

倡导健康生活方式



[倡导健康生活方式_下载链接1](#)

著者:

出版者:

出版时间:2009-12

装帧:

isbn:9787214059123

《倡导健康生活方式》内容简介：自古以来，健康长寿是人类永恒的憧憬和追求。怎样

才能健康长寿呢？这既需要社会发展进步为其创造物质条件，更需要靠个人养成科学的生活方式。随着经济社会的快速发展，人民生活水平显著提高，人们的身体素质和生活质量也得到了很大的改善。但是，一些不健康的生活方式仍然严重威胁着人类的健康。同时，由于环境污染、社会压力、精神紧张等因素的影响，人们在很大程度上处于“亚健康状态”，不健康的生活方式带来的相关疾病也呈上升和年轻化趋势。有专家指出，在影响健康的诸多因素中，生活方式占了60%。良好的生活方式有利于人们的身体健康，不良的生活方式则是人们健康的大敌。

胡锦涛同志在党的十七大报告中指出，“健康是人类全面发展的基础，关系千家万户的幸福”。国务院《全民科学素质行动计划纲要》提出，“公民科学素质水平低下已成为制约我国经济社会发展和社会进步的瓶颈之一，要建立科学、文明、健康的生活方式和工作方式”。由此可见，健康的生活方式作为社会主义文化和核心价值体系建设的重要组成部分，迫切需要我们提高健康意识、传播健康知识、弘扬健康文化，积极倡导健康生活方式新理念，引领健康生活方式新潮流，努力满足人们日益增长的多元化健康需求。

作者介绍:

目录:

[倡导健康生活方式_下载链接1](#)

标签

评论

[倡导健康生活方式_下载链接1](#)

书评

[倡导健康生活方式_下载链接1](#)