

INHALT

DU UND DIESE ZEIT

warum dein jetziges Alter so wichtig, anstrengend und wunderschön zugleich ist 4

DU UND DU

wer bist du eigentlich (und vor allem wie viele???) 13

DU UND DER GLAMOUR

was macht dich besonders? 22

DU UND DIE ZUKUNFT

was erwartet dich genau in den nächsten Jahren? 31

DU UND DEIN KÖRPER

Dein Körper, deine Regeln 40

DU UND DIE SCHÖNHEIT

warum nicht nur Ideale schön sind 43

DU UND DER HAUSSEGEN

Alles über die häufigsten Streitthemen zu Hause 45

DU UND DIE ANDEREN

von Freundschaften und Feindschaften 51

DU UND DAS HERZKLOPFEN

Zum ersten Mal so richtig verliebt 62

DU UND DAS NETZ

Ich geh online, aber sicher 70

DU UND DAS GLÜCK

wie geht Glücklichein? 80

DU UND DIE WELT

was ist deine vision? 85