

# INHALT

VORWORT	9
WER SIND DIE NEUEN ALTEN?	15
Willkommen im Club der Gereiften	17
50+: Bin ich radioaktiv?	25
50+: Alte Schrippe oder olle Hippe?	32
Der fünfzigste Geburtstag oder Schluss mit putzig!	40
Raus aus der Krabbelgruppe oder Wer sind die neuen Alten?	47
Wie wir wurden, was wir sind	53
Welche Zielgruppe bin ich – und wenn ja, fress ich einen Besen!	64
GEWIDMET DEN MM'S – DEN MUTTIS IN DER MENOPAUSE	71
Muttis in der Menopause I – steril by nature	73
Papis in der Menopause	80
Menopause II – das Phänomen Mann	85
Der rote Faden – aber welcher?	94
Meno-Muttis ambulante Erstversorgung bei akuter PTM	103

Der gemeine Greis im Verkehr	109
Berufsjugendlichkeit oder Das Leben mit der Umhängetasche	118
WER SIEHT HIER ALT AUS?	125
Der Lack ist ab	127
Noch mal fünf sein!	136
Bad hair days? Survival Kit für den Friseur!	143
Instant Makeover oder Auf du und du mit den neun Todsünden	149
Botox? Da muss ich lachen, wenn ich könnte ...	160
Botox oder Party?	174
Bin ich Vintage?	181
Die Duftorgel oder Womit spritzen Sie sich ein?	190
DER LETZTE SCHREI	197
Menopause III – Traditionspaare im Wechsel	199
Pubertät – Hormonkoller der anderen Art	207
Wolkenkuckucksheim einer Nur-Hausfrau oder Treue fiktiv	216
Der zweite Frühling oder Auf Freiersfüßen mit 50+	226
Spirit – der rechte Geist!	235
Der allerletzte Schrei	245
DANK	252