

## Kurztext

---

Prof. Dr. Ernst Pöppel / Dr. Beatrice Wagner

### **Je älter desto besser**

#### **Überraschende Erkenntnisse aus der Hirnforschung**

272 Seiten

Format: 13,5 x 21,0 cm, Pappband

19,90 € (D) / 20,50 € (A) / 28,90 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-1867-7



Das Älterwerden hat in unserer Kultur kein gutes Image. Zu Unrecht. Denn das Alter hält positive Überraschungen bereit, besonders was die Entwicklung des Gehirns betrifft. Es arbeitet mit zunehmendem Alter immer besser. Man muss es nur richtig verstehen und bedienen. Wie das funktioniert, präsentieren die Autoren in zehn überraschenden Thesen. Jede These beruht auf einem Forschungsbereich von Prof. Ernst Pöppel. Sie zeigt Funktionsweisen des Gehirns, die der Hirnforscher selbst entdeckt hat. Kennt man diese Funktionsweisen, kann man richtig mit ihnen umgehen. Denn erst dann kommen seine Stärken richtig zum Vorschein. So wird das Altern zu einer Bereicherung für das eigene Leben. Bei aller Wissenschaft ist das Buch spannend und persönlich gehalten. Lebendig und fesselnd beschreibt die Mitautorin Dr. Beatrice Wagner, wie der geniale Hirnforscher zu seinen Erkenntnissen kam. Kleine Übungen führen den Leser dann zu eigenen Erfahrungen und dem richtigen Umgang mit dem eigenen Gehirn.