

# Obsah

<i>Předmluva</i> .....	9
------------------------	---

## *Image žen na úrovni*

Tajemství správného stylu.....	11
Jak osvobodit svůj potenciál: šest nejdůležitějších pravidel úspěchu.....	14
„Power talking“ – řeč vítězek.....	21
<i>Klíčová slova „power talking“</i> .....	23
<i>Jak získat víc pozornosti</i> .....	25
Co o vás prozrazuje chůze.....	26
Malé triky žen, které udávají tón.....	28
<i>Správné informace</i> .....	31
<i>Inteligentní konverzace (small talk)</i> .....	34
<i>Správné načasování (timing)</i> .....	37
<i>Umění vzdát se nadbytečných věcí</i> .....	38
<i>Vlastní značka</i> .....	40

## *Styl žen na úrovni*

Oblečením k úspěchu .....	43
<i>Zásady pro sestavení garderoby</i> .....	49
Módní kodex žen, které chtějí mít úspěch.....	52
Stylové prohřešky.....	58

## *Vzhled žen na úrovni*

Ideální žena – velké nedorozumění.....	62
Jak se „myslet krásnější“ .....	67

Optické triky úspěchu.....	70
<i>Největší nepřátelé pleti.....</i>	72
<i>Osm triků pro krásnější pleť.....</i>	73
<i>Správný podklad pro líčení.....</i>	74
<i>Jak optimálně zdůraznit oči.....</i>	76
<i>Dokonale nalíčená ústa.....</i>	78

### Dieta modelek – nejrychlejší cesta

k ideální postavě.....	80
<i>Dieta modelek.....</i>	81
<i>Jak modelky udržují ve formě své oblíny.....</i>	82
<i>Seznam zabijáků vaší postavy.....</i>	85
<i>Potrava pro váš mozek: jak kromě těla přivedete do špičkové formy i ducha.....</i>	88
<i>50 nejlepších triků na zhubnutí.....</i>	88

### ***Jak ženy na úrovni nakupují***

Chuť na luxus – jak se s ní zachází.....	92
Mezinárodní nákupní triky a tajné adresy, které byste měla znát.....	97
<i>Nejlepší muzejní obchody na světě.....</i>	98
<i>Kvůli módě do Paříže: haute couture ve výprodeji.....</i>	100
<i>Do New Yorku kvůli cenám: tady výprodej diktuje módu.....</i>	101
<i>Nejsenzačnější nákupní tipy v Itálii: život za dumpingové ceny.....</i>	104
<i>Správné nakupování.....</i>	105

### ***Ženy na úrovni a kariéra***

Zlaté triky pro vzestup.....	108
<i>Základní předpoklady pro kariéru.....</i>	108
<i>Jak „sebeřízením“ dosáhnete cíle.....</i>	111
<i>Zjistěte, jaký jste typ.....</i>	112

Seznam nejlepších všednodenních triků v byznysu.....	114
<i>Optimální vystupování v kanceláři.....</i>	115
<i>Optimální oblečení do kanceláře.....</i>	116
<i>Optimální doping do kanceláře.....</i>	117
<i>Jak zaujmout šéfa.....</i>	118
<i>Jak se bránit intrikám.....</i>	118
<i>Jak učinit dojem.....</i>	120
<i>Jak nepropuknout v pláč.....</i>	121
Jak prohlédnete mužské triky .....	121
<i>Mužské triky – a nutná protistrategie.....</i>	126
<i>Triky personálních šéfů</i>	
– a jak jim na ně neskočit.....	127
Tajné tipy na uvolnění.....	128
<i>Krátké uvolnění během dne.....</i>	129
<i>Několik antistresových metod do zaměstnání... </i>	130
<i>Pět vět, které vám pomohou.....</i>	131
<i>Antistresové metody na doma.....</i>	131

## ***Ženy na úrovni a jejich soupeřky***

Jak zacházet s konkurentkami.....	133
<i>Správné zacházení se závidí.....</i>	136

## ***Ženy na úrovni a jejich muži***

Jak poznáte, zda se k vám hodí.....	138
<i>Erotický faktor: velmi důležité.....</i>	141
<i>Faktor moci: na co brát zřetel.....</i>	142
<i>Biofaktor: kdo se ke komu nejlépe hodí.....</i>	143
Jak se lichotí mužům.....	144
Triky, jak váš vztah udržet při životě	
– a svěží.....	147
Test: Má vaši úroveň?.....	150