益运动，获得许多...

在今天，“消费降级”成了更多人的选择，但消费降级并不意味着生活品质的下降，而是一种更为理性的选择。这种选择在斯蒂芬妮·阿侯-拉波特看来就是“简单生活”，为此，她专门写了一本《简单生活学》，和大家分享她对于生活中洗衣、做饭、装修、园艺这些小事的心得体会。洗...

梁实秋老师曾说过：生活不简单，尽量简单过。永远不要放弃对美好生活的追求，要以简单美好的生活完善复杂的人生。他或许没有读过这本《简单生活学》，可如果他读过的话，一定会有找到知音的美妙之感。这本书不是大道理类型的，全都是生活小诀窍，满满的干货知识点，可以称之为...

看完《简单生活学》我可以负责的说，这是一本居家生活、涵盖全面的百科全书，每

个家庭都应该备上一本。
刚看到介绍的时候，写着关于优雅、品味、环保与慢活的6大主题25类实用资讯和120种生活技能，由于作者是法国人，还担心所说的知识会不接国情、实用性不高的困惑，看完才发...

让生活变得不同，变得有滋有味
幻想中的生活是什么样子的？清晨，和朋友出去散步几圈，然后回家开始吃早饭，去工作。午后，在办公室找一个朝阳的位置，坐着，闭上眼睛，小憩一会。晚上，一顿简单却美味的饭菜，饭后吃些甜品，写写文字，和家人或者朋友聊聊天，悠闲又惬意，感觉...

现代都市的生活节奏越来越快，快到我们都来不及来思考生活究竟是什么，生活究竟要怎么过，大潮流就在不断的推着我們往前走……当一切都变得匆匆忙忙的时候，越来越多的人，开始思考生活，开始想要去追求简简单单的慢生活。
《简单生活学》这本书，就是一本“教”我们怎么简单生...

[简单生活学 下载链接1](#)