

<<老年人休闲生活>>

图书基本信息

书名：<<老年人休闲生活>>

13位ISBN编号：9787801788504

10位ISBN编号：7801788508

出版时间：2011-7

出版时间：华龄出版社

作者：卢祥之 等

页数：116

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<老年人休闲生活>>

### 内容概要

《老年人休闲生活》将老年生活中涉及各个方面，诸如饮食营养、运动休闲、家庭急救、常见病防治、心理健康、居家安全、生活方式、合理用药等知识，约请有关专家参编了“九九康寿大系”及“九九夕阳红丛书”的部分内容，就相关问题提供了解决方法，帮助老年人打造健康的生活方式，为老年人健康长寿、安享晚年保驾护航。

## <<老年人休闲生活>>

### 书籍目录

一、花植趣 (一) 养花1. 养花的好处2. 花卉分类3. 各季开放的花4. 养花工具5. 花盆种类6. 养花土壤7. 花卉营养8. 花肥9. 给花浇水10. 养花的温度11. 养花的光照12. 养花的空气湿度13. 修枝整形14. 花卉常见病虫害15. 花卉越冬管理16. 养花换盆17. 花卉繁殖法 (二) 制作盆景1. 盆景意趣2. 盆景种类二、鱼鸟趣 (一) 养鱼1. 养鱼的好处2. 金鱼分类和名贵种类3. 养鱼工具4. 水族箱及置景5. 金鱼的用水6. 养鱼藻类7. 养鱼密度8. 鱼饵和投喂9. 金鱼的日常观察10. 清理鱼缸污物11. 金鱼的冬季管理12. 金鱼常见病13. 金鱼繁殖法14. 金鱼和热带鱼15. 名贵的热带鱼16. 热带鱼鱼缸及配物17. 养热带鱼用水18. 热带鱼箱的清洁 (二) 钓鱼1. 钓鱼的好处2. 钓鱼工具3. 鱼饵4. 钓鱼的水域选择5. 垂钓技法 (三) 养鸟1. 养鸟的好处2. 观赏鸟种类3. 鸟笼4. 养鸟用具5. 鸟的营养6. 鸟的饲料7. 喂料和饮水8. 鸟的水浴和清洁一9. 鸟体整理10. 鸟的体温11. 鸟的运动12. 鸟儿换羽期的饲养13. 鸟的日常观察14. 雏鸟给食15. 雏鸟管理16. 鸟的常见病17. 鸟艺训练三、棋牌趣 (一) 下中国象棋1. 对弈2. 注意事项 (二) 下围棋1. 围棋的由来2. 围棋术语3. 下围棋应注意的问题 (三) 打麻将1. 打法2. 一般技巧四、诗词趣1. 诗的题材2. 写诗的“三关”3. 律诗与绝句4. 对仗5. 律诗的章法6. 四声7. 平仄8. 律诗的韵五、书法趣1. 执笔2. 运腕3. 运笔4. 中锋与侧锋5. 点画写法应注意的问题6. 学习书法的人手字体7. 练习书法应注意事项六、集邮趣1. 邮集分类2. 邮票种类3. 分类工作4. 复品5. 大件邮品6. 盖销票的获取7. 集邮工具和集邮册

<<老年人休闲生活>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>