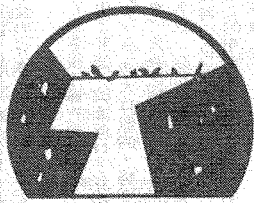


橋



地址：香港堅道明愛大廈五〇二室
香港北角建華街三十號聖保羅堂
九龍荔枝角道一三〇號教研中心
九龍荔枝角道三十三號鐘靈商場一〇七室
電話：810 1104；810 1165
566 5019；566 5020
336 6523；338 8485
397 2095；397 2096

第40期
季刊

第一版

非賣品

一九九二年三月

走向高峯處

人生有不同的階段，而青年、中年階段，受到很大的注意，中年危機是常聽到的名詞，據心理學家等紛紛研究，處於過渡期的青年女性，事實上已起人生其他階段，中年可算是補償最嚴重的時期，有頗多的問題是值得注意的。

健康 健康的問題，對中年人來說，更可以說是最重要，所以保持健康，是首要的。留心個人衛生，保持均衡的飲食，多運動，多休息，多笑，多與人溝通，多與家人溝通，多與朋友溝通，多與社會溝通，多與自然溝通，多與自己溝通。

人到中年 人到中年，是一個過渡期，也是一個挑戰期。人到中年，身體開始出現一些變化，心理開始出現一些變化，社會開始出現一些變化。人到中年，需要更多的自我修養，需要更多的自我提升，需要更多的自我超越。

人到中年 人到中年，是一個過渡期，也是一個挑戰期。人到中年，身體開始出現一些變化，心理開始出現一些變化，社會開始出現一些變化。人到中年，需要更多的自我修養，需要更多的自我提升，需要更多的自我超越。

健康 健康的問題，對中年人來說，更可以說是最重要，所以保持健康，是首要的。留心個人衛生，保持均衡的飲食，多運動，多休息，多笑，多與人溝通，多與家人溝通，多與朋友溝通，多與社會溝通，多與自然溝通，多與自己溝通。

人到中年 人到中年，是一個過渡期，也是一個挑戰期。人到中年，身體開始出現一些變化，心理開始出現一些變化，社會開始出現一些變化。人到中年，需要更多的自我修養，需要更多的自我提升，需要更多的自我超越。

人到中年 人到中年，是一個過渡期，也是一個挑戰期。人到中年，身體開始出現一些變化，心理開始出現一些變化，社會開始出現一些變化。人到中年，需要更多的自我修養，需要更多的自我提升，需要更多的自我超越。

人到中年 人到中年，是一個過渡期，也是一個挑戰期。人到中年，身體開始出現一些變化，心理開始出現一些變化，社會開始出現一些變化。人到中年，需要更多的自我修養，需要更多的自我提升，需要更多的自我超越。

健康 健康的問題，對中年人來說，更可以說是最重要，所以保持健康，是首要的。留心個人衛生，保持均衡的飲食，多運動，多休息，多笑，多與人溝通，多與家人溝通，多與朋友溝通，多與社會溝通，多與自然溝通，多與自己溝通。

人到中年 人到中年，是一個過渡期，也是一個挑戰期。人到中年，身體開始出現一些變化，心理開始出現一些變化，社會開始出現一些變化。人到中年，需要更多的自我修養，需要更多的自我提升，需要更多的自我超越。

人到中年 人到中年，是一個過渡期，也是一個挑戰期。人到中年，身體開始出現一些變化，心理開始出現一些變化，社會開始出現一些變化。人到中年，需要更多的自我修養，需要更多的自我提升，需要更多的自我超越。

人到中年 人到中年，是一個過渡期，也是一個挑戰期。人到中年，身體開始出現一些變化，心理開始出現一些變化，社會開始出現一些變化。人到中年，需要更多的自我修養，需要更多的自我提升，需要更多的自我超越。

督印人
香港公教婚姻輔導會
「橋」編輯委員會

陳志常、陳麗雲、彭浩綱、嚴嘉文、麥麗娟

香港明報馬房式印務有限公司 561 1068