

我们 的 态 度 决 定 我 们 的 未 来



“爱美之心人皆有之”，所以，追求美丽，无可厚非。随着时代发展，简单地追求美丽早已不能满足人们，现在人们既崇尚美丽，又要求健康。

生活之余，人们以休闲、健康、养生、美容等方式，追逐着美丽和健康。

美，不仅外在要美，也要内在美；健康，不仅身体健康，心态也要健康。

就拿心态来说，人只要生活在这个世界上，就会有很多烦恼。痛苦或是快乐，取决于你的内心。有些事只要你肯换种角度、换个心态，你就会有另外一番光景。

从本周开始，本报将在每周二推出《美尚周刊》，为读者展现休闲、健康、养生、美容方面的内容和知识，让您在紧张的生活之余，尽情放松心情，科学正确养生，既要美丽也要健康！

导读

C26 癌症真的会遗传吗

C27 防癌方法尽在生活中

C28 你的情绪“中暑”了吗

C29 儿童健康度夏有妙招