

# Obsah

Úvod .....	4
Skill výživový specialista .....	5
Skill ekonom .....	6
Skill psycholog .....	7
Rozdělení kapitol .....	8

<b>1. Jíme zdravě .....</b>	<b>9</b>
Základy správného stravování .....	10
Pyramidy a talíře .....	14
Rodinná strava .....	15
Zdravý a šetrný jídelníček .....	16
Mýty o vaření .....	23
Výživový poradce .....	27
Malá matematická vsuvka .....	29
Spotřeba potravin v infografice .....	30

<b>2. Ekonomie .....</b>	<b>32</b>
Jak platit? .....	33
Je to důvěryhodné? .....	34
Rodinný rozpočet .....	39
Založíme firmu! .....	40
Banky a kolo .....	42
Buď dobrým investorem I. a II. ....	44
Právníkové případy .....	47
Fairtrade .....	50
Fairtrade v číslech .....	54
V roli majitelů .....	56
Jdeme na trh! .....	58
Monopoly po česku .....	64

<b>3. Psychologie</b> .....	<b>65</b>
Psycholog v akci .....	66
Chcete mě? .....	67
Osobní trenéři .....	68
Jaký máš temperament? .....	69
Jaká bych byl/a postava v počítačové hře? .....	70
Tržiště .....	72
Divadlo .....	73
Vyrvat si nohy! .....	74
Rozdělat oheň .....	76
Osobní erb .....	80
Kdo je tvůj hrdina? .....	82
Krabice, kde jsem já .....	83
Desatero naší třídy .....	84
Tak tohle je o mně! .....	85
Kde budeš žít? .....	86
Azzie a Rognir .....	90
Záchrana na voru .....	94

<b>4. Tvůj job</b> .....	<b>95</b>
Výzkum .....	96
Stavíme dům .....	97
Kdo čím bude? .....	98
Povolání snů .....	100
Milan Reindl: s jeho výtvary si hraje celý svět .....	102
Náborář .....	104

Zdroje .....	106
--------------	-----