

OBSAH

Poděkování	6
Úvod	7
Mládí	9
Střední věk	11
Manželský život	16
Sex a romantické vztahy	18
Děti	23
Generační rozdíly	25
Vnoučata	26
Život	28
Zkušenosti	36
Životní etapy	40
Udržet si mládí	44
Stárnutí	46
Vnější vzhled	49
Za vrcholem	51
Jak poznáte, že se blíží stáří	52
Stáří	55
Zdraví	59
Paměť	68
Vzpomínky	71
Stáří jak se patří	72
Smrt	74