

CUIDE SU MENTE



Filesize: 8.35 MB

Reviews

These sorts of book is the greatest book offered. This can be for all those who statte that there had not been a really worth reading. I am just quickly could get a pleasure of reading a written ebook.
(Verner Goyette DDS)

CUIDE SU MENTE



To save **CUIDE SU MENTE** eBook, make sure you refer to the hyperlink below and save the file or have access to additional information which are in conjunction with CUIDE SU MENTE ebook.

PIRÁMIDE, MADRID, 2002. Rústica. Book Condition: Nuevo. Dust Jacket Condition: Nuevo. 01. Vivir y envejecer es una tarea compleja, difícil e incluso, a veces, arriesgada, pero no cabe duda de que también es apasionante. Existen diversas formas de envejecer: normal, patológica y con éxito. La cuestión clave es cómo prevenir el envejecimiento patológico y promover el envejecimiento con éxito, competente, activo y satisfactorio. La diversidad en las formas de envejecer no se produce al azar, sino que se pueden hacer muchas cosas para envejecer bien, con vitalidad. Se puede aprender a envejecer satisfactoriamente! . En este volumen de la colección Vivir con Vitalidad, Cuide su mente, se agrupan temas relativos al funcionamiento y a la actividad cerebral con los que se pretende ayudar a optimizar los propios recursos psicológicos, así como compensar aquellas habilidades intelectuales que hayan podido disminuir. En La actividad mental: prevención del envejecimiento cerebral, se establecen pautas para mantenerse en forma y qué hacer para aumentar la actividad intelectual y prevenir el declive. En Mejore su memoria: siempre hay tiempo, se describe una de las funciones cognitivas del cerebro humano más importantes: la memoria, y se define una serie de condiciones básicas para mejorar su rendimiento. En esta misma línea, en Repase lo aprendido, se proponen ejercicios para mejorar la memoria. Finalmente, en La sabiduría: la expresión de la vida y de los años, se explica cómo la sabiduría es una de las características positivas asociadas a la edad y se incluyen ejercicios para actuar sabiamente. 276 grms. LIBRO.



Read CUIDE SU MENTE Online

Download PDF CUIDE SU MENTE

Download ePUB CUIDE SU MENTE

See Also

**[PDF] The L Digital Library of genuine books(Chinese Edition)**

Access the link beneath to read "The L Digital Library of genuine books(Chinese Edition)" document.

[Save Book »](#)

**[PDF] Genuine Books L 365 days of pre-read fable(Chinese Edition)**

Access the link beneath to read "Genuine Books L 365 days of pre-read fable(Chinese Edition)" document.

[Save Book »](#)

**[PDF] Letters to Grant Volume 2: Volume 2 Addresses a Kaleidoscope of Stories That Primarily, But Not Exclusively, Occurred in the United States. It de**

Access the link beneath to read "Letters to Grant Volume 2: Volume 2 Addresses a Kaleidoscope of Stories That Primarily, But Not Exclusively, Occurred in the United States. It de" document.

[Save Book »](#)

**[PDF] 365 historias b?blicas para la hora de dormir / 365 Read-Aloud Bedtime Bible Stories**

Access the link beneath to read "365 historias b?blicas para la hora de dormir / 365 Read-Aloud Bedtime Bible Stories" document.

[Save Book »](#)

**[PDF] Harts Desire Book 2.5 La Fleur de Love**

Access the link beneath to read "Harts Desire Book 2.5 La Fleur de Love" document.

[Save Book »](#)

**[PDF] Estrellas Peregrinas Cuentos de Magia y Poder Spanish Edition**

Access the link beneath to read "Estrellas Peregrinas Cuentos de Magia y Poder Spanish Edition" document.

[Save Book »](#)

**[PDF] Talking Digital: A Parent s Guide for Teaching Kids to Share Smart and Stay Safe Online**

Access the hyperlink beneath to get "Talking Digital: A Parent s Guide for Teaching Kids to Share Smart and Stay Safe Online" file.

[Save Document »](#)

**[PDF] Suite in E Major, Op. 63: Study Score**

Access the hyperlink beneath to get "Suite in E Major, Op. 63: Study Score" file.

[Save Document »](#)

**[PDF] Play the Guitar (Blue C) NF**

Access the hyperlink beneath to get "Play the Guitar (Blue C) NF" file.

[Save Document »](#)

**[PDF] Sounds in the House - Sonidos En La Casa: A Mystery (in English and Spanish)**

Access the hyperlink beneath to get "Sounds in the House - Sonidos En La Casa: A Mystery (in English and Spanish)" file.

[Save Document »](#)

**[PDF] Par for the Course: Golf Tips and Quips, Stats & Stories [Paperback] [Jan 01,.**

Access the hyperlink beneath to get "Par for the Course: Golf Tips and Quips, Stats & Stories [Paperback] [Jan 01,," file.

[Save Document »](#)

**[PDF] Grow a Flower (Red C)**

Access the hyperlink beneath to get "Grow a Flower (Red C)" file.

[Save Document »](#)