

老年人精神生活健康指南



[老年人精神生活健康指南_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2008-4

装帧:

isbn:9787506738415

《老年人精神生活健康指南》按照心理咨询、心理保健、心理养生、退休赋闲、家庭生活5个方面汇编而成，以供所有的老年人有的放矢地读精研，使其从精神生活方面汲取养生经验，提高认识，正确处理方方面面的不适心理状态，不断增添老年人的生活情趣，增长知识，延年益寿，提高生活质量，充分引导老年人以平常的心态度过自己的晚年，永葆身心健康。

《老年人精神生活健康指南》内容丰富，突出重点，分篇清晰，可供已离退休的老年人和现已安排退居二线的老同志及各单位老干部办公室（活动室）的工作人员和全国各社区干部学习参考，也可供年经晚辈子女作为精神食粮送其长辈的礼物使用。

作者介绍:

目录:

[老年人精神生活健康指南_下载链接1](#)

标签

评论

[老年人精神生活健康指南_下载链接1](#)

书评

[老年人精神生活健康指南_下载链接1](#)