

# 《给辛勤领导者的健康枕边书》

## 图书基本信息

书名：《给辛勤领导者的健康枕边书》

13位ISBN编号：9787543639287

10位ISBN编号：7543639289

出版时间：2007-1

出版社：第1版 (2007年1月1日)

作者：宋爱莉

页数：209

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《给辛勤领导者的健康枕边书》

## 内容概要

本书不仅深入分析了影响CEO们健康的几大因素，而且还从压力释放、疲劳缓解、常见疾病防治、运动保健、健康饮食、习惯养成管理等六个方面来引导CEO们经营自己的身体。通过本书，您可以了解到CEO的健康问题对一个企业的重要性，并且还可以学到全新的健康理念和健康方法，开拓您的心灵视野，找到生命的和谐与平衡。同时，其他各位奋斗在商海之中的人士，也可以参考本书，找出自己身体不适的疑惑，从而使自己改变不良的工作状态和生活习惯。运用书中的健康理念，积极行动起来，您的工作、生活会有更高的质量！您的团队和公司会有更佳的业绩！

# 《给辛勤领导者的健康枕边书》

## 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：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)