

366 1360

NÁRODNÍ KNIHOVNA



1004273302

OBSAH

Co že je ta puberta?...4

Jak se ale stane, že je člověk v pubertě?...6

V hlavě....8

O prsou....10

Podpr-sen-ky: všechno,
co o nich potřebuješ vědět....12

Měsíčky....14

Chlupy jedou!....18

Pupínky a kůže....20

Tváří v tvář: oči a zuby....24

Tělesný pach a osobní hygiena....26

Na řadu přicházejí nohy....28

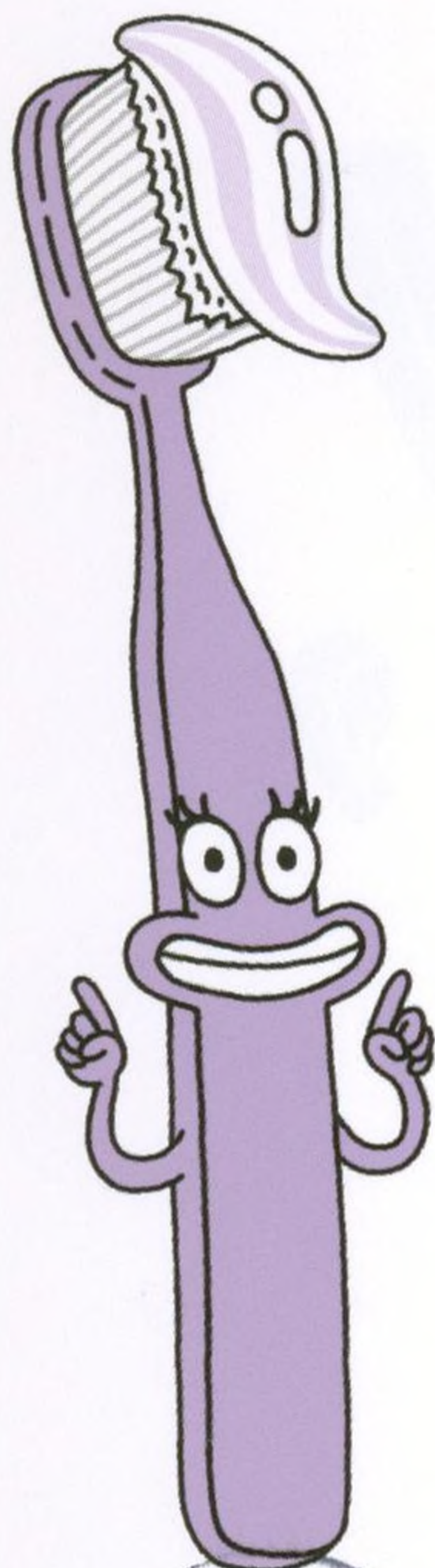
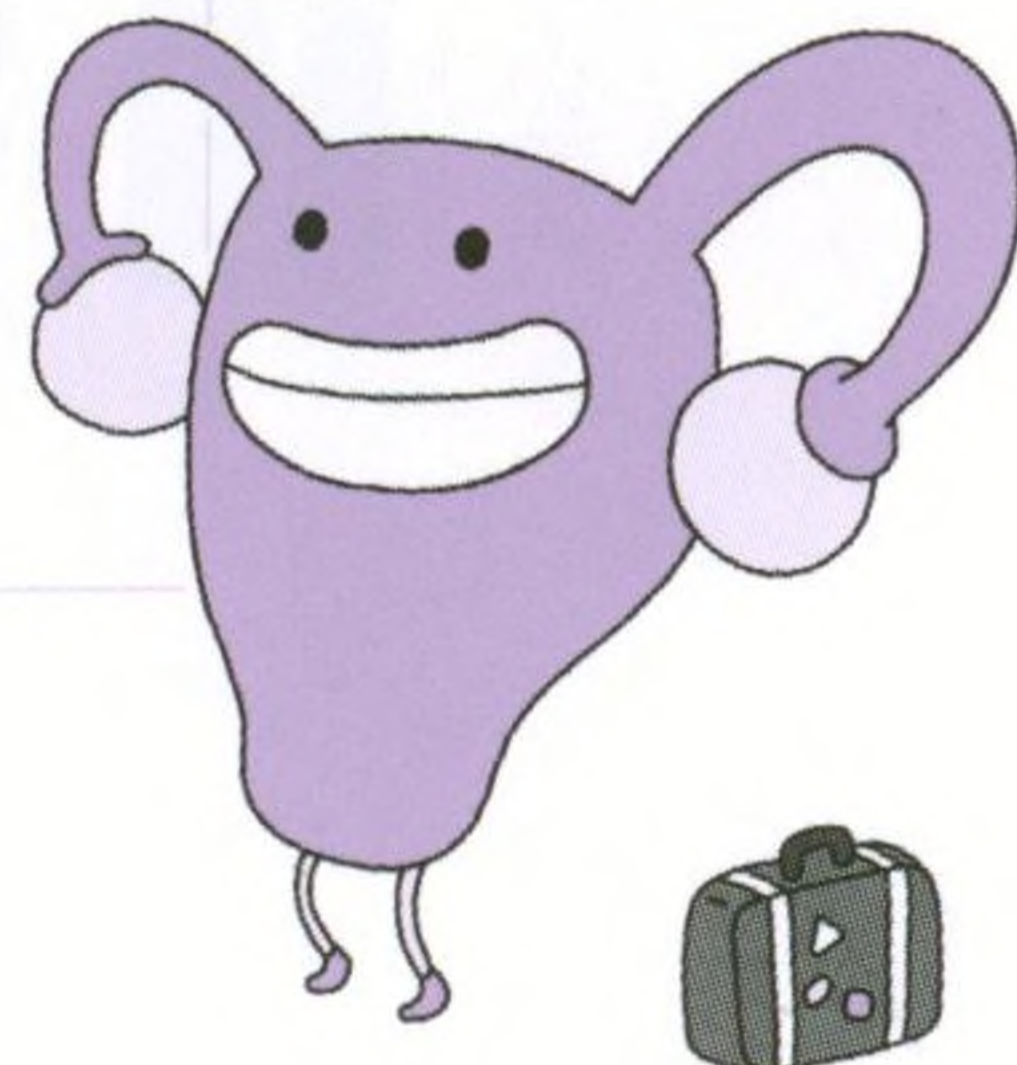
Kluci & puberta....30

Láska & vztahy....32

S.E.X. & jak se dělají děti....36

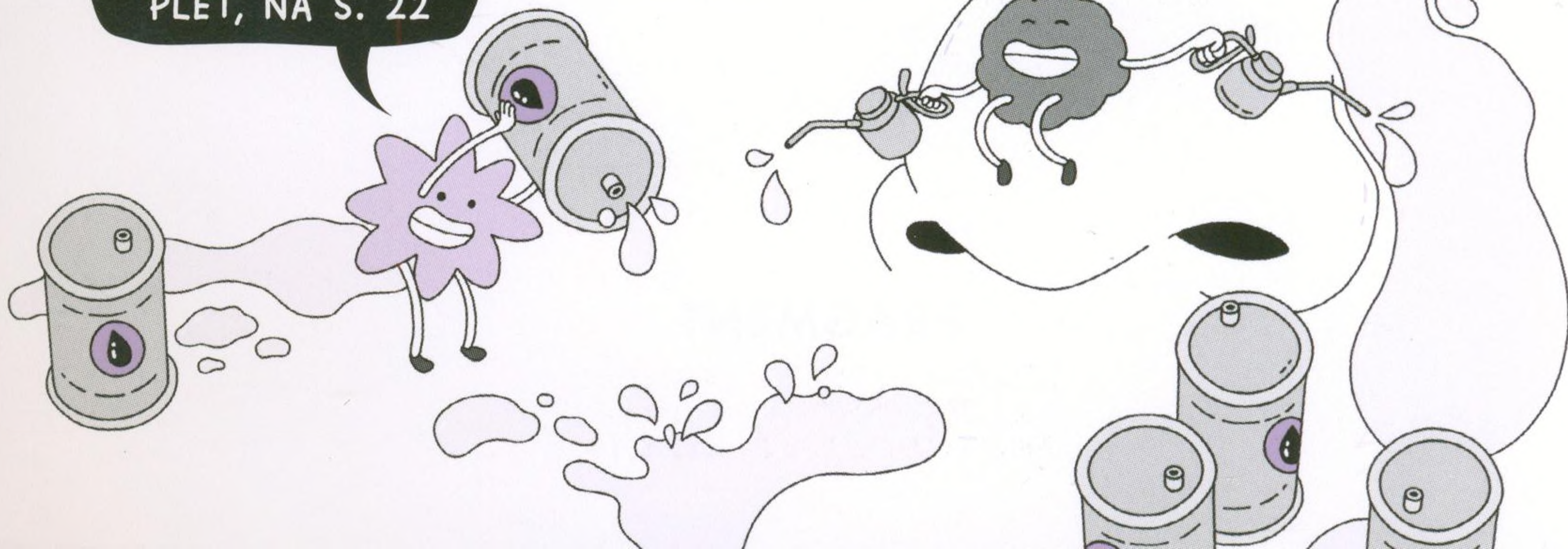
Antikoncepce....38

NA S. 14 SE
DOZVÍŠ VÍC
O ZMĚNÁCH
VE SVÉM TĚLE



PŘEČTI SI, JAK
PEČOVAT O SVOU
PLEŤ, NA S. 22

24/15447





O RŮZNÝCH
TYPECH RODIN
SE DOČTEŠ
NA S. 56



Zdravá strava & dobrá fyzická
kondice....40

Tělesné sebepojetí....42

Body shaming....44

Sociální média a telefony....46

Kyberšikana....48

Šikana a nátlak vrstevníků....50

Život ve škole....52

Sexismus & rovnost pohlaví....54

O rodině....56

Deprese....58

Šťastné dospívání....60

Slovníček pojmů....62

Rejstřík....63

Návod pro dospělé....64



Poprvé vydalo ve Velké Británii v roce 2017 nakladatelství QED Publishing.

Copyright © 2017 by QED Publishing

Text © Lizzie Cox, Illustrations © Damien Weighill

Z anglického originálu *Girl Talk* přeložila Monika Kittová

Odpovědný redaktor Vojtěch Záleský

Technický redaktor David Valenta

Vydalo nakladatelství Fragment v Praze roku 2024

ve společnosti Albatros Media a.s. se sídlem 5. května 22, Praha 4

číslo publikace 44 121

Sazbu zhotovilo Grafické a DTP studio Albatros Media, Jan Hána

Vytištěno v Číně

3. vydání, 2024

České vydání © Albatros Media a.s., 2018, 2021, 2024

Translation © Monika Kittová, 2018

Cená uvedena výrobcem představuje nezávaznou doporučenou spotřebitelskou cenu.

www.fragment.cz, e-shop: www.albatrosmedia.cz, www.facebook.com/nakladatelstvi.fragment

ISBN 978-80-253-6840-4 (3. vydání, 2024)

ISBN 978-80-253-4943-4 (2. vydání, 2021)

ISBN 978-80-253-3580-2 (1. vydání, 2018)

