

CUIDE SU MENTE



Filesize: 4.66 MB

Reviews

A must buy book if you need to adding benefit. Indeed, it can be engage in, continue to an amazing and interesting literature. I am effortlessly can get a delight of reading a published pdf.
(Elliott Wuckert)

CUIDE SU MENTE

[DOWNLOAD](#)

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](#)

Other PDFs



Dont Line Their Pockets With Gold Line Your Own A Small How To Book on Living Large

Madelyn D R Books. Paperback. Book Condition: New. Paperback. 106 pages. Dimensions: 9.0in. x 6.0in. x 0.3in.This book is about my cousin, Billy a guy who taught me a lot over the years and who...

[Read Book »](#)



Ideology of Death: Why the Holocaust Happened in Germany

Ivan R. Dee. PAPERBACK. Book Condition: New. 1566631742 12+ Year Old paperback book- Never Read-may have light shelf or handling wear-has a price sticker or price written inside front or back cover-publishers mark-Good Copy- I ship...

[Read Book »](#)



Estrellas Peregrinas Cuentos de Magia y Poder Spanish Edition

Pinata Books. Paperback. Book Condition: New. Paperback. 178 pages. Dimensions: 8.3in. x 5.4in. x 0.6in.First ever Spanish-language edition of the critically acclaimed collection of short stories for young adults by a master of Latino literature...

[Read Book »](#)



El Desaf

B&H Espanol. Paperback. Book Condition: New. Paperback. 256 pages. Dimensions: 8.4in. x 5.4in. x 0.8in.Los autores del xito de libreria El Desafio del Amor para matrimonios han creado El Desafio del Amor para Padres, una...

[Read Book »](#)



Psychologisches Testverfahren

Reference Series Books LLC Nov 2011, 2011. Taschenbuch. Book Condition: Neu. 249x191x7 mm. This item is printed on demand - Print on Demand Neuware - Quelle: Wikipedia. Seiten: 100. Kapitel: Myers-Briggs-Typindikator, Keirsey Temperament Sorter, DISG,...

[Read Book »](#)