

KRIS VERBURGH

LANGE
JUNG
BLEIBEN

© des Titels »Lange jung bleiben« (ISBN 978-3-96121-119-7)
2018 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.mvg-verlag.de>

INHALT

Einige Worte vorweg	7
Einleitung	9
I. Warum werden wir älter?	13
II. Wodurch werden wir älter?	51
III. Der Länger-jung-Plan	173
IV. Einige Gedanken über Altern, längeres Leben und Unsterblichkeit	285
Nachwort	309
Rezepte	313
Ergänzungen	335
Glossar	343
Endnoten	355