

Erica und Jonathan
Catherman

Alles, was' du wissen musst, bevor du 25 bist

Erfolgreich daten, ein Bewerbungsgespräch
meistern, Reifen wechseln –
und 100 weitere Lektionen

riva

Inhalt

Vorwort	9	4 Wohlstand & Geld	89
1 Dating	13	Wie du deinen Budgetplan erstellst	93
Jemanden ansprechen, der dir gefällt	17	Ein Sparkonto anlegen	96
Jemanden zum ersten Date einladen	20	Der Umgang mit der Kreditkarte	98
Ein Date planen	22	Investiere in deine Zukunft	100
Entscheiden, wer bei einem Date zahlt	24	Lebe lieber schuldenfrei	102
Die erste Begegnung mit den Eltern	26	5 Gesundheit & Schönheit	105
»Der Freund« versus »Die Freundinnen«	28	Wie du dein Haar richtig wäschst	108
Wie du mit Anstand Schluss machst	30	Wie du deine Beine rasierst	111
2 Sozialkompetenz & Benehmen	33	Deine Achselhöhlen rasieren	114
Hände schütteln	36	Hairstyling	117
Sich vorstellen	39	Wie du dir die Hände richtig wäschst	119
Wie du andere einander vorstellst	41	Frischer Atem	121
Gut zuhören können	44	Das Geheimnis des Parfümtragens	124
Äußere deine Meinung klar und deutlich	47	Wie du dein Gesicht reinigst	126
Wie du jemandem die Tür öffnest	49	Wie du deine Fingernägel schneidest	129
Wie du einen Tisch deckst	52	Zeigt her eure Füßchen!	131
Wie du im Restaurant bestellst	54	Nagellack auftragen	133
Trinkgeld geben	57	6 Kleidung & Stil	135
Ein Geschenk verpacken	59	Wäsche waschen	138
Das Bad sauber machen	62	Wäsche trocknen	141
Wie du dein Bett machst	65	Eine Bluse bügeln	144
3 Arbeit & Anstand	67	Hosen bügeln	147
Sich um eine Stelle bewerben	71	Schuhe putzen	149
Eine Bewerbung verfassen	73	Wie du einen Schal trägst	151
Wie du ein Vorstellungsgespräch führst	76	Einen Knopf annähen	154
Wie du eine Gehaltserhöhung verhandelst	79	Schnelle Hilfe bei Flecken	156
Sich um eine Beförderung bewerben	81	Eine Bluse zusammenlegen	159
Kündigen	84	Einen BH kaufen	161
Um ein Zeugnis bitten	86	7 Sport & Spiel	163
		Einen Fußball kicken	167

Einen Volleyball spielen	170	Ein Steak im Backofen grillen	239
Einen Football werfen	173	Fisch in der Pfanne braten	242
Einen Basketball versenken	176	Einen Holzkohlegrill anzünden	244
Einen Softball werfen	178	Ein Steak grillen	247
Der richtige Schwung beim Golf	180	Schweinekotelett grillen	251
Wie du richtig puttest	182	Ein Küchenmesser schärfen	253
Dart spielen	184		
Billard spielen	186		
Hufeisen werfen	188		
8 Autos & Autofahren	191	10 Werkzeug & Reparaturen	255
Mit einem Schalthebel umgehen	195	Den Werkzeugkasten ausstatten	259
Einen Reifen wechseln	198	Mit Bandmaß messen	262
Starthilfe fürs Auto	201	Schwing den Hammer	265
Den Ölstand prüfen	204	Schneiden mit der Handkreissäge	267
Rückwärts einparken	207	Eine Bohrmaschine benutzen	270
Sich nach einem Unfall richtig verhalten	210	Ein Brecheisen benutzen	273
Wie du dich bei einer Polizeikontrolle verhältst	213	Einen Schraubenschlüssel richtig einsetzen	275
		Eine Wasserwaage benutzen	277
		Quadratmeter berechnen	279
		Bei der Toilette das Wasser abstellen	281
		Wie du die verstopfte Toilette reparierst	283
		Wie du den Abfluss beim Waschbecken frei bekommst	286
9 Essen & Kochen	215	Sicherungen überprüfen	289
Fürs Essen einkaufen	219	Eine Stromleitung in der Wand aufspüren	291
Kaffee kochen	221	Ein Bild aufhängen	293
Pfannkuchen backen	223	Wie du ein kleines Loch in der Wand beseitigst	295
Rührei machen	226		
Speck braten	228		
Nudeln kochen	230		
Reis kochen	233	Über die Autoren	299
Kartoffelbrei selbst machen	235		
Ein Hähnchen im Backofen zubereiten	237	Endnoten	301