

---

Subject: Forever young, aber wie?

Posted by [Intoleranz1](#) on Thu, 04 Sep 2014 05:52:29 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Tag!

Ich habe wirklich keinen Bock alt zu werden (also optisch). Noch halte ich mich echt gut, aber ich habe Angst das jetzt ab 30 alles anders wird und würde dem gerne entgegenwirken.

Was kann man dagegen tun, außer wenig - kein Alkohol, keine Zigaretten und gesunde Ernährung?

---