

Obsah

Úvod	7
Co je to čtyřicítka?	9
Narozeninová oslava	17
Fyzická fakta čtyřicítky	25
Sex a – věřili byste tomu? – randění	33
Jak vytěžit co nejvíc z krize středního věku.	43
Střední generace	53
Střední kádr	62
Sraz po letech	69
Nemůžete se vrátit domů – a proč byste taky chtěli?	78
Problufujte se klasikou	84
Věci	95