

Der 60. Geburtstag – Interessantes aus der Geschichte .....	10
Diagramm: Fragen von 60-Jährigen .....	15
Geschenk an die Leserinnen und Leser .....	16
Besondere Orte, an denen man seinen 60. feiern kann .....	18
Diagramm: Freizeit.....	21
Was tun, wenn die Geburtstagsparty nicht zündet? .....	22
Die häufigsten Krankheiten ab dem 60. Lebensjahr .....	24
Der ultimative Schnelltest: Brauche ich eine Lesebrille? .....	30
Sätze, die man an seinem 60. Geburtstag definitiv nicht hören will.....	32
Altersgerechter Sport .....	36
Schnelltest: Leide ich schon unter Demenz?... .	41
Lexikon.....	46

Die große Sause .....	47
Geschenke, die sich Prominente zum 60. selber machten .....	53
Tagesablauf eines 60-Jährigen – früher und heute .....	54
Theater- und Filmklassiker reloaded .....	55
Schnelltest: Was ist Ihr wahres Alter? .....	62
Aus Omis Hausapotheke .....	68
Wie man seine Rente aufbessert.....	71
Wussten Sie schon ...? .....	76
Grosse Umfrage: Gründe, warum es bei 60-Jährigen nicht zum Sex kommt .....	79
Kosten für ästhetische Korrekturen .....	80
Test: Wie fit sind Sie im Umgang mit Informations-Technik?.....	82
Die Lust auf Freiheit und Abenteuer .....	87
Die Autoren .....	91