

## Einleitung

# Jede Menge Fragen

Körperliche Veränderungen, Heranwachsen, Sex und Gesundheit	9
---	---

## Teil 1

# Was ist Sex?

1 Mädchen oder Junge, weiblich oder männlich Sex und Geschlecht	10
2 Kinder zeugen Geschlechtliche Fortpflanzung	11
3 Starke Gefühle Sexuelles Verlangen	12
4 »Liebe machen« Geschlechtsverkehr	14
5 So oder so Heterosexuell, homosexuell, bisexuell, Transgender, queer	16

## Teil 2

# Unser Körper

6 Der Körper des Menschen Verschiedenste Körper	20
7 Außen und innen Die weiblichen Geschlechtsorgane	24
8 Außen und innen Die männlichen Geschlechtsorgane	27
9 Ausdrücke Über Körper und Sex reden	30

## Teil 3

# Pubertät

10 Signale und Veränderungen Pubertät und Hormone	32
11 Ein Ei unterwegs Weibliche Pubertät	35
12 Die Reise des Spermas Männliche Pubertät	40
13 Nicht alles auf einmal! Heranwachsen und körperliche Veränderungen	44

14	Noch mehr Veränderungen Auf den eigenen Körper achten	46
15	Mal so und mal so – Gefühle fahren Achterbahn Neue und veränderte Gefühle	48
16	Total normal Selbstbefriedigung	51

#### Teil 4

### Familien und Kinder

---

17	Ganz verschiedene Familien Für Babys und Kinder sorgen	53
18	Elterliche Anweisungen Die Zelle: Gene und Chromosomen	56
19	Sich körperlich nahe sein Kuscheln, Küssen, Berühren und Geschlechtsverkehr	58
20	Vor der Geburt Die Schwangerschaft	62
21	Eine aufregende Reise Die Geburt	66
22	So geht es auch Andere Möglichkeiten, zu Kin- dern und einer Familie zu kommen	70

#### Teil 5

### Entscheidungen

---

23	Im Voraus planen Verschieben, sich enthalten und verhüten	73
24	Gesetze und Regelungen Der Schwangerschaftsabbruch	79

#### Teil 6

### Die Gesundheit

---

25	Hilfreich – Unterhaltsam – Widerlich – Gefährlich Simsen, chatten, mailen, surfen	82
26	Sprich drüber Sexueller Missbrauch	88
26	Kontrolluntersuchungen Sexuell übertragbare Krank- heiten/Geschlechtskrankheiten	91
27	Wissenschaftler forschen Tag und Nacht HIV und Aids	94
29	Gesund bleiben Verantwortungsbewusste Entscheidungen treffen	98