



Minä ja muut

1	Tunne itsesi	8
2	Tunteiden kirjo	10
3	Sosiaaliset taidot	15
4	Ihmissuhteet terveyden tukena	21
5	Ihastumisesta seurusteluun	26
	Kokoa tietosi	33
		39



Kehittyvä seksuaalisuus

6	Murrosiän muutokset	40
7	Seksuaalisuuden monet muodot	42
8	Vastuullista seksiä	50
9	Ehkäisymenetelmät	56
10	Seksitaudeita suojautuminen	61
11	Raskaus	66
	Kokoa tietosi	71
		77



Turvallisuus terveyden tukena

12	Turvallisuus luodaan yhdessä	78
13	Toiminta tapaturmatilanteissa	80
14	Ensiaputaidot hätätilanteessa	87
15	Paloturvallisuus	92
16	Turvallisuus liikenteessä ja vesillä	100
	Kokoa tietosi	106
		113

Hakemisto	114
Kuvalähteet	118

