



DentalSchool

Univ.-Prof. Dr. Rainer Hahn

„Gesundheit ist
kein Zufall – sie entsteht,
wenn Wissenschaft,
Lebensstil und Bewusstsein
zusammenwirken.“

Univ.-Prof. Dr. Rainer Hahn

A Personal Guide to Longevity



A Personal Guide to Longevity

Univ.-Prof. Dr. Rainer Hahn



Longevity
entsteht nicht
im Retreat.

Nicht im Resort.
Nicht auf Zeit.

Nicht dort,
wo andere für
dich arbeiten.

**Longevity
entsteht
im Alltag.**



Meiner Frau und meiner Familie.



„Gene bestimmen
das Alter. Entscheidungen,
die Gesundheit.“

Univ.-Prof. Dr. Rainer Hahn



Menschen,
die nachweislich
gesund alt
werden, haben
etwas gemeinsam.

Nicht das Geld.
Nicht der Verzicht
oder die Disziplin.

Nicht den
besten Arzt.

Sie leben anders.



Gesundheit
ist kein Projekt.

Keine Frage
von Optimierung.

Nicht die Auszeit.



**Gesundheit
stirbt dort,
wo das Leben
keinen Platz
mehr hat.**

