

Obsah



Seznam se s Hankou

Hanka je roztěkaná	5
Hančin běžný den	6

Život s Rottěkadlem

Jedna myšlenka za druhou	8
Duchem nepřítomná	10
Chyby z nepozornosti	12
Ztrácení se v čase	14
Střídání zájmů	16
Jasna Vostrá proti bubákovi	18
Každý může být roztěkaný	20

Zlepši svoji pozornost

Jak se zbavit Roztěkadla:

Pozornost ----- 22

Jak se zbavit Roztěkadla:

Sebekontrola ----- 24

Jak se zbavit Roztěkadla:

Pravidelnost ----- 26

Když se Roztěkadlo odstěhuje ----- 28

Už všechno zvládám! Nebo ne? ----- 29