
OBSAH

Úvodem 9

I. Než vyjedeme z garáže,
z parkoviště, od domu apod.,
doplňte dle vlastní situace 11

II. Ale kam? — To je otázka 17

III. Jezdíme ve městě 21

Duel automobilisté versus chodci 22

Pozor, děti! 26

Nezapomínáme ani na ty starší a staré chodce 27

Průjezd městem 28

Ježdění ve městě 29

Směr a způsob jízdy; pozor tramvaj! 31

Nám přece jen ta vařečka do ruky nepatří 34

Hustota provozu. Jak rychle?

Otázky rychlosti a dodržování vzdáleností 35

Nejezdíme jen dopředu, ale také couváme,
otáčíme se, vyhýbáme se 37

Pozor, předjíždíme 39

Křižovatky, problém správného řazení,
přednosti v jízdě, odbočování 40

Zastavit! Stát 46

IV. Jedeme na výlet 51

Příprava, optimální rychlosti, vztah rychlostí
a vzdáleností 52

Nesvítili nám vždy sluníčko

(jízda za ztížených podmínek) 60

Nejezdíme jenom v létě, ale i když chumelí a mrzne	67
Brzdím, brzdíš, brzdíme	73
Dálnice šedá přede mnou	75
V. Jezdíme na chatu, na chalupu	
79	
VI. Chystáme se na delší autoturistiku	
85	
Chceme stanovat, ať již doma, nebo v daleké cizině	86
Na co nesmíme zapomenout při cestě do ciziny	92
VII. Návštěva servisu	
99	
Co bychom měly vědět o údržbě automobilu	100
Také naše vozidlo potřebuje „ústav kosmetiky“, popřípadě odstranit nějakou tu vadu krásy	107
Jezdíme po celý rok — ošetřování vozu v zimě, ošetřování vozu v létě	111
Odstavujeme automobil na zimu, co nás čeká na jaře	119
VIII. Neškodí vědět něco o první pomoci	
123	
Když už se nám nehoda stane, nesmíme ztrácet hlavu	135
IX. Lékař, žena, automobil	
141	
Co bychom měly vědět o svém zdravotním stavu	144
Správná výživa	151
Spánek	152
Tělocvik	152
Rekreace	153
Duševní hygiena všedního dne	153
Oblečení — i automobil chce svou módu	161
Čekáme radostnou událost	169
Spi, dítěátko, spi	171
To dítě roste jako z vody	174
X. My, automobil, životní prostředí	
177	
XI. Několik slov závěrem	
182	
Příloha	
184	
Seznam použité literatury	
194	