

Kapitoly:

1. Vítej v šedesátce: Věk, kdy ti nikdo nemá co říkat – a ty už to konečně víš.....	8
2. Za mlada byla diskotéka, dnes ortopedická podložka – ale pořád tančíš.....	12
3. Mýdlo s jelenem, tuhý šampon a Lux mýdlo – co voní víc než dnešní parfém.....	16
4. Pevná linka, záznamník a „přijď zazvonit po čtvrté“ – jak jsme přežily bez mobilu.....	20
5. Dovolená snů? Chalupa, klid a káva, co voní až na půdu.....	24
6. Svačiny do práce, do školy i na výlet – a teď si konečně uděláš jednu jen pro sebe.....	28
7. Kalhoty do zvonu, halenka s fiží, a touha být jako Květa Fialová.....	32
8. Sex po šedesátce: Když vášeň střídá vtip, a přesto to jiskří.....	36
9. Vnoučata: Sladké, hlučné, milované tornádo A pak si je zase vezmou. Díky bohu.....	40
10. Co nosíme teď: pohodlí, styl a kapsy, do kterých se vejde celý svět.....	44
11. Paměť? Někde ji mám... ale teď si jdu udělat čaj.....	48
12. Ranní vstávání: Dřív nutnost. Dnes osobní rozhodnutí.....	52
13. Ticho – nová forma luxusu. Když nikdo nemluví a ty nemusíš odpovídat.....	56
14. Když byl jeden kanál, a stejně jsme se nenudily.....	60
15. Zdraví je dar. A taky permanentní téma rozhovoru po šedesátce.....	64
16. Víno, žena a klid: Svátá trojice moderní šedesátnice.....	68
17. Kreativní zóna: Když pleteš, háčkuješ, tvoříš... nebo prostě jen chvíli dýcháš.....	72
18. Dospělost dětí: Konečně můžeš říkat „já už jsem si svoje odžila“ a myslet to vážně.....	76
19. Retro album: Když si prohlížíš staré fotky a směješ se sama sobě – s láskou.....	80
20. Závěr: Jsi tu. Silná, krásná, moudrá. A tvoje největší éra právě začíná.....	84