

二分养身 八分养心



作者：何裕民编著

出版社：长春：吉林科学技术出版社

出版日期：2016.09

总页数：239

介绍：本书从饮食、运动、美容、心理、生理以及环境等各个方面，介绍了适合不同年龄阶段和不同职业的人保持身体健康的二八法则。主要内容包括：二分酸八分碱，从此不用去医院；二分细八分粗，均衡饮食最健康等。

说明：登录教客网（<https://www.jiaokey.com/book/detail/14252148.html>）查找全本阅读方式

二分养身 八分养心 评论地址：<https://www.jiaokey.com/book/detail/14252148.html>

教客网提供千万本图书阅读地址。

<https://www.jiaokey.com/book/detail/14252148.html>

书名：二分养身 八分养心