

Obsah

<i>Slovo autorky</i>	13
<i>Jak používat tuto knihu</i>	15
KLÍČOVÉ PRAVIDLO	17
DOMA	21
Všeobecná pravidla pro domácnost	23
Koupelna a WC	26
Kuchyně	30
ZDRAVÍ A ŽIVOTNÍ STYL	33
<i>Pár slov o životní pohodě</i>	35
Inspirace a rady	37
Kouření	39
Sportovní výbava	40
Cvičení	42
Stárnutí s grácií	44
V PRÁCI	49
<i>Pár slov o otevřených kancelářích</i>	51
Všeobecná pravidla pro pracoviště	53
Jídlo v práci	59

JAZYK A MLUVA	63
Všeobecná jazyková pravidla	65
<i>Pár slov o generační propasti</i>	67
Dnešní děti	74
Konverzace	76
LETADLA, VLAKY A AUTA	81
<i>Pár slov o cestování letadlem</i>	83
Létání	84
ZVLÁŠTNÍ UZAVŘENÁ KAPITOLA – POŠUPOVÁNÍ	91
Na silnici	94
Veřejná doprava	98
JÍDLO A STRAVOVÁNÍ	101
Všeobecná stravovací pravidla	103
Při jídle	107
Jedení v restauraci	112
Kavárny a bistra	115
ZVLÁŠTNÍ UZAVŘENÁ KAPITOLA – OVOCE	121
VZTAHY A SCHŮZKY	127
<i>Pár slov o nejednoznačných signálech</i>	129
Co nedělat na první schůzce	133
Pravidla pro páry	136
Pravidla pro přátele párů	141
Pravidla pro seznamování	
na internetu – pro muže	142
Pravidla pro seznamování	
na internetu – pro ženy	145
Sex	146

VÝCHOVA	149
<i>Pár slov o odbornících na výchovu</i>	151
Všeobecná výchovná pravidla	152
Těhotenství	158
ZVLÁŠTNÍ UZAVŘENÁ KAPITOLA – PRO MÁMY	161
Dětské oslavy	165
Domácí zvířata	167
MÓDA	171
<i>Pár slov o módě</i>	173
Všeobecná módní pravidla	175
Móda pro čtyřicátníky	179
Džínovina a kůže	181
ZVLÁŠTNÍ UZAVŘENÁ KAPITOLA – TETOVÁNÍ	183
Piercing a další otvory	187
Sluneční brýle	188
Líčení	189
Modelky	192
V KINĚ	193
<i>Pár slov o biografech</i>	195
Pro diváky	197
ZVLÁŠTNÍ UZAVŘENÁ KAPITOLA – POPCORN	201
Pro filmové tvůrce	205
V OBCHODĚ	209
<i>Pár slov o nedělním nakupování</i>	211
Pravidla pro prodavače	213
Upozornění pro zákazníky supermarketů	216
Hypermarkety	218
ZVLÁŠTNÍ UZAVŘENÁ KAPITOLA –	
ZKUŠEBNÍ KABINKY	219

TECHNOLOGIE	223
<i>Pár slov o naší vlastní důležitosti</i>	225
Mobilní telefony	226
E-mail	231
Sociální média	232
Blogování	236
Instruktážní videa na YouTube	239
Komentáře na internetu	241
SPORT	245
<i>Pár slov o sportu</i>	247
Pro sportovní fanoušky	249
Pro ty méně nadšené	251
Zvláštní pravidla pro sportovce mužského pohlaví	253
PÁRTY A OSLAVY	255
<i>Pár slov o večírcích</i>	257
Pozvánky a účast	258
Narozeniny	260
Večeře	261
Svatby	265
ZVLÁŠTNÍ UZAVŘENÁ KAPITOLA – SVATEBNÍ PROSLOVY	271
Halloween	275
Vánoce, silvestr a další významné dny	278
CESTOVÁNÍ	281
Cesty do zahraničí	283
<i>Pár slov o přespávání</i>	285
Hosté	288
Pro návštěvníky Austrálie	290

UMĚNÍ A ZÁBAVA	291
<i>Pár slov o „kultuře“</i>	293
Muzea a galerie	295
Zoo	299
Divadlo	302
Knihy	303
ZVLÁŠTNÍ ODDĚLITELNÁ KAPITOLA – REALITY SHOW	305
PRAVIDLO NAKONEC	313
<i>Poděkování</i>	317