

<<30岁完美生活方略>>

图书基本信息

书名：<<30岁完美生活方略>>

13位ISBN编号：9787801965974

10位ISBN编号：7801965973

出版时间：2008-1

出版时间：现代教育

作者：李建军

页数：193

字数：177000

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>

<<30岁完美生活方略>>

内容概要

而立之年与和谐家庭；透析30岁婚外情；解读30岁美容；30岁事业上升策略；30岁“安乐窝”的标准

.....

30岁是一个骄阳普照的时刻，是一个孕育着成功与收获的季节。

本书将有助于“而立之年”的人们拥有一个健康的身体、一副不老的容颜、一份蒸蒸日上的事业、一个美满和谐的家庭。

<<30岁完美生活方略>>

作者简介

美国南加州大学人体工程学计划主任 联合国教科文组织顾问 (1998-2002)
复旦大学客座教授 马来西亚艺术学院客座教授

<<30岁完美生活方略>>

书籍目录

第一章 30岁生活

1. 而立之年：充实的30岁
2. 天人合一与30岁生活
3. 阴阳平衡与30岁生活
4. 而立之年和谐家庭密码

第二章 而立之年的卫生保健

1. 30岁的身心特征
2. 30岁女性卫生保健
3. 30岁男性卫生保健
4. 透析30岁婚夕恋
5. 30岁婚姻稳固策略

第三章 30岁保护健康

1. 保健：从而立之年开始
2. 饮食与30岁保健
3. 运动与30岁保健
4. 性生活与30岁保健

第四章 30岁美容策略

1. 解读30岁美容
2. 人体中轴与30美容
3. 性生活与30岁美容
4. 运动与30岁美容
5. 饮食与30岁美容

第五章 30岁事业上升策略

1. 适合才是最好的——定位策略
2. 积累晋升的资本——蓄势策略
3. 培养领袖的气质——塑形策略
4. 经营一张关系网——借势策略

第六章 30岁创业成功策略

1. 创业必备的条件：天时、地利、人和
2. 如何发掘商机
3. 好公司还要好风水
4. 谁是最适合的合伙人

第七章 30岁“安乐窝”的标准

1. 买楼就是买风水
2. “安乐窝”的大环境
3. 家居装修与格局
4. 家具选择的策略
5. 家居饰物的影响

第八章 而立之年的幸福家庭

1. 30岁的家庭生活
2. 万事孝为先
3. 带孩子去旅游
4. 30岁的家庭怎样理财

<<30岁完美生活方略>>

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>