

越活越健康



[越活越健康_下载链接1](#)

著者: 栾紫菁

出版者:

出版时间: 2008-4

装帧:

isbn: 9787801979452

《越活越健康》从0岁到100岁，分10个年龄段分别介绍相对应的健康饮食、保健养生、疾病防控等关键点，是现代家庭必备的健康投资指南。不论你是准备要宝宝的准三口之家，还是孩子正在成长中的三口之家，或是事业有成体力透支的忙碌人家，或是四世同堂、五世同堂的大家庭，《越活越健康》都是您的首选健康读本。为孩子的成长、青年的健壮、中年的防老、老年的长寿，带去更多的健康新配方。在家庭中扮演不同角色

的您，阅读《越活越健康》，可以了解不同年龄段的健康知识，掌握更多的健康理念，逐步荣升为自己家庭的健康保健师、咨询师。

作者介绍:

目录:

[越活越健康_下载链接1](#)

标签

评论

[越活越健康_下载链接1](#)

书评

[越活越健康_下载链接1](#)