






























































<b>Vorwort</b> .....		5
<b>Literatur/Quellen</b> .....		6
<b>I Hygiene von Kopf bis Fuß</b>		
M I.1	Brainstorming	 ..... 7
M I.2	Bitte lächeln!	 ..... 8
M I.3	Zahnpflege: Kennst du dich aus?	  ..... 9
M I.4	Zähneputzen – aber richtig!	 ..... 10
M I.5	Schiefe Zähne	  ..... 11
M I.6	Tipps zur Spangenzpflege	 ..... 13
M I.7	Problemzonen	 ..... 14
M I.8	So pflegst du deinen Körper	 ..... 15
M I.9	Körperpflege für Jungen	  ..... 16
M I.9	Körperpflege für Mädchen	  ..... 17
M I.10	Plötzlich wachsen überall Haare ...	  ..... 18
M I.10	Plötzlich wachsen überall Haare ...	  ..... 19
M I.11	Zeigt her eure Finger	 ..... 20
M I.12	Gepflegtes Aussehen	   ..... 21
M I.13	Miefblatt	 ..... 23
M I.14	Saubere Wäsche	 ..... 24
M I.15	Bedienung einer Waschmaschine	 ..... 25
<b>II Mädchen-Spezial</b>		
M II.1	Die erste Regelblutung	  ..... 26
M II.2	Cindys 1. Besuch beim Frauenarzt	  ..... 28
M II.3	Fragen und Antworten zum Frauenarzt	  ..... 30
<b>III Essstörungen</b>		
M III.1	Dünnere Hering oder fettes Schwein?	 ..... 32
M III.2	Internetrecherche: Magersucht	  ..... 33

M III.3	Ich will nicht mehr ...	 	.....	36
M III.4	Sorry, ich bin auf Diät ...		.....	42
M III.5	Interview: Diät	 	.....	43
M III.6	Expertenrunde: Im Schönheitswahn	 	.....	44
 <b>IV Piercings und Tätowierungen</b>				
M IV.1	Internetrecherche: Piercings	  	.....	47
M IV.2	Paulines Tätowierung	 	.....	50
M IV.3	Leons Tätowierung	 	.....	52
 <b>V Wellness und Gesundheit</b>				
M V.1	Wellness-Tag	 	.....	54
M V.2	Rezepte für Gesichtsmasken		.....	56
M V.3	Badekugeln selber machen		.....	58
M V.4	Rezepte für Handbad und Gesichtspeeling		.....	59
M V.5	Getränke zum Wohlfühlen		.....	60
M V.6	Rezepte umrechnen		.....	61
M V.7	Welche Hausmittel helfen?		.....	62
M V.8	Mein Gesundheitstipp .....		.....	63
 <b>VI Schlaf</b>				
M VI.1	Ich kann nicht schlafen – Aisha		.....	64
M VI.2	Ich kann nicht schlafen – Lea		.....	65
M VI.3	Ich kann nicht schlafen – Tom		.....	66
M VI.4	Ich will nicht schlafen – Kevin		.....	67
M VI.5	Was hilft gegen Schlafstörungen?		.....	68
 <b>Führerscheinprüfung</b>				
	Verbraucherführerschein – Prüfungsbogen .....		.....	69
	Verbraucherführerschein – Korrekturschablone .....		.....	71
	Verbraucherführerschein – Zertifikat .....		.....	72