
OBSAH

ŽIJTE NAPLNO, ALE BUĎTE VE STŘEHU

Vytvořte si plán a nebojte se riskovat.....11

Krása 15

STŘÍBRNÁ JE JEN NOVÝ ODSÍN BLOND

Život je čím dál tím lepší.....17

BUĎTE OKOUZLUJÍCÍ

Je lepší být zajímavá než krásná.....31

KRÁSNÁ MODELKA V PŘÍŠERNÝCH ŠATECH

*Nemusíte mít dobrý vkus, stačí mít kamarádku,
která ho má*37

MILUJI MAKE-UP A MAKE-UP MILUJE MĚ

*Make-up dokáže změnit váš vzhled
i náladu*49

BUDOVÁNÍ SEBEDŮVĚRY

Nehrbte se a chovejte se ohleduplně.....55



Dobrodružství 61

OBDOBÍ ŽAKARAND

Jděte svou vlastní cestou 63

OBJEVOVÁNÍ

Ne vše se dá dopředu naplánovat.

Budte připraveny 73

PROČ NE?

Budte otevřeny příležitostem 81

KDYŽ MÁ ŽENA PLÁN

Převezměte zodpovědnost za svůj vlastní život.

Štěstí by mělo být vaší prioritou 89

ZMĚŇTE SVŮJ ŽIVOT

Vyřešte své problémy 109

Rodina 117

PRACUJÍCÍ MATKA

Jděte příkladem 119

MAGICKÁ DVANÁCTKA

Projevují-li děti zájem, podpořte je 127

ZAČÍT ZNOVU

*Chopte se příležitosti a udělejte svůj život
zajímavějším* 135

JE-LI TO NUTNÉ, PŘESTĚHUJTE SE

DO JINÉ ZEMĚ

Za pokus to stojí, vrátit se můžete kdykoli... 141

PROJEVTE LASKAVOST

Važte si dobrých skutků 147

Úspěch.....	155
-------------	-----

PRACUJÍCÍ ŽENA

<i>Čím usilovněji budete pracovat, tím více štěstí vás v životě potká.....</i>	157
--	-----

POKUD PO NĚČEM TOUŽÍTE, MUSÍTE SI O TO UMĚT ŘÍCT

<i>Vytrvalost je cestou k úspěchu</i>	163
---	-----

CÍTIT SE SKVĚLE

<i>Neutápějte se v sebelítosti.....</i>	169
---	-----

POSUŇTE SE DÁL

<i>To nejlepší, co můžete udělat, je začít znovu.....</i>	179
---	-----

VYSTUPTE ZE SVÉ KOMFORTNÍ ZÓNY

<i>Posuňte hranice svých možností</i>	189
---	-----

POPULÁRNÍ NA INSTÁČI

<i>Nikdy není pozdě začít se učit pracovat s novými technologiemi.....</i>	195
--	-----

VŠECHNY NEZADANÉ ŽENY

<i>Štěstí můžete najít v láskyplném vztahu, ale i bez něj</i>	201
---	-----

<i>Zdraví.....</i>	209
--------------------	-----

DÍKY ZDRAVÉ STRAVĚ

SE BUDETE CÍTIT LÉPE

<i>Promyslete si, co budete jíst.....</i>	211
---	-----

ZNOVU SI ZAČNĚTE VYCHUTNÁVAT JÍDLO

<i>Neexistuje žádná zázračná pilulka</i>	227
--	-----



ČOKOLÁDU VYPROVOĎTE Z DOMU

ZÁROVEŇ S HOSTY

Nevystavujte se zbytečně pokušení235

HÝBEJTE SE

Zvolte si aktivity, které vás baví241

OBKLOPUJTE SE ŠŤASTNÝMI LIDMI

Zdravé vztahy jsou pro vás přínosem247

JEDNASEMDESÁT JE SKVĚLÝ VĚK

Nepřestávejte se usmívat253

VYTVOŘTE SI SVŮJ PLÁN

Začněte hned teď259

.....263