



William Cortvriendt (1956) is arts met een uitgebreide ervaring in onderzoek. Hij heeft ondermeer functies vervuld als medisch directeur en vice president bij drie verschillende medische bedrijven en heeft gewerkt als consultant bij McKinsey & Company. Zijn boek *Hoe word je 100?* is eerder uitgebracht in de VS met de titel "Living a Century or More" en is aldaar een bestseller.

Hoe word je 100? vertelt ons in duidelijke alledaagse taal de wetenschappelijke feiten over hoe we gezond en jong blijven en daardoor bijzonder lang kunnen leven. Het boek is door de internationale pers met lovende reacties ontvangen:

"Een fascinerend basiswerk over de medische feiten van het ouder worden.... De auteur schrijft in een duidelijke taal die iedereen zal begrijpen.... Het resultaat is een uiterst boeiende expositie over gezondheid met een schat aan bruikbare adviezen".

Kirkus reviews

"De auteur schittert op het gebied van medisch onderzoek... Het boek voorziet ons van brede en diepe inzichten... Hoe word je 100? is voor hen die willen investeren in hun gezondheid om daardoor langer te leven".

Foreword Reviews/
Clarion Review



HOE WORD JE 100?

William Cortvriendt



HOE WORD JE 100?

De feiten
over hoe we
gezond en
jong blijven

LUCHT

William Cortvriendt

KRIS VERBURGH
VOORWOORD
DE VOEDSELZANDLOPER

