

Índice

Presentación	7
Cuidar el cuerpo y la salud	
Me gusta de mi	10
Tomar nuestras propias decisiones.....	11
Los cuerpos tienen historia	13
Cambios de todo tipo	15
Salud integral y sexualidad	17
Prevenir y promover la salud.....	19
Ejercer nuestros derechos	
Diferentes pero iguales en derechos.....	22
Una vida libre de violencia	23
La soberanía la construimos entre todas las personas	25
El derecho a la Intimidad	26
Los derechos sexuales y reproductivos	28
Las relaciones afectivas entre las personas y los derechos	30
Ciudadanía y derechos	33
Respetar la diversidad	
¿Qué son las familias?	39
Las familias según distintas culturas	40
Las diferentes formas de las familias	42
¿Y tu familia cómo es?	43

Las miradas sobre los cuerpos	45
Apariencia corporal	47
Respetar las diferencias nos enriquece	49

Garantizar la equidad de género

¡No siempre es así!	53
Un poco más cerca de la igualdad	55
Fechas por la igualdad	57
Las mujeres también son protagonistas de la historia	58
Fiestas regionales libres de estereotipos de género	60
Educar en igualdad. Palabras para las familias	62
Medios y vida cotidiana.....	64
Modelos para desarmar.....	66
Lo masculino y sus estereotipos	69
Desigualdades de género	70
Los derechos políticos de las mujeres	72

Valorar la afectividad

Aprender a reconocer nuestros sentimientos. El diario íntimo	78
¡Viva la amistad!	81
¿Y si mejor nos amigamos?	83
Reconocer y expresar lo que sentimos	84
Nuestra relación con las personas adultas.....	86
Conflictos en la escuela.....	87
El enamoramiento	90
Un modelo de amor que hace mal	92
Los vínculos afectivos	94