

# OBSAH

- 1 Co se děje s tělem v dospívání 6
- 2 Proč rostu a díky čemu jsem mužem 15
- 3 Péče o tělo 36
- 4 Jak se hýbat 56
- 5 Abych neumřel hladu 66
- 6 O sexu a vztazích 78
- 7 Jak slečnu neotěhotnět. Antikoncepce 104
- 8 Jak ne onemocnět - bezpečný sex 115
- 9 Moje dívka otěhotněla! Co mám dělat? 121
- 10 Jak uspět u žen i ve společnosti? 127