

Obsah:

Úvodní slovo autorky:

Proč kniha pro „ženy v letech“ o umění (ne)stárnout vznikla 13

Adensamová Blanka,

sklářská sochařka 17

Bauerová Zdeňka,

akademická malířka, emeritní profesorka VŠUP 31

Slovo odborníka: MUDr. Cajthamlová Kateřina,

výživa a zdravý životní styl..... 45

Bušťíková Hana,

zpěvačka 59

Dietlová Magdalena,

býv. TV hlasatelka, moderátorka, novinářka 71

Drahokoupilová Marie,

herečka 83

Slovo odborníka: primář MUDr. Pícha Petr,

gynekolog 95

Dvořáková Vladimíra, profesorka politologie na VŠE v Praze	109
Fialová Květa, herečka	123
Fischerová Táňa, herečka, politička.....	135
Slovo odborníka: Ing. Steinová Dana, trenérka paměti.....	149
Germentisová-Hildprandt Jana, spolumajitelka zámku Blatná.....	163
Hašková-Coolidge Eliška, poradkyně v oblasti etikety a společenského protokolu	177
Hlaváčková Konstantina, historička umění.....	191
Slovo odborníka: Huf David, fitness konzultant.....	205
Illnerová Helena, biochemička a fyzioložka, býv. předsedkyně AV ČR	219
Jandová Zora, herečka, zpěvačka, moderátorka, sportovkyně.....	235

Kaprasová Eva, hydrogeoložka a býv. čs. reprezentantka v akrobatickém létání	249
Slovo odborníka: primář MUDr. Krejča Miroslav, Ph.D., plastický chirurg.....	263
Nová Eliška, oděvní výtvarnice, vysokoškolská pedagožka	279
Pavličková Tamara, býv. finanční ředitelka	291
Pospíchalová Marta, býv. manekýna, publicistka	305
Slovo odborníka: Kornová Kateřina, vizážistka.....	317
Retková Marie, býv. TV hlasatelka, moderátorka	331
Simonová Yvetta, zpěvačka	345
Střihavková Jana, praktická lékařka.....	359
Slovo odborníka: MUDr. Kvapil Michal, internista-obezitolog.....	371

Šachová Ivana, podnikatelka, majitelka značky SCANquilt.....	383
Štenclová Jitka, akademická malířka	397
Švejnhová Hana, moderátorka, herečka	409
Slovo odborníka: MUDr. Pastor Zlatko, sexuolog.....	423
Vrabcová Marta, ředitelka mateřské školy	437
Zátopková Dana, sportovní legenda	451
Slovo odborníka: RNDr. Hořejšová Jitka, specialistka na anti-aging.....	465
Byl by hřích... – závěrečný rozhovor H. Švejnhové s autorkou	479
Desatero pro zdravý a spokojený život.....	492