

Jak přežít-prožít stáří – obsah

Úvod aneb Jsem stará a šedivá, no a co	7
Co je to stáří a jak se projevuje.	12
Jednoho dne se probudíte a zjistíte, že... jste staří	22
Časové paradoxy	27
Variace na omšelé téma	32
Vlasy, co byly, a už nejsou	37
Starým nepřístupno! (<i>petice</i>).	43
Oblečení aneb Tohle už si, maminko, neber	48
Nohy v botách a boty na nohách.	57
Tulačka po všech galaxiích	66
Věci, které nám neslouží.	71
Jsem neschopná, stará, zapomnětlivá a úplně k ničemu (<i>pravdivý příběh</i>)	79
Jak se náš věk promítl do kavárenských debat (<i>fejeton</i>)	84
Kamarádi bývalí, staří, současní i noví.	90
Mládí vpřed! (<i>věcný záměr zákona</i>).	95
Babičky k vzteku, pro radost i ku prospěchu.	98
Jsem trhlá mladá babča.	104
Příbuzní, které si člověk nevybírá.	107
Optimistický pohled na život po blackout.	111

Jak kamuflovat stáří	116
Kuchařka pro 60+	120
Diskriminace seniorů ve známých pohádkách (<i>právní rozbor</i>).	129
Šedivé lásky	135
Sex po šedesátce a ve stáří.	141
Doteky pro samotáře	150
Čím sakra naplnit ten život	153
Když je život blbec.	160
Co všechno se zdá být relativní (<i>zamyšlení</i>)	166
Když člověka na sklonku života opustí partner	169
Když jsem byla opuštěná...	177
Seniorské kuriozity aneb Nebojte se, že šedesátkou končí ži- vot (<i>pustá statistika</i>)	182
Pilulka optimismu	186
Je tenhle svět ještě pro starý? (<i>fejton</i>)	194
Život je plný nespravedlnosti.	199
Smrt se blíží	206
Jak se správně přichystat na poslední rozloučení.	215
Co stresuje starce (<i>fejton</i>)	221
Až začne ten pravý život....	225
Jak se dát na modlení	230
Útěky do jiných světů (<i>nudná data a informace</i>)	237
Jak prožít stáří	240
Bonus pro ty, kteří knihu dočetli až sem.	244
Poděkování všem	247
O autorce: Daniela Kovářová	252