

# OBSAH

Jak udělat napoprvé dobrý dojem	11
Jak přijmout kompliment	11
Jak sejít ze schodů	12
Jak polichotit kamarádce	13
Jak se stravovat, abys měla pěknou pleť	14
Jak vyrobit lesk na rty	15
Jak uspořádat módní přehlídku	16
Jak získat lesklé vlasy	18
Jak na vzdušné polibky	19
Jak si vyrobit pěnu do koupele	20
Jak proměnit koupání v příjemný odpočinek	20
Jak přesvědčit kamarádku, aby ti půjčila oblečení	22
Jak rychle zjemnit pokožku na suchých rukou	23
Jak si nalíčit oči	24
Jak se vypořádat s pupínky	25
Jak mít třpytivé tělo	27
Jak si zavolat taxi	28
Jak příjemně navonět oblečení	29
Jak oživit nudný culík	30
Jak se dobře vyspat	32

Jak se koupat jako Kleopatra	34
Jak udělat dokonalou piruetu	34
Jak vyrobit mýdlo na šňůrce	36
Jak získat dlouhé řasy	38
Jak určit tvar obličeje	40
Jak rozzářit oči	42
Jak naplánovat tematickou party	43
Jak ozdobit tašku	44
Jak si udělat pleťovou masku	45
Jak říct kamarádce, že se dopustila módního prohřešku	46
Jak originálně ozdobit tričko barvami na látku	48
Jak přesvědčit ostatní, že jsi hvězda	49
Jak proměnit staré džíny v suprovou sukni	50
Jak přesvědčit rodiče, aby sis mohla nechat propíchnout uši	51
Jak ošetřit uši po piercingu	52
Jak si důkladně umýt vlasy a nanášet na ně kondicionér	53
Jak získat ve spánku velmi jemnou pokožku na nohou	55
Jak si úspěšně nechat narůst nehty	56
Jak přesvědčit druhé, že jsi modelka s krásnýma rukama	58
Jak vytvarovat nehty, aby ladily s tvarem ruky	59

Jak se stát tou nejlepší družičkou	60
Jak sebejistě chodit	61
Jak plakat na svatbě	62
Jak se zbavit nateklých očí	62
Jak si přičarovat pihy	63
Jak ladně vystoupit z limuzíny	64
Jak vyrobit pásek ze stužek	66
Jak vyčistit kartáčky na líčení	67
Jak zajistit pleti pohodlí	68
Jak získat vlasy svých snů	68
Jak nechat odrůst ofinu	69
Jak si vytvořit vlastní styl	70
Jak na módní doplňky	71
Jak nedopustit, aby ti chlor v bazénu poškodil vlasy	72
Jak mít v létě nejkrásnější nohy	73
Jak uspořádat party v lázeňském stylu	73
Jak vyrobit toaletní stolek	76
Jak si poradit se špatnou náladou	77
Jak vybrat nejvhodnější rukavice	78
Jak rozčesat zacuchané vlasy	79
Jak uplést francouzský cop	80



Jak si poradit s popraskanými rty	81
Jak se chovat zdvořile	82
Jak v restauraci objednat jídlo	83
Jak docílit zářivě bílého úsměvu	84
Jak zdarma vypadat krásně	85
Jak si vyrobit šperkovnici	86
Jak odstranit inkoust z prstů	87
Jak navzdory únavě vypadat (a cítit se) v pohodě a odpočaté	88
Jak na masáž obličeje	90
Jak na francouzskou manikúru	90
Jak vypadat skvěle na fotce	92
Jak pronést děkovnou řeč	93
Jak udělat z holínek módní trend	94
Jak poskytnout rozhovor	95
Jak si vyrobit vlastní parfém s osobitou vůní	96
Jak si co nejlépe vyfénovat vlasy	97
Jak skvěle vonět	98
Jak batikovat tričko	100
Jak ošetřit unavené nohy	102
Jak vyrobit závěs do dveří	102
Jak úspěšně zvládnout playback	104

Jak se stát tím nejvýraznějším hostem na party	105
Jak vyrobit náramek z knoflíků a korálek	106
Jak vypadat vyšší	107
Jak napsat svůj první životopis	108
Jak předstírat, že umíš tančit flamenco	108
Jak jíst špagety jako pravá Italka	110
Jak vybrat oblečení podle svého znamení	111
Jak kráčet v botách na vysokých podpatcích	113
Jak najít ideální parfém	114
Jak vyrobit nástěnku svého vlastního vkusu	115
Jak se tvářit sebevědomě, i když se tak necítíš	116
Jak zaujmout pohybem těla	118
Jak zdůraznit barvu očí	119
Jak si ozdobně zaplést vlasy	120
Jak odhalit, co o osobnosti vypovídá tvar rtěnky	121
Jak pečovat o pokožku v létě	122
Jak pečovat o pokožku v zimě	123
Jak utéct fanouškům	124
Jak si podmanit neposlušné vlasy	125
Jak vybrat pro svůj tvar obličeje správné brýle proti slunci	126
Jak být bohyní	127