

# INHALT

<b>Was ist die Pubertät? .....</b>	<b>4</b>
<b>Wie fängt es an? .....</b>	<b>6</b>
<b>Das Gehirn spielt mit .....</b>	<b>8</b>
<b>Dein Penis .....</b>	<b>10</b>
<b>Das Leben ist hart .....</b>	<b>14</b>
<b>Ich und die anderen .....</b>	<b>16</b>
<b>Jetzt wird's haarig .....</b>	<b>18</b>
<b>Pickel &amp; Haut .....</b>	<b>20</b>
<b>Augen und Zähne .....</b>	<b>24</b>
<b>Körpergeruch &amp; Körperpflege .....</b>	<b>26</b>
<b>Alles über Füße .....</b>	<b>28</b>
<b>Mädchen &amp; Pubertät .....</b>	<b>30</b>
<b>Liebe &amp; Beziehungen .....</b>	<b>32</b>
<b>Sex &amp; wie Babys gemacht werden .....</b>	<b>36</b>
<b>Gesundheit, Essen &amp; Fitness .....</b>	<b>40</b>

Körperwahrnehmung .....	42
Body-Shaming .....	44
Soziale Medien & Smartphones .....	46
Cyber-Mobbing .....	48
Mobbing & Gruppenzwang .....	50
Die gute Schule .....	52
Sexismus und Geschlechtergleichheit .....	54
Die liebe Familie .....	56
Depression .....	58
Erwachsen werden .....	60
Worterkklärungen .....	62
Register .....	63
Die Seite für Erwachsene .....	64