第一图书网, tushu007.com

<<美丽肌肤>>

图书基本信息

书名：<<美丽肌肤>>

13位ISBN编号：9787218046914

10位ISBN编号：7218046916

出版时间：2005-1

作者：卡特琳·马亚尔

译者：袁粮钢

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书向我提供一系列针对性的建议，帮助你解决所遇到的问题。
你可以严格遵循这本手册，按部就班地去实践那些建议。
你也可以随意摘取你认为有效或与你关系最大的建议。
总之，你可根据自己的实际情况，作出相应的选择；简单地预防或解决已经存在的问题。

本书向你提供一系列针对性的建议，帮助你解决所遇到的问题。
它由四部分组成：首先做一项测试——找出问题所在。
前20条建议——帮助你有效面对日常生活中所遇到的问题，使你保持精力充沛。
接着的20条建议——更进一步帮助你逐渐克服所遇到的困难。
后20条建议——针对的是更加严重的情况，即预防措施和多种解决方法都不够用的情况。
在每一部分的最后，都有一个与你同样遭遇的人向你介绍并分享她的经验。

你可以严格遵循这本手册，按部就班地去实践那些建议。
你也可以随意摘取你认为有效或与你关系最大的建议。
总之，你可根据自己的实际情况，作出相应的选择；简单地预防或解决已经存在的问题。

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