

Kapitoly:

1.Zlaté časy dětství: Místo Googlu rádio a rohlík stál halíř.....	7
2.Z kočárku do světa: Jak jsme přežili bez helmy a dětského koutku.....	13
3.Škola hrou... nebo horou poznámek?.....	17
4.Naše první lásky: Holky, guma do vlasů a první pusa za kinem.....	21
5.Vojna není kojná, ale byly tam historky!.....	25
6.Socialismus, fronty a první džíny: Když byl toaleták poklad.....	29
7.Na diskotéce s kotletama: Hudba, co dneska mladí ani nesnesou.....	33
8.Pionýr, svazák, manžel: Životní dráha jako z učebnice (ale trochu jinak).....	37
9.Tatínku, proč máš knírek? Stylové přešlapy a hity mužské módy.....	41
10.Děti, vnoučata a dál? Rozmnožování druhu úspěšně proběhlo.....	45
11.Práce šlechtí... nebo spíš zocelí?.....	49
12.Autoškoly, trabanty a věčné čekání na škodovku.....	53
13.Zlaté české ručičky: Všechno jsme si opravili sami (nebo aspoň zkusili).....	57
14.Když „kliknout“ znamenalo vypínač u televize.....	61
15.Jak jsme přežili bez internetu (a někdy i bez elektřiny).....	65
16.Sex po sedmdesátce: Ano, pořád víme, co to slovo znamená.....	69
17.Chytrý telefon? Já mám pořád chytré ruce!.....	73
18.Bilance s humorem: 70 let praxe v přežití, smíchu a moudrosti.....	77
19.Co bych poradil mladým? A proč mě stejně neposlechnou.....	81
20.Není konec, jen pauza na pivo, a pak si užít dalších 30 let.....	85