

Inhalt

Vorwort	9
Upkeeping	13
Style und Beauty	37
Die neue Beziehung – Ärzte	65
Arbeit, Planung und Ziele	85
Junge Interessen	115
Ausgehen	133
Essen und Trinken	155
Ruhephasen	173
Partnerschaft und Liebe	197
Senior Moments – und warum wir sie umarmen sollten	217
Schluss	233