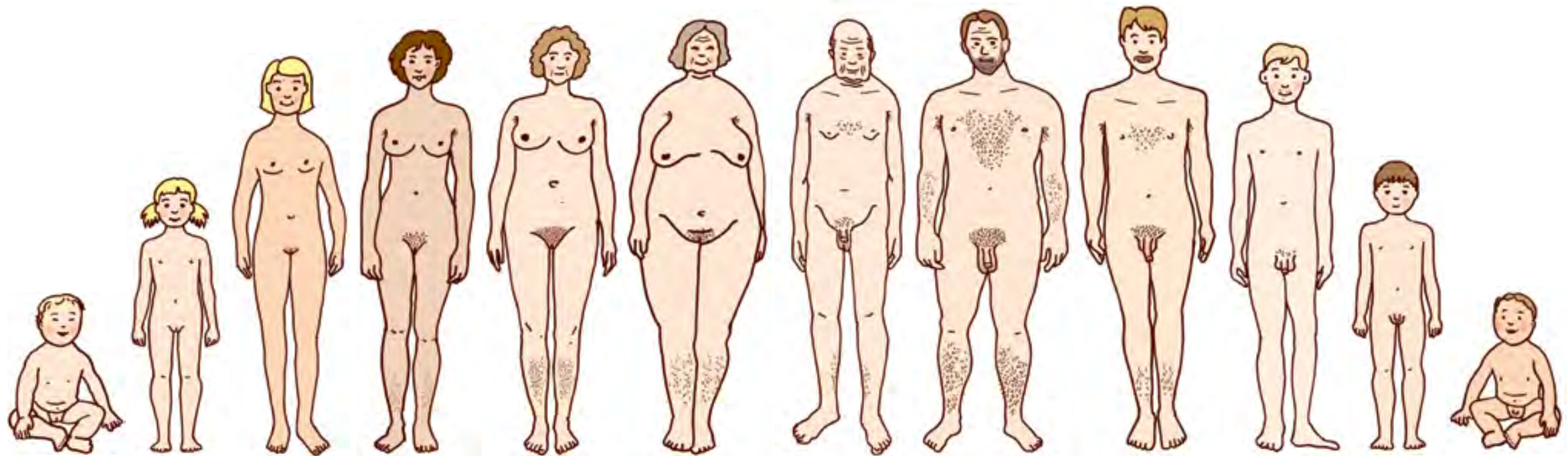


SEKSUAALKASVATUS LIHTSAS KEELES

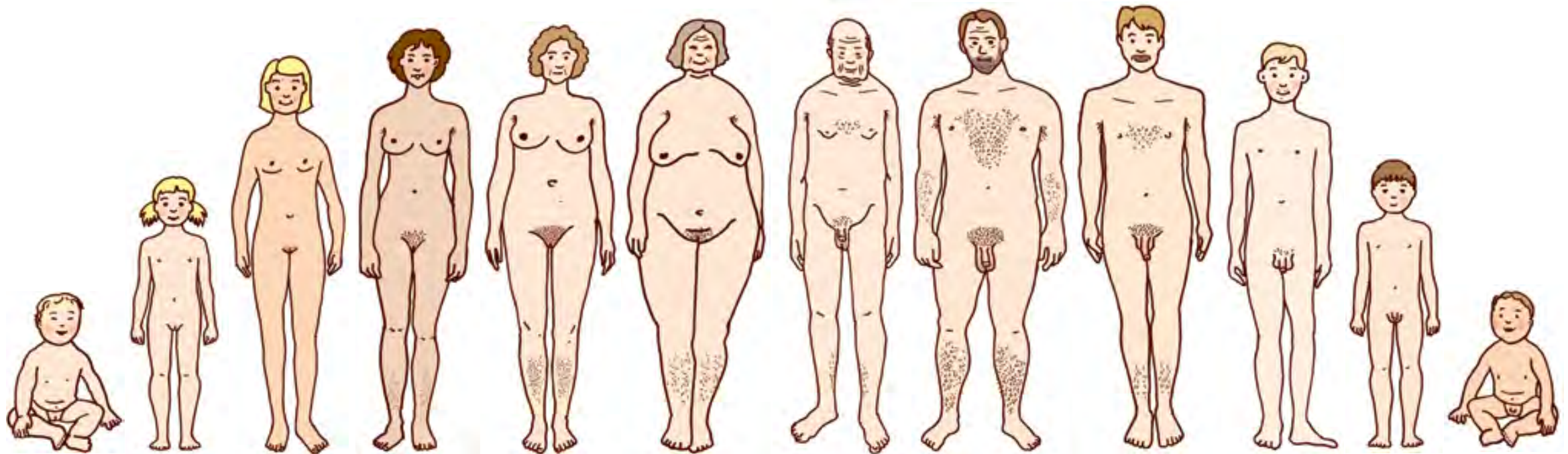


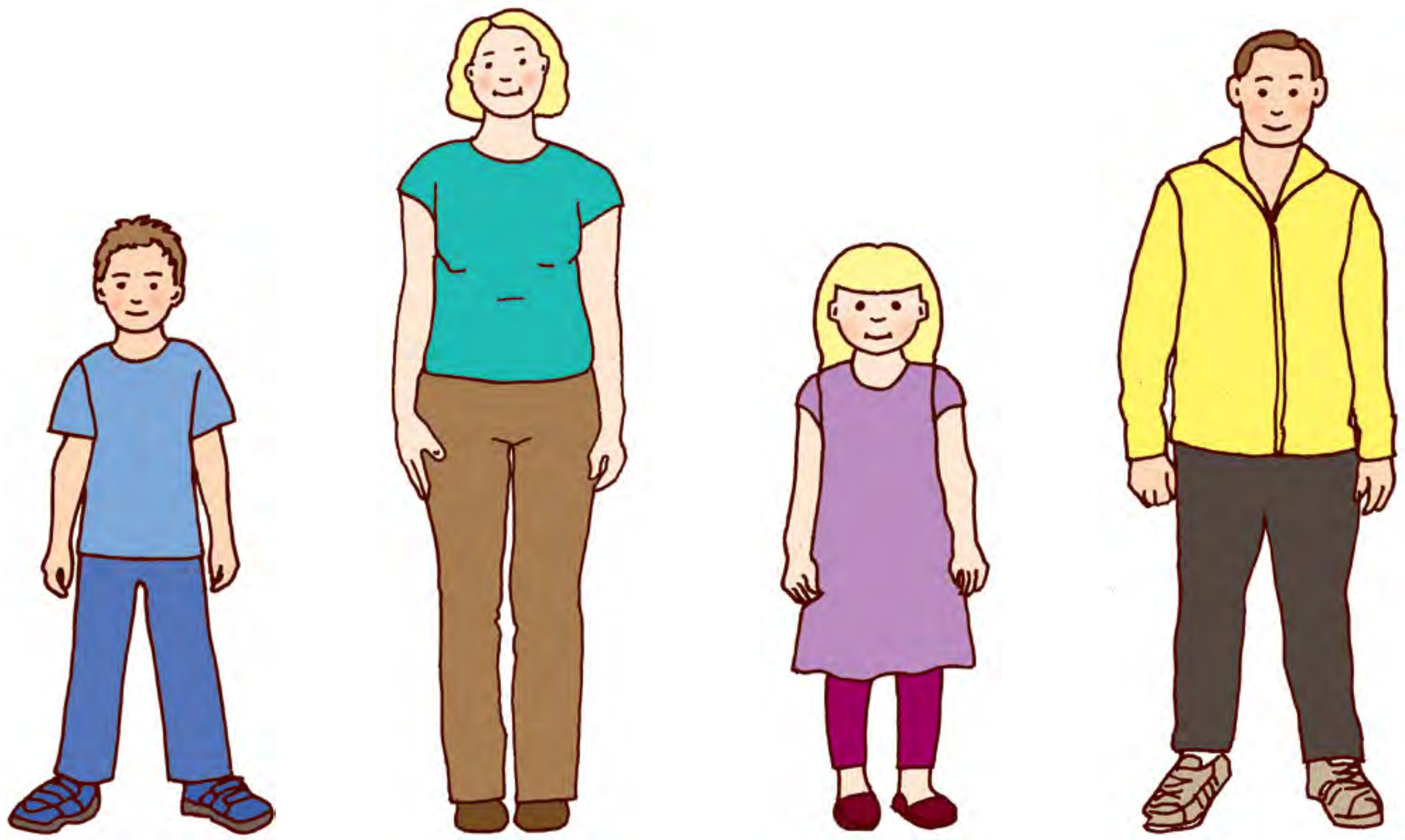
SEKSUAALKASVATUS LIHTSAS KEELES

KEHA JA ARENG

SEKSUAALTERVISEGA SEOTUD TEADMISTE JA
TOETUSVAJADUSE HINDAMINE

1. OSA





EI



JAH

1. Sugu

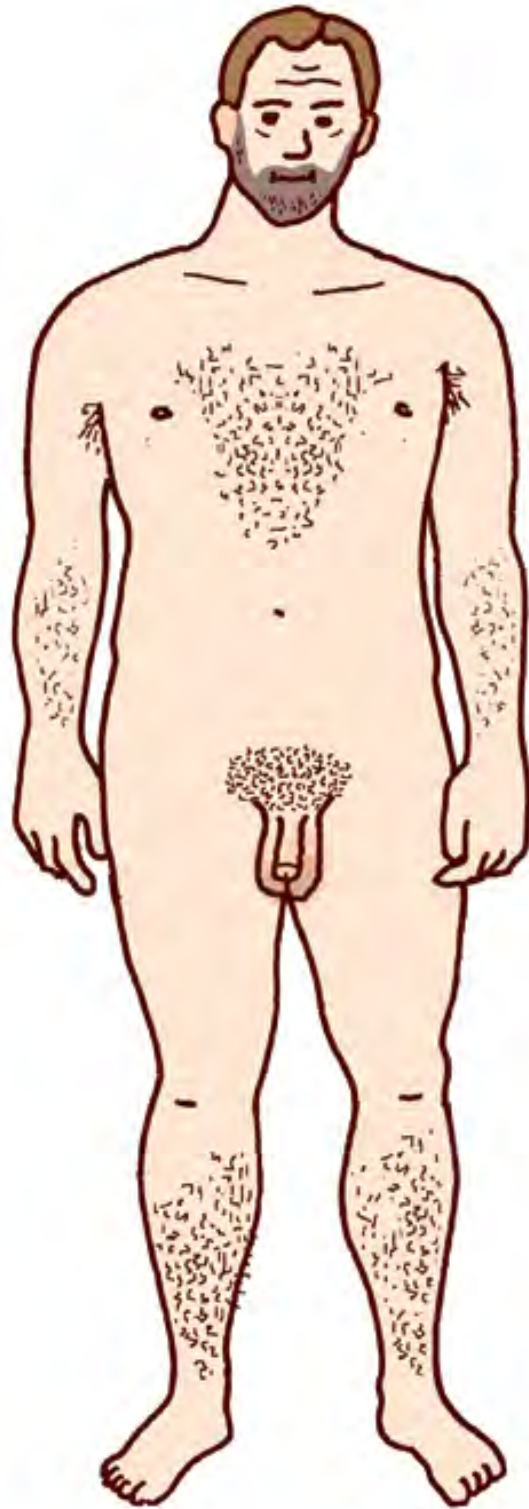
Eesmärk:

Enda bioloogilise soo määratlemine ja erinevate sugude eristamine.

1. Kas sa oled tüdruk või poiss?
VÕI Kas sa oled naine või mees?

2. Näita pildilt

- tüdruk
- naine
- poiss
- mees



EI



JAH

1. Sugu: mehe keha ja naise keha

Eesmärk:

Naise ja mehe kehaosade erinevuste äratundmine.

3. Näita pildilt või seleta:

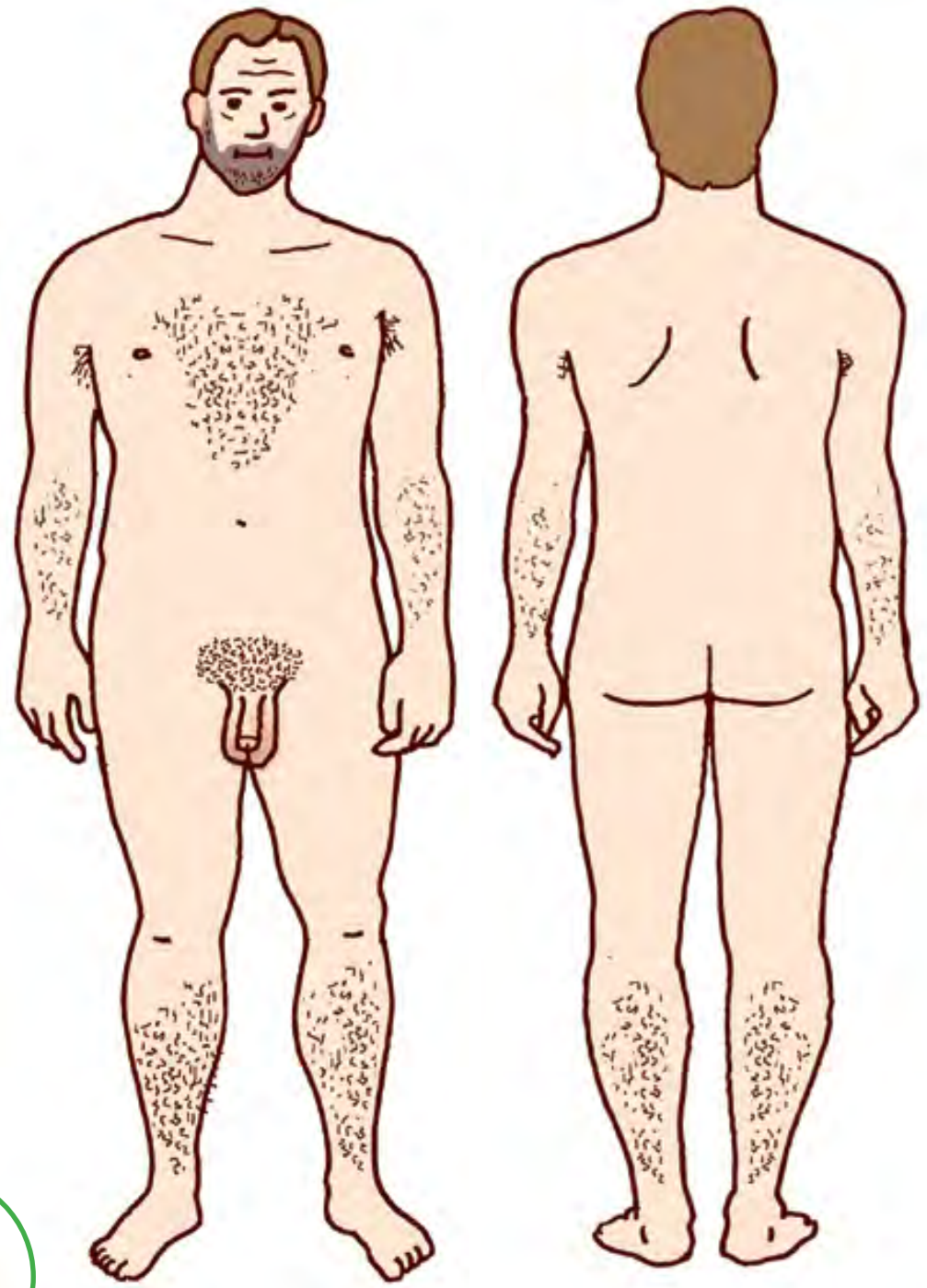
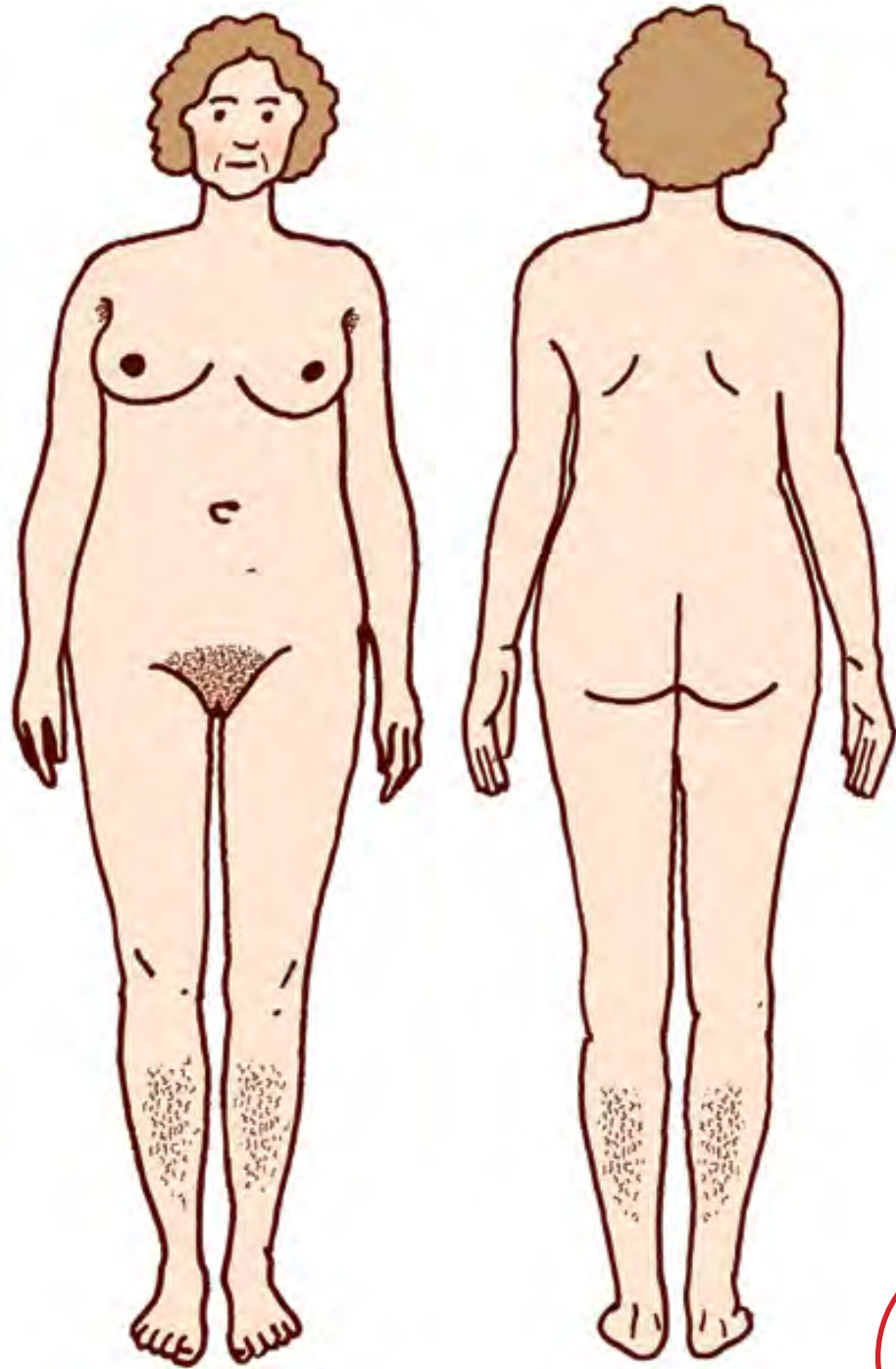
Mis vahe on naise kehal ja mehe kehal?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:

- Kas naisel ja mehel on samasugune alakeha?
- Kas naisel ja mehel on samasugused rinnad?



**Kasuta vajadusel sõna,
mida inimene tunneb:
keha, kere.**



EI



JAH

2. Kehaosad

Eesmärk:

Kehaosade äratundmine ja nende tähenduse mõistmine.

Kehaosade äratundmine

1. Näita, kus on:

- Juuksed
- Silmad
- Kõrvad
- Nina
- Suu
- Tagumik/pepu
- Peenis/noku
- Tupp/tussu
- Rinnad/tissid
- Käed
- Jalad
- Kõht
- Selg

Kehaosade äratundmine

2. Näita, kus on:

- Kael/kurk
- Kand
- Puus
- Põlved
- Varbad
- Sõrmed
- Naba
- Küünarnukk
- Ranne
- Õlg
- Pahklud

Kehaosade tähenduse mõistmine

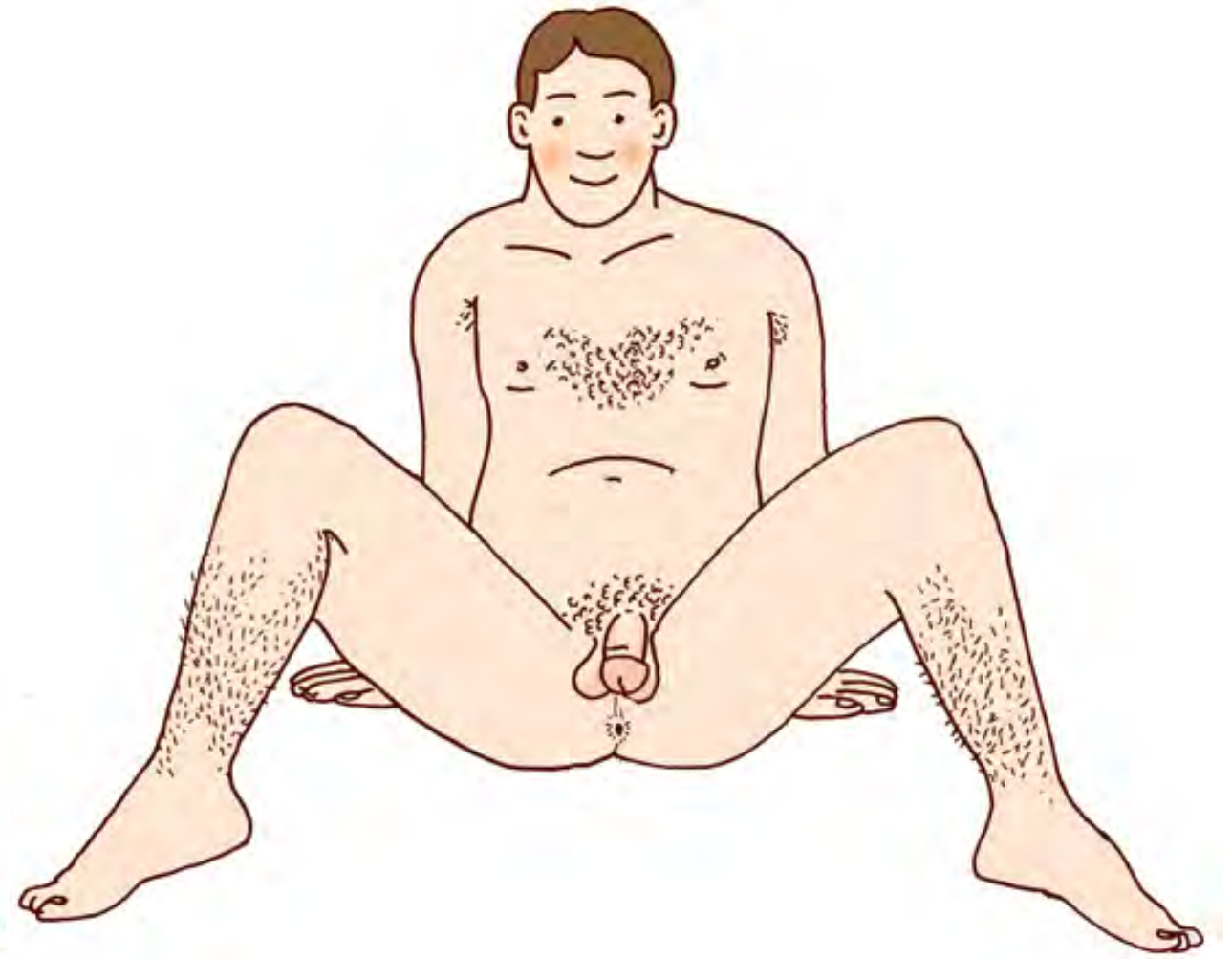
3. Milleks on vaja:

- Silmi
- Kõrvu
- Rindu/tisse
- Peput

Võid küsida ka:

Näita,

- Millega vaadatakse
- Millega kuulatakse
- Kust beebi piima saab
- Kust kaka tuleb



EI



JAH

3. Suguelundid

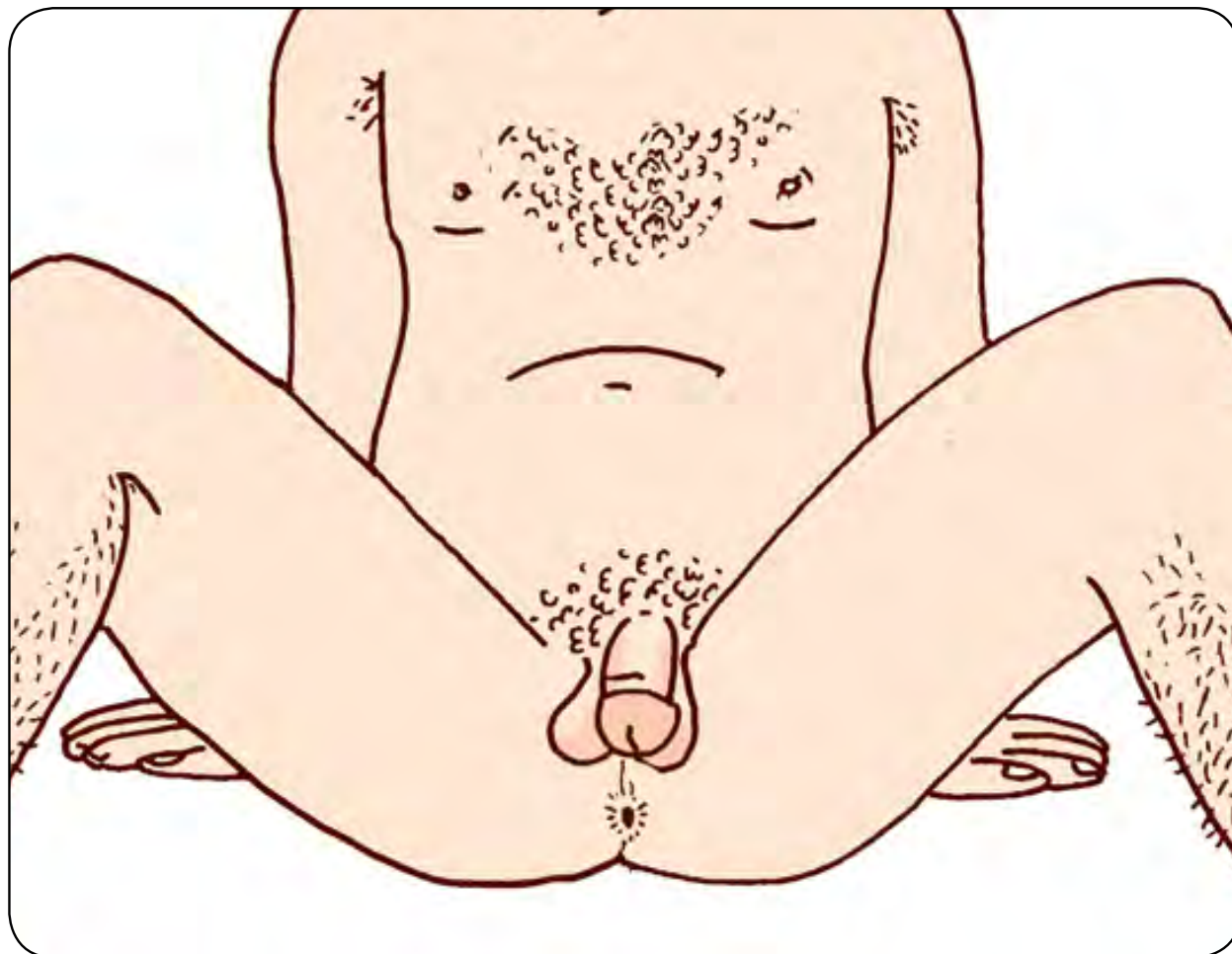
Eesmärk:

Oma suguelundite äratundmine ja nimetamine.

1. Mis nimesid sa sellele tead?
(Näita: naise alakeha ja mehe alakeha)
2. Mitu ava naise alakehas on?
3. Mitu ava mehe alakehas on?



**Kasuta seda nimetust,
mida inimene ise
soovib kasutada**



EI



JAH

3. Suguelundid

Eesmärk:

Mehe alakeha avade funktsioonide tundmine.

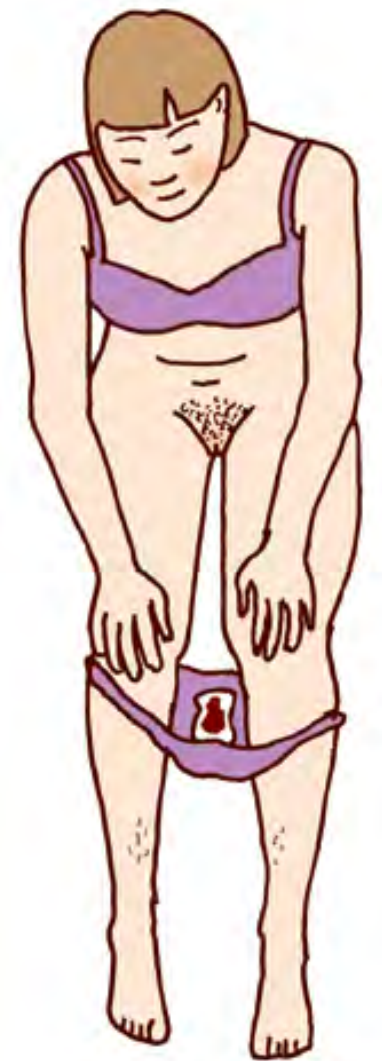
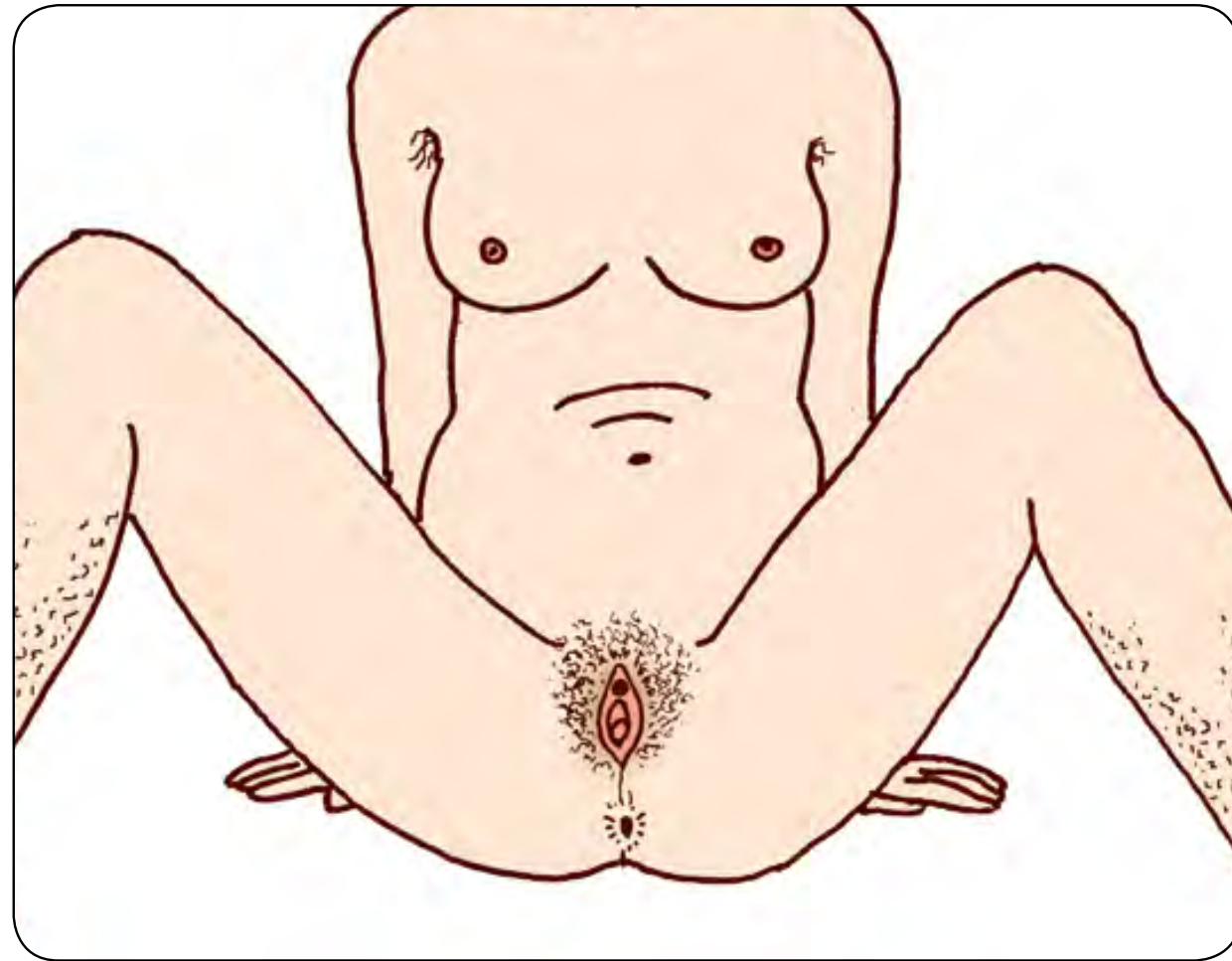
4. Milleks seda ava on vaja?

(Näita pildil ja küsi: üks kehaosa korraga)

Või teise variandina näita pilti ja küsi:

Näita, millisest avast

- Mees kakab
- Mees pissib



EI



JAH

3. Suguelundid

Eesmärk:

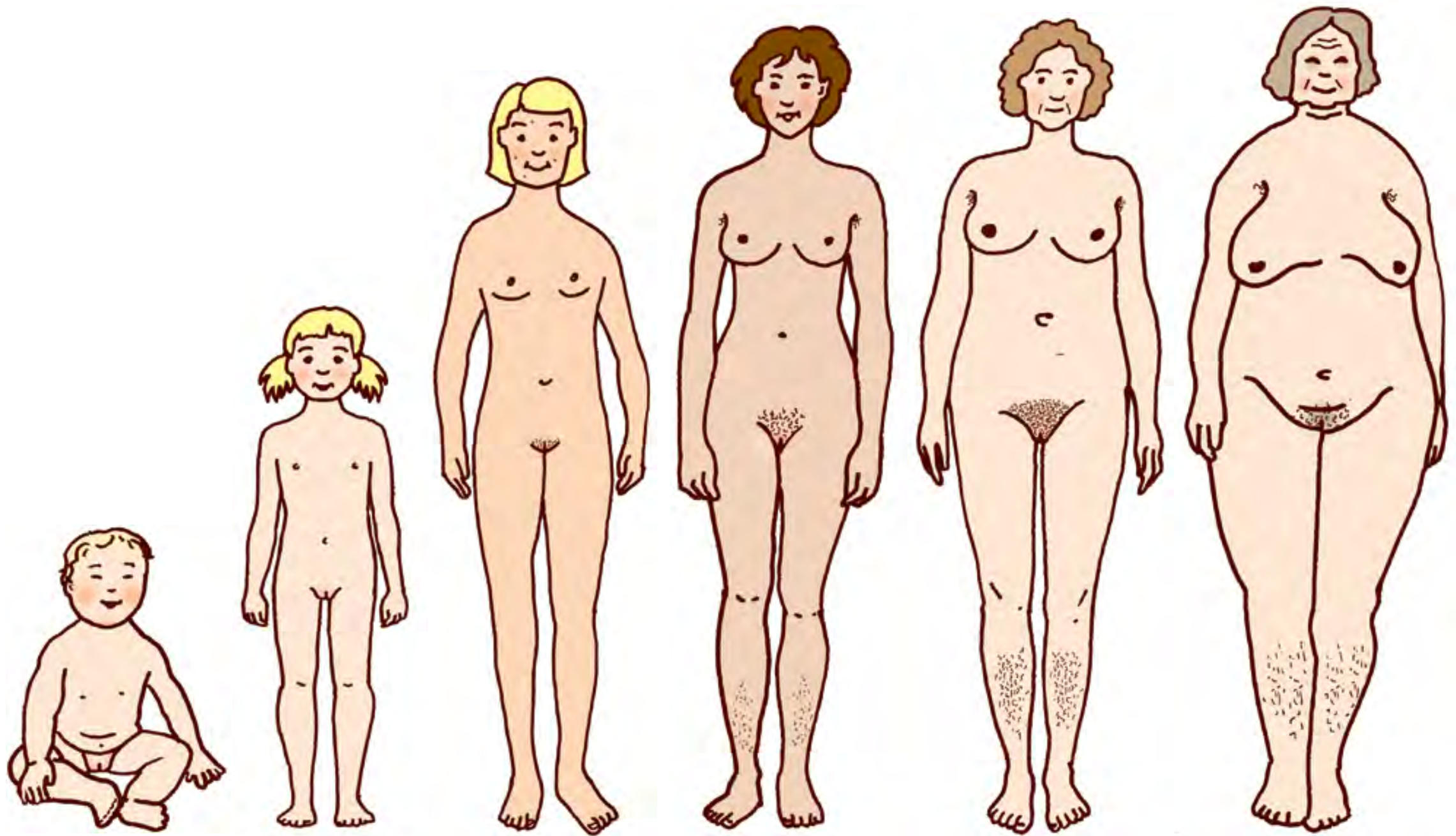
Naise alakeha avade funktsioonide tundmine.

4. Milleks seda ava on vaja?
(Näita pildil ja küsi.)

Või teise variandina näita pilti ja küsi:

Näita, millisest avast

- Naine kakab
- Naine pissib
- Tuleb menstruatsioon



EI



JAH

4. Kasvamine ja vanus/naine

Eesmärk:

Oma arenguperioodi äratundmine, erinevas kasvufaasis olevate inimeste äratundmine ja täiskasvanule iseloomulike füüsiliste või sotsiaalsete tunnuste nimetamine.

1. Kes sina neist oled?

2. Näita, kes neist on

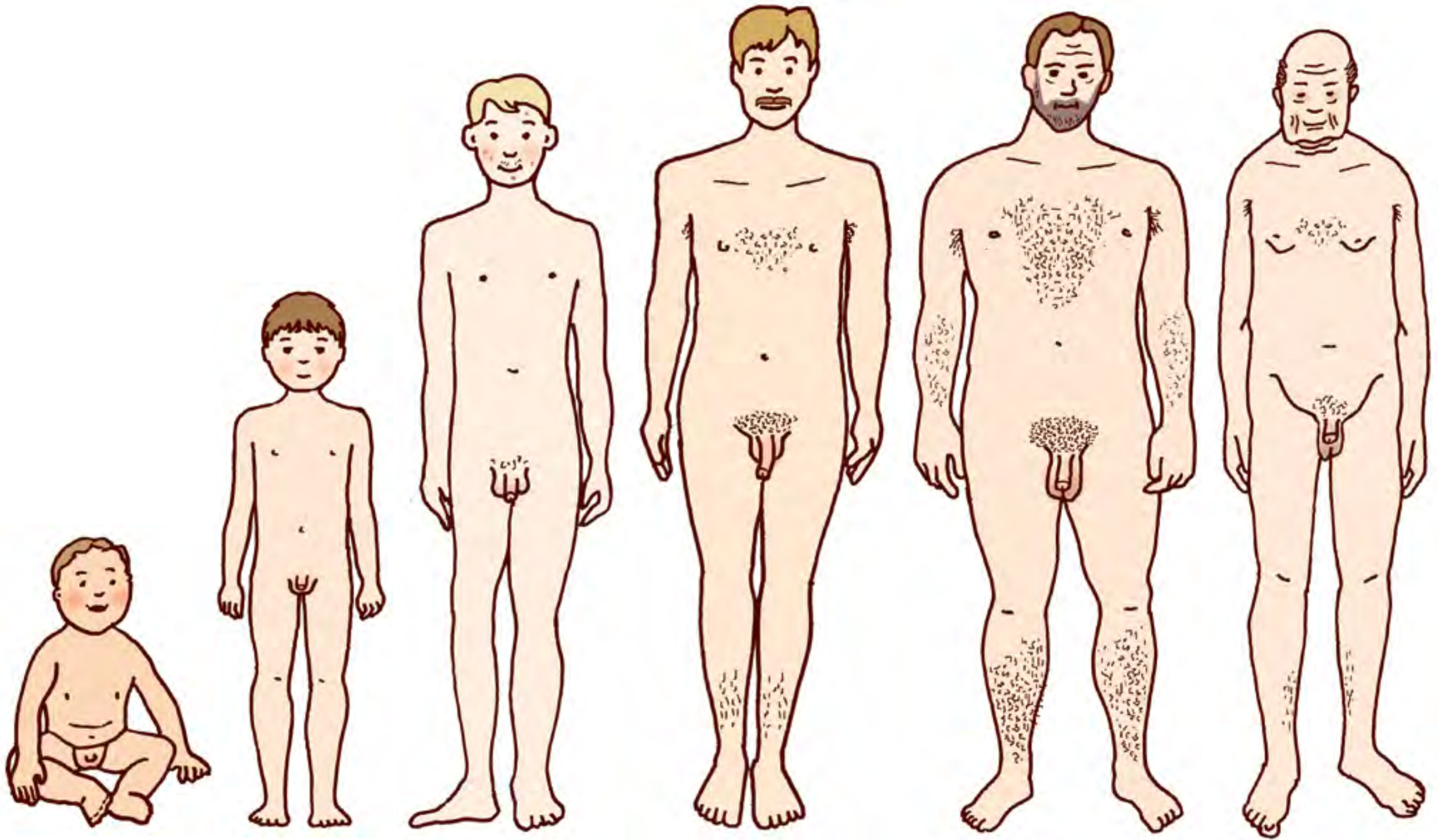
- beebi
- noor
- täiskasvanu
- vanur?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:

- Kes on pildil?

3. Kes tüdrukust tuleb täiskasvanuna?

4. Mille järgi võib otsustada, et inimene on täiskasvanu? (käib tööl jne.)



EI



JAH

4. Kasvamine ja vanus/mees

Eesmärk:

Oma arenguperioodi äratundmine,
erinevas kasvufaasis olevate inimeste äratundmine ja
täiskasvanule iseloomulike füüsiliste või sotsiaalsete tunnuste nimetamine.

1. Kes sina neist oled?

2. Näita, kes neist on

- beebi
- noor
- täiskasvanu
- vanur?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:

- Kes on pildil?

3. Kes poisist tuleb täiskasvanuna?

4. Mille järgi võib otsustada,
et inimene on täiskasvanu? (käib tööl jne.)



EI



JAH

5. Murdeiga/tüdruk

Eesmärk:

Murdeealise äratundmine,
mõnede murdeea juurde kuuluvate muudatuste nimetamine,
murdeea tähenduse mõistmine.

1. Kes on murdeealine?
2. Kuidas tüdruku keha muutub,
kui temast saab täiskasvanud naine?
3. Mida murdeiga tähendab?
(näiteks: noorest saab täiskasvanu)
4. Mis veel murdeeaga seostub?



EI



JAH

5. Murdeiga/poiss

Eesmärk:

Murdealise äratundmine,
mõnede murdeea juurde kuuluvate muudatuste nimetamine,
murdeea tähenduse mõistmine.

1. Kes on murdealine?

2. Kuidas poisi keha muutub,
kui temast saab täiskasvanud mees?

3. Mida murdeiga tähendab?
(näiteks: noorest saab täiskasvanu)

4. Mis veel murdeega seostub?



EI



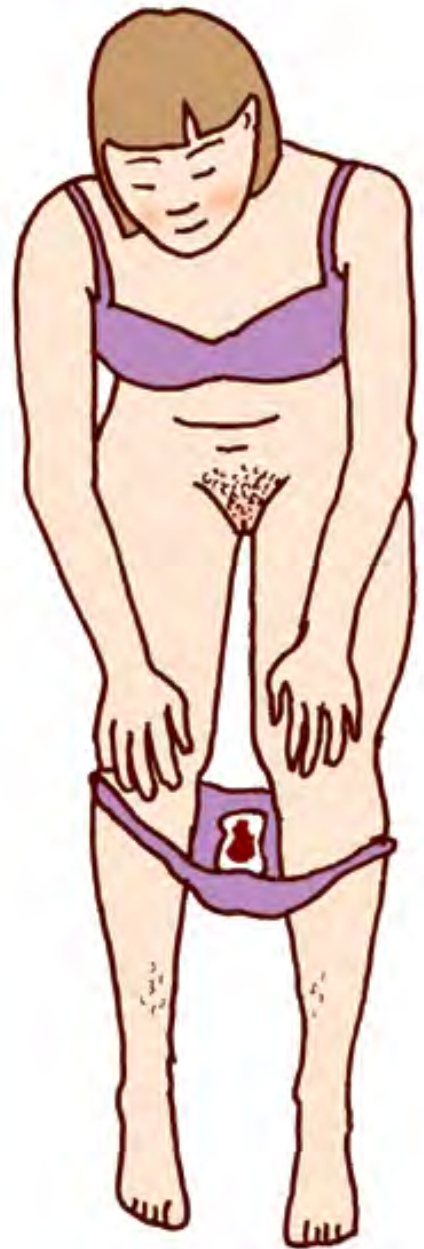
JAH

6. Menstruatsioon

Eesmärk:

Menstruatsiooni seostamine õige sooga.

1. Kellel on menstruatsioon?



EI



JAH

6. Menstruatsioon

Eesmärk:

Menstruatsiooni pildilt ära tundmine ja laias laastus mõistmine (menstruatsiooni all mõeldakse verejooksu tupest).

2. Millisel pildil on menstruatsioon?

3. Mida menstruatsioon tähendab?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:

Kas sellel pildil on menstruatsioon?



EI



JAH

6. Menstruatsioon

Eesmärk:

Menstruatsiooni detailsem mõistmine;
kust menstruatsiooniveri tuleb, menstruatsiooniga seostuv arenguetapp,
menstruatsiooni sagedus ja tähendus.

4. Kust menstruatsiooniveri tuleb?

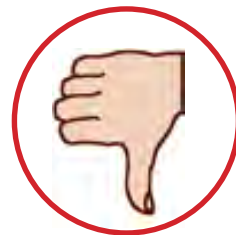
5. Kellel pildil olevatest naistest võib olla menstruatsioon?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:
Kas sellel inimesel võib olla menstruatsioon?

6. Millal menstruatsioon algab? (pilt puudub)

7. Kas naisel on alati menstruatsioon? (pilt puudub)

8. Kui tihti naisel on menstruatsioon? (pilt puudub)



EI



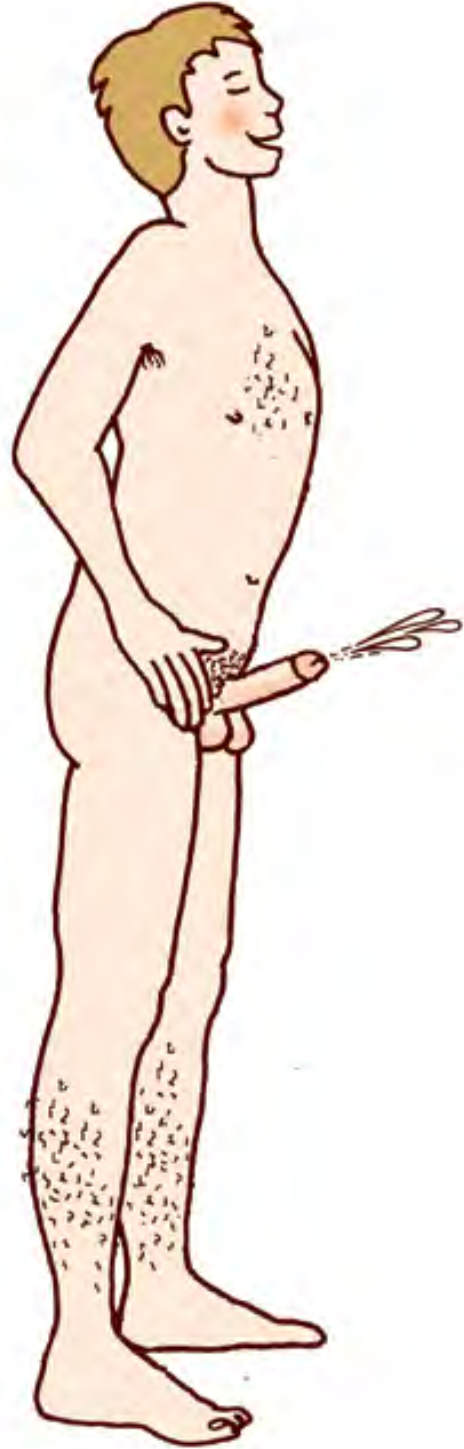
JAH

7. Seemnepurse

Eesmärk:
Seemnepurske seostamine õige sooga.

1. Kes võib saada seemnepurske?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:
Kas sellel inimesel võib olla seemnepurse?



EI



JAH

7. Seemnepurse

Eesmärk:

Seemnepurske pildilt ära tundmine ja selle eristamine urineerimisest, seemnevedeliku nimetamine ja seemnepurskega seotud situatsioonide äratundmine (öine seemnepurse ja eneserahuldamisega seotud seemnepurse).

2. Millisel pildil on seemnepurse?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:

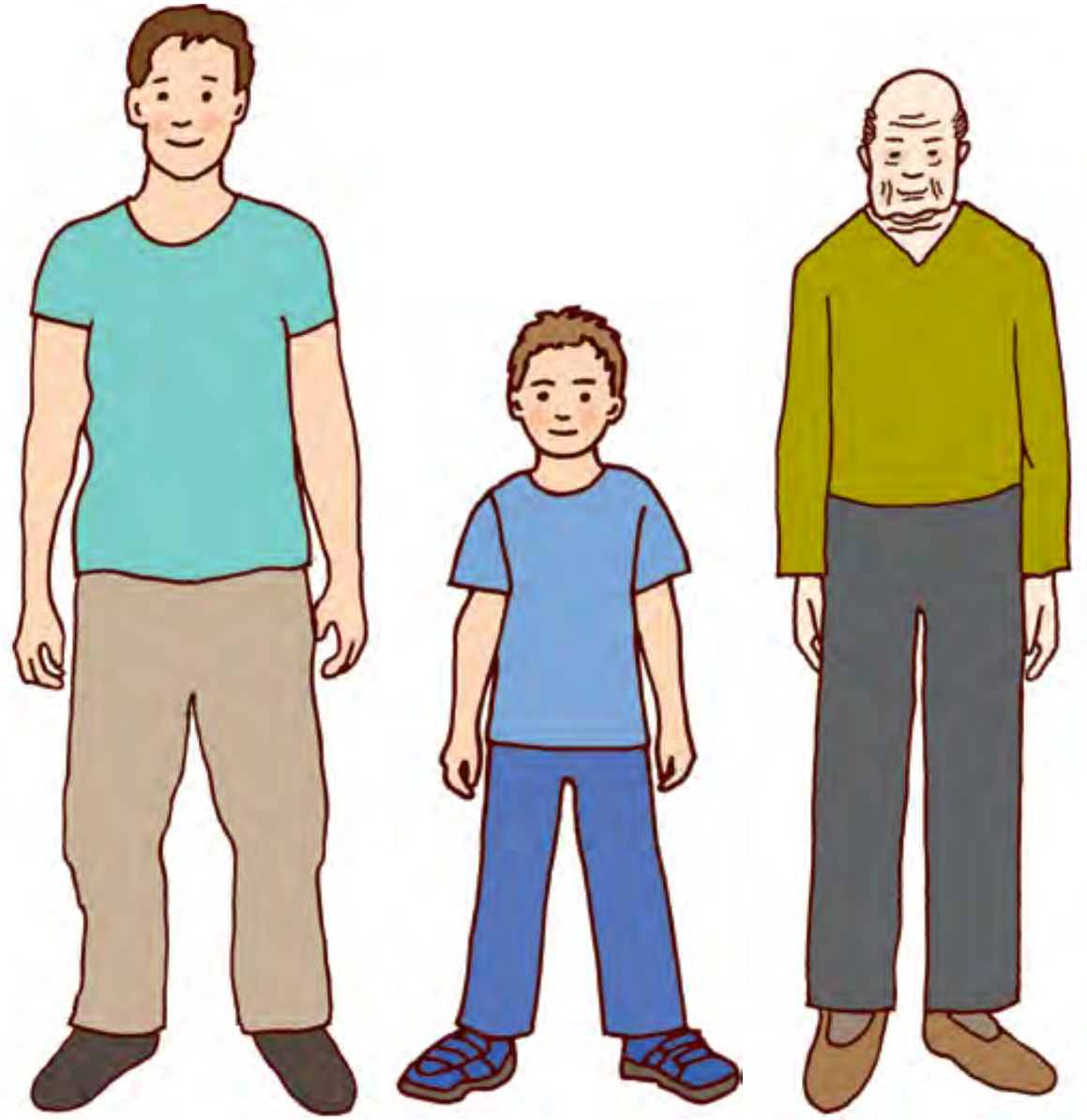
Kas sellel pildil on seemnepurse?

3. Sellel pildil on seemnepurse.
Mis see on? (osuta seemnevedelikule)

4. Millal seemnepurse võib tekkida?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:

Siin on seemnepurse. Mida ta teeb?



EI



JAH

7. Seemnepurse

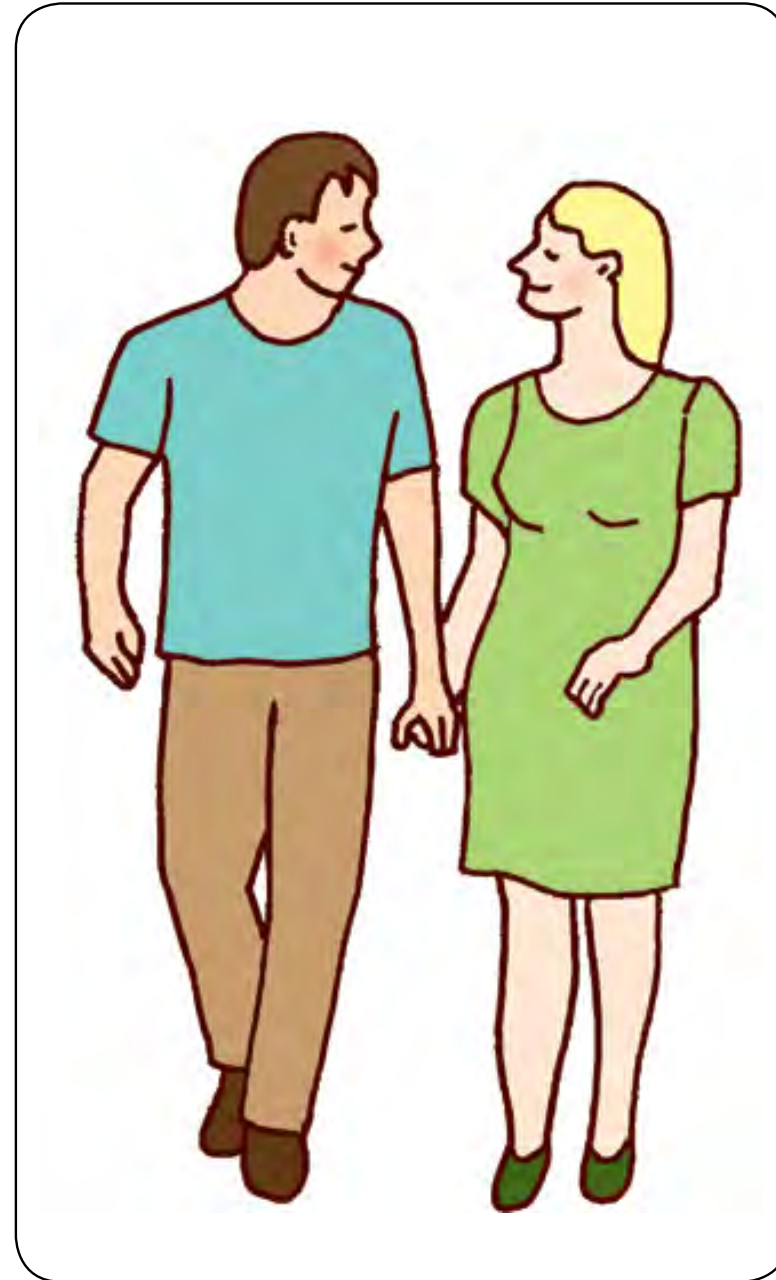
Eesmärk:

Seemnepurske ja seemnevedeliku anatoomiliselt õigesti määratlemine ja seemnepurskega seotud arenguetapi mõistmine.

5. Kust seemnevedelik tuleb?

6. Kellel meestest võib olla seemnepurse?

7. Millal seemnepursked algavad?



EI



JAH

8. Milline puudutus on meeldiv

Eesmärk:

Meeldiva ja ebameeldiva puudutuse äratundmine ja enda teise inimese olukorda panemine.

1. Näita pildilt, milline puudutus on meeldiv?

2. Näita pildilt, milline puudutus on ebameeldiv?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:

Kas see on meeldiv puudutus?

3. Kui nii teed, mis tunne teisel on? (ebameeldiv puudutus)



EI



JAH

8. Milline puudutus on meeldiv

Eesmärk:

Meeldiva ja ebameeldiva puudutuse äratundmine ja enda teise inimese olukorda panemine.

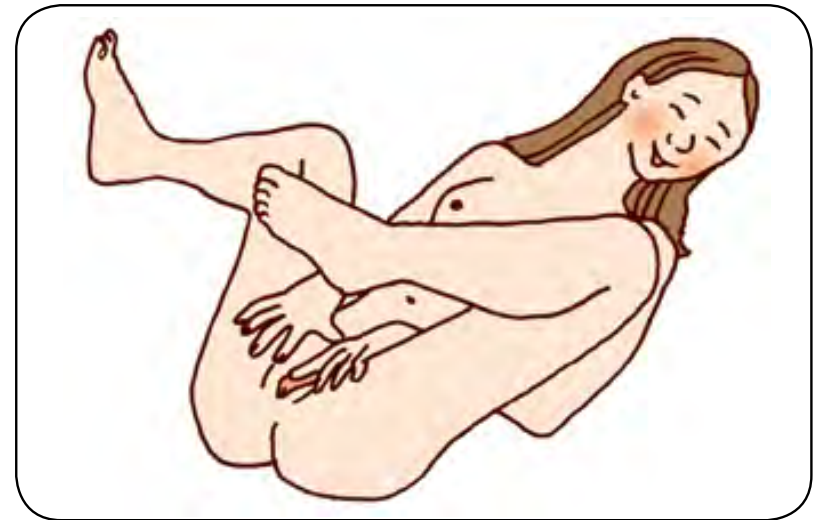
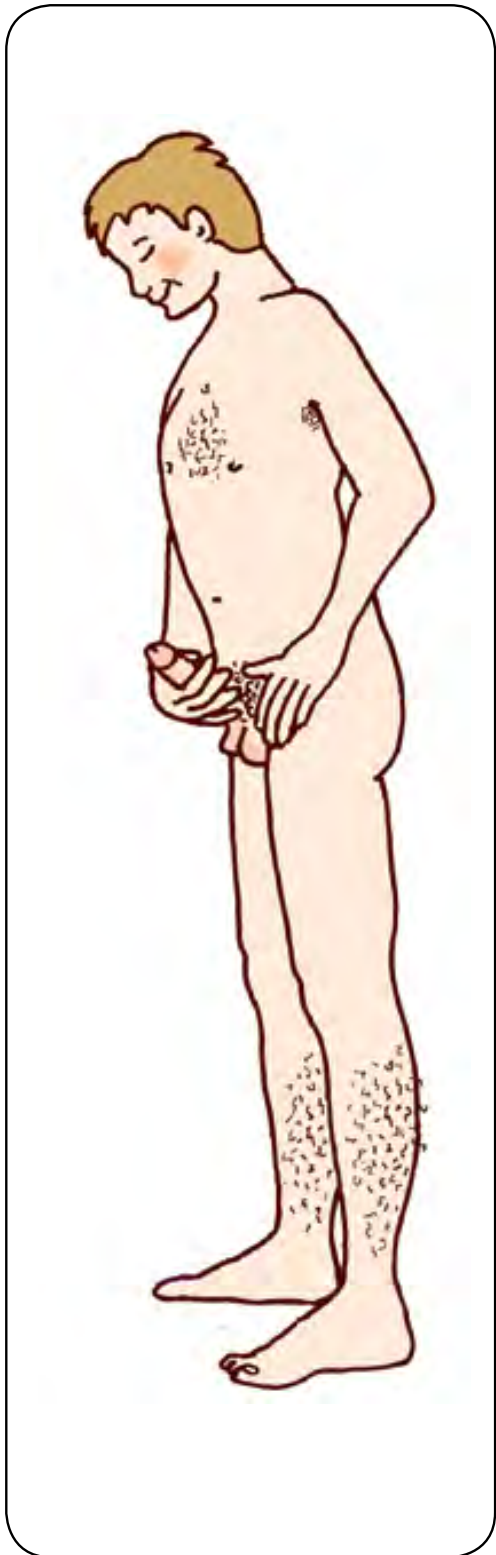
1. Näita pildilt, milline puudutus on meeldiv?

2. Näita pildilt, milline puudutus on ebameeldiv?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:

Kas see on meeldiv puudutus?

3. Kui nii teed, mis tunne teisel on? (ebameeldiv puudutus)



EI

JAH

9. Eneserahuldamine

Eesmärk:

Eneserahuldamise mõistest arusaamine ja eneserahuldamise äratundmine piltidelt.

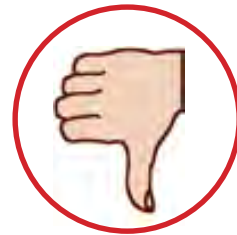
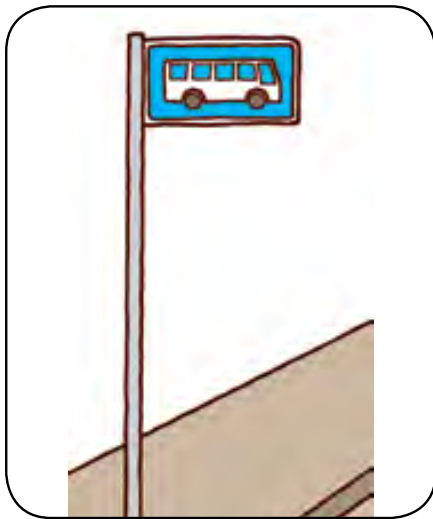
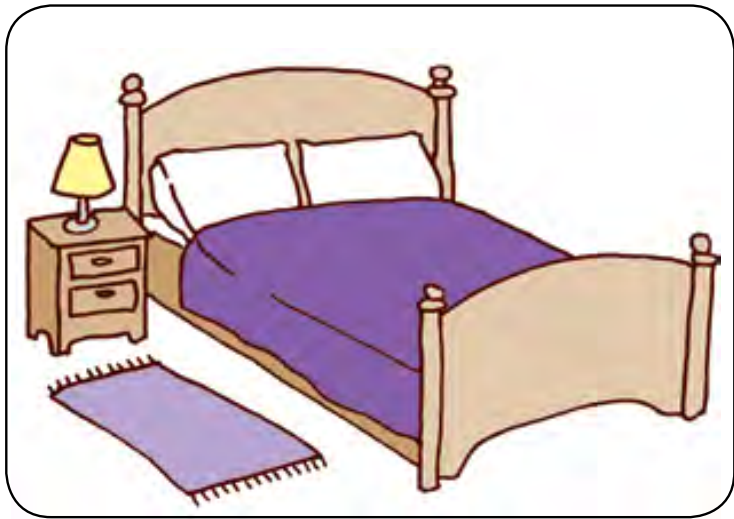
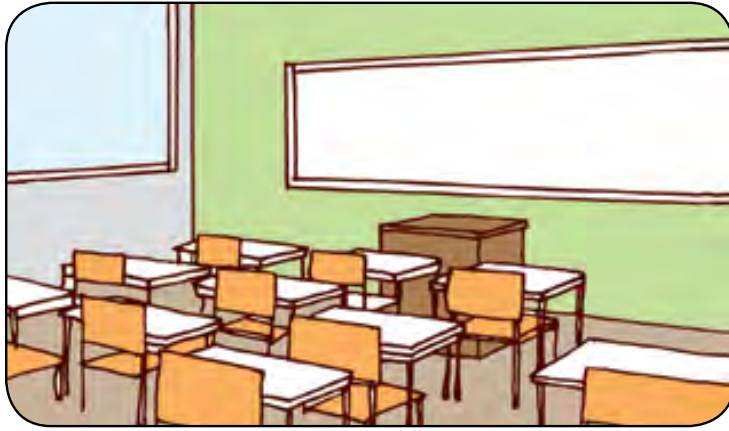
1. Kes neist rahuldab ennast?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:

Kas see inimene rahuldab ennast?

2. Kas tead mõnda teist sõna,
mis tähendab seda sama asja?

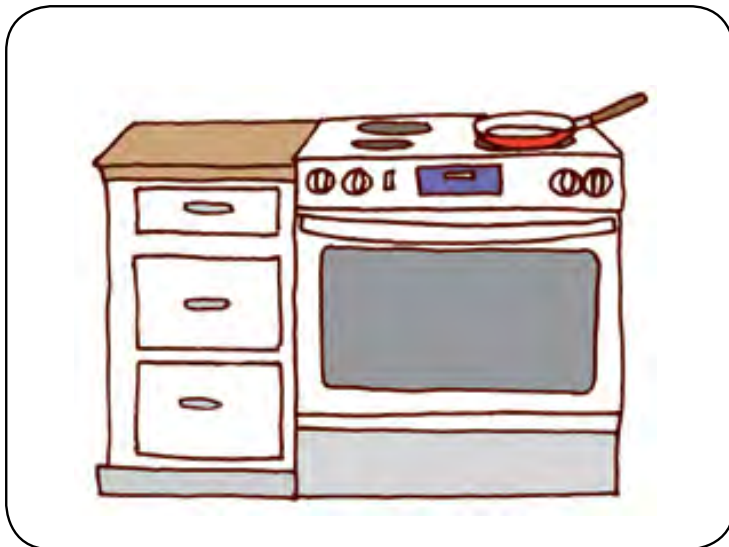
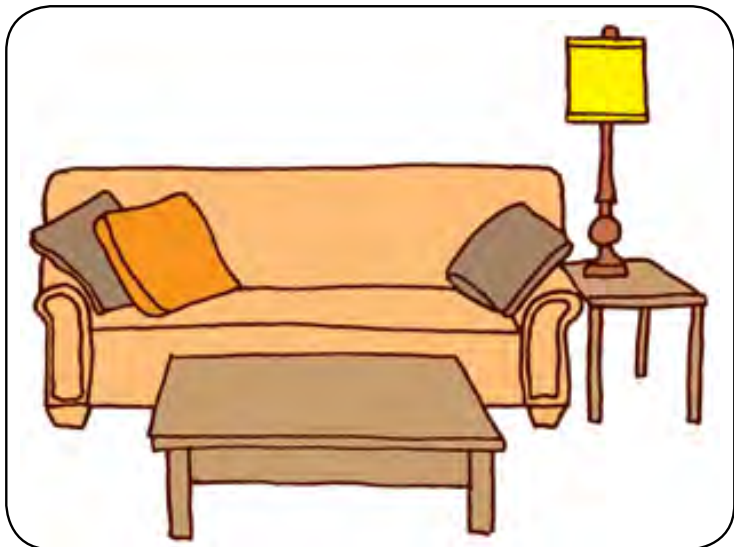
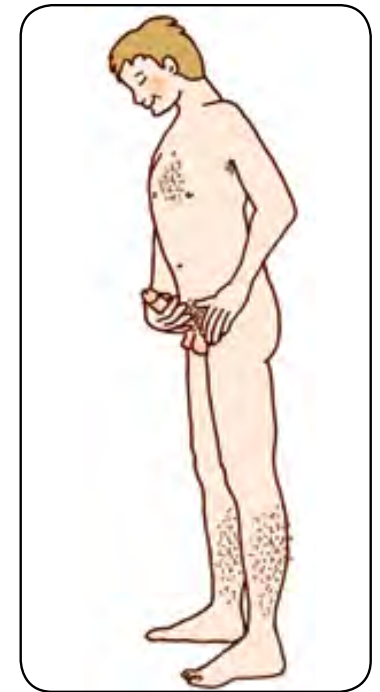
Mis sõna tahad selle kohta kasutada?



EI



JAH



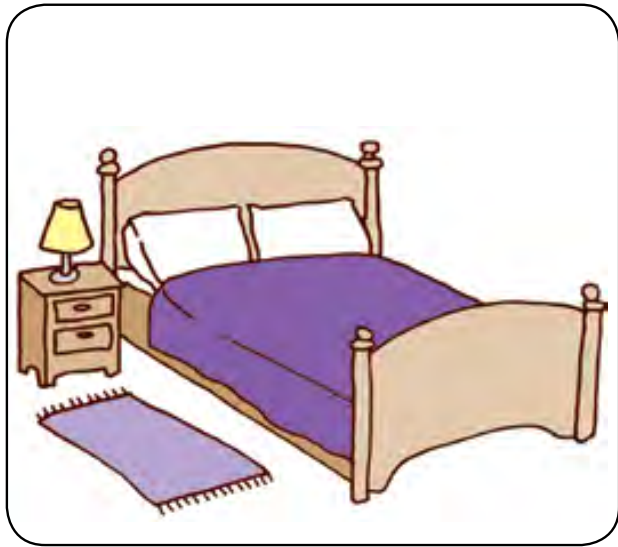
9. Eneserahuldamine

Eesmärk:

Eneserahuldamisega seotud privaatsuse mõistmine.

3. Kus nendest kohtadest võib ennast rahuldada?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:
Kas siin võib ennast rahuldada?



JAH



EI



9. Eneserahuldamine

Eesmärk:

Eneserahuldamisega seotud oluliste põhitõdede mõistmine: õige koht, valu puudumine, puhtus, vabatahtlikkus ja privaatsus.

4. Vaatame seda lugu ja arutame, mis on oluline, kui eneserahuldamisega tegeleda.

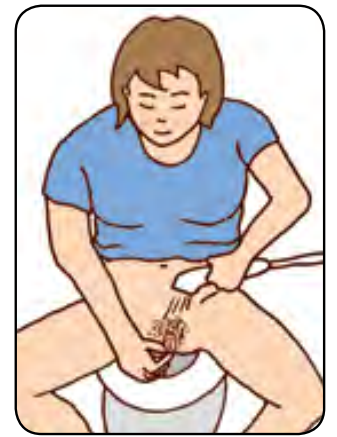
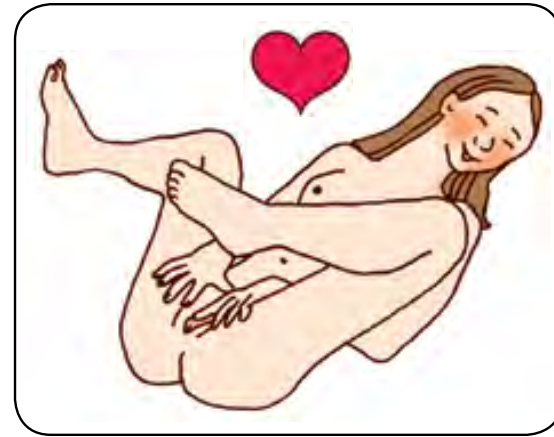
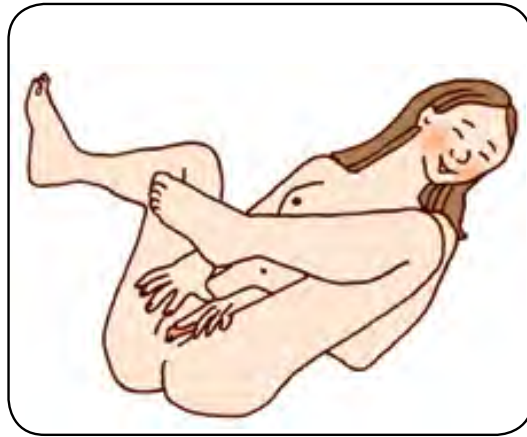
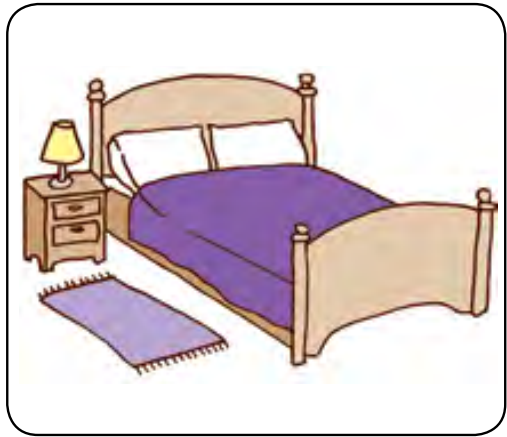
- (Vajadusel: näita pildilt) Kus võib tegeleda eneserahuldamisega?
- (Vajadusel: näita pildilt) Kas eneserahuldamine tundub meeldiv või ebameeldiv?
- (Vajadusel: näita pildilt) Mida on tähtis teha pärast eneserahuldamist?

5. Kas kõik tahavad tegeleda eneserahuldamisega?

6. Eneserahuldamine on isiklik toiming. Mida see tähendab?

Võid küsida ka:

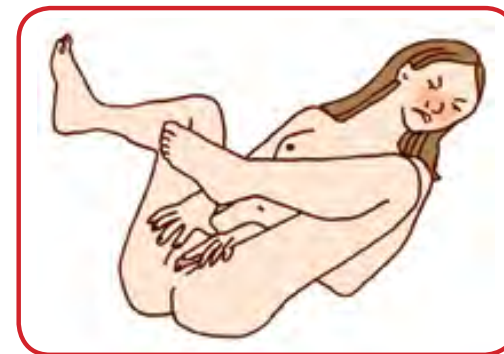
Kellega võib rääkida eneserahuldamisest?



JAH



EI



9. Eneserahuldamine

Eesmärk:

Eneserahuldamisega seotud oluliste põhitõdede mõistmine: õige koht, valu puudumine, puhtus, vabatahtlikkus ja privaatsus.

4. Vaatame seda lugu ja arutame, mis on oluline, kui eneserahuldamisega tegeleda.

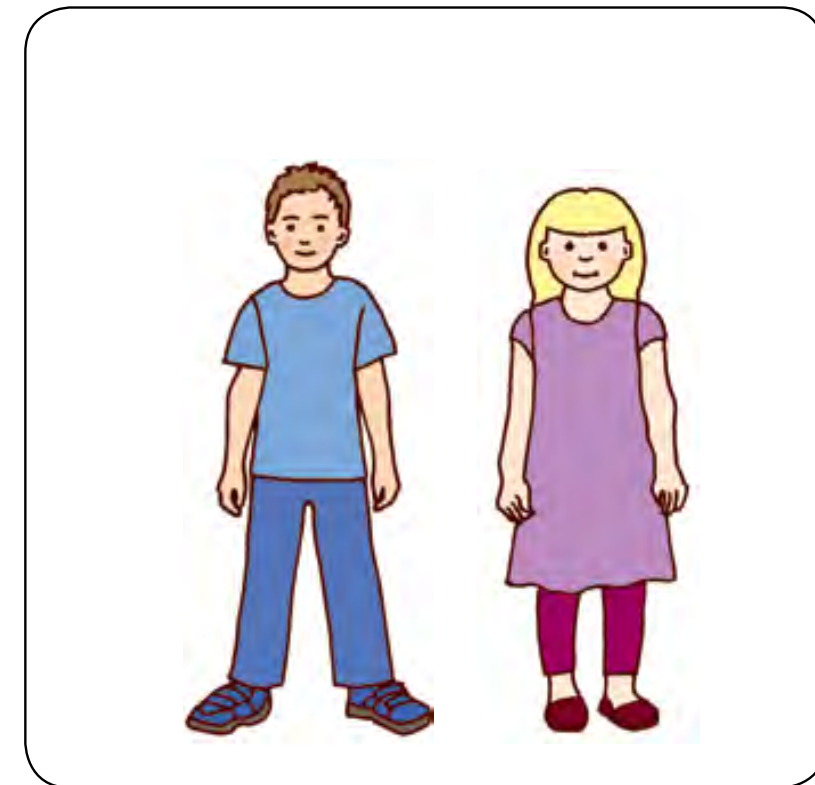
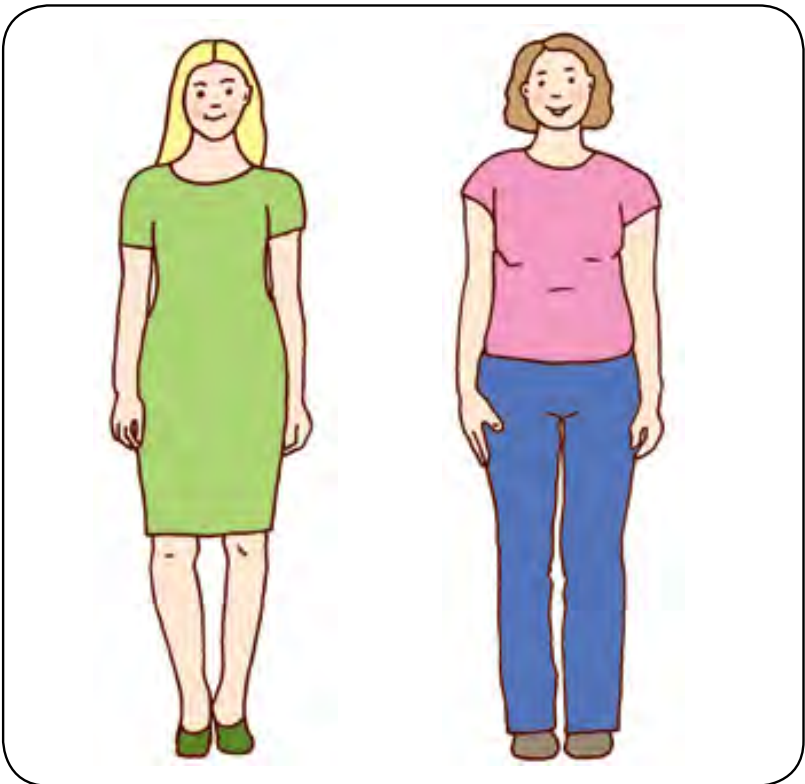
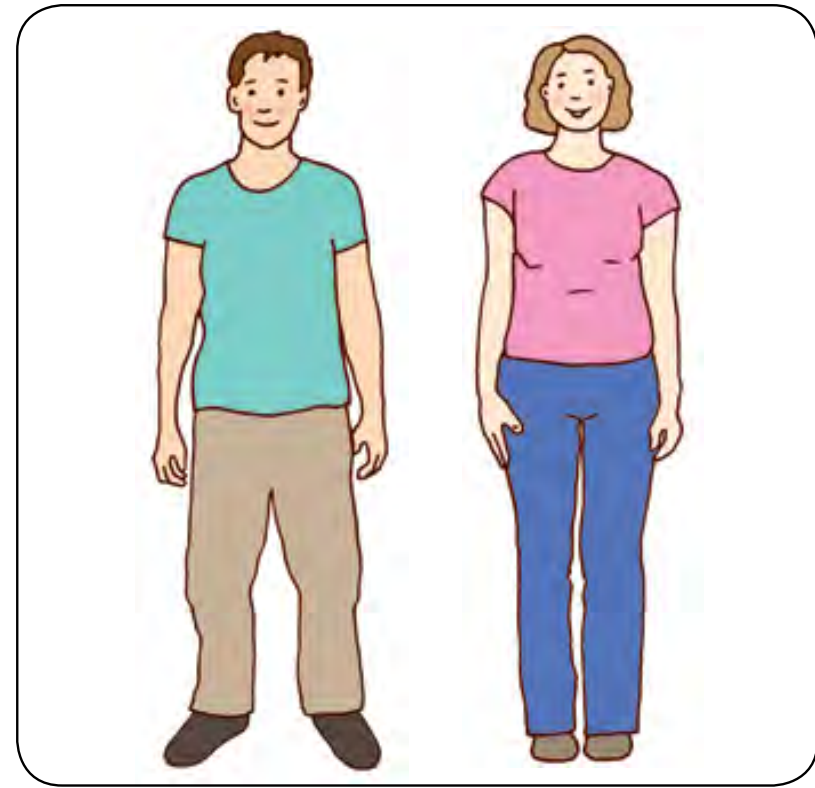
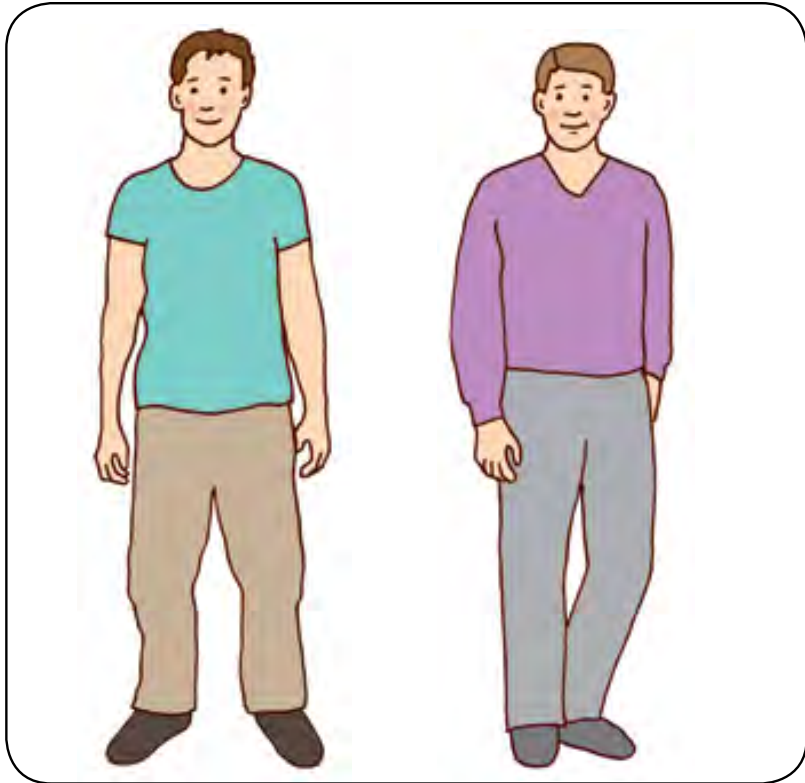
- (Vajadusel: näita pildilt) Kus võib tegeleda eneserahuldamisega?
- (Vajadusel: näita pildilt) Kas eneserahuldamine tundub meeldiv või ebameeldiv?
- (Vajadusel: näita pildilt) Mida on tähtis teha pärast eneserahuldamist?

5. Kas kõik tahavad tegeleda eneserahuldamisega?

6. Eneserahuldamine on isiklik toiming. Mida see tähendab?

Võid küsida ka:

Kellega võib rääkida eneserahuldamisest?



EI



JAH

10. Kust lapsed tulevad

Eesmärk:

Laste saamisega seotud põhiküsimuste mõistmine (lapse tegemiseks on põhimõtteliselt vaja naist ja meest, laps kasvab naise kõhus, laps sünnib naise tupe kaudu).

1. Kes nendest võivad omavahel lapse teha?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:
Kas nemad võivad omavahel lapse teha?

2. Kus laps kasvab? (piisab: naise kõhus)

3. Kust laps sünnib? (piisab: naise alakehast)



EI



JAH

11. Sooline identiteet

Eesmärk:

Oma soolise kuuluvuse üle arutlemine, kui selleks on vajadus.

1. Kas sa oled naine või mees?
2. Kas sinul on mehe või naise keha?
3. Kas sulle meeldib oma keha?
4. Kust sa tead, kas tegemist on mehe või naisega?



Kui inimesel on ebakindlus või ebamugavustunne seoses oma soo määramisega ja ta tahab seda teemat lähemalt arutada, tuleb talle anda täiendavat teavet.



EI



JAH

12. Seksuaalne sättumus

Eesmärk:
Seksuaalse mitmekesisuse mõistmine.

1. Kes kaks võivad omavahel suhtes olla?

Või teise variandina näita ja küsi:

- Kas naine ja mees võivad omavahel suhtes olla?
- Kas mees ja mees võivad omavahel suhtes olla?
- Kas naine ja naine võivad omavahel suhtes olla?



Kui inimene ei oska vastata,
veendu selles, mida ta mõistab suhte all ja
kasuta vajadusel muid mõisteid:

kiinduma
armuma



EI



JAH

12. Seksuaalne sättumus

Eesmärk:

Mõistete hetero, homo, lesbi ja bi äratundmine.

2. See naine on

- hetero. Kellega ta tahaks suhtes olla?
- lesbi. Kellega ta tahaks suhtes olla?
- bi. Kellega ta tahaks suhtes olla?

3. See mees on

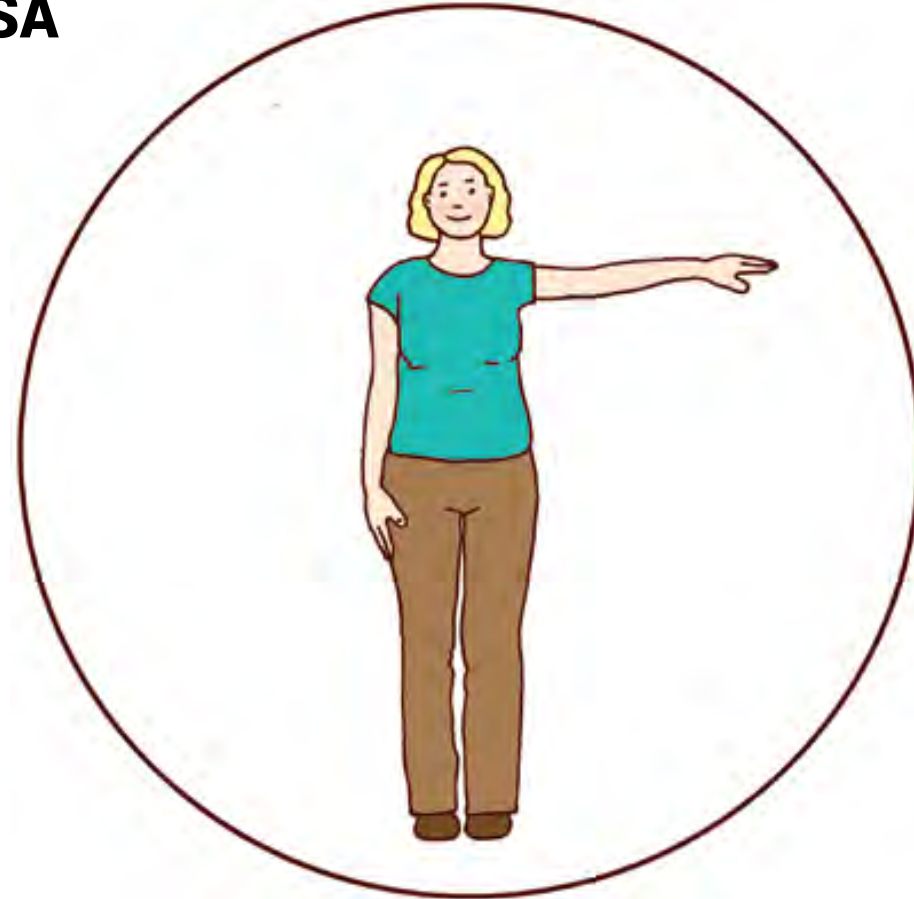
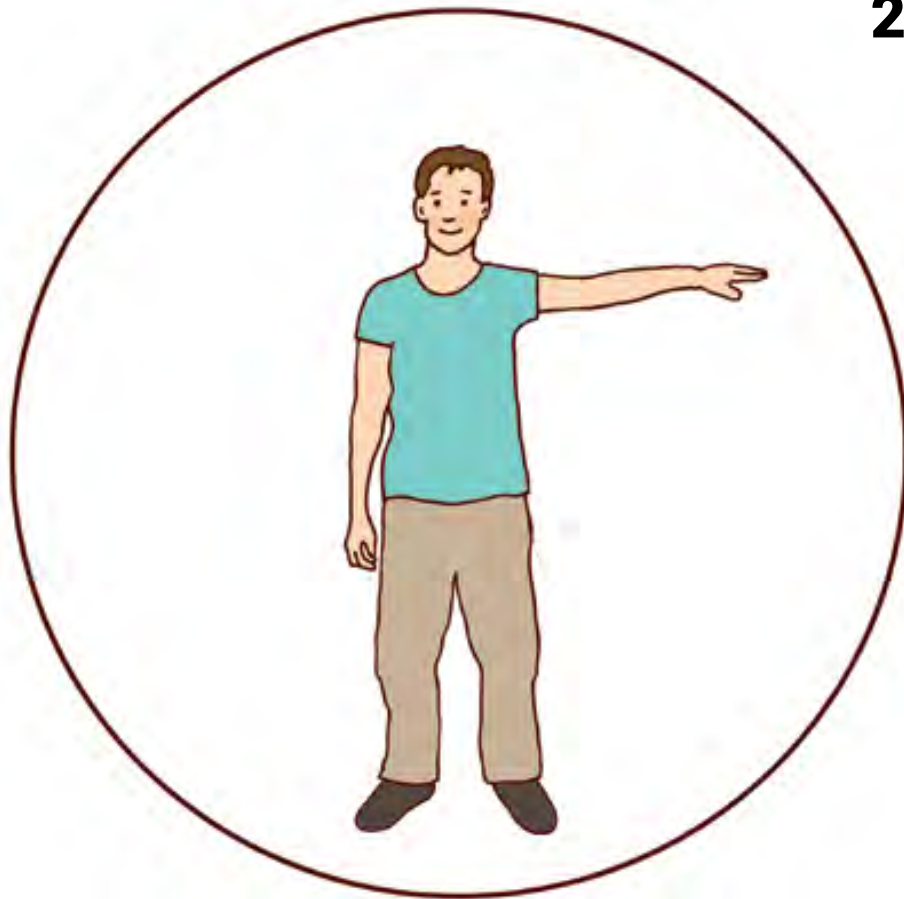
- hetero. Kellega ta tahaks suhtes olla?
- homo. Kellega ta tahaks suhtes olla?
- bi. Kellega ta tahaks suhtes olla?

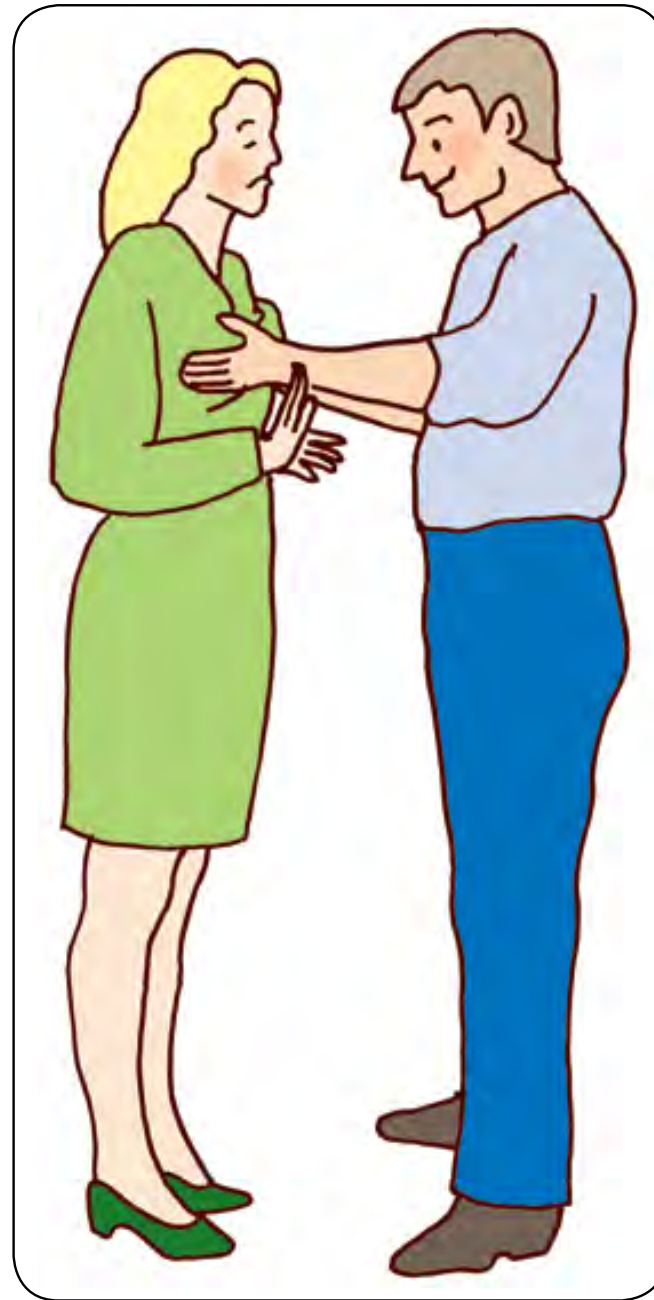
SEKSUAALKASVATUS LIHTSAS KEELES

TURVAOSKUSED

SEKSUAALTERVISEGA SEOTUD TEADMISTE JA
TOETUSVAJADUSE HINDAMINE

2. OSA





EI



JAH

1. Meeldiv ja ebameeldiv puudutus

Eesmärk:

Meeldiva ja ebameeldiva puudutuse äratundmine.

1. Kas see on meeldiv puudutus? Mis põhjusel?



EI



JAH

1. Meeldiv ja ebameeldiv puudutus

Eesmärk:

Meeldiva ja ebameeldiva puudutuse äratundmine.

2. Kas see on meeldiv puudutus? Mis põhjusel?



EI



JAH

1. Meeldiv ja ebameeldiv puudutus

Eesmärk:

Meeldiva ja ebameeldiva puudutuse äratundmine.

3. Näita pilti, kus kallistatakse ja ütle:

Siin pildil on kaks sõpra. Mispärast on see meeldiv puudustus?

4. Näita pilti, kus üks inimestest ei soovi kallistada ja ütle:

Siin pildil on kaks sõpra. Mispärast on see ebameeldiv puudustus?

5. Näita pilti, kus naine teeb mehele lähenemiskatseid ja ütle:

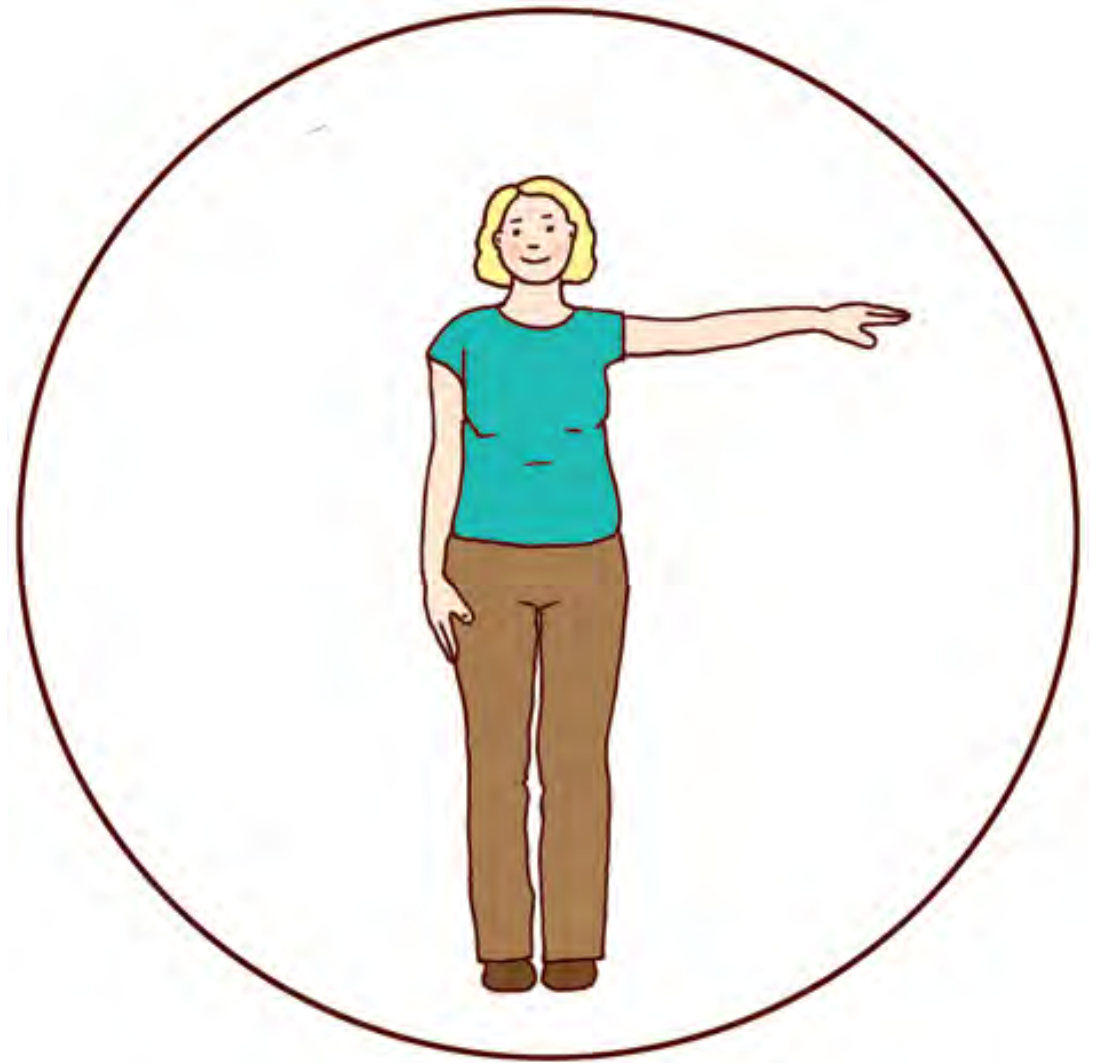
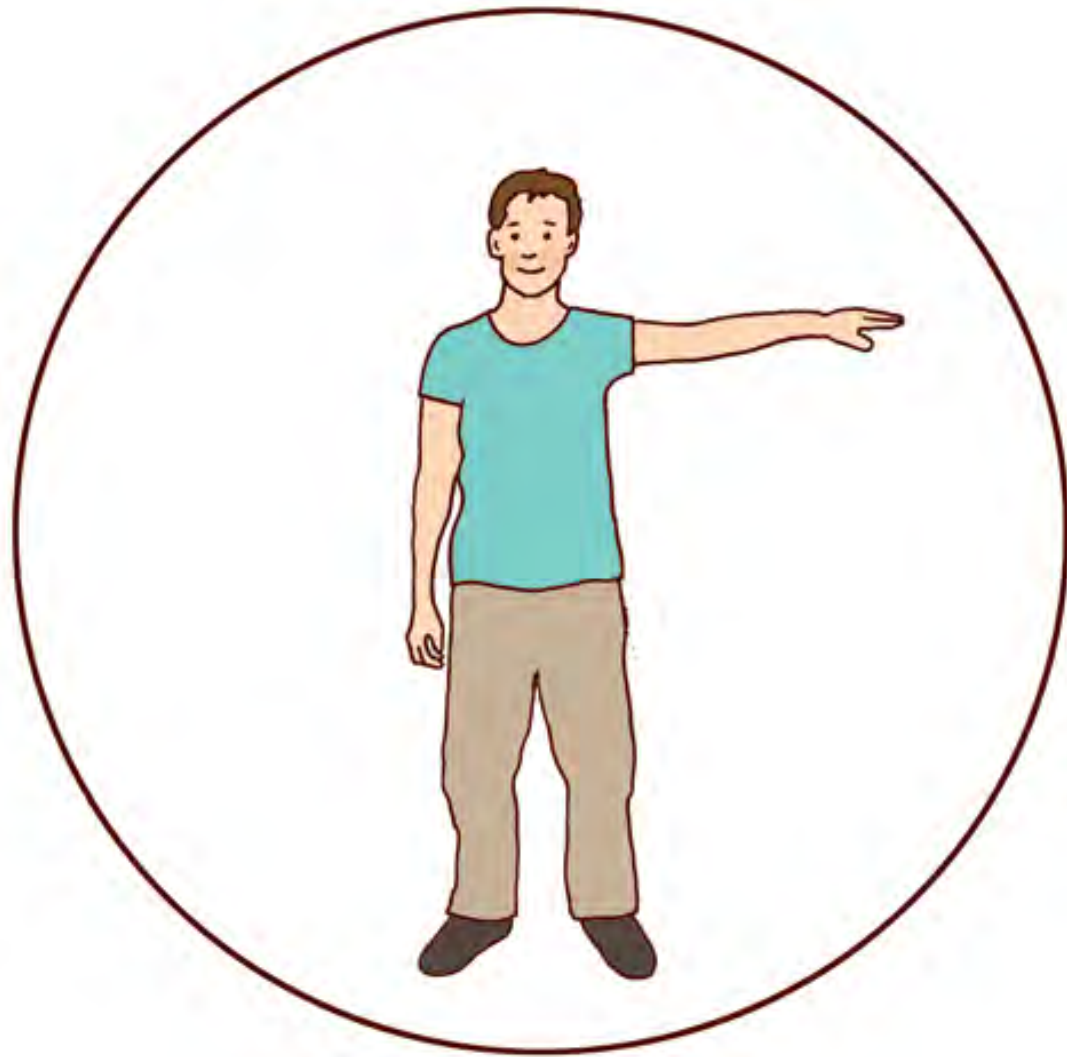
Siin pildil on kaks sõpra. Kas see on meeldiv puudutus?

6. Näita pilti, kus naine on arsti juures ja ütle:

See naine on arsti juures. Kas see on meeldiv puudutus?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:

Kas see on meeldiv puudutus?



EI



JAH

2. Turvalised piirid

Eesmärk:

Oma privaatse ruumi ja sellega seotud turvareeglite mõistmine:
minu keha kuulub mulle, keha ei tohi ilma loata puudutada, sina ise otsustad,
kas sind võib puudutada, igaühte ümbritseb oma isiklik ruum,
millesse võib siseneda ainult siis, kui selleks on luba saadud.

1. Näita, kus on sinu keha?

2. Sellel pildil on sinu keha. See on sinu turvaring.
Sellest seespool on sinu isiklik ruum.
Kas sellesse ruumi võib ilma sinu loata siseneda?

3. Kes otsustab, kas sind võib puudutada?



Joonistage käega õhku ennast ümbritsev turvaring.

Võid anda juhiseid ja ette näidata:

**„siruta käsi ette ja tee kohapeal üks tiir.
See on sinu isiklik ruum, sinu turvaring”.**



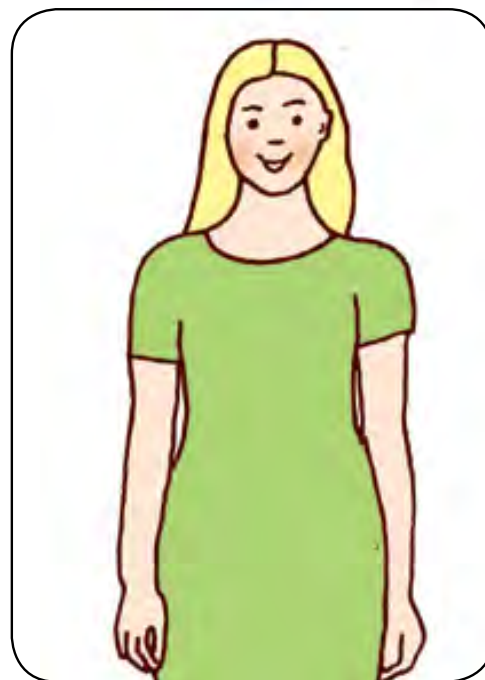
Mees tahab naist kallistada.
Ta küsib naiselt, kas ta tohib naist kallistada.



Naine ütleb:
„Mind ei tohi kallistada“.



Mees kallistab, kuigi ei saanud luba. Ta teeb valesti. Naisele see ei meeldi.



Naine ütleb: „Mind tohib kallistada“.



Mõlemad tahtsid kallistada.
See on õige.



EI



JAH

2. Turvalised piirid

Eesmärk:

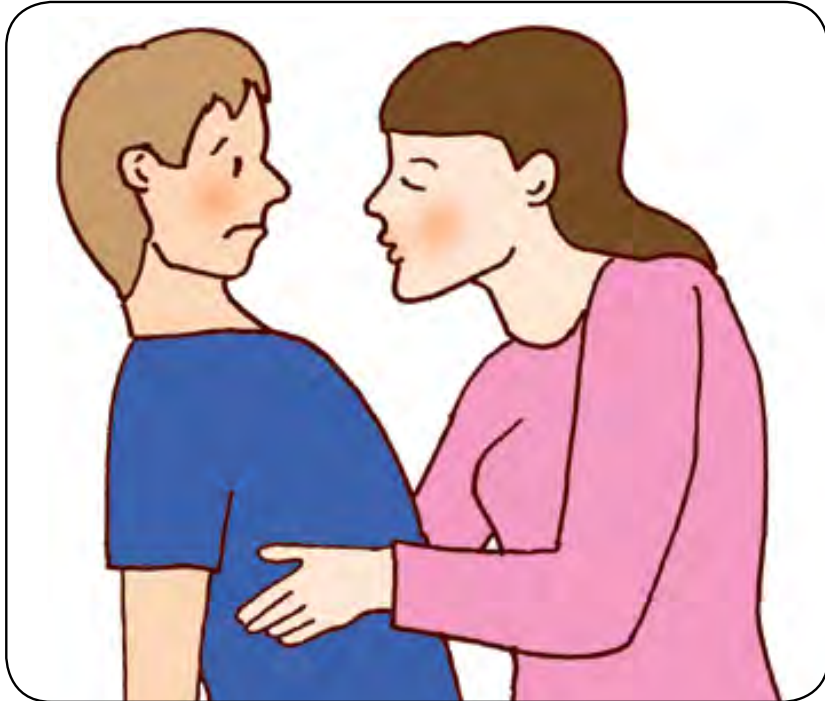
Oma privaatse ruumi ja sellega seotud turvareeglite mõistmine: igaühte ümbritseb oma isiklik ruum, millesse võib siseneda ainult siis, kui selleks on luba saadud.

4. Mida mees tahab teha?

5. Kumba naist tohib kallistada?

6. Mis tunne naisel on, kui teda kallistatakse ilma loata?

7. Kui sina tahad kallistada, mida sa pead esmalt tegema?



Naine annab mehele ilma loata musi.
Mehele see ei meeldi. Nii ei tohi teha.



Keegi ei tohi ilma loata
selle turvaringi sisse tulla.



Mees puudutab naise rindu ilma loata.
Naisele see ei meeldi. Nii ei tohi teha.



Keegi ei tohi ilma loata
selle turvaringi sisse tulla.



EI



JAH

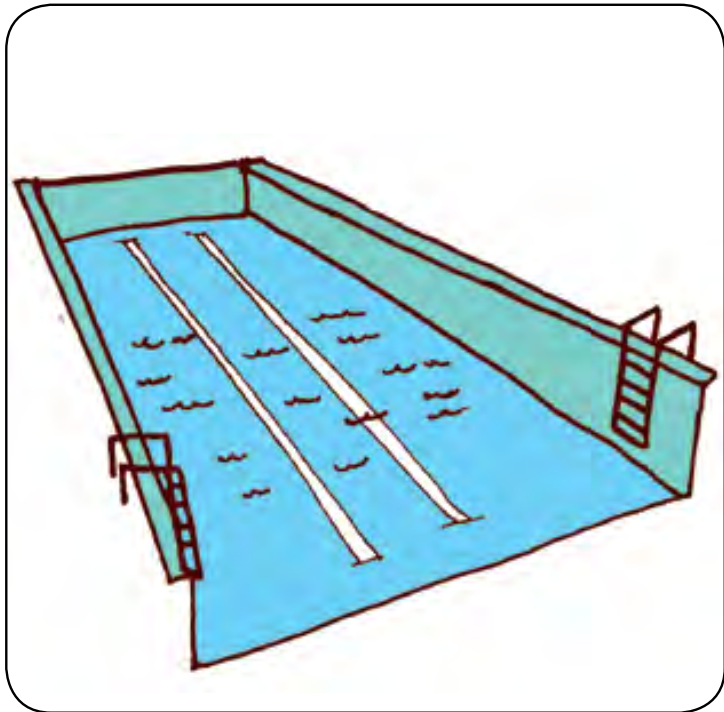
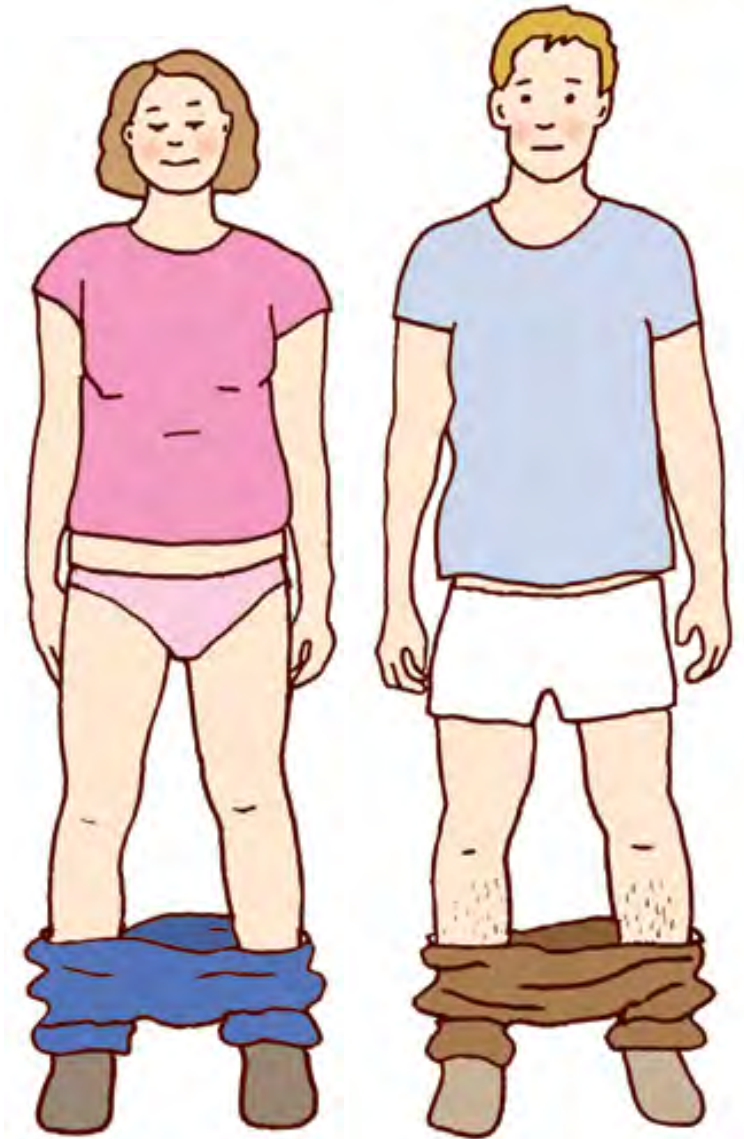
2. Turvalised piirid

Eesmärk:

Oma privaatse ruumi ja sellega seotud turvareeglite mõistmine: igaühte ümbritseb oma isiklik ruum, millesse võib siseneda ainult siis, kui selleks on luba saadud.

8. Kui naine tahab anda mehele musi, mida ta peab tegema?

9. Kas naise rindu võib puudutada ilma loata?



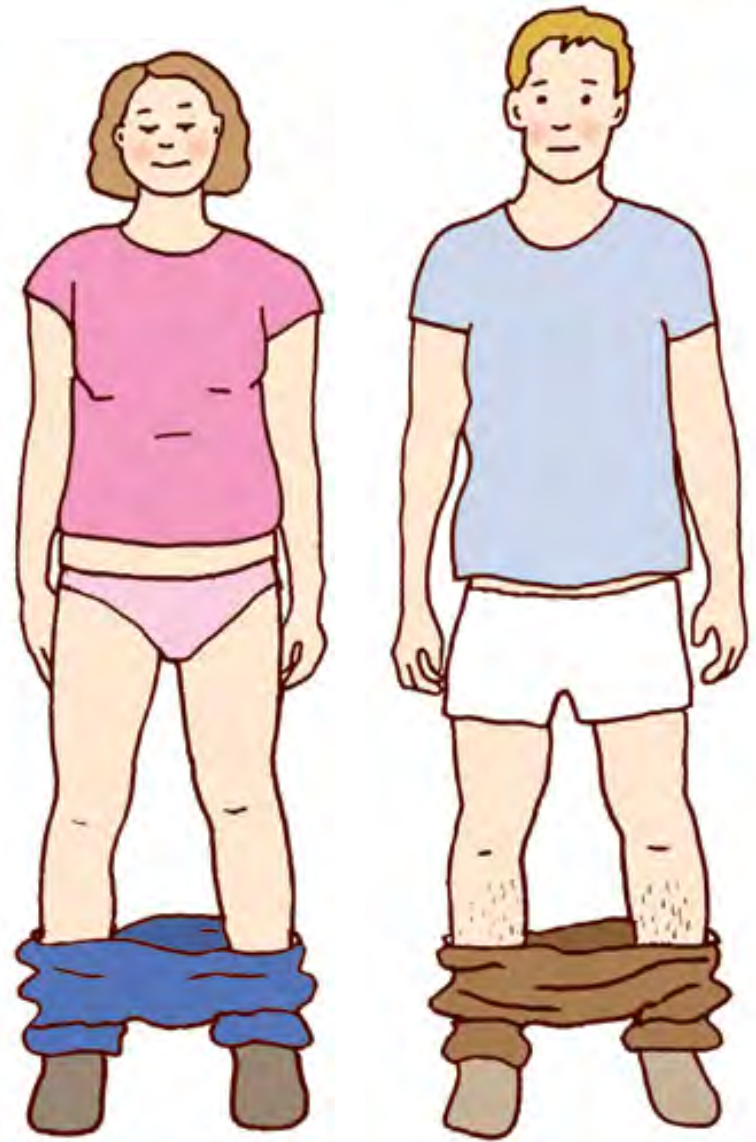
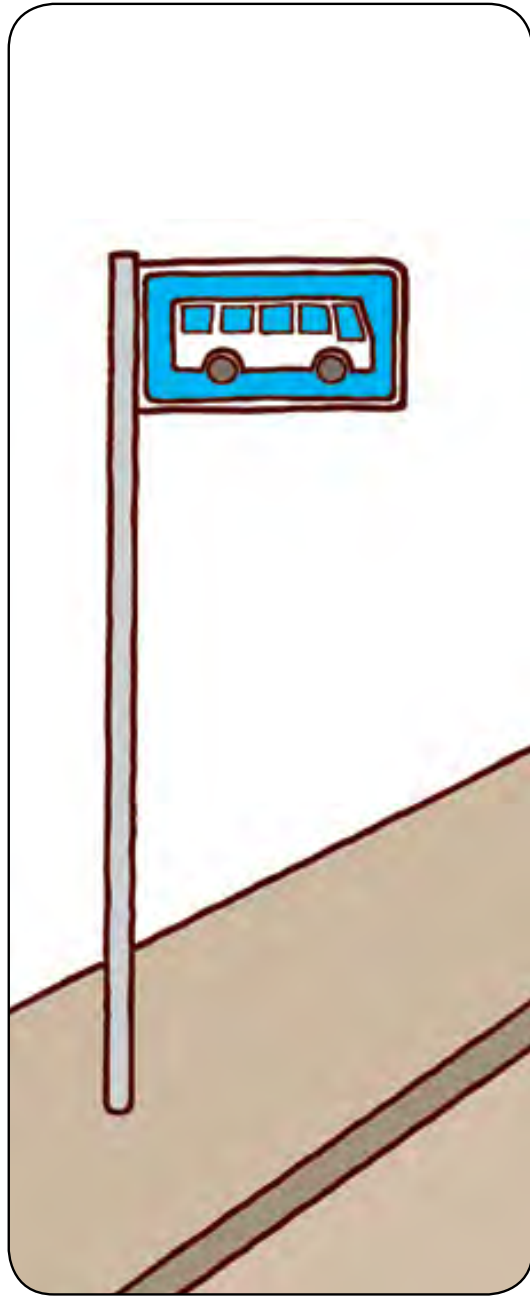
EI

JAH

3. Isiklik

Eesmärk:
Isikliku ja ühise ruumi eristamine.

1. Näita, kus:
võib riided seljast ära võtta ja olla alasti?



EI

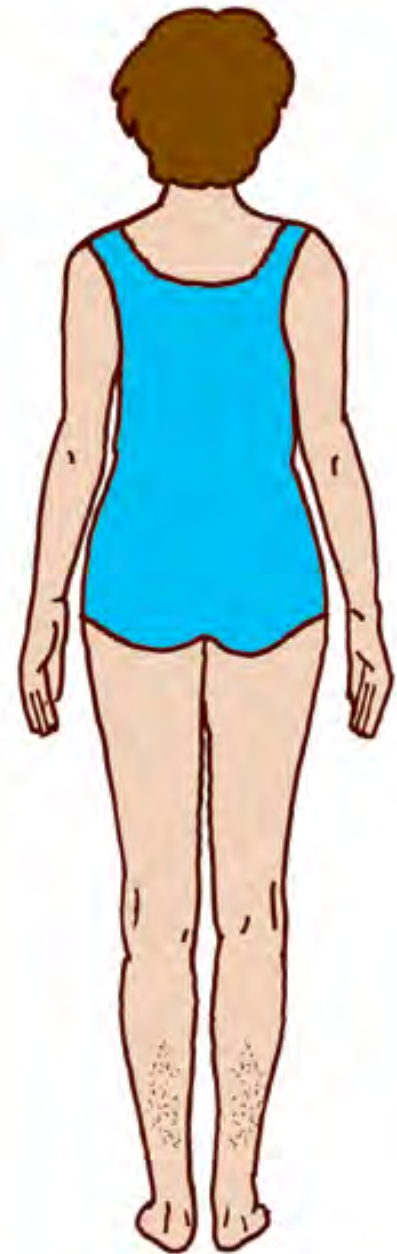
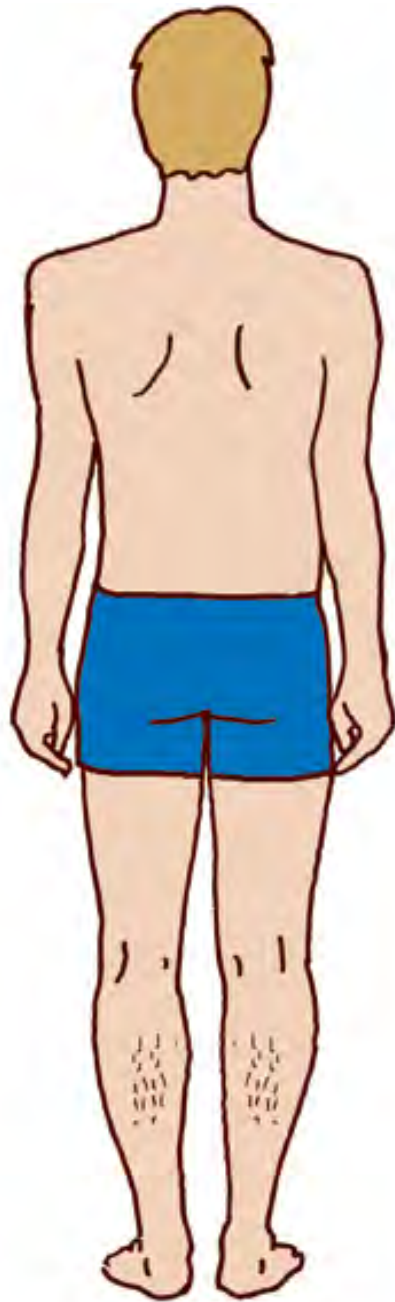


JAH

3. Isiklik

Eesmärk:
Isikliku ja ühise ruumi eristamine.

2. Näita, kus:
võib riided seljast ära võtta ja olla alasti?



EI



JAH

4. Ujumisriiete ala ja turvareeglid

Eesmärk:

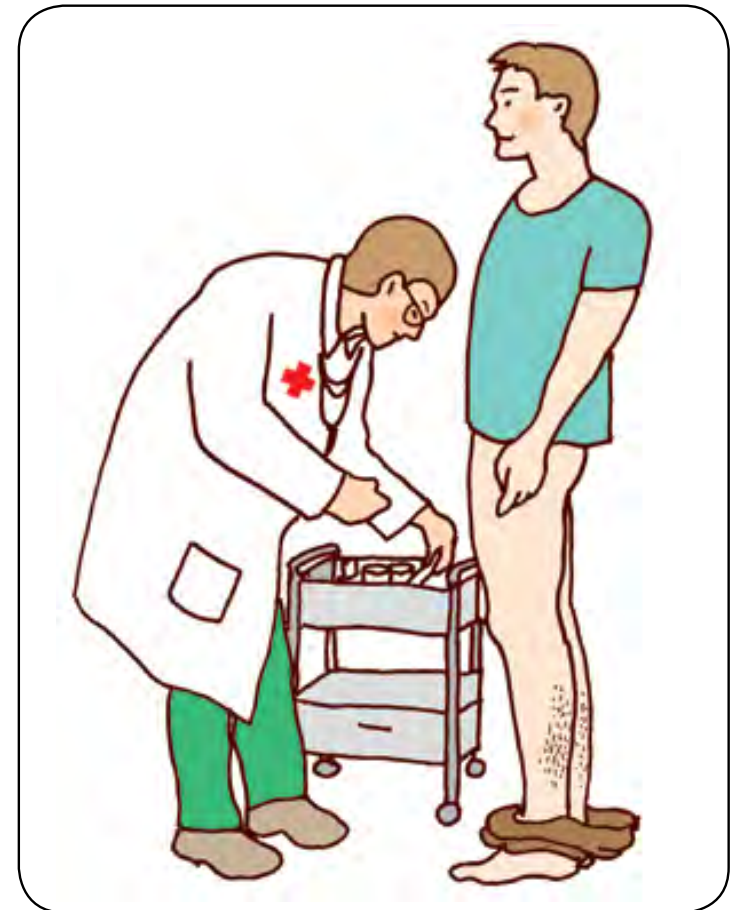
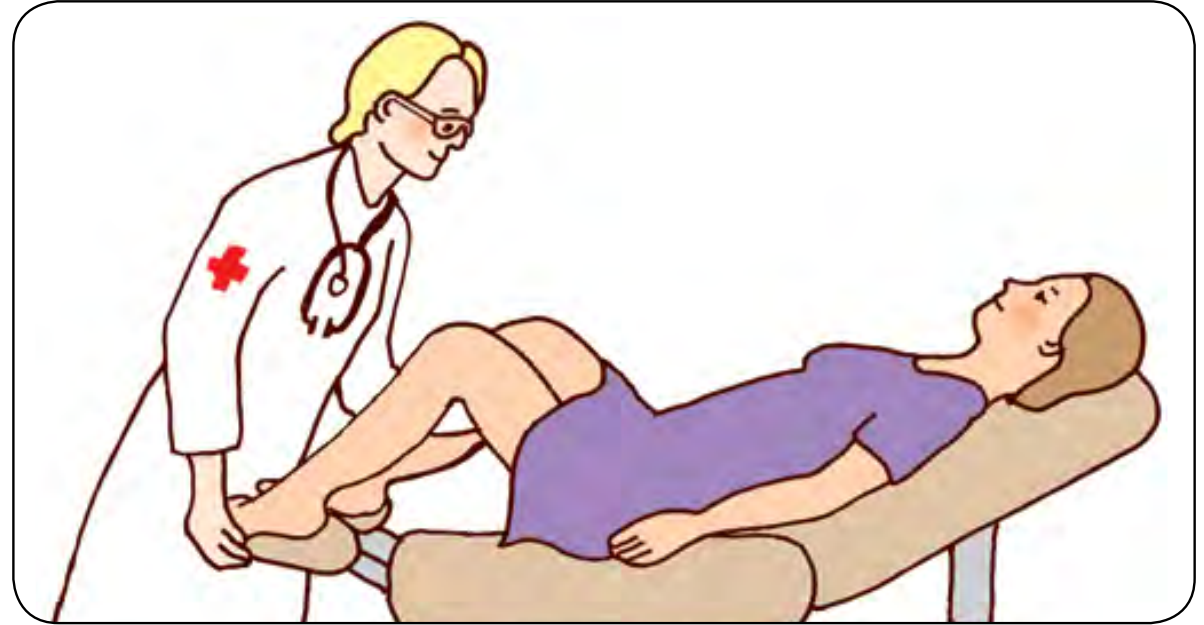
Intiimsete kehaosade äratundmine ja mõistmine, et igaühel on õigus puudutusest keelduda.

1. Sellel pildil on ujumisriiete ala.

Igaühel on oma kehal ujumisriiete ala, mis on tähtis ja isiklik ala.

Ujumisriiete ala ei tohi keegi ilma loata puudutada.

- Näita pildilt, kust sind ilma loata puudutada ei tohi.
 - Näita pildilt, kust sind võib puudutada.



EI



JAH

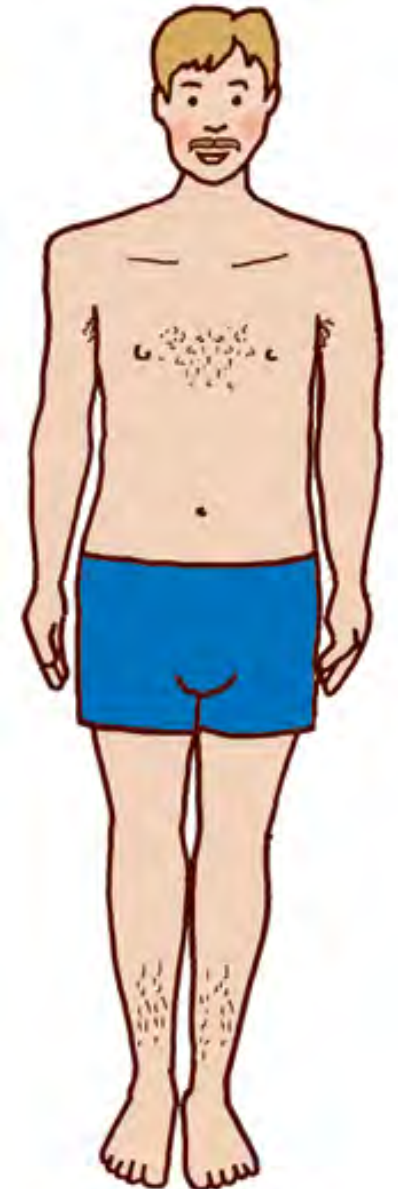
4. Ujumisriiete ala ja turvareeglid

Eesmärk:

Ujumisriiete ala puudutamise seotud olukordade mõistmine:
on olukordi, kus ujumisriiete ala puudutamine on loomulik ja vajalik.
Mitte kunagi ei tohi siiski teist ilma loata puudutada.

2. Kas saab puudutada ujumisriiete ala.

- Siin on ema, kes aitab lapsel peput pühkida.
Kas ta tohib puudutada ujumisriiete ala?
- Siin on juhendaja, kes aitab alakeha pesta.
Kas ta tohib puudutada ujumisriiete ala?
- Siin on arst, kes uurib arstikabinetis naise tuppe.
Kas ta tohib puudutada ujumisriiete ala?
- Siin on arst, kes uurib arstikabinetis mehe peenist.
Kas ta tohib puudutada ujumisriiete ala?



EI



JAH

4. Ujumisriiete ala ja turvareeglid

Eesmärk:

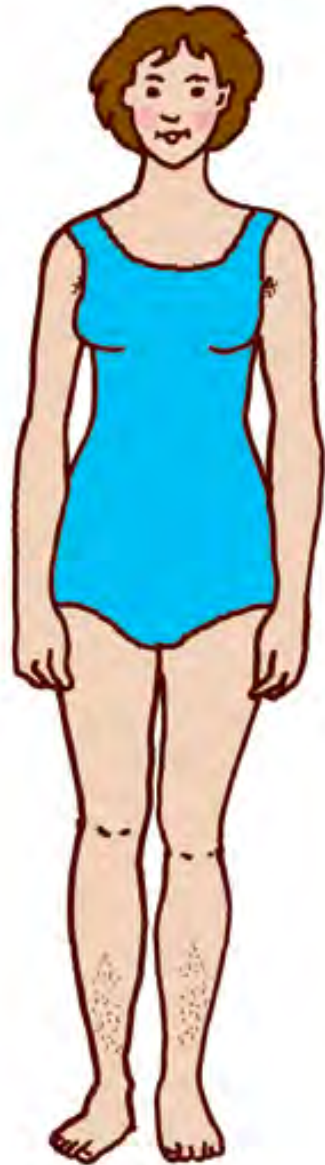
Ujumisriiete ala äratundmine, ebameeldiva puudutuse äratundmine, teise inimese puudutamise seotud reeglite mõistmine.

3. Kas poiss puudutab tüdruku ujumisriiete ala?

- Kas tüdrukule see meeldib?
- Kas nii tohib teha?

4. Kas tüdruk puudutab poisi ujumisriiete ala?

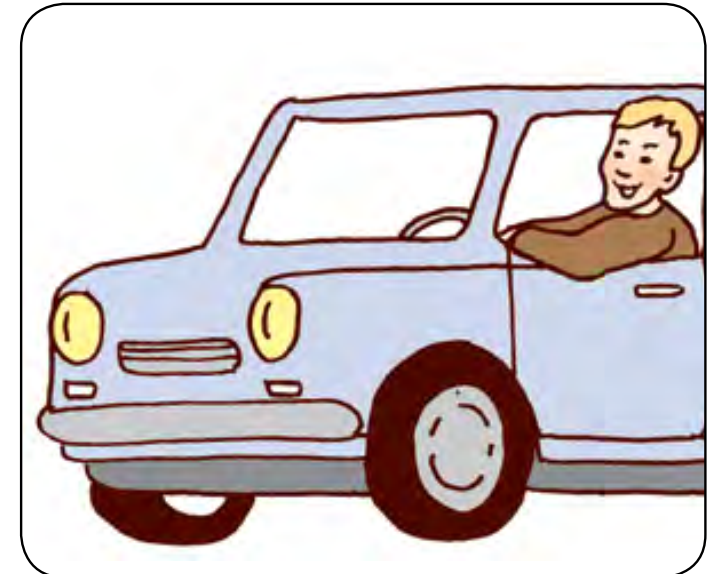
- Kas poisile see meeldib?
- Kas nii tohib teha?



EI



JAH



4. Ujumisriiete ala ja turvareeglid

Eesmärk:

Tähtsate turvareeglite mõistmine: puudutamine ei tohi olla saladus, kedagi ei tohi ära osta, et ta ennast puudutada lubaks, kedagi ei tohi sundida puudutama, võõra inimesega kaasa ei tohi minna.

5. Kas ujumisriiete ala puudutamine võib olla saladus?

6. Kas sind tohib ujumisriiete alalt puudutada, kui saad selle eest kingiks kommi, kohvi, suitsu?

7. Kas sina võid puudutada teise ujumisriiete ala, kui ta lubab anda sulle kingi (šokolaadi, kohvi, suitsu)?

8. Sellel pildil naine ähvardab, et ta lööb või räägib teistele, kui ei saa puudutada ujumisriiete ala. Kas nii tohib teha?

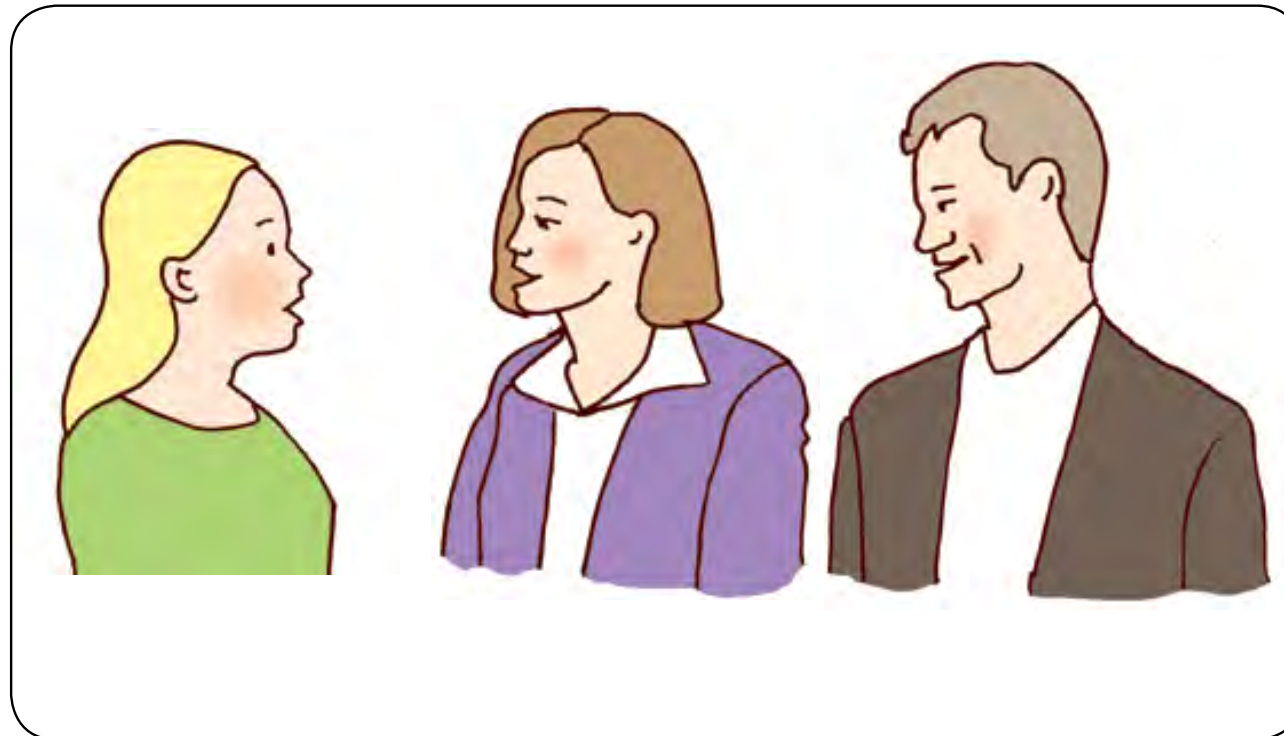
9. Sellel pildil on tundmatu isik.
Ta kutsub sind kaasa autoga sõitma ja külla. Kas võib minna kaasa?



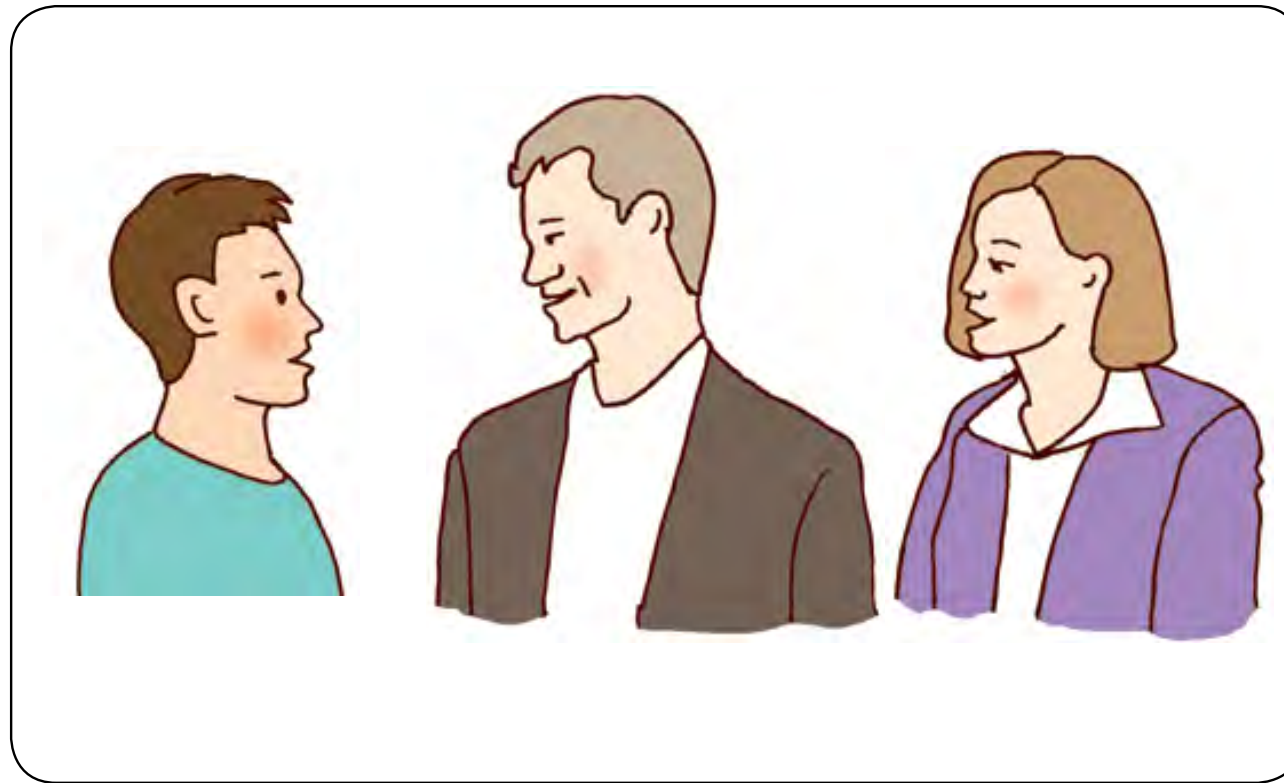
ÜTLE „EI“



MINE ÄRA



RÄÄGI TUTTAVALE INIMESELE, KEDA SA USALDAD



4. Ujumisriiete ala ja turvareeglid

Eesmärk:

Turvalisusega seotud tegevusjuhise mõistmine, usaldatava inimese teadmine.

Vaatame seda lugu koos ja arutleme, mida teha, kui keegi püüab sind ebameeldivalt puudutada või puudutada sind ujumisriiete alalt.

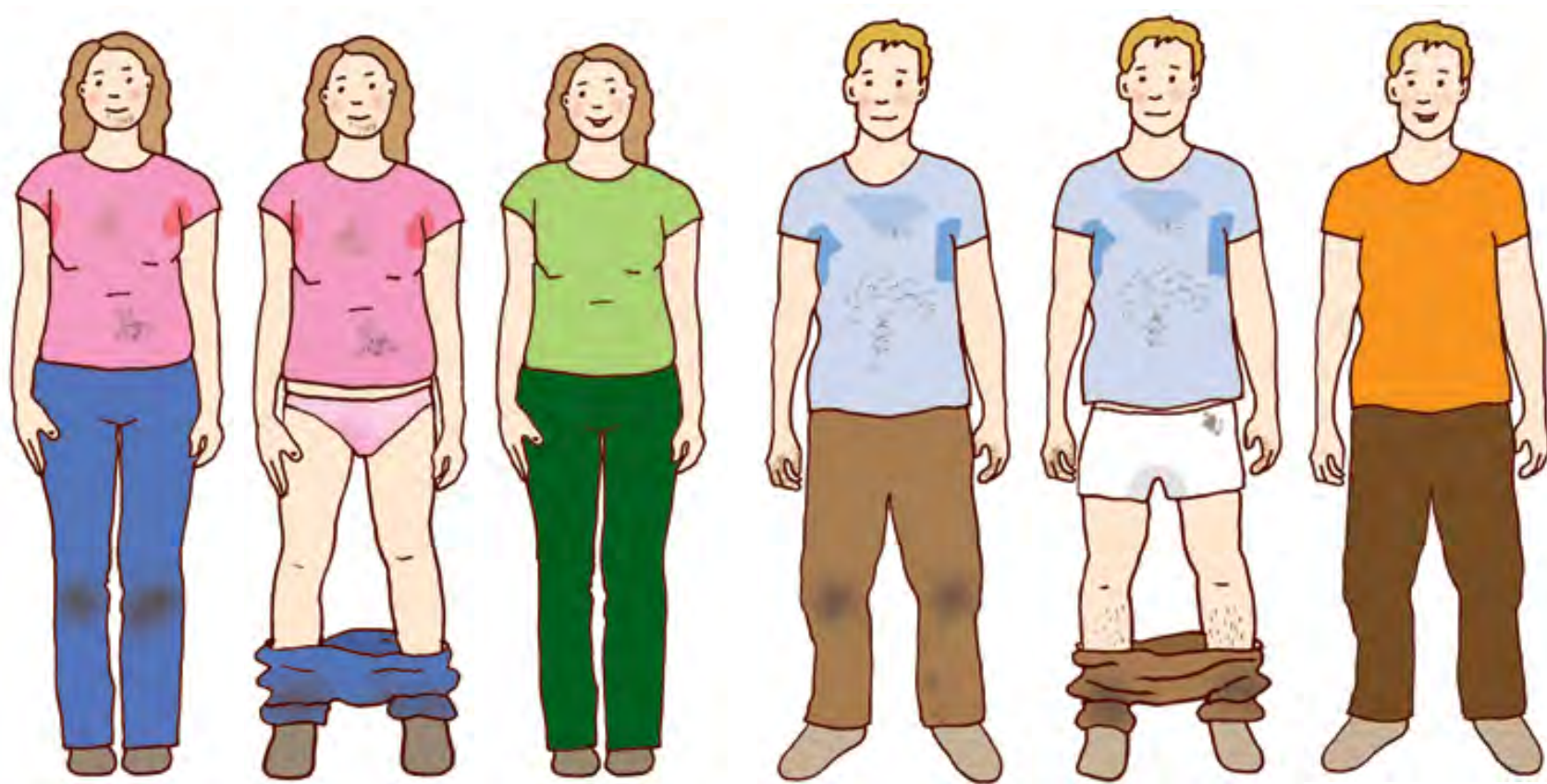
- Kui keegi puudutab sind ebameeldivalt või üritab puudutada ujumisriiete alalt ilma loata, mida teed?
- Kui keegi teeb midagi sellist, mis sulle ei meeldi, kellele võid sellest rääkida?
- Kes on inimene, keda sa usaldad?

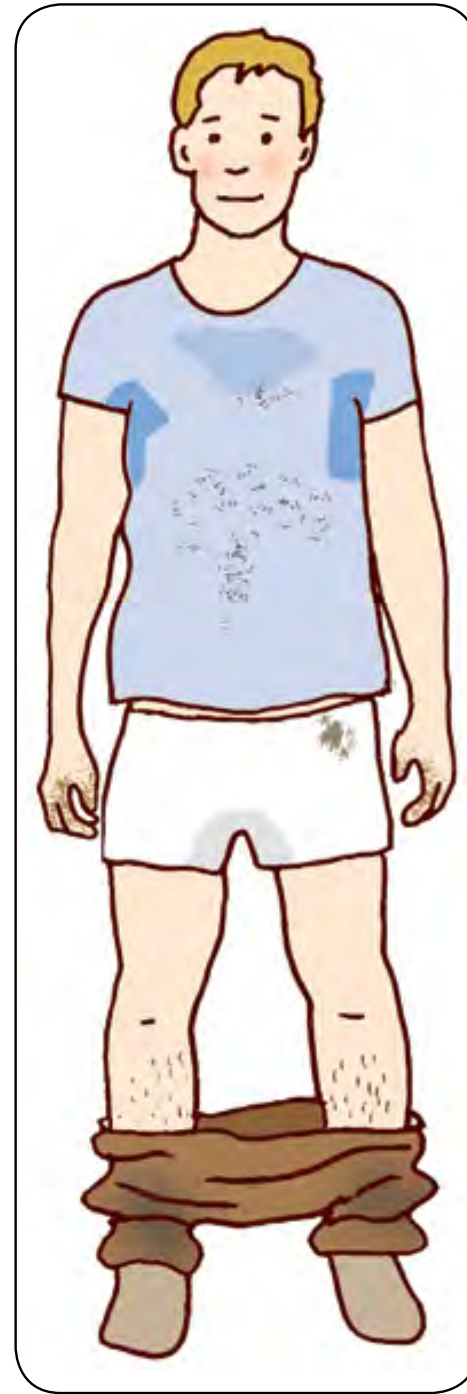
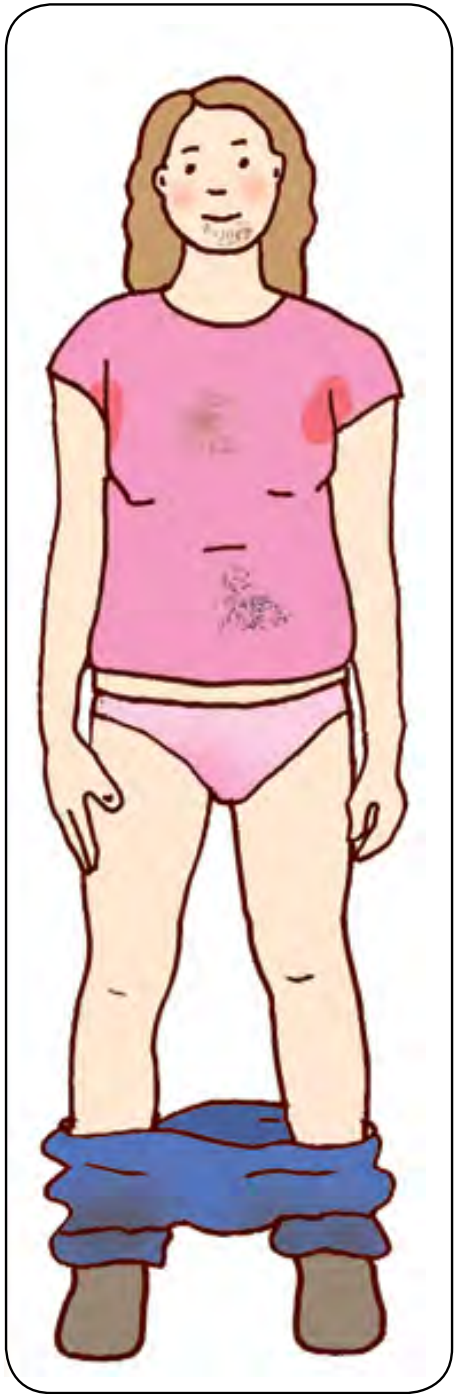
SEKSUAALKASVATUS LIHTSAS KEELES

TERVIS JA PUHTUS

SEKSUAALTERVISEGA SEOTUD TEADMISTE JA
TOETUSVAJADUSE HINDAMINE

3. OSA





EI



JAH

1. Enese pesemine ja riiete vahetamine

Eesmärk:

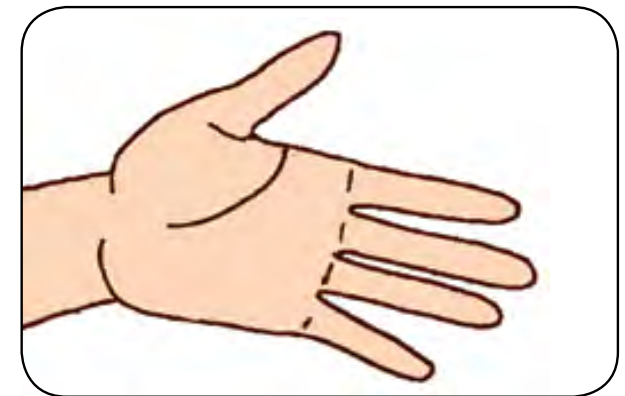
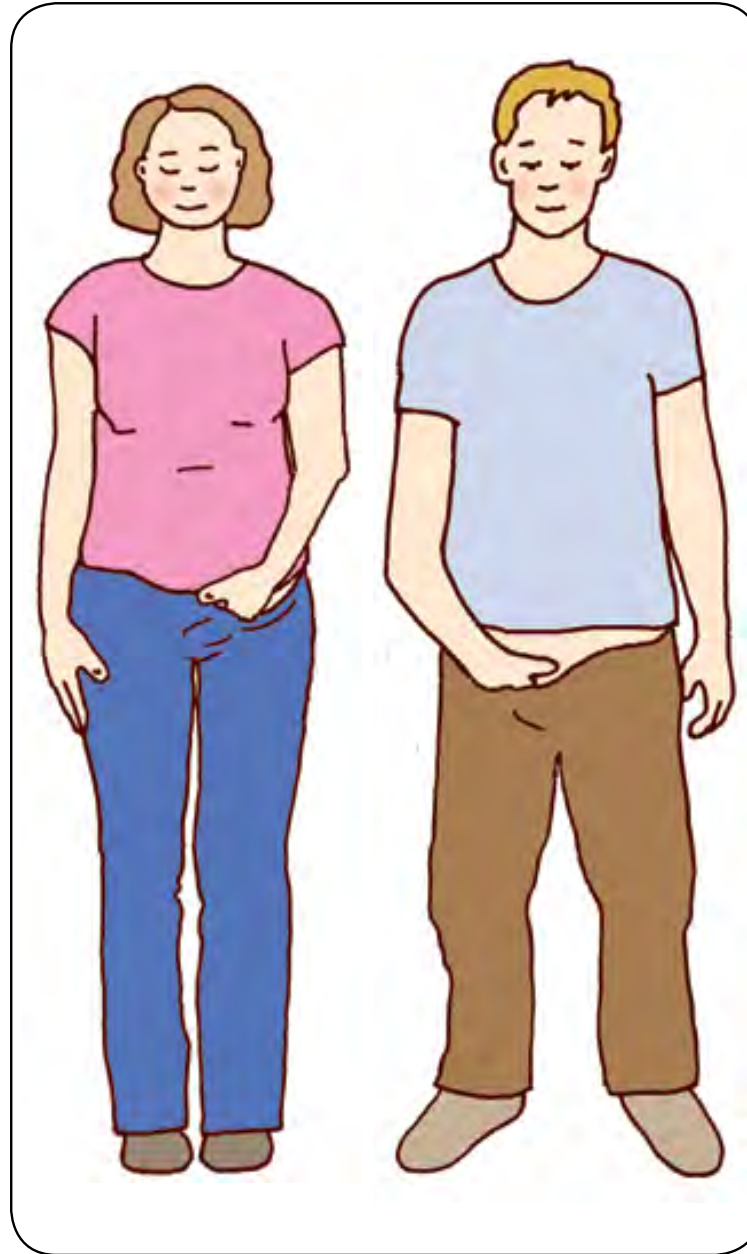
Mustuse ja puhtuse äratundmine.

1. Kes on puhas?

2. Kes on must?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:

Kas ta on puhas?



EI

JAH

1. Enese pesemine ja riiete vahetamine

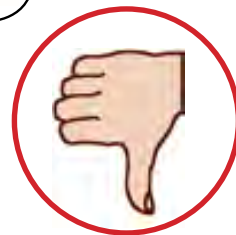
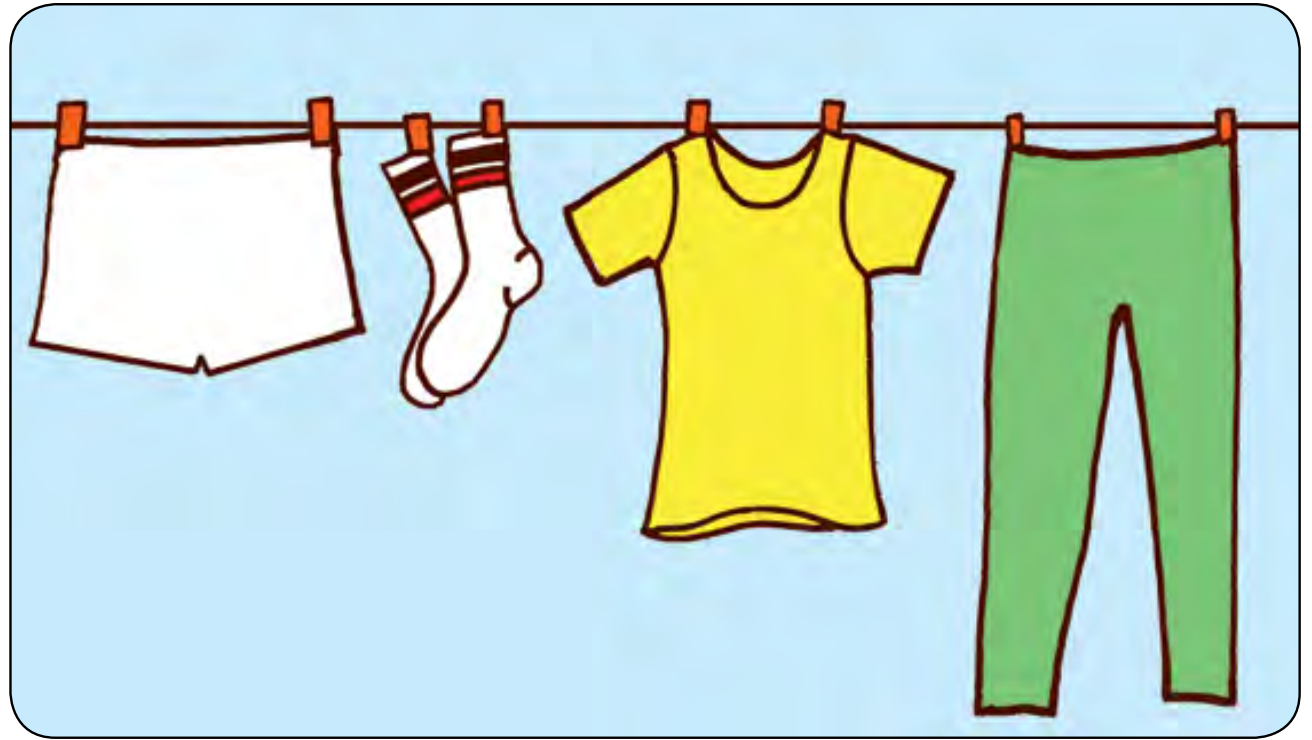
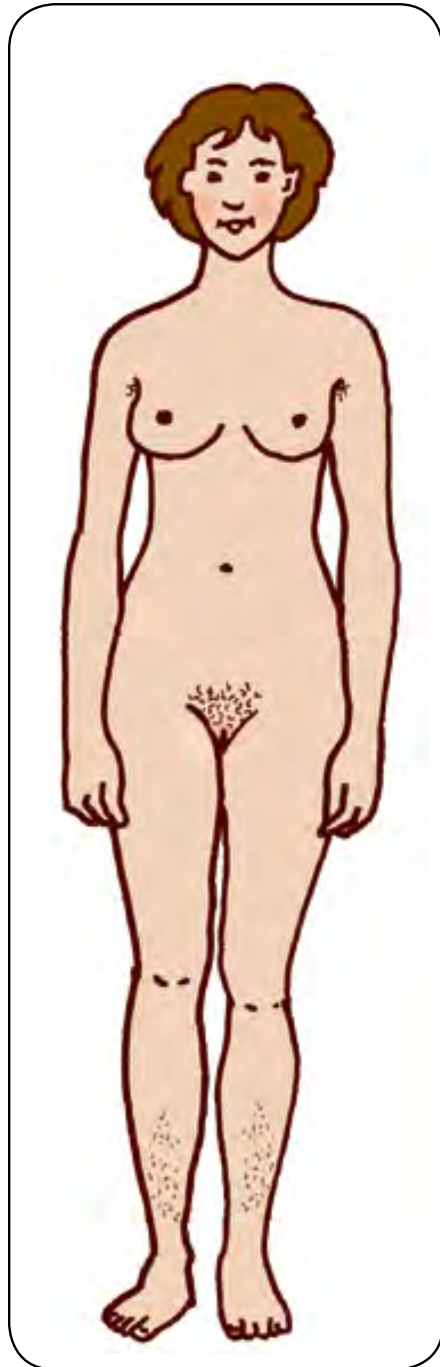
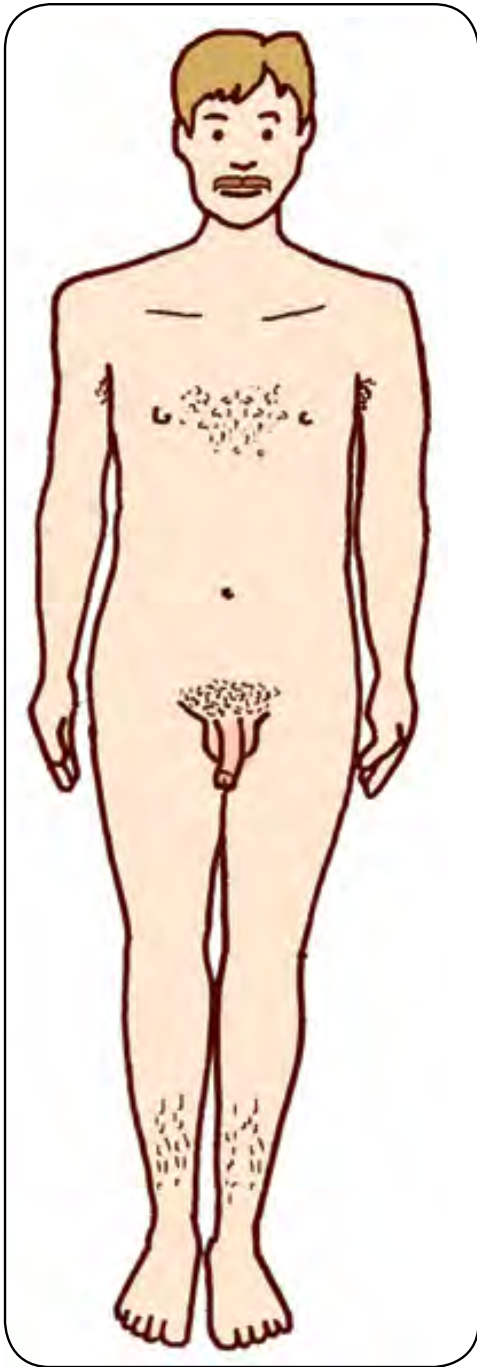
Eesmärk:

Käte pesemisega seotud olukordade äratundmine.

2. Näita, millal tuleb pesta käsi.

Või teise variandina näita pilti ja küsi:

Kas siin tuleb pesta käsi?



EI



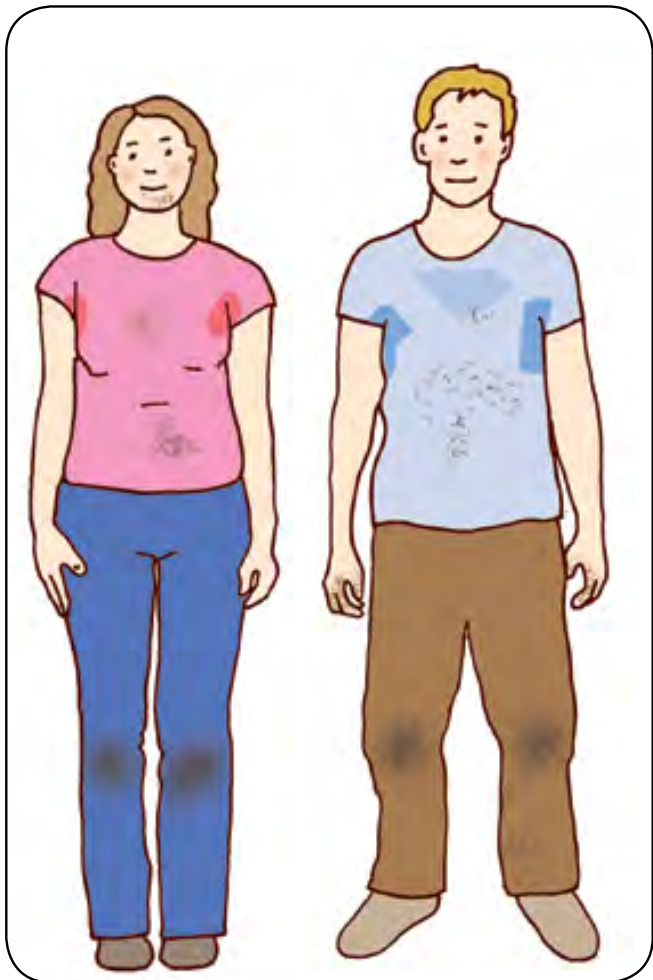
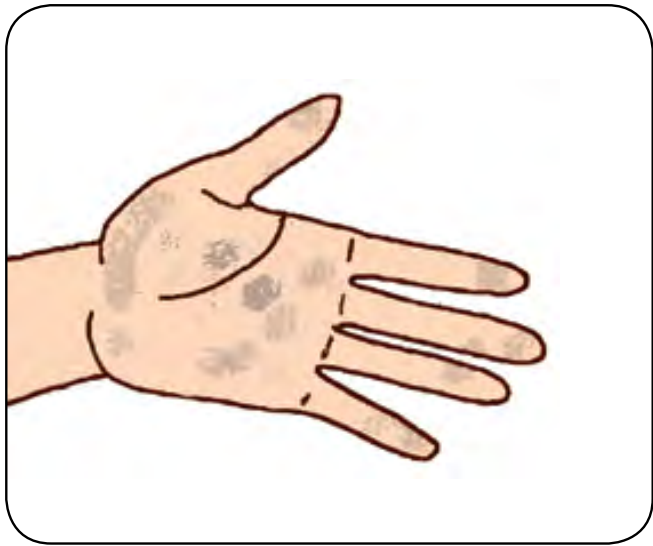
JAH

1. Enese pesemine ja riiete vahetamine

Eesmärk:

Igapäevaste isikliku puhtusega seotud toimingute äratundmine.

4. Näita, milliseid kehaosi tuleks pesta iga päev?
5. Mis on tähtis pesta hommikul ja õhtul?
6. Näita, milliseid riideid tuleks vahetada iga päev?



EI



JAH

1. Enese pesemine ja riiete vahetamine

Eesmärk:

Puhtuse ja mustuse tagajärgede mõistmine: mustade käte, hammaste ja keha tõttu võib haigestuda, must ja räpane on teiste arvates ebameeldiv, pesemata, räpane inimene haiseb teiste arvates ebameeldivalt.

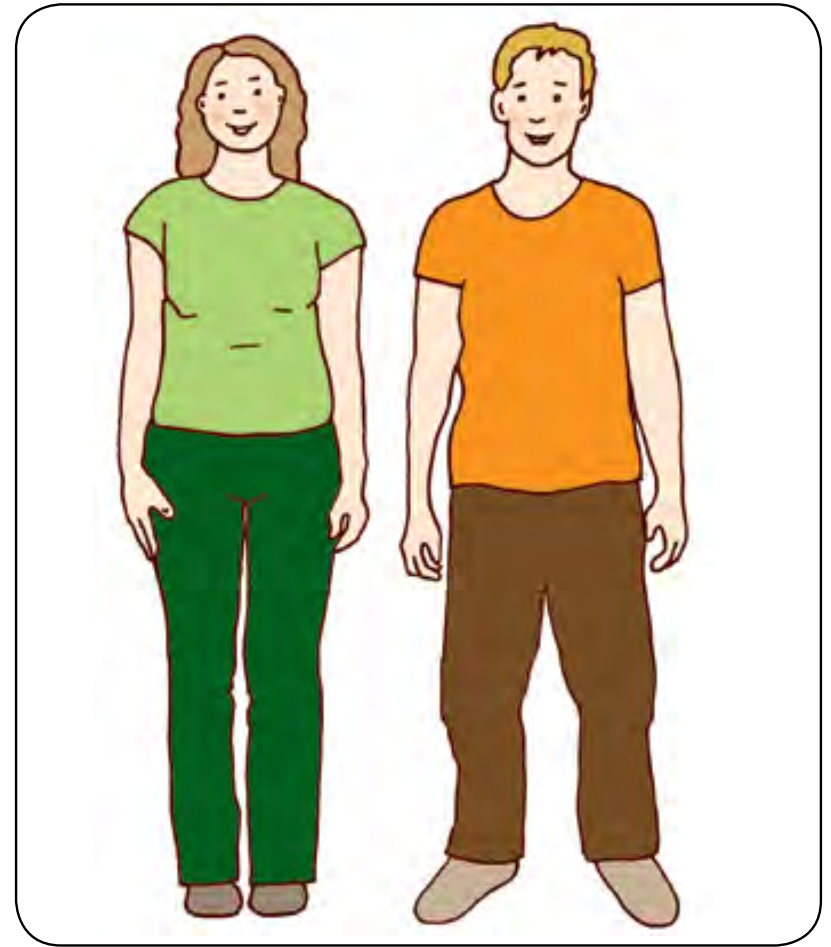
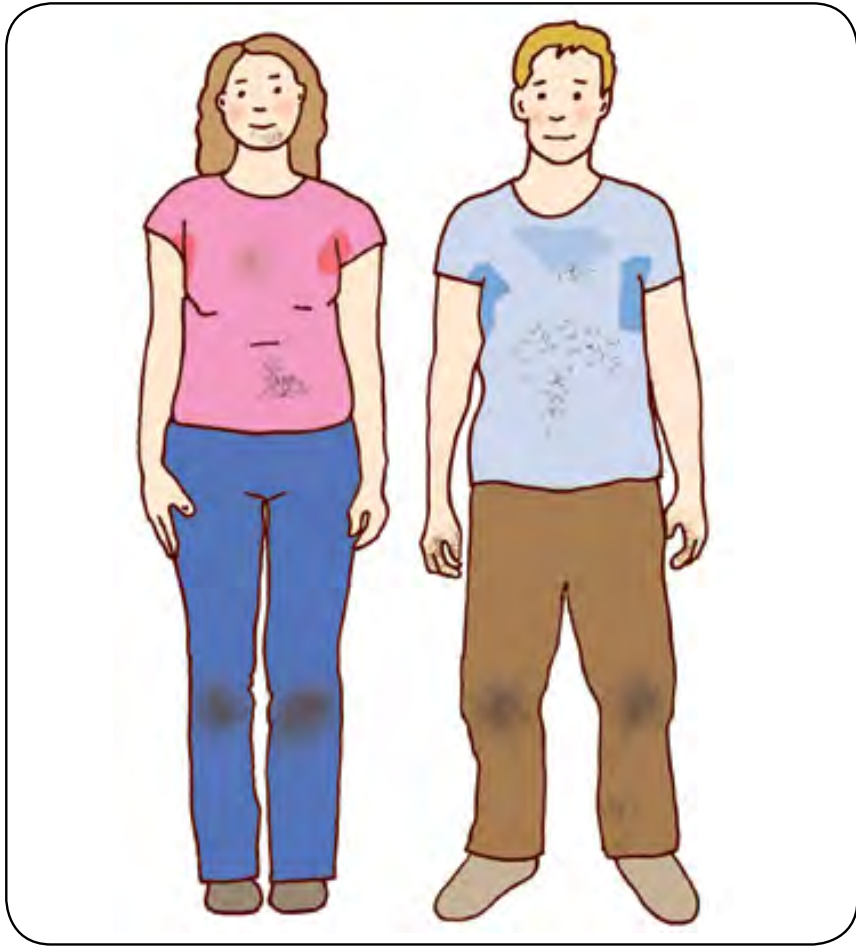
6. Miks tuleb pesta käsi?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:
Mis juhtub, kui ei pese käsi?

7. Mis juhtub, kui oled pesemata ja räpane?

8. Mis juhtub, kui ei kasuta deodoranti?

9. Mis juhtub, kui ei pese hambaid?



EI



JAH

1. Enese pesemine ja riiete vahetamine

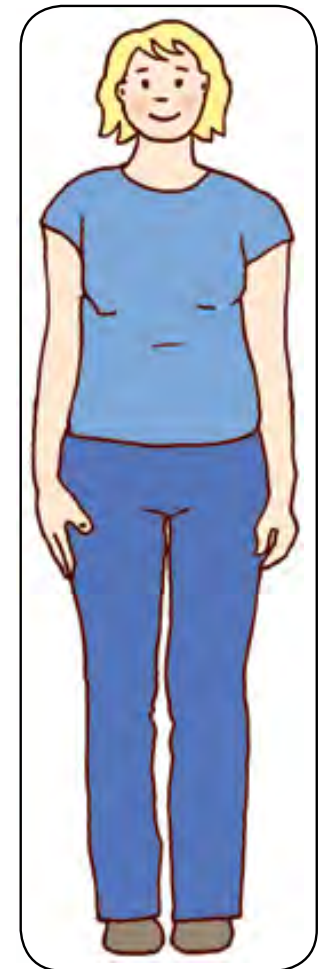
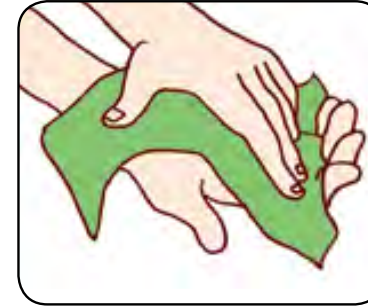
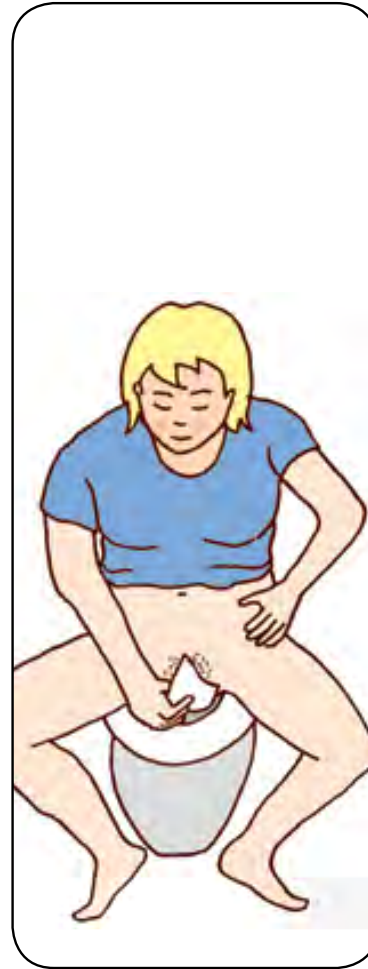
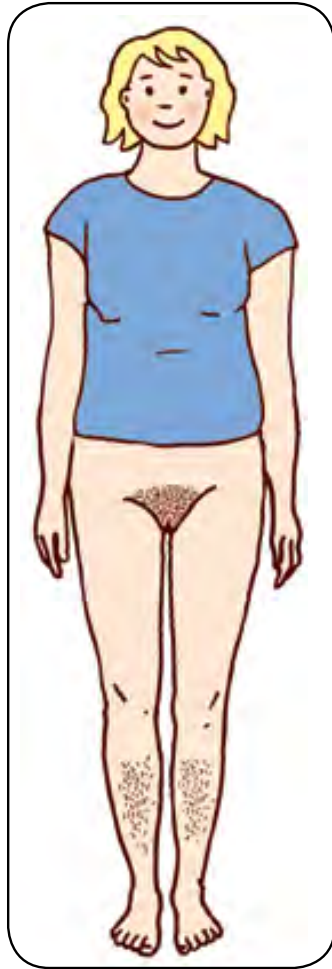
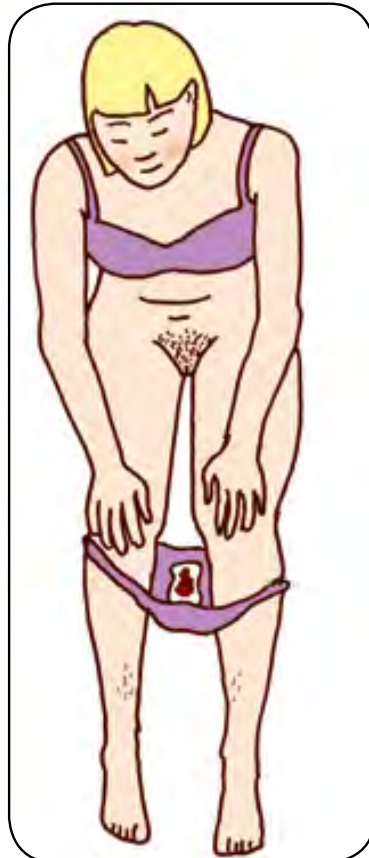
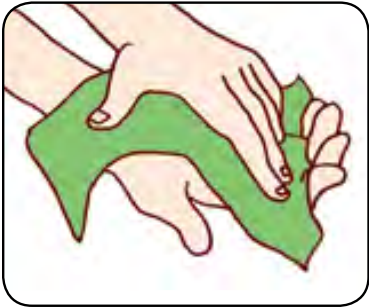
Eesmärk:

Riiete vahetamist nõudvate olukordade äratundmine.

9. Näita piltidelt, millal peab riideid vahetama?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:

Kas siin peaks riideid vahetama?



EI



JAH

2. Naise intiimhügieen

Eesmärk:

Intiim- ja menstruaalhügieeni põhitõdede mõistmine.

1. Kuidas alakeha pesta?
2. Millal alakeha tuleb pesta?
3. Millal peab vahetama hügieenisidet?



**Kasuta seda nimetust,
mida inimene teab
või ise kasutab**



EI



JAH

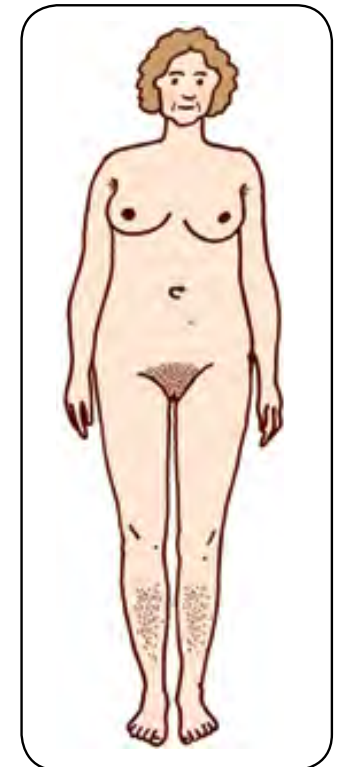
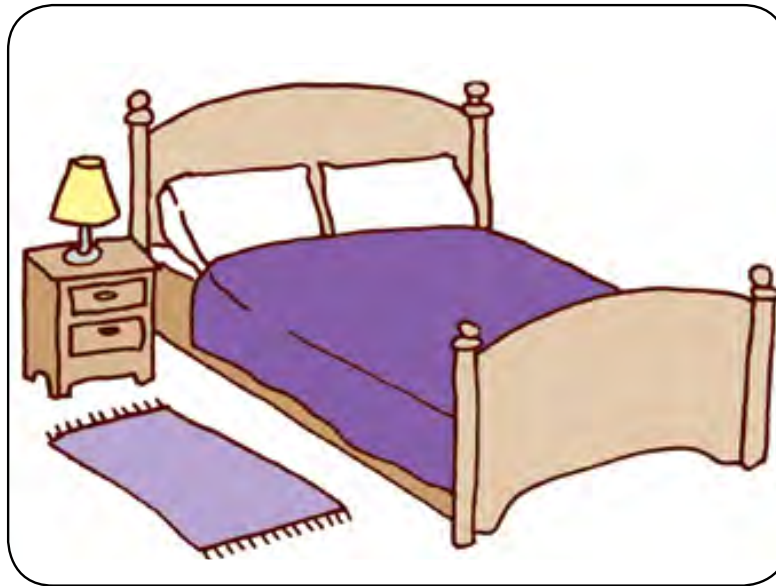
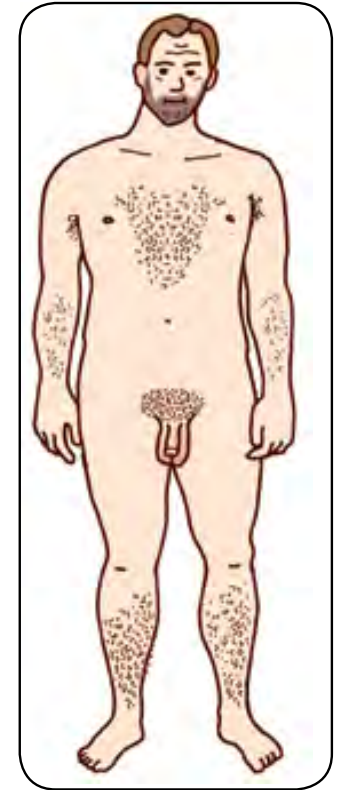
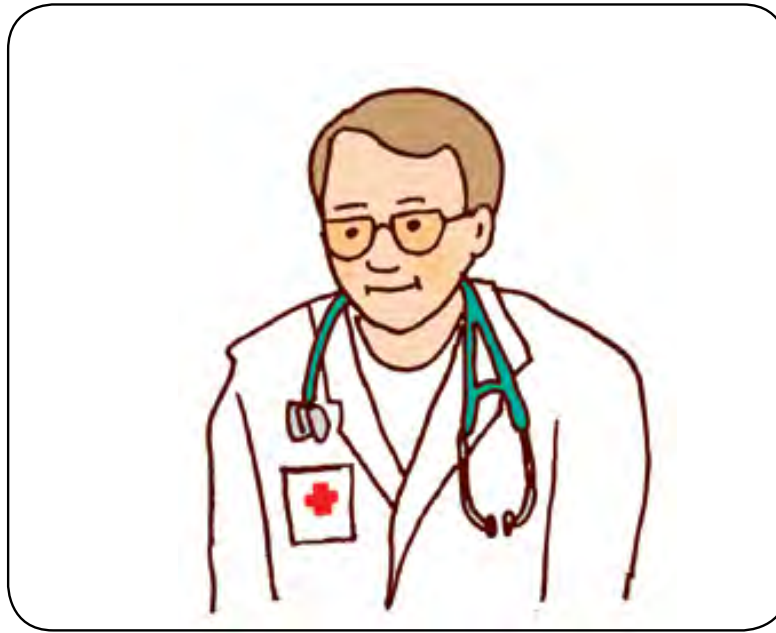
2. Mehe intiimhügieen

Eesmärk:
Intiimhügieeni põhitõdede mõistmine.

1. Kuidas peenist pesta?
2. Millal peenist tuleb pesta?



**Kasuta seda nimetust,
mida inimene teab
või ise kasutab**



EI



JAH

3. Arsti juures

Eesmärk:

Inimene mõistab, et ujumisriiete ala uuritakse ainult arsti juures, kui on tekkinud probleeme või tavalise läbivaatuse ajal.

Inimene mõistab, et arst on ainuke pädev isik, kes võib uurida ujumisriiete piirkonda.

1. Kes võib uurida, kui alakehas on valusid, kihelust või kipitust?
2. Kus saab uurida, kui alakehas on valusid, kihelust või kipitust?
3. Miks rindasid tuleb vahel lasta arstil kontrollida? (pilt puudub)
4. Miks naine peab käima oma alakeha arstile näitamas? (pilt puudub)
või vajadusel näita kehaosade küsimuse juures alasti naise ja mehe pilti.
5. Miks mees peab käima oma peenist arstile näitamas? (pilt puudub)



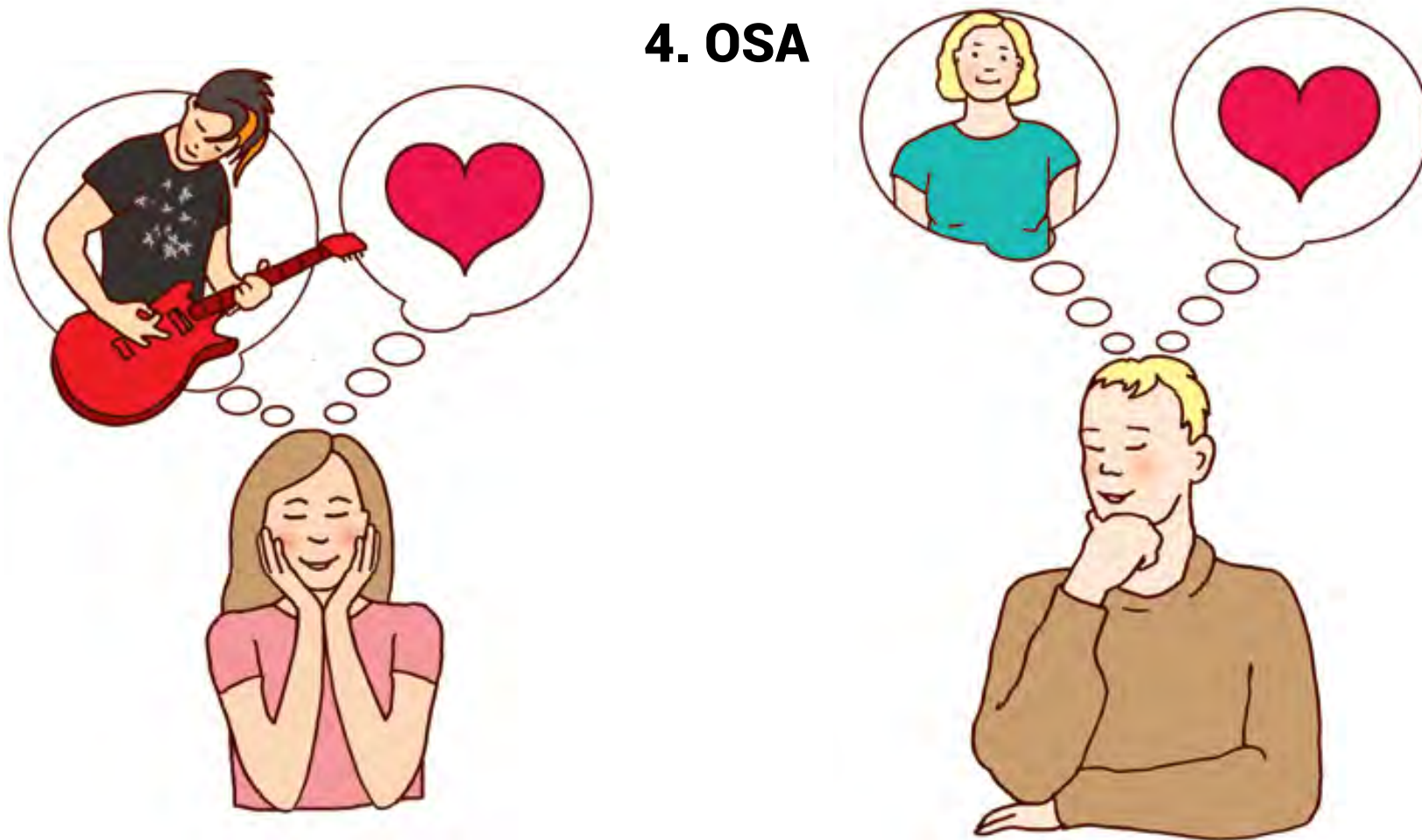
**Kasuta seda nimetust,
mida inimene teab või ise kasutab:
naise rinnad, peenis,
välised suguelundid, tussu, tupp**

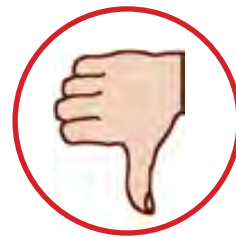
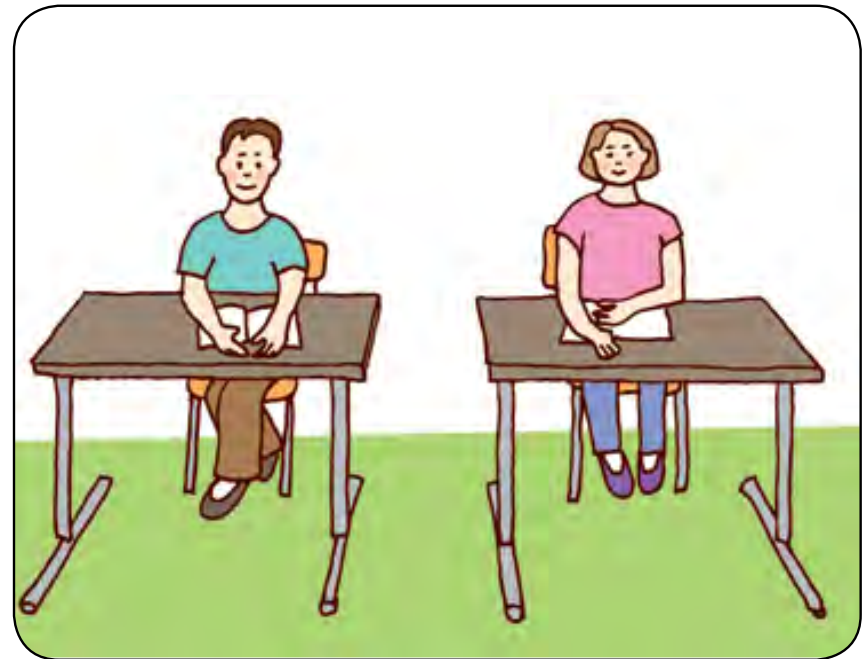
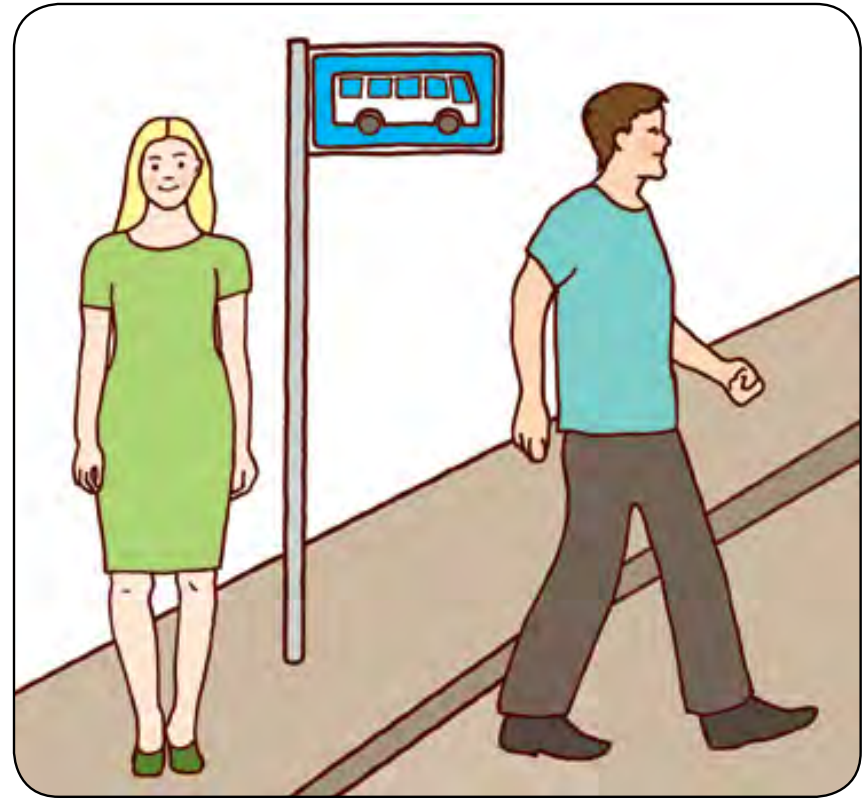
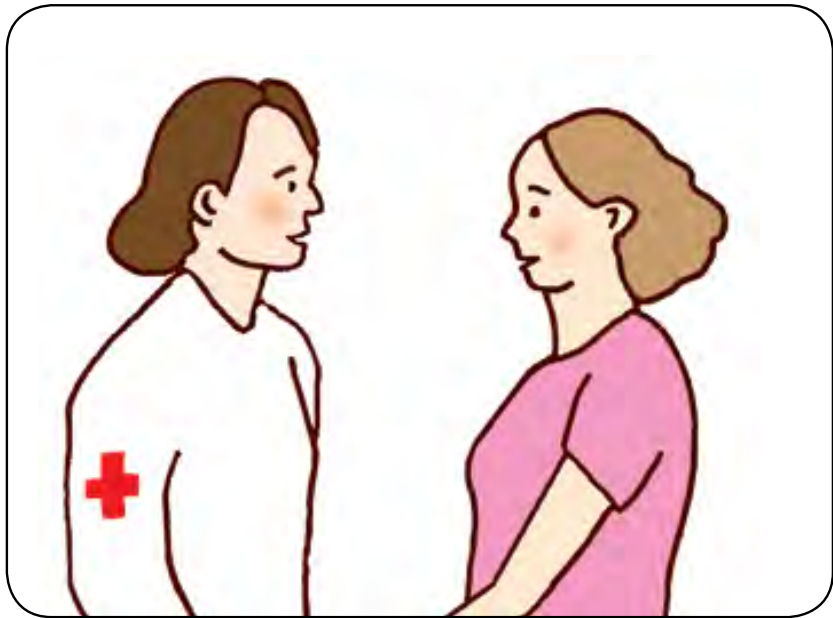
SEKSUAALKASVATUS LIHTSAS KEELES

INIMSUHTED

SEKSUAALTERVISEGA SEOTUD TEADMISTE JA
TOETUSVAJADUSE HINDAMINE

4. OSA





EI



JAH

1. Tundmatu ja tuttav inimene

Eesmärk:

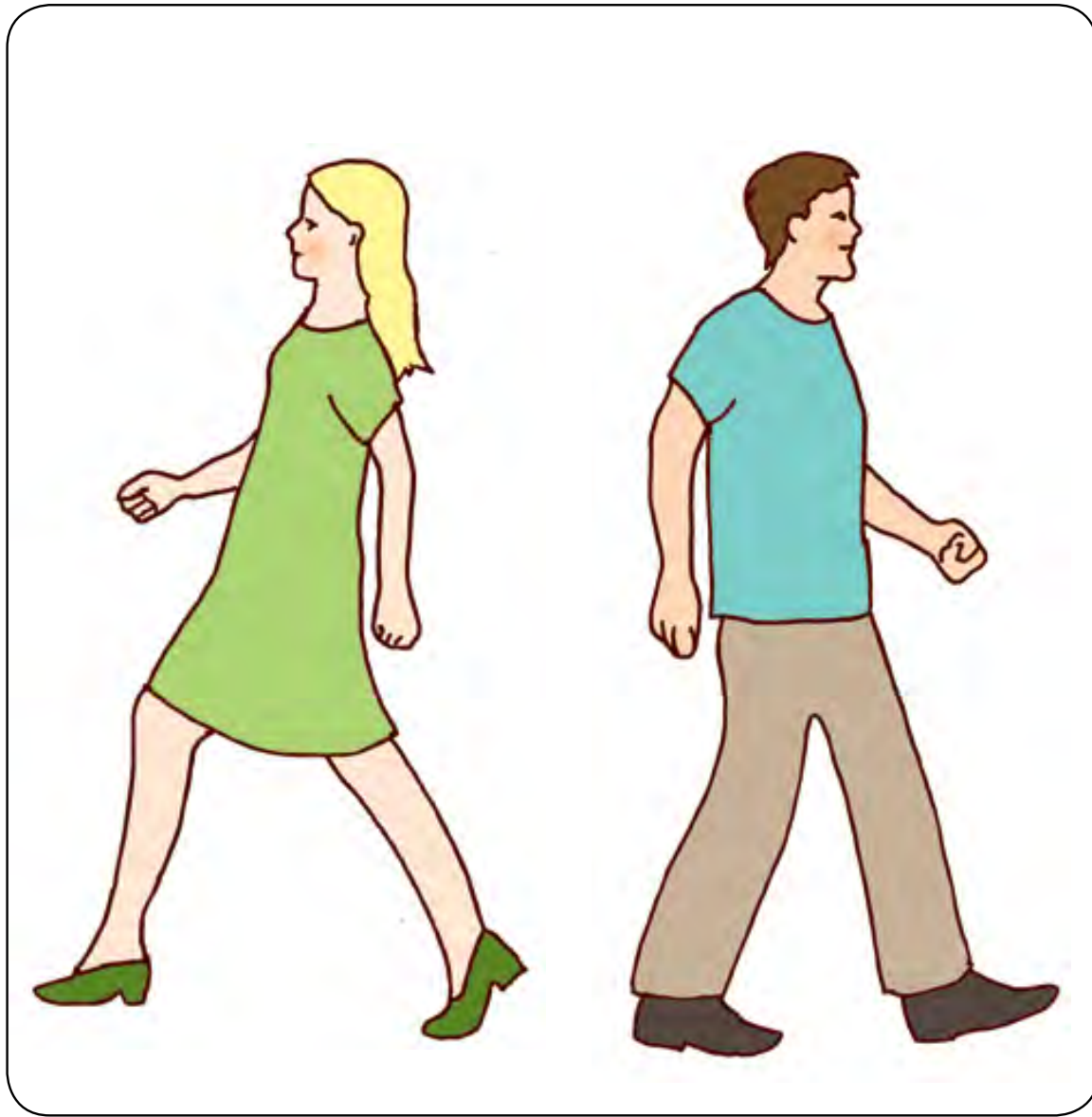
Tundmatu ja tuttava erinevuse mõistmine.

1. Kas nad on tuttavad või mitte?
 - Naine on arsti juures. Kas nad on tuttavad?
 - Mees kõnnib tänaval naisest mööda. Kas nad on tuttavad?
 - Isa söödab last. Kas nad on tuttavad?
 - Klassikaaslased istuvad klassis. Kas nad on tuttavad?
2. Mida tähendab tundmatu või võõras inimene?
3. Mida tähendab tuttav inimene?



Vajadusel võid selgitada.

Tundmatu või võõras inimene on see, keda sa ei ole varem näinud ja ei tea tema nime. Tuttav inimene on see, keda oled ka varem näinud ja tead tema nime. Kõiki inimesi ei pea tervitama. Inimesed tervitavad tavaliselt ainult tuttavaid.



EI



JAH

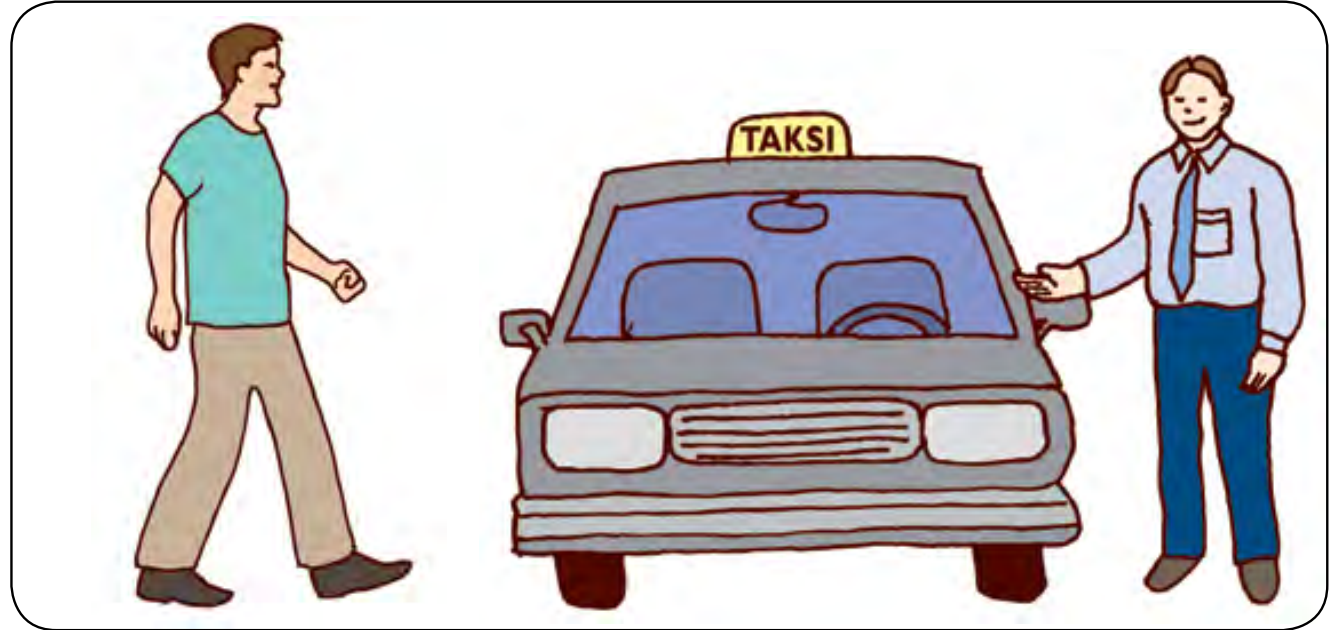
1. Tundmatu ja tuttav inimene

Eesmärk:

Võõra ja tuttava eristamine ning sobivate suhtlemisviiside äratundmine.

4. Kuidas võõra isikuga suhelda?

5. Kuidas tuttava isikuga suhelda?



EI



JAH

2. Sõber

Eesmärk:

Sõbra mõistest arusaamine ning eristamine teistest tuttavatest inimestest.

1. Kes neist võivad olla sõbrad?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:

- Poisid mängivad koos.

Kas nad võivad olla sõbrad?

- Mees istub taksose.

Kas taksojuht võib olla tema sõber?

- Tüdrukud räägivad telefoniga.

Kas nad võivad olla sõbrad?

- Hooldaja aitab inimest pesemisel.

Kas nad võivad olla sõbrad?



Vajadusel võid selgitada.

Tundmatu või võõras inimene on see, keda sa ei ole varem näinud ja ei tea tema nime.

Tuttav inimene on see, keda oled ka varem näinud ja tead tema nime.

Kõiki inimesi ei pea tervitama. Inimesed tervitavad tavaliselt ainult tuttavaid.



Sõbrad võivad vestelda ja üksteisega erinevaid teemasid ja isiklikke asju arutada. Usaldusväärse sõbraga on tore oma saladusi jagada.



Sõbra juures võib käia külas.
Koos võib juua kasvõi tassikese kohvi.



Hea sõber kuulab ja lohutab,
kui teisel on paha olla



Sõpra võib kallistada.
Koos sõbraga võib teha toreid asju.



EI



JAH

2. Sõber

Eesmärk:

Sõpruse juurde kuuluvate toimingute ja tunnete äratundmine, üheskoos tegutsemine, vestlemine, üksteise lohutamine, läheduse kogemus ja hea tunne.

Sõbra eristamine spetsialistist, kes teeb oma tööd.

2. Mida koos sõbraga võib teha?

3. Mis tunne on olla koos hea sõbraga?

4. Kust võib leida häid sõpru? (pilt puudub)



**Kuidas aru saada, et keegi on lähedane või sõber?
Kas sa tead tema perekonnanime? Kas sa tead, kus ta elab?
Kas sa tead, mis asjad talle meeldivad? Kui kaua te tuttavad olete?**



Hooldaja on tööl. Hooldaja abistab.
Hooldajaga ei olda sõbrad ega paarisuhtes. Hooldajal on oma pere ja omad sõbrad.



Kaupluse kassapidaja ja taksojuht on tööl.
Kui sa nendega sageli kohtud, võivad nad olla sinu tuttavad. Tuttav on midagi muud kui sõber.



EI



JAH

2. Sõber

Eesmärk:

Sõpruse juurde kuuluvate toimingute ja tunnete äratundmine, üheskoos tegutsemine, vestlemine, üksteise lohutamine, läheduse kogemus ja hea tunne.

Sõbra eristamine spetsialistist, kes teeb oma tööd.

5. Kas hooldaja on sõber?

6. Kas hooldajaga saab olla paarisuhtes?

7. Kas taksojuht on tuttav või sõber?

8. Kuidas aru saada, et keegi on sõber?

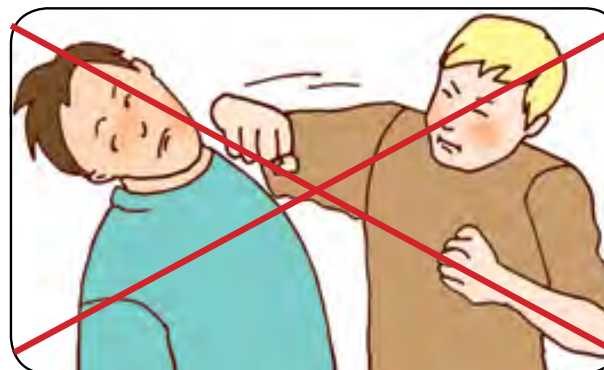


**Kuidas aru saada, et keegi on lähedane või sõber?
Kas sa tead tema perekonnanime? Kas sa tead, kus ta elab?
Kas sa tead, mis asjad talle meeldivad? Kui kaua te tuttavad olete?**



Alati ei saa olla samal arvamusel.

Igäühel on oma mõtted ja tunded. Sõber ei mõtle alati samamoodi nagu sina. Vahel võid olla sõbraga eri arvamusel. Siis võib tekkida tüli.



Võib vihale ajada, kuid ei tohi teha haiget.

Kui teed sõbrale haiget, ta ei taha enam sinu sõber olla.



Räägi, mida sina arvad.

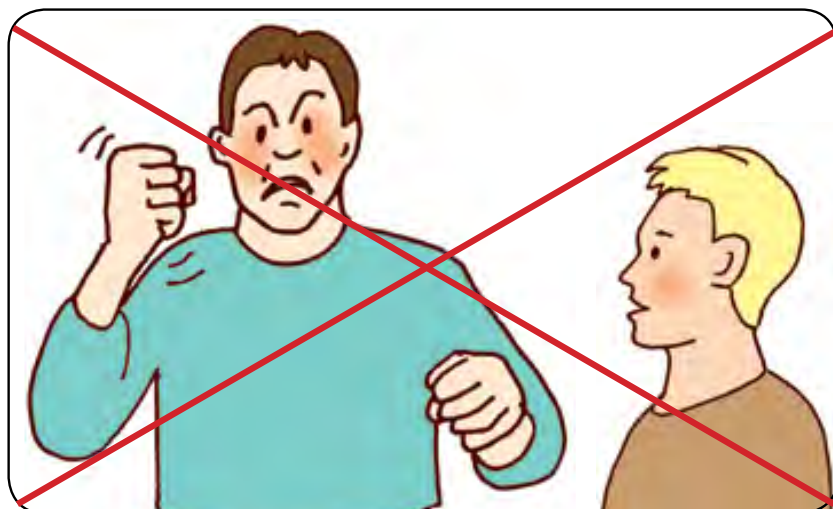
Sõber ei tea ju, mida sa mõtled. Räägi talle oma mõtetest.



EI



JAH



Püüa olla rahulik.

Karjumine ei aita lahendada tüli.



Kuula, mida sinu sõber arwab.

Teie mõlema arvamused on võrdselt olulised. Kui kuulad, mida teisel öelda on, mõistad teda paremini.



Tüli tuleb ära lahendada ja leppida. Sellest ei ole midagi, et sa ei ole sõbraga samal arvamusel. Tülid saab lahendada üheskoos arutades. Pärast seda on mõlemal jälle hea olla. Kui oled sõbrale halvasti öelnud, palu temalt vabandust.

2. Sõber

Eesmärk:

Sõpruse juurde kuuluvate toimingute ja tunnete äratundmine, üheskoos tegutsemine, vestlemine, üksteise lohutamine, läheduse kogemus ja hea tunne.

Sõbra eristamine spetsialistist, kes teeb oma tööd.

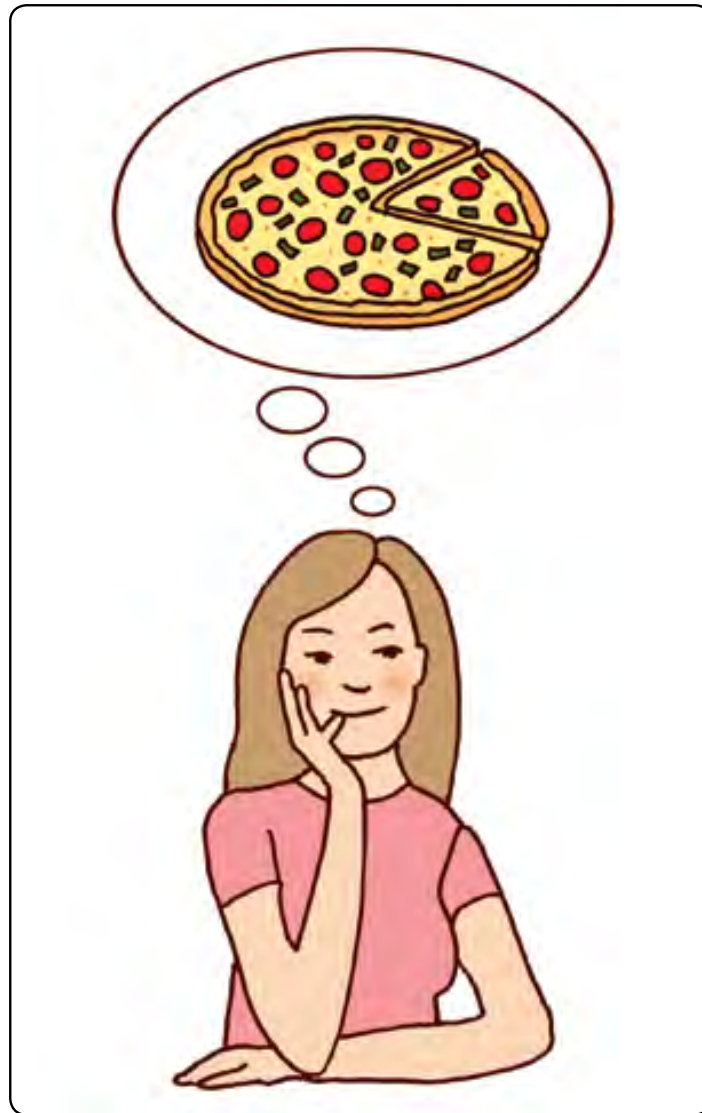
9. Mis selles loos toimub?

10. Kas sõbraga võib olla eri arvamusel?

11. Kuidas saab tüli ära lahendada?

- Kas sellest on abi, et lööd oma sõpra?
- Kas sellest on abi, et selgitad oma asja karjudes?
- Kas sellest on abi, et selgitad oma asja rahulikult ja kuulad, mida teisel on öelda?

12. Kas sinu sõbral võib olla ka teisi sõpru?



EI



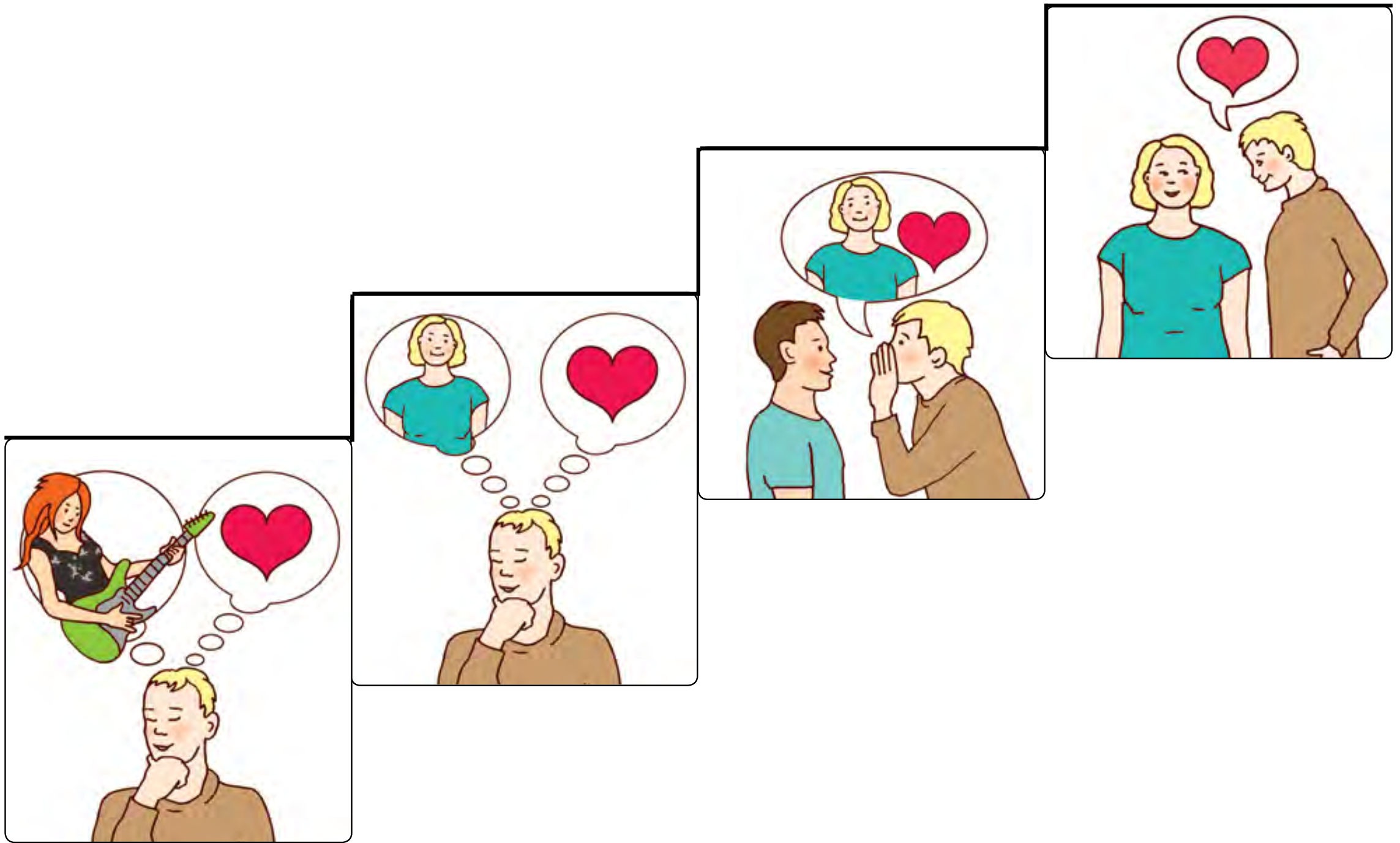
JAH

3. Armumine

Eesmärk:

Armumise mõistest arusaamine, võid olla armunud mõnda iidolisse või tuttavasse, armumine tähendab, et see inimene meeldib sulle ja sa mõtled temale.

1. Kes sellel pildil kujutatud inimestest on armunud?
(tüdruk on armunud iidolisse ja armunud poissi)
2. Mida armumine tähendab?



3. Armumine

Eesmärk:

Armumise mõistest arusaamine, võid olla armunud mõnda iidolisse või tuttavasse, armumine tähendab, et see inimene meeldib sulle ja sa mõtled temale.

3. Kellesse võib armuda?

4. Kui sa oled kellessegi armunud, kas ka teine inimene peab sinusse armuma?

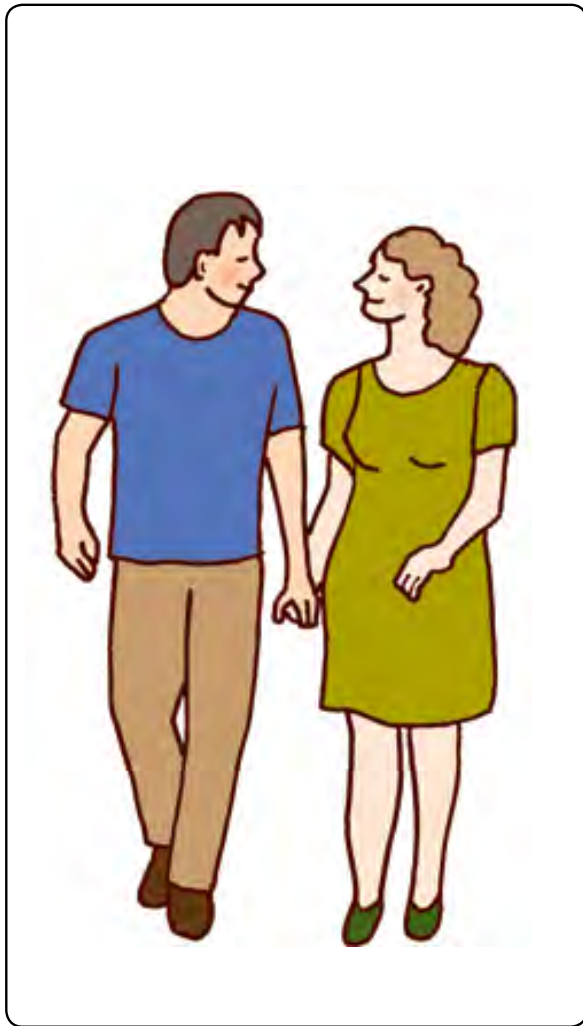
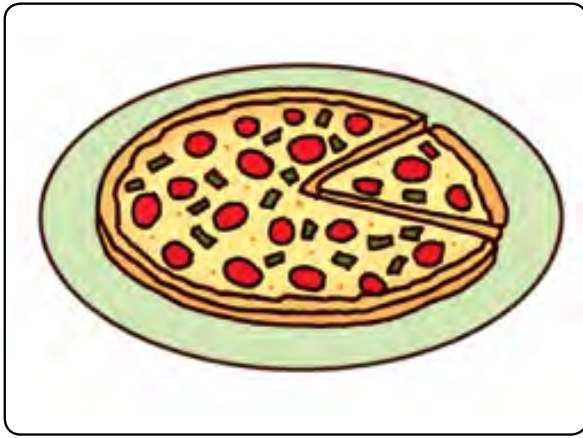
5. Mida võib teha, kui oled armunud?

6. Kui räägid oma tunnetest inimesele, kellesse oled armunud, mis võib juhtuda?



Võime armuda on suurepärane. See on osa inimese arengust. Armumine on loomulik ja lubatud. Need astmed on armumise tekkimise mudel. Igaüks võib olla sellel astmel, mis talle endale meeldiv tundub. Armumise objekt võib muutuda. Astmetel võib ülespoole liikuda omas tempos või mõnele astmele pidama jääda.

- **Armumine iidolisse:** See poiss on armunud rock-tähte. Armumine tähendab, et teine inimene meeldib sulle, sa unistad temast. Armumine võib olla väga meeldiv tunne. Armuda võib erinevatesse inimestesse. Armumise objekt võib muutuda.
- **Tuttav, salajane:** See poiss on kiindunud tüdrukusse, kuid ei räägi sellest kellelegi. See on tema isiklik saladus. Armumisest ei pea rääkima kellelegi. Armumine võib olla tore isiklik saladus.
- **Tuttav, sõbrale räägitud:** See poiss on kiindunud tüdrukusse. Ta räägib sellest oma sõbrale ja nad arutavad seda koos. Kui tahad, võid rääkida oma armumisest mõnele tuttavale, usaldusväärsele inimesele, kasvõi mõnele sõbrale.
- **Sa meeldid mulle:** Sellele poisile meeldib väga üks tüdruk. Ta tahab sellest tüdrukule rääkida. Ta ütleb tüdrukule: „Sa meeldid mulle, sa oled lahe“. Vahel oled nii armunud, et tahad sellest rääkida inimesele, kellesse oled armunud.



EI

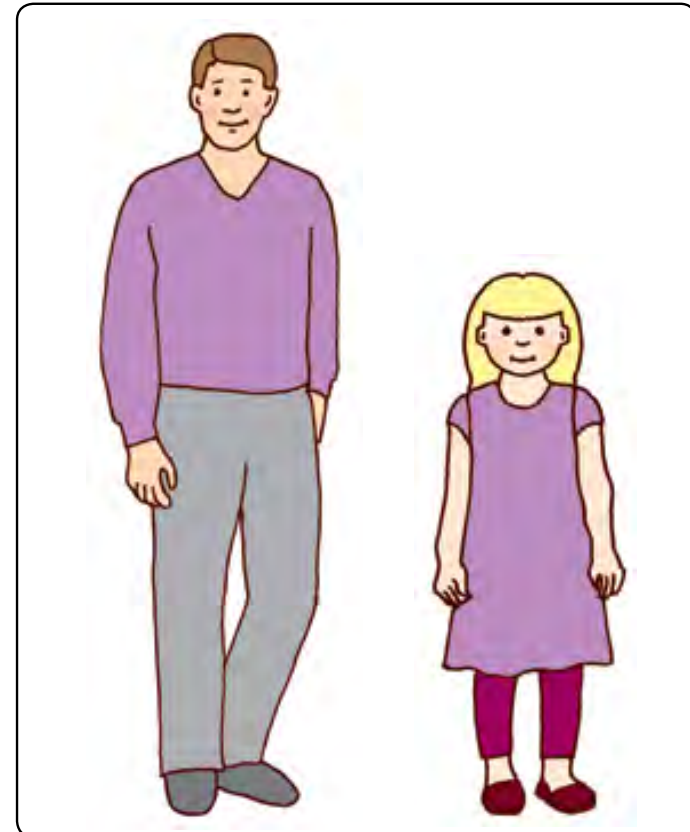
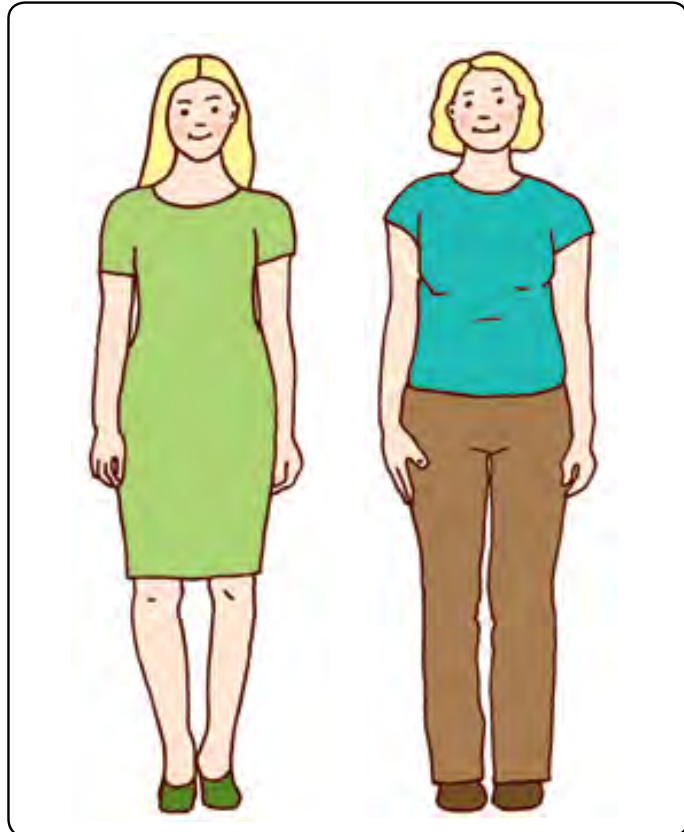
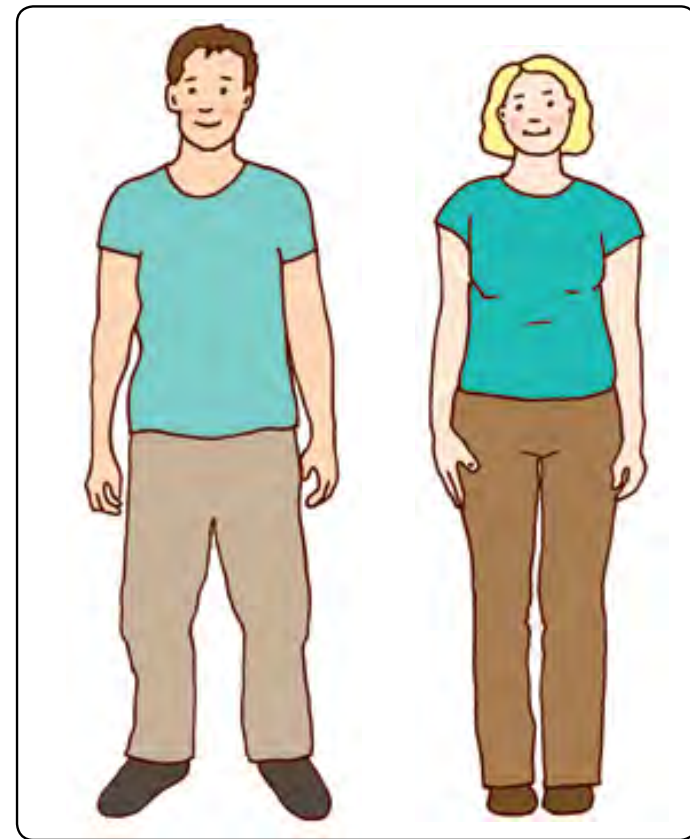
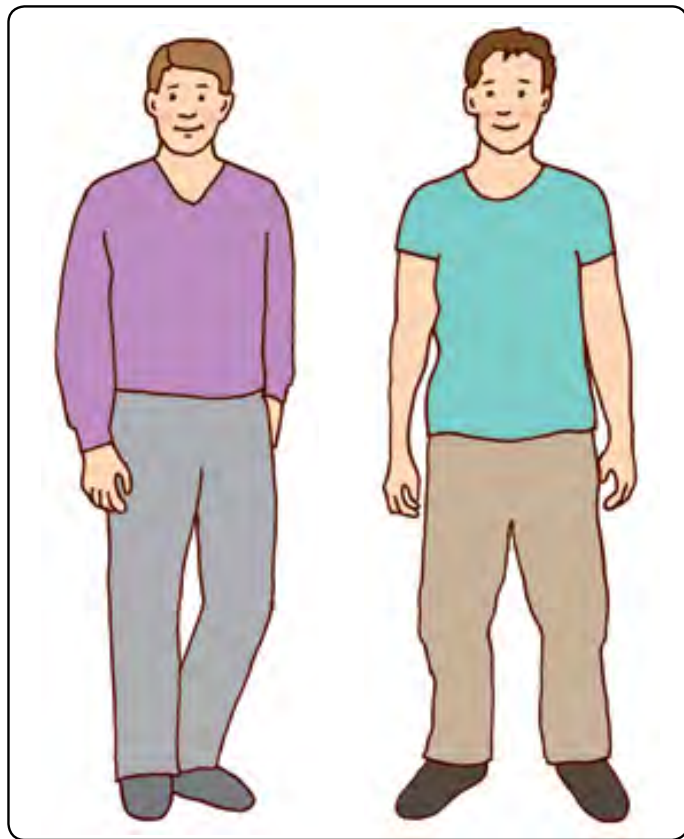
JAH

4. Partner

Eesmärk:

Paarisuhtes olemise mõistest arusaamine, see võib eri inimeste jaoks olla erineva tähendusega. Enamasti tähendab suhtes olemine ühist ajaveetmist: suhtes olles võib käia näiteks koos poes, restoranis, kuulata muusikat, vestelda ja olla üksteise lähedal. Suhtes olemise juurde ei kuulu vägivald.

1. Mida võib teha, kui ollakse suhtes?
2. Mida suhtes olemine tähendab?



EI



JAH

4. Partner

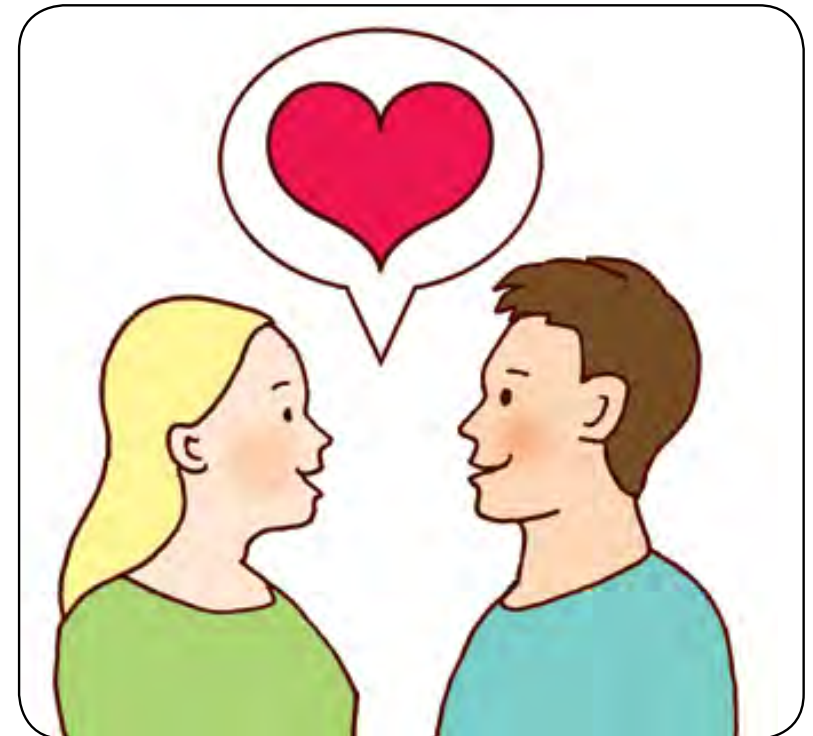
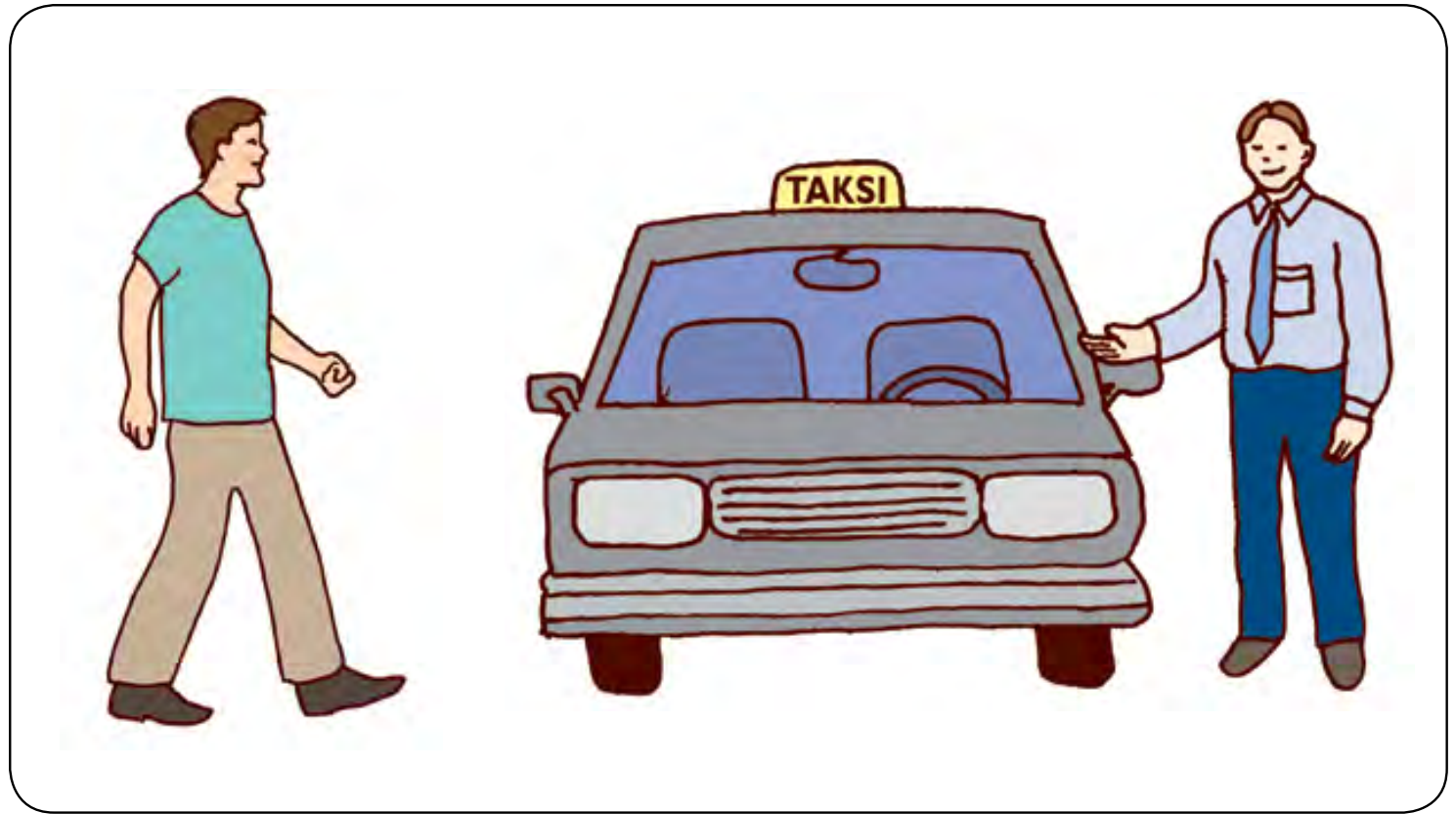
Eesmärk:

Suhtes olemisega seotud sobiva arenguetapi mõistmine ja suhtes olemise kui soost olenematu teema mõistmine.

3. Kes nendest võivad olla suhtes?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:

Kas nad võivad olla suhtes?



EI



JAH

4. Partner

Eesmärk:

Partneri eristamine teistest tuttavatest, näiteks töötajatest.

4. Kes nendest võivad olla suhtes?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:

- Hooldaja aitab inimest pesemisel.

Kas nad võivad olla suhtes?

- Mees istub taksosse.

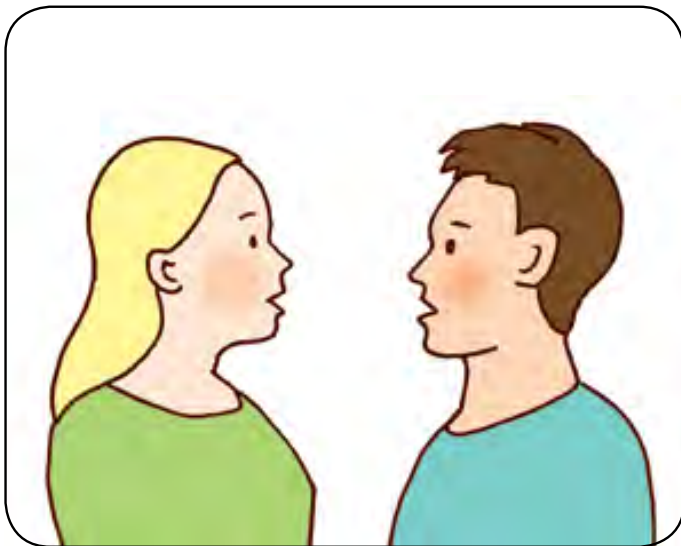
Kas ta võib olla paarisuhtes taksojuhiga?

- Mees ja naine meeldivad väga teineteisele.

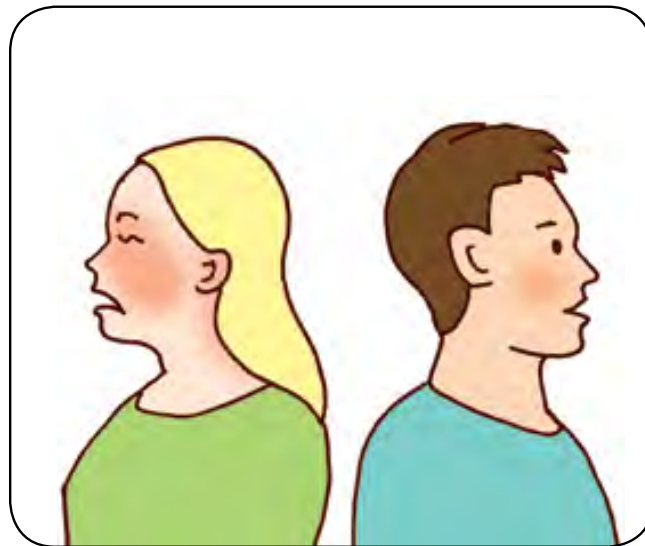
Kas nad võivad olla suhtes?



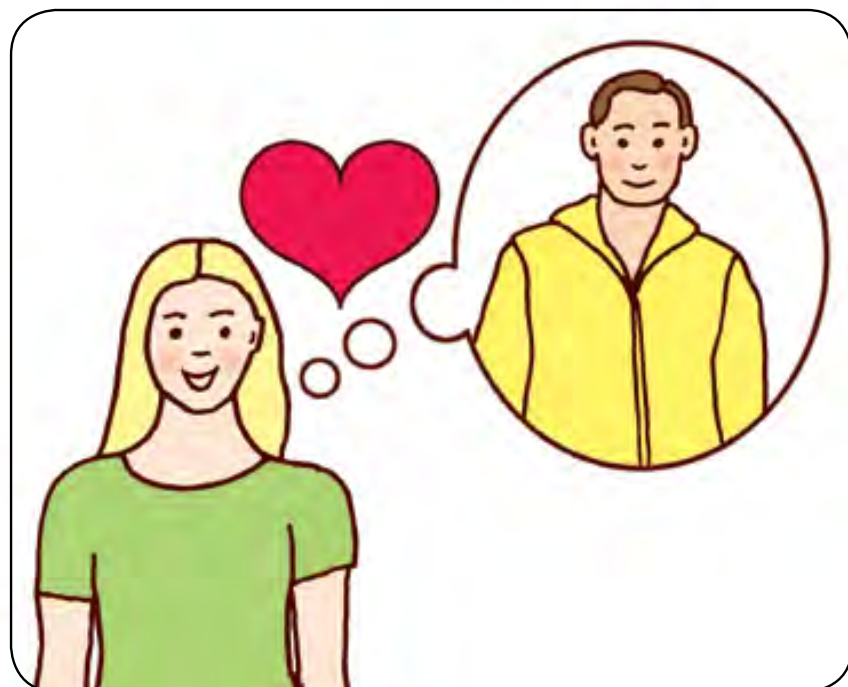
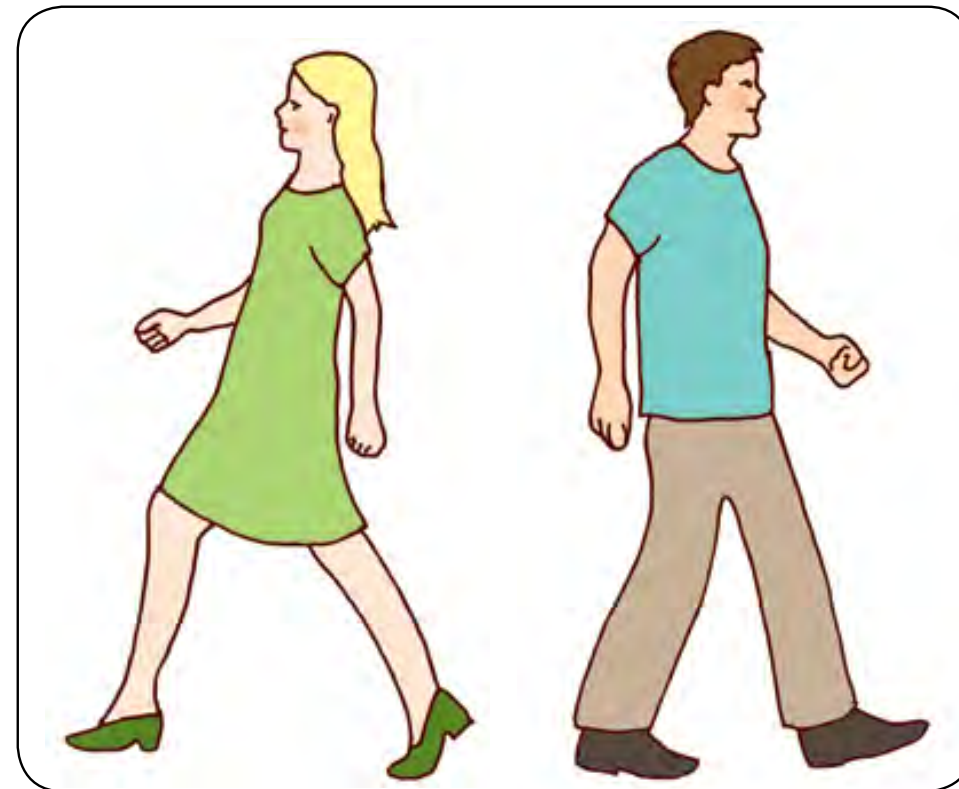
Vaimupuudega inimese elus on mitmeid oma eriala spetsialiste, kes on oma töö tõttu inimesega lähedases kontaktis. Seetõttu on oluline eristada erinevate alade spetsialistid sõpradest ja potentsiaalsetest partneritest.



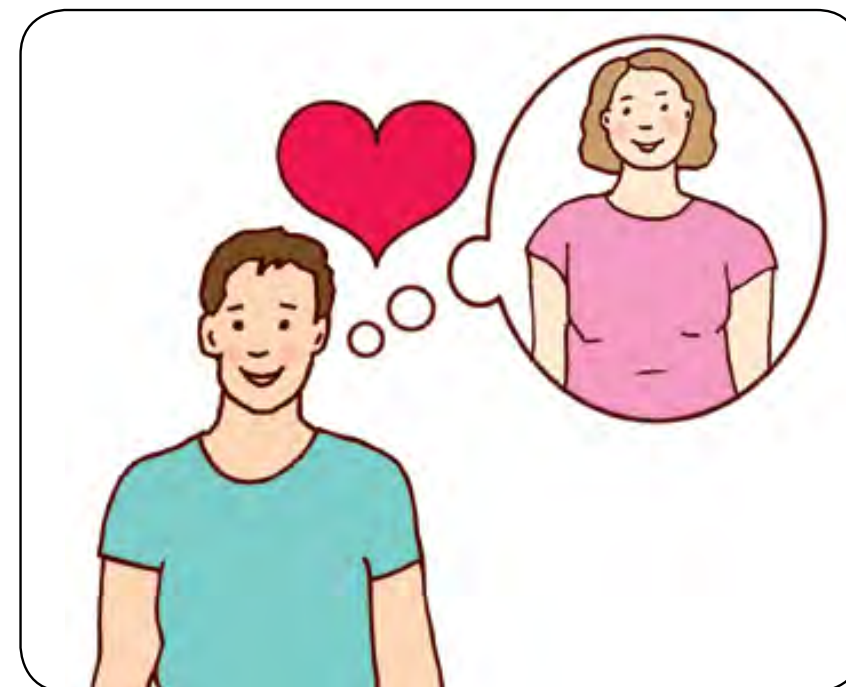
Suhe võib lõppeda, kui suhtes ei ole enam hea olla. Kui üks või teine ei soovi enam suhet jätkata, siis võib ta sellest rääkida teisele viisakalt omavahel olles. Ei pea olema suhtes, kui ei taha.



Suhte lõppemine võib haiget teha ja pahameelt tekitada. Võib tekkida kurb tunne. See on loomulik. Kõik tunded vahest kurbust.



Mõlemad võivad tutvuda uute inimestega. Mõlemad võivad hiljem leida uue armumise objekti või partneri.



EI



JAH

4. Partner

Eesmärk:

Inimsuhetega seotud pettumuste mõistmine:
pettumused on suhete juurde kuuluvad loomulikud kogemused.
Suhtes olemisega seotud võrdõiguslikkuse mõistmine.

5. Kas suhe võib lõppeda?

6. Mis võib olla suhte lõppemise põhjuseks?

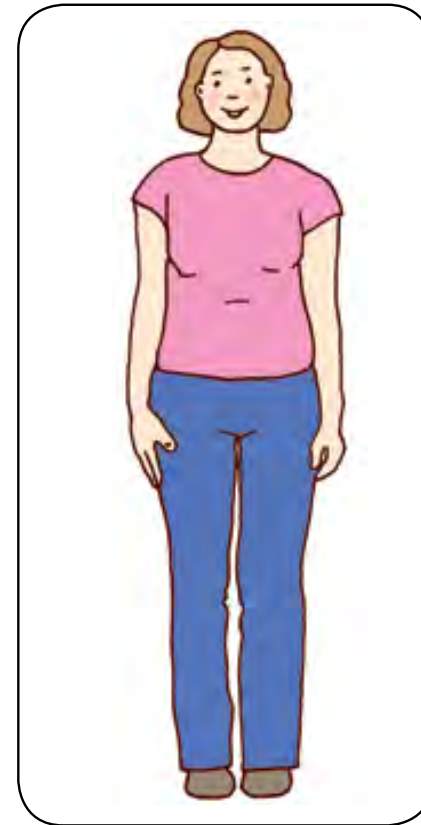
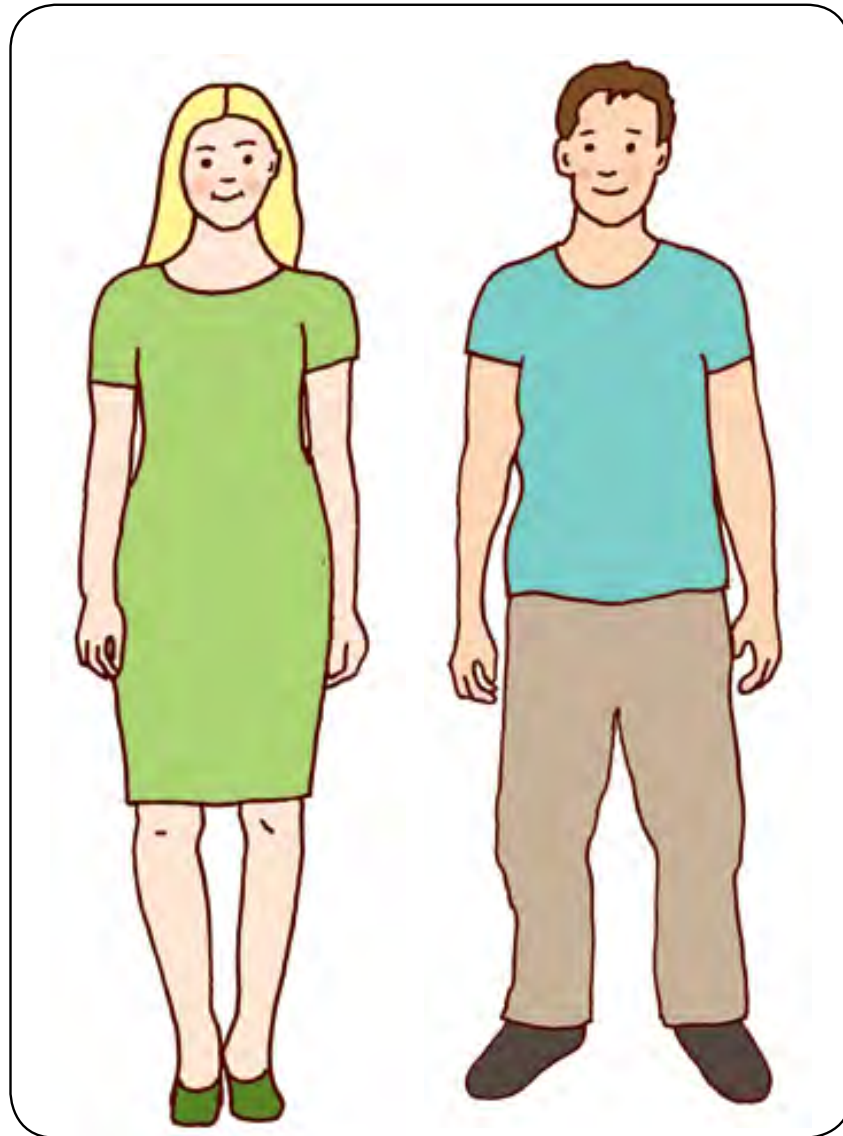
7. Mis juhtub, kui partnerid lähevad lahku?

Vajaduse korral näita pilte ja selgita:

- võib tekkida pahameel
- minnakse eri suundadesse
- hiljem võib leiduda uus kiindumuse objekt

8. Kui oled suhtes, kas sul on õigus oma partneri asjade üle otsustada?

9. Kas partneriga võib olla eri arvamusel?



EI

JAH

4. Partner

Eesmärk:

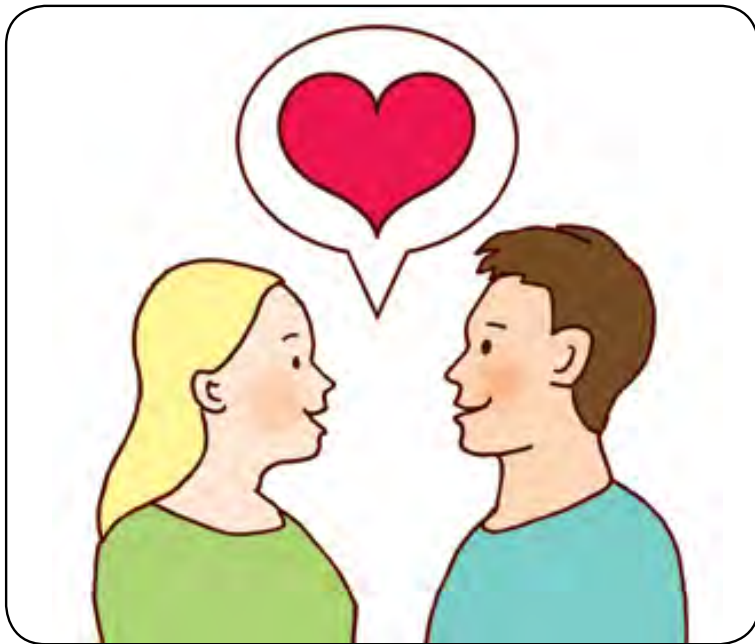
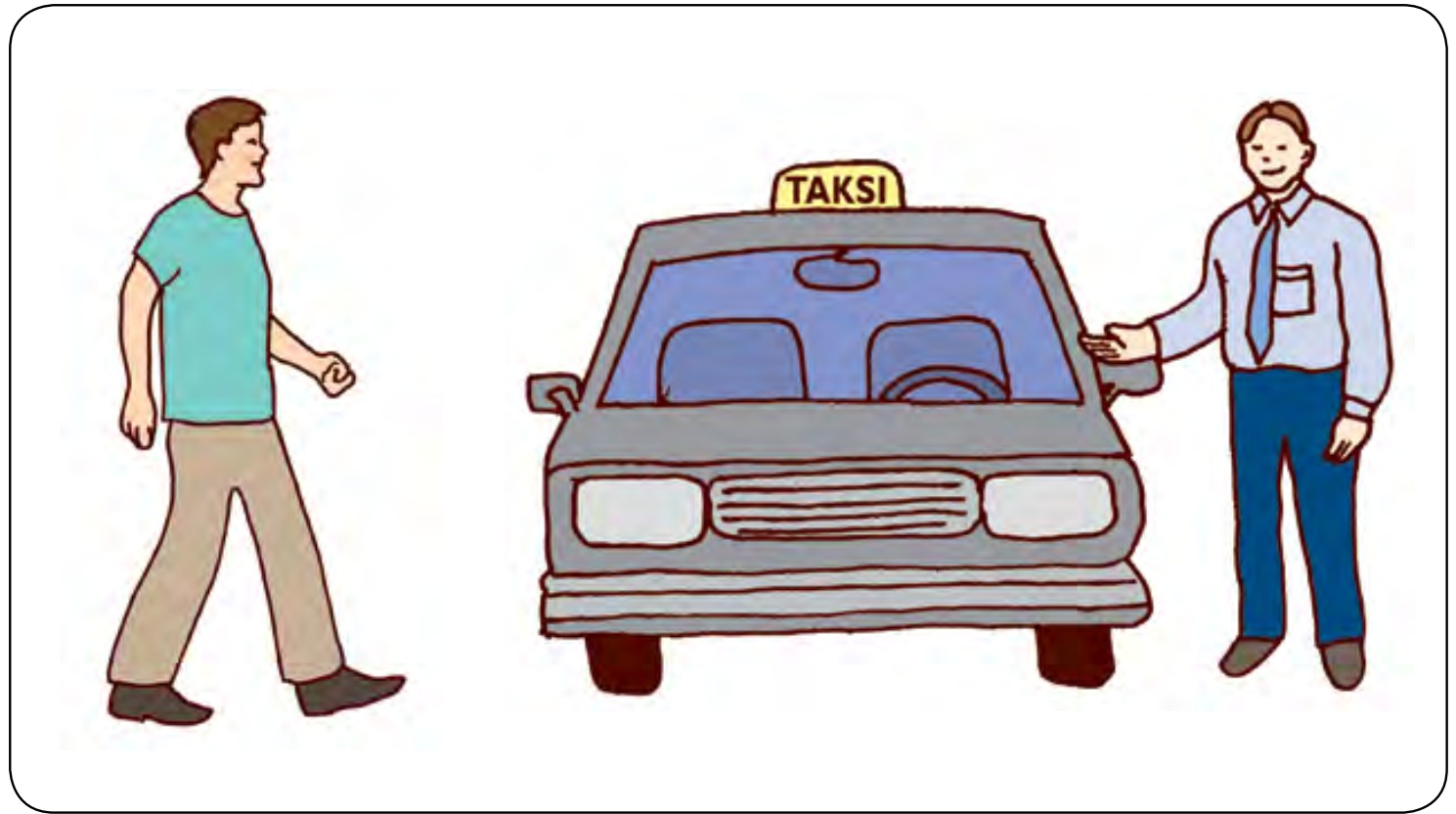
Ühiste reeglite ja ühiselt kokku leppimise tähtsuse mõistmine.

10. Kui mitu tüdruksõpra või poiss-sõpra võib olla korraga?

11. Mees ja naine on suhtes.
Mees läheb teisele naisele musi andma.
Mis tunne mehe tüdruksõbral on?

12. Mees ja naine on suhtes.
Naisel on ka teine poiss-sõber.
Mis tunne mehel on?

13. Kui sa tahad, et sul oleks korraga mitu partnerit,
kellele sa pead sellest rääkima?



EI



JAH

5. Kihlumine ja abiellumine

Eesmärk:

Kihlumise ja abiellumise mõistest arusaamine.

1. Kas nad võivad omavahel kihluda?
 - Inimene on koos oma hooldajaga. Kas nad võivad kihluda?
 - Mees istub taksoosse.

Kas nad võivad taksojuhiga kihluda?

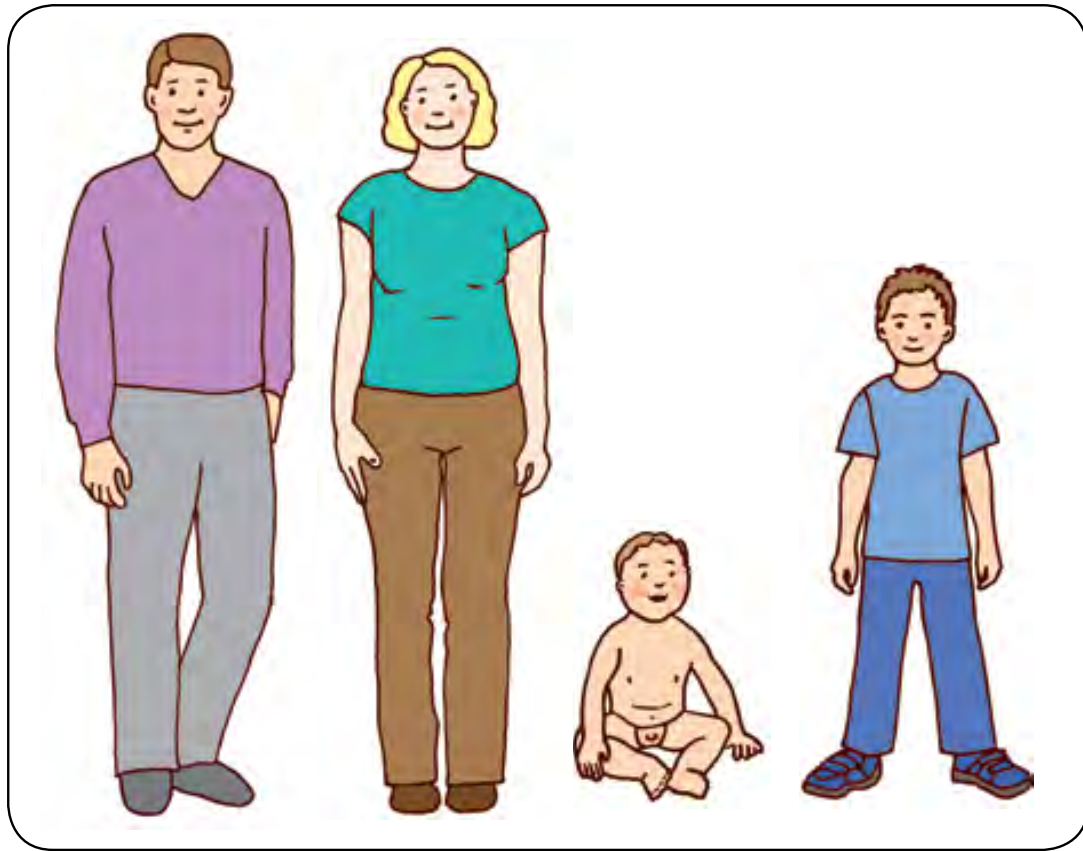
- Mees ja naine meeldivad väga teineteisele.
Kas nad võivad kihluda?

2. Kas kõik inimesed abielluvad?

3. Mida tähendab kihlumine?

4. Mida tähendab abiellumine?

5. Kui oled kihlatud või abielus,
kas võid kellegi teisega suhet alustada?



EI



JAH

6. Vanemlus

Eesmärk:

Lapsevanemaks olemisega seotud vastutuse teadvustamine.

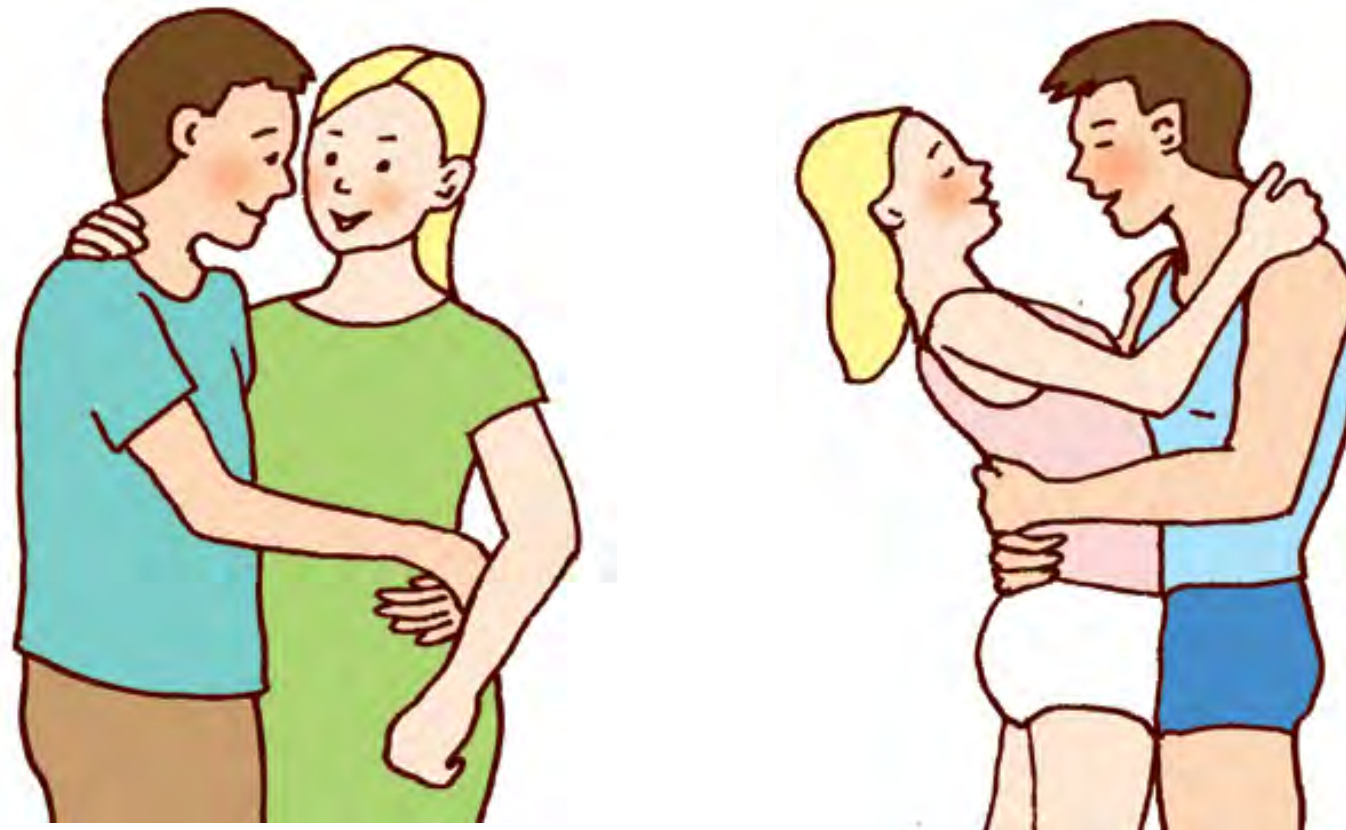
1. Kas kõik inimesed saavad lapsi?
2. Kellest võib saada lapsevanem?
3. Mida beebi ja laps vajavad?

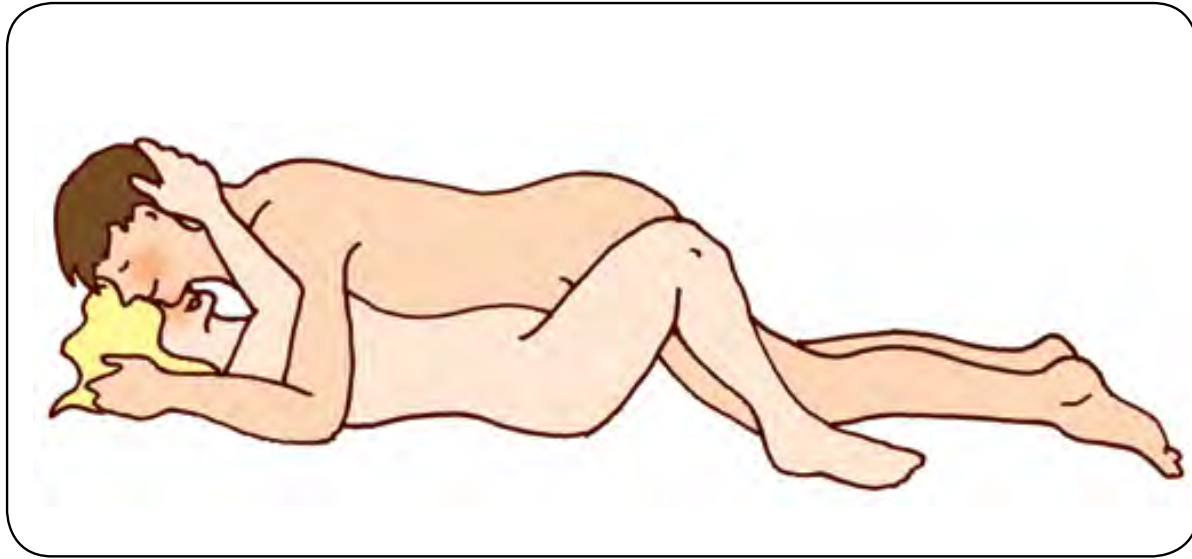
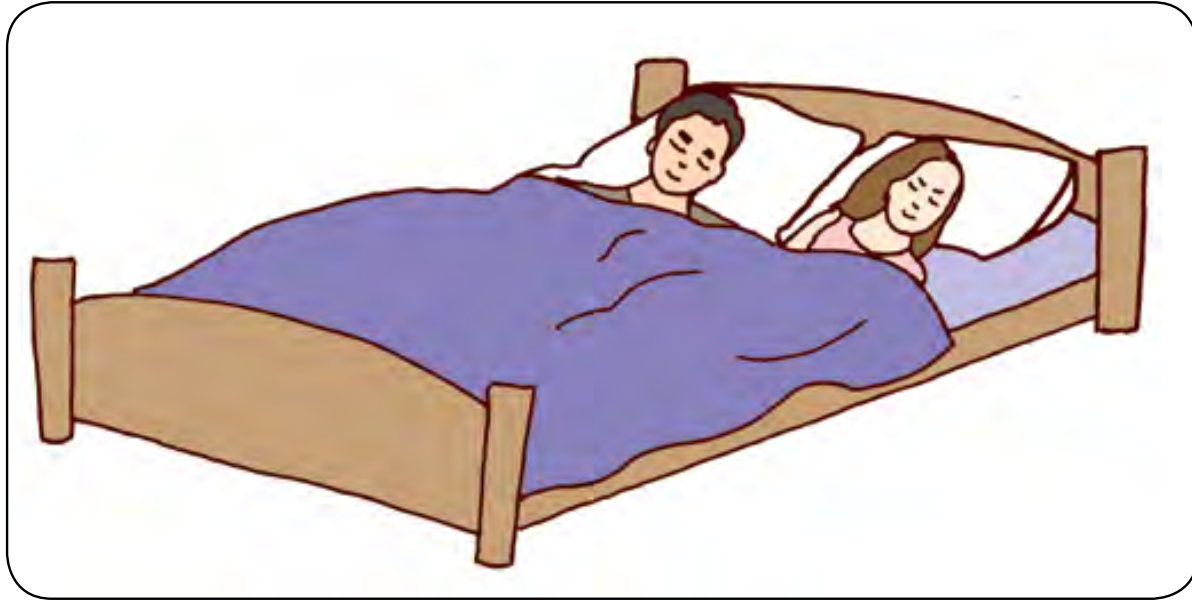
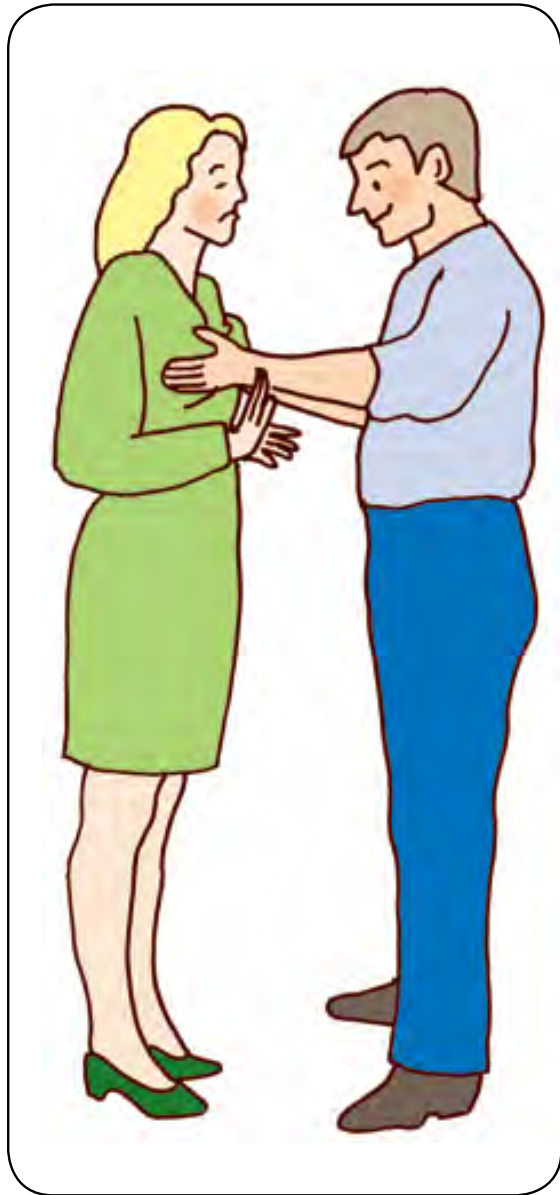
SEKSUAALKASVATUS LIHTSAS KEELES

SEKS

SEKSUAALTERVISEGA SEOTUD TEADMISTE JA
TOETUSVAJADUSE HINDAMINE

5. OSA





EI

JAH

1. Seks

Eesmärk:

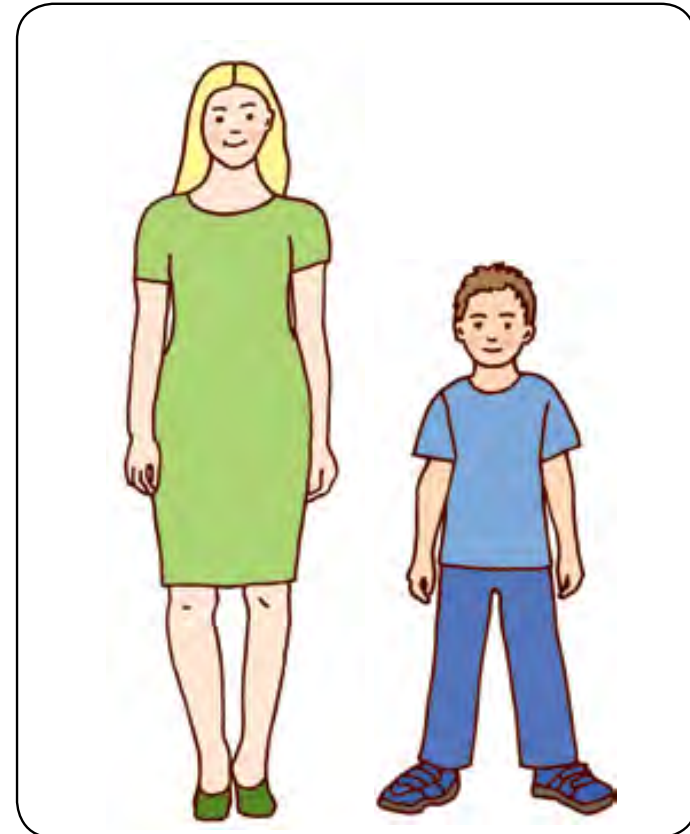
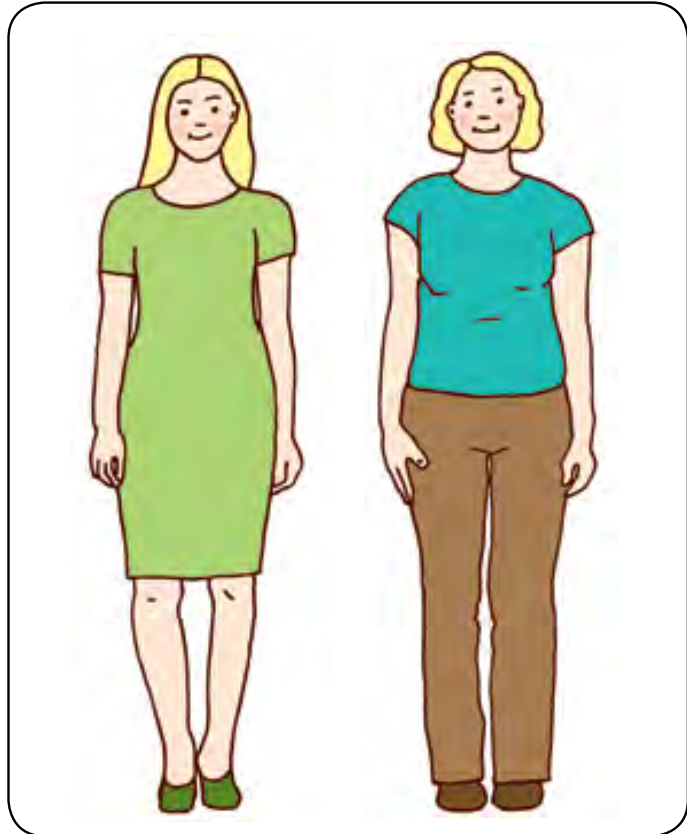
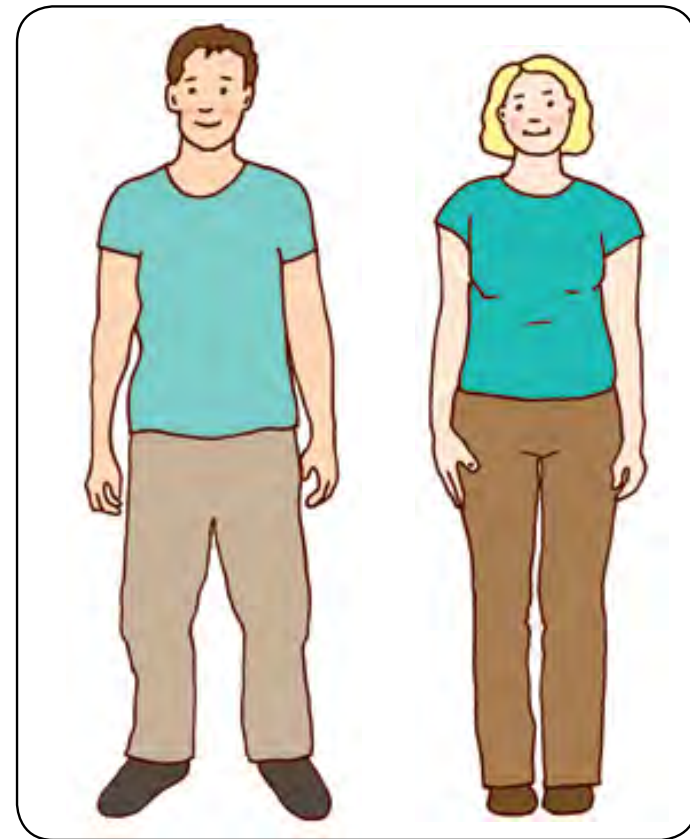
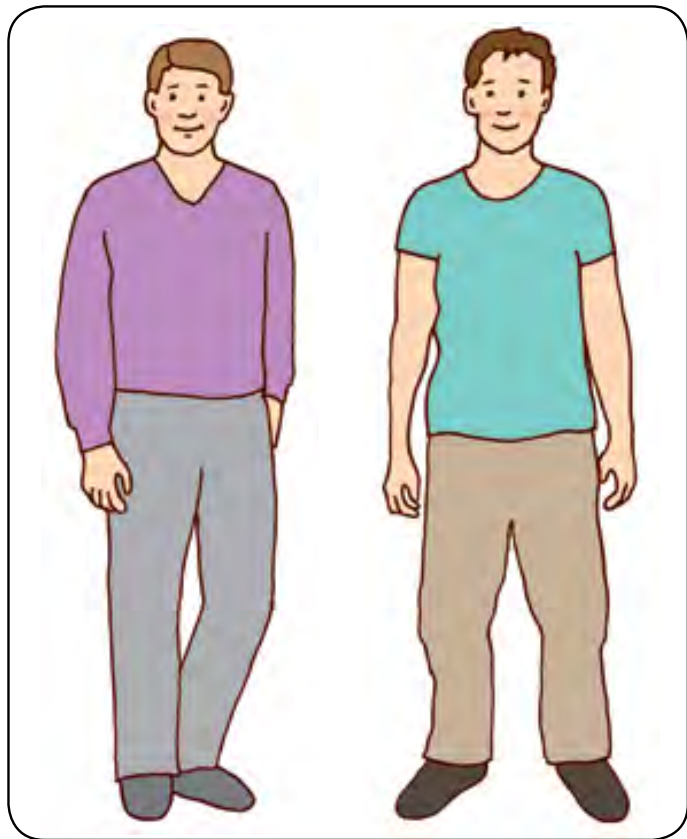
Seksi ja seksuaalvahekorra mõistetest arusaamine.

1. Millisel pildil on kujutatud seks?

Või teise variandina näita pilti ja küsi:

Kas siin on seks?

2. Näita seksuaalvahekorra pilti ja küsi:
Mis siin toimub? (sõnavara selgitamine)



EI



JAH

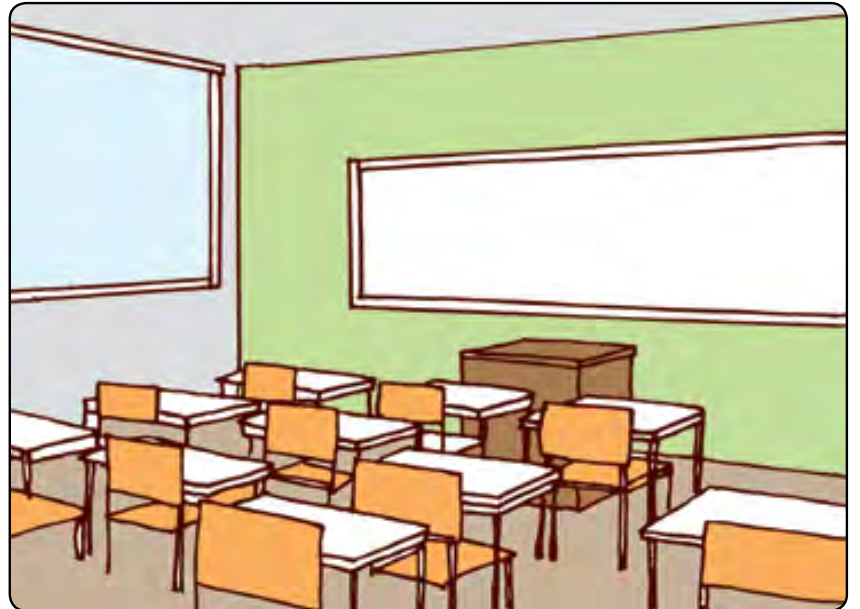
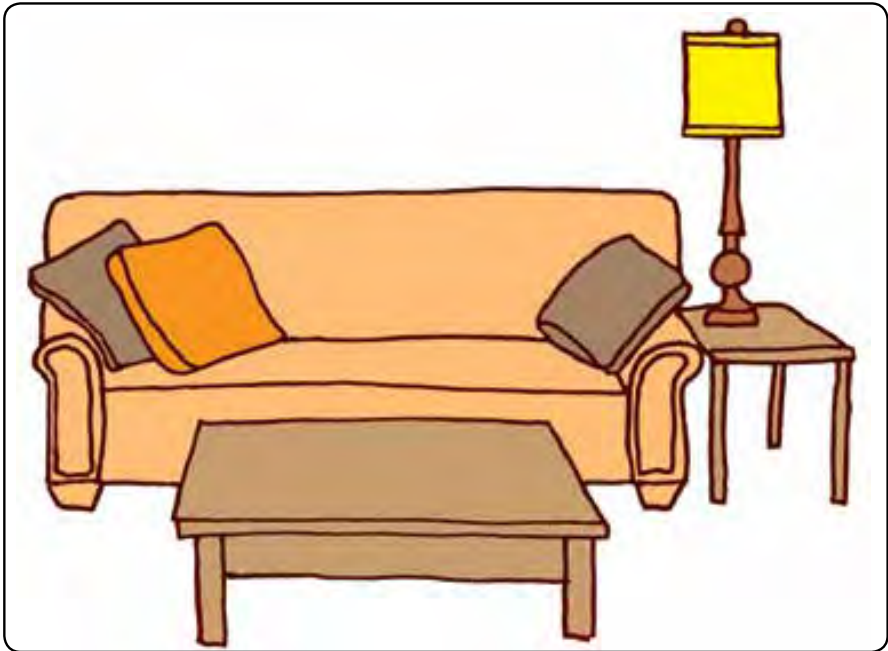
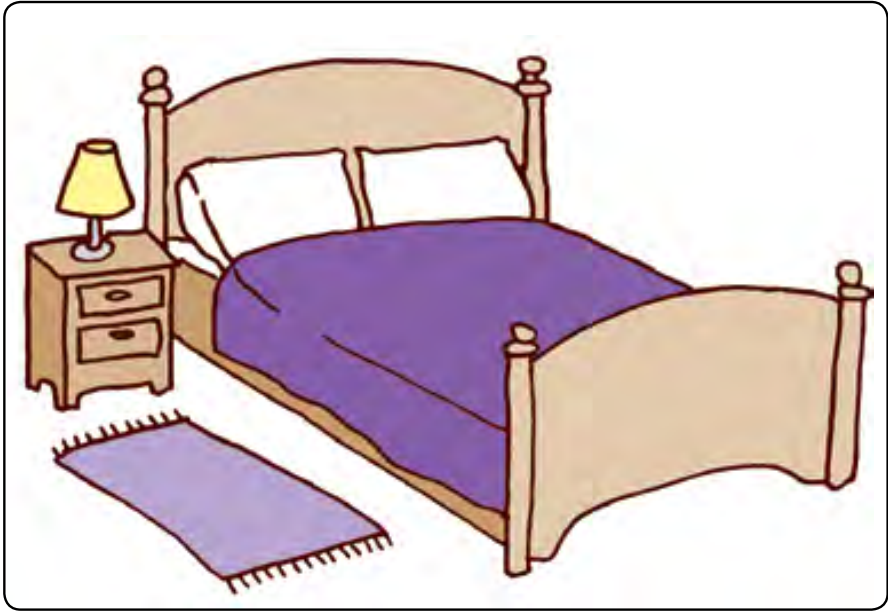
1. Seks

Eesmärk:

Seksiga seotud sobiva arenguetapi mõistmine ja seksi kui soost sõltumatu tegevuse mõistmine.

3. Kes võivad omavahel seksida?

**Või teise variandina
näita pilti ja küsi:
Kas nad võivad seksida?**



EI



JAH

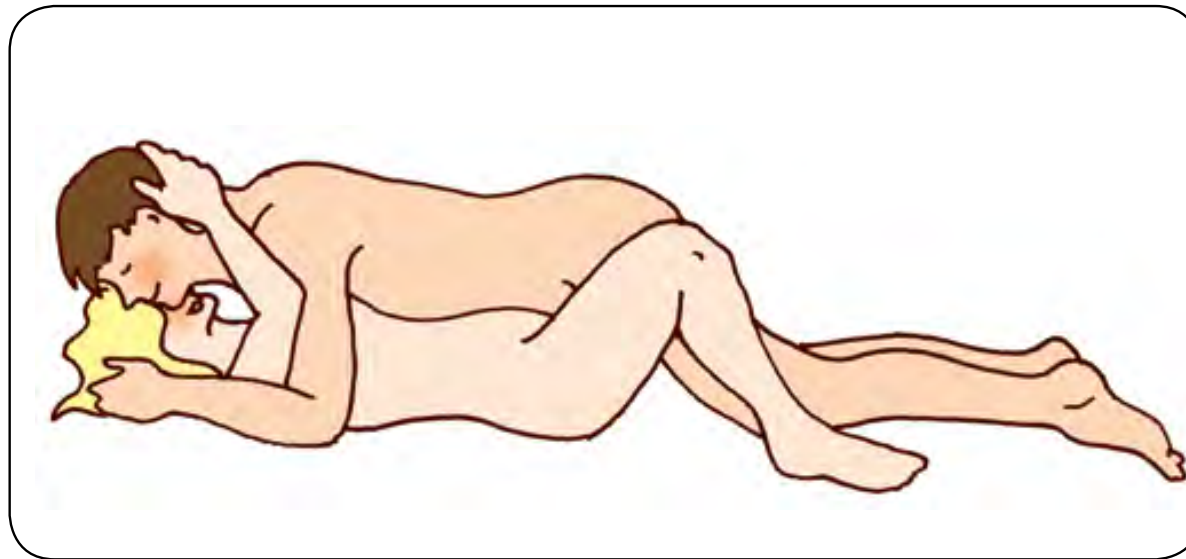
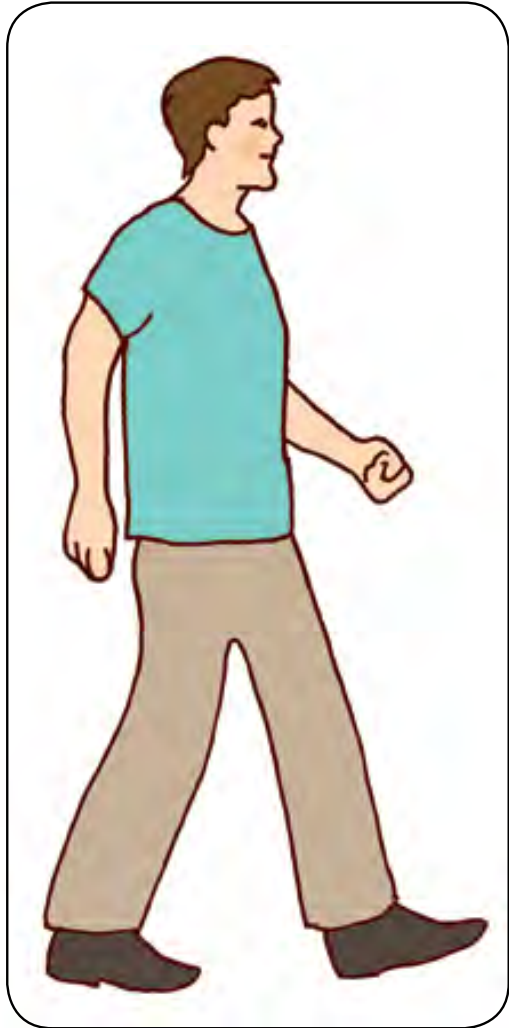
1. Seks

Eesmärk:

Seksiga seotud privaatsuse ja sobiva koha mõistmine.

4. Kus võib seksida?

**Või teise variandina
näita pilti ja küsi:
Kas siin võib seksida?**



EI



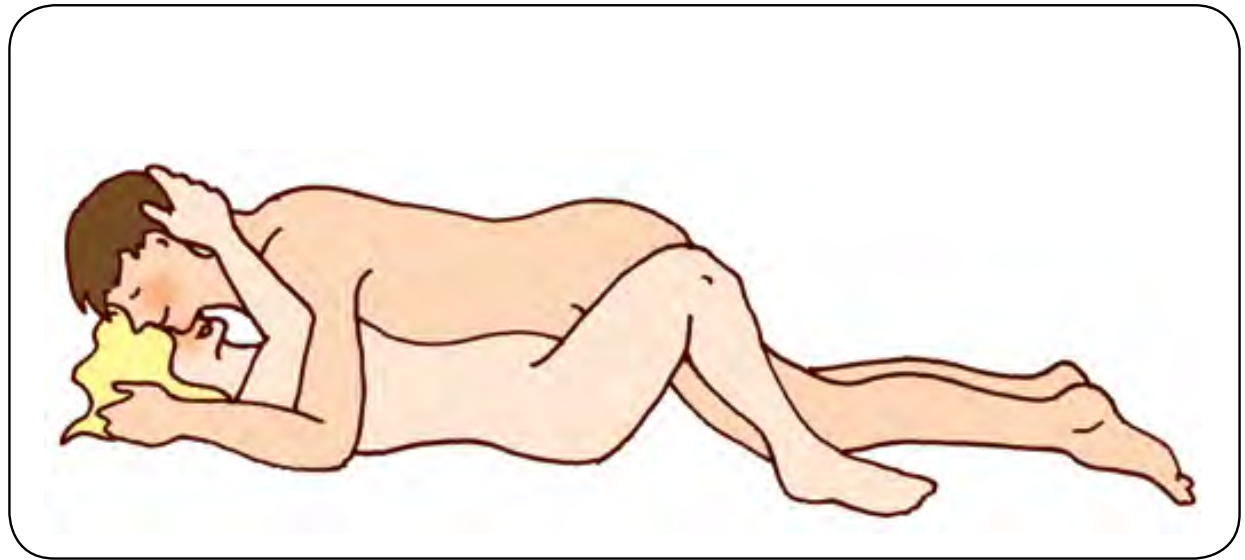
JAH

1. Seks

Eesmärk:

Seksiga seotud privaatsuse mõistmine.

5. Kas keegi võib pealt vaadata, kui kaks inimest seksivad?



EI

JAH

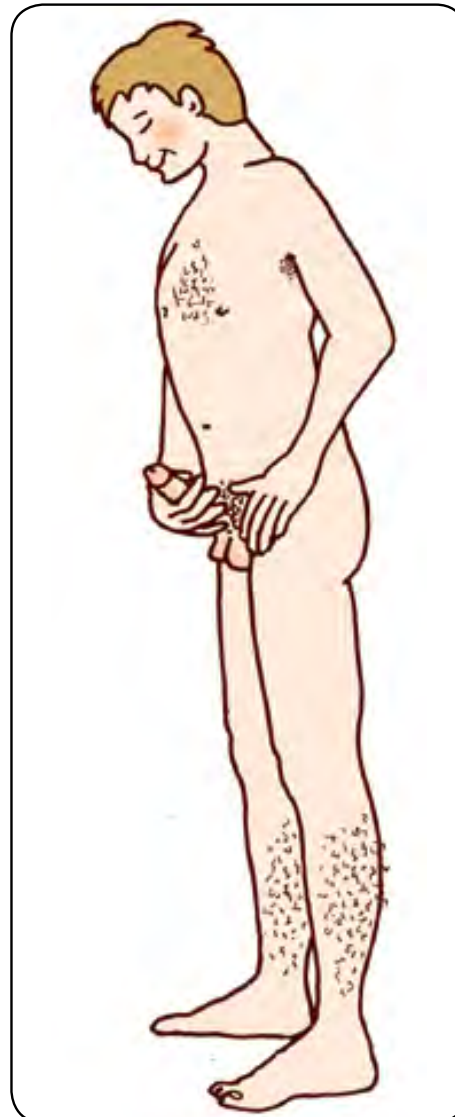
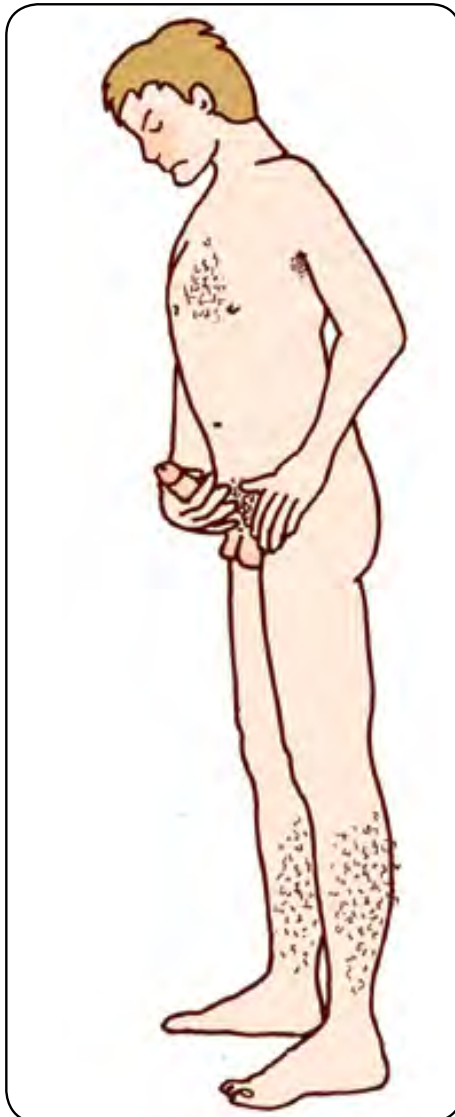
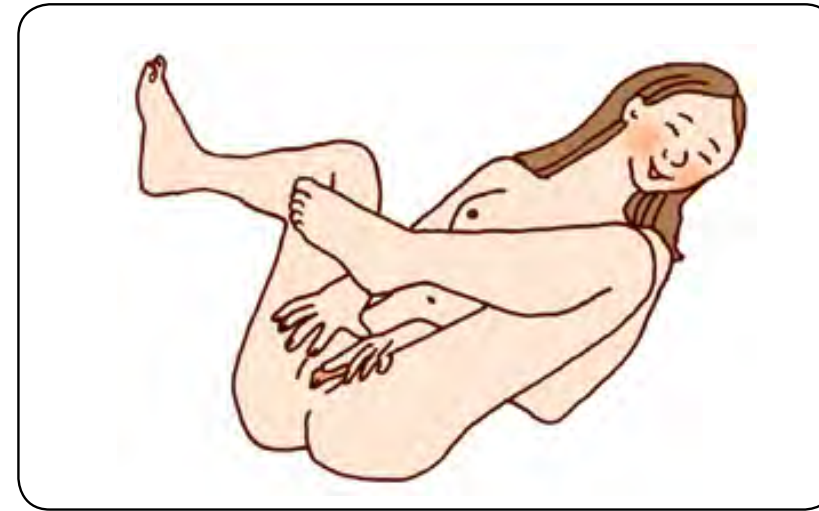
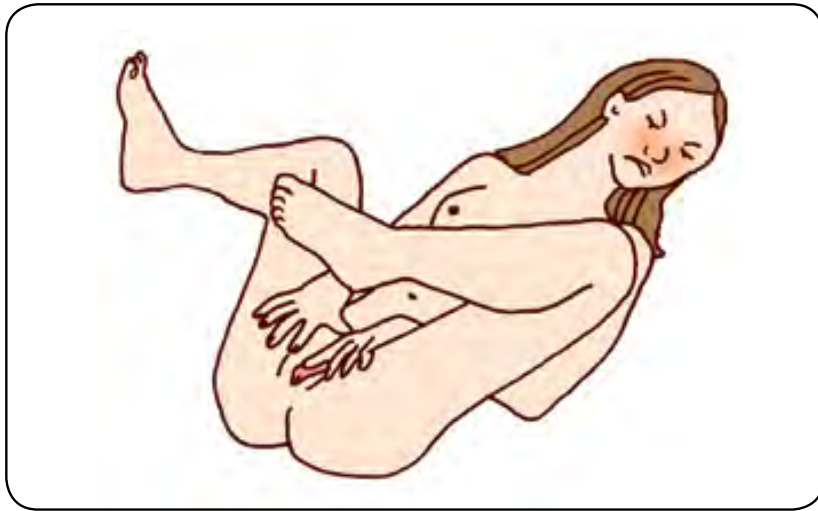
1. Seks

Eesmärk:

Seksuaalse erutuse äratundmine
ja seksiga seotud tunde mõistmine.

6. Kes on seksuaalselt erutunud?

7. Milline tunne on sellega seotud?



EI



JAH

1. Seks

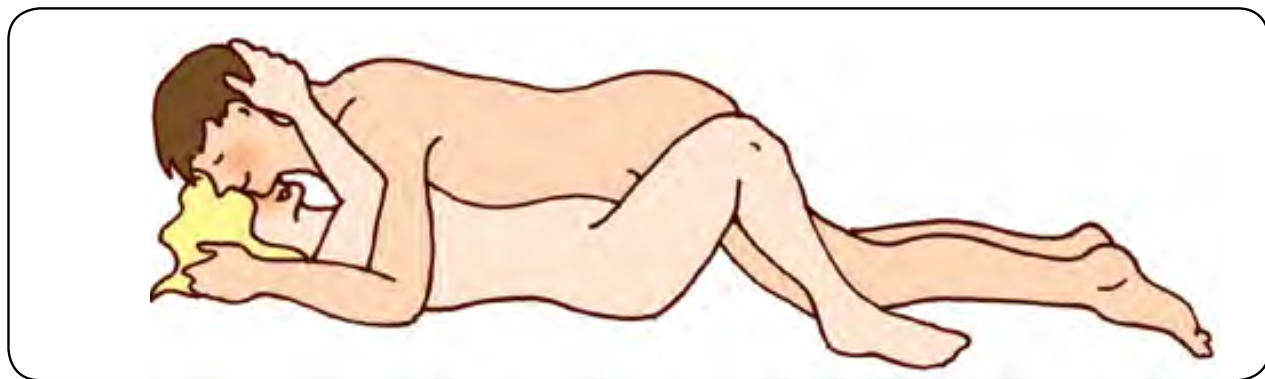
Eesmärk:

Seksuaalse heaolu/erutumise äratundmine ja selle tähtsuse mõistmine seksi juurde kuuluvana.

8. Küsi naise ja mehe kohta:
Kummal neist on hea ja erutunud tunne?

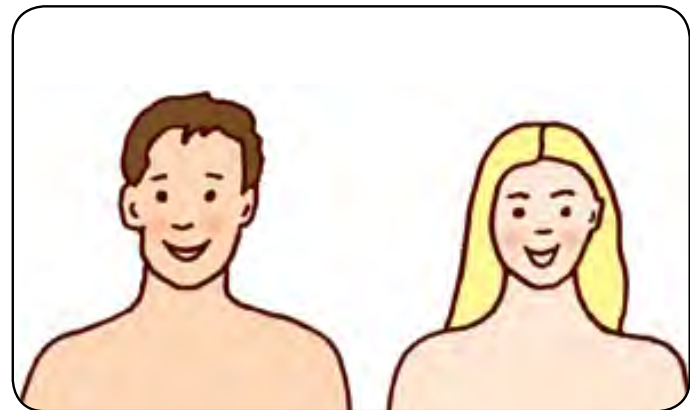
9. Kuidas aru saada, et naine on erutunud?

10. Kuidas aru saada, et mees on erutunud?



EI

JAH



1. Seks

Eesmärk:

Seksi mõistmine erinevate tegude ja toimingutena ning seksiga seotud turvaoskuste mõistmine.

11. Mis on seks?

Või teise variandina näita pilte

(suudlemine, hellitamine ja seksuaalvahekord) ning küsi:

Kas sellel pildil on seks?

12. Mida seksuaalvahekord tähendab?

Võid küsida ka:

Millisel pildil on seksuaalvahekord?

13. Kes otsustab, millal kaks inimest omavahel seksida võivad?

14. Millal seksimise võib lõpetada?

Teise variandina näita pilte

(suudlemine, hellitamine ja seksuaalvahekord) ning küsi:

Kas sellel hetkel võib lõpetada, kui tahad?

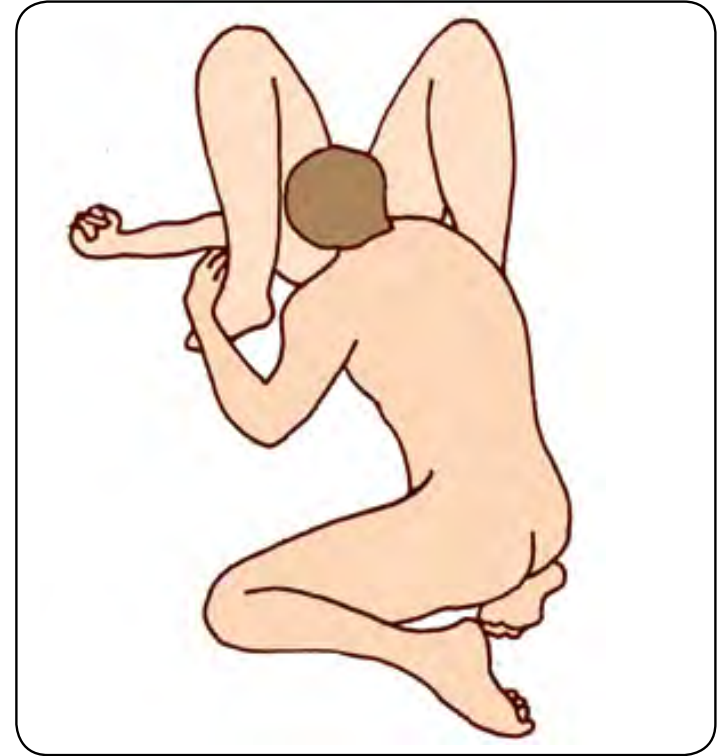
15. Kui teine tahab sinuga seksida, kas sa pead nõus olema?

16. Kas teise inimesega saab seksida, kui ta seda ei soovi?



Arutatakse vajaduse korral.

Lisaks ära tundmisele oleks hea arutada läbi seksuaalsuse astmed ja seksi ABC.



EI



JAH



1. Seks

Eesmärk:

Suuseksi ja anaalseksi mõistete äratundmine.

17. Mis on suuseks?

18. Mis on anaalseks?



Arutatakse vajaduse korral.

**Lisaks ära tundmisele oleks hea arutada läbi
seksuaalsuse astmed ja seksi ABC.**

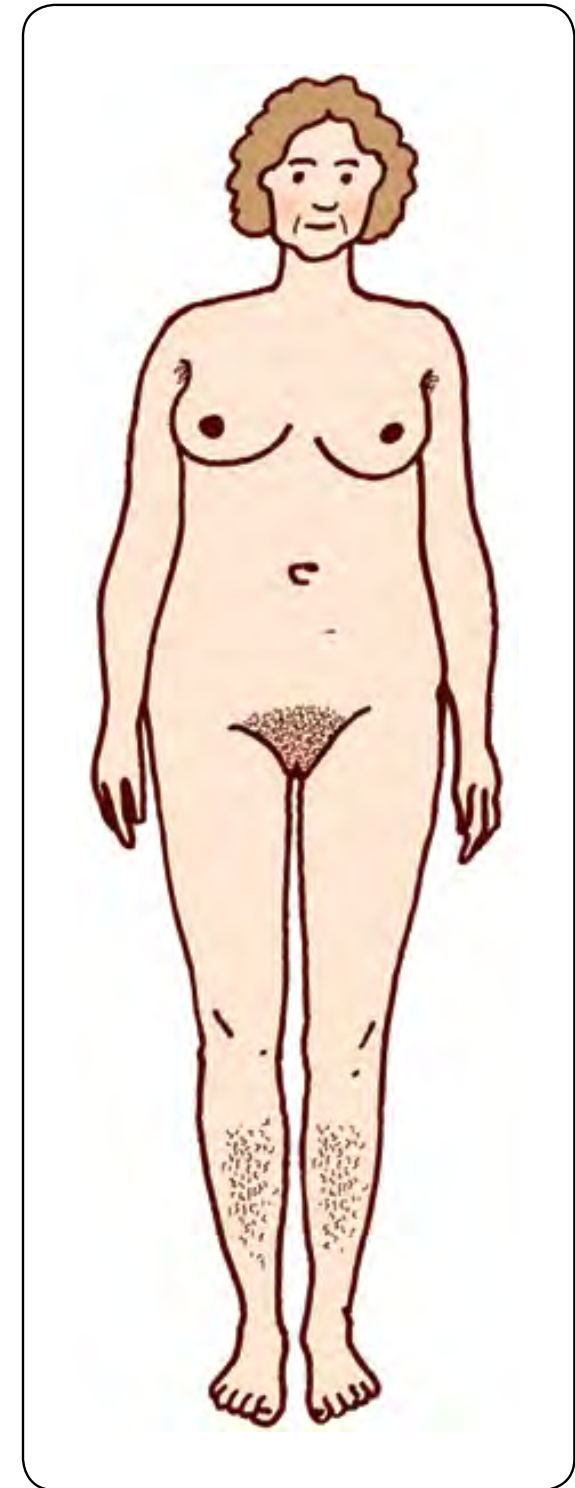
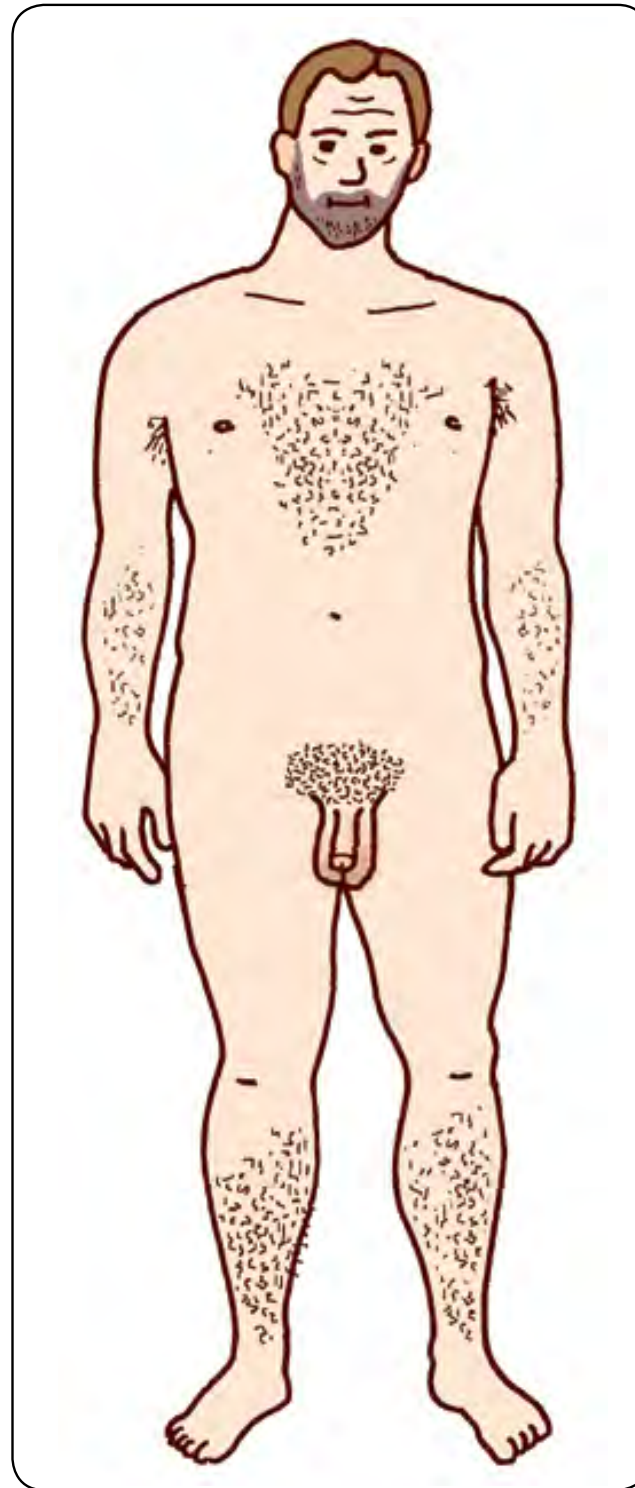
Seks tähendab erinevaid tegevusi, mõtteid ja toiminguid.

Kui kaks inimest seksivad, võib seks olla ka suuseks.

Suuseks tähendab suguelundite erutamist suu abil.

Kui kaks inimest seksivad, võib seks olla ka anaalseks.

**Anaalseks tähendab päraku piirkonna erutamist või
seksuaalvahekorda päraresse.**



EI



JAH

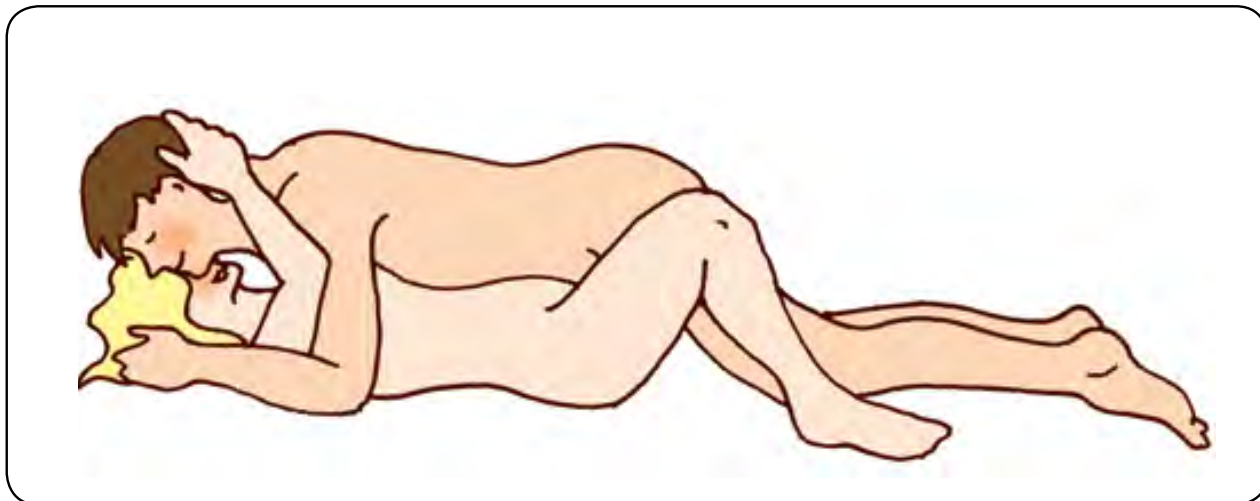
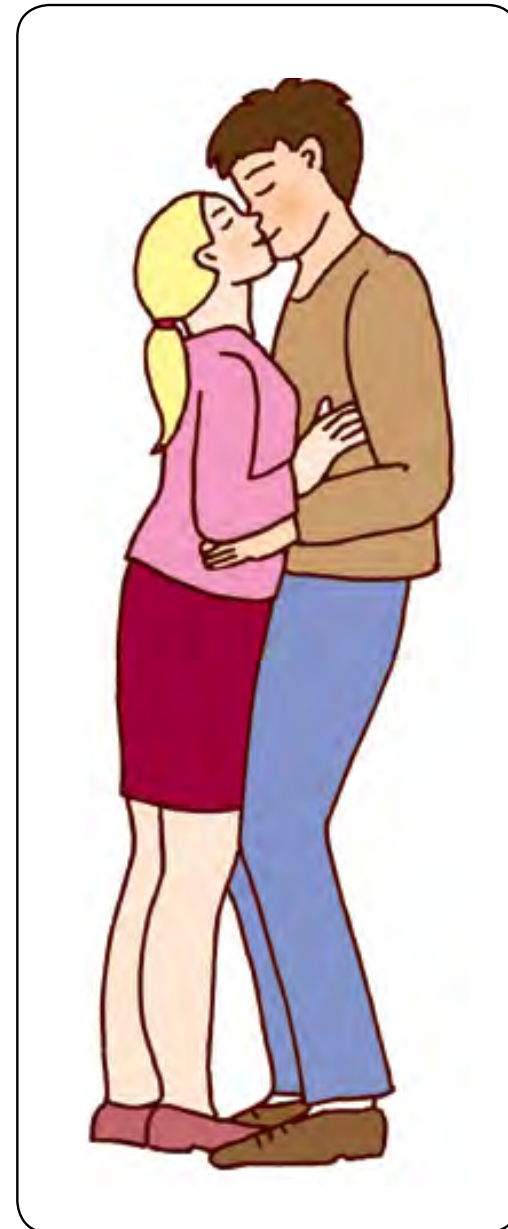
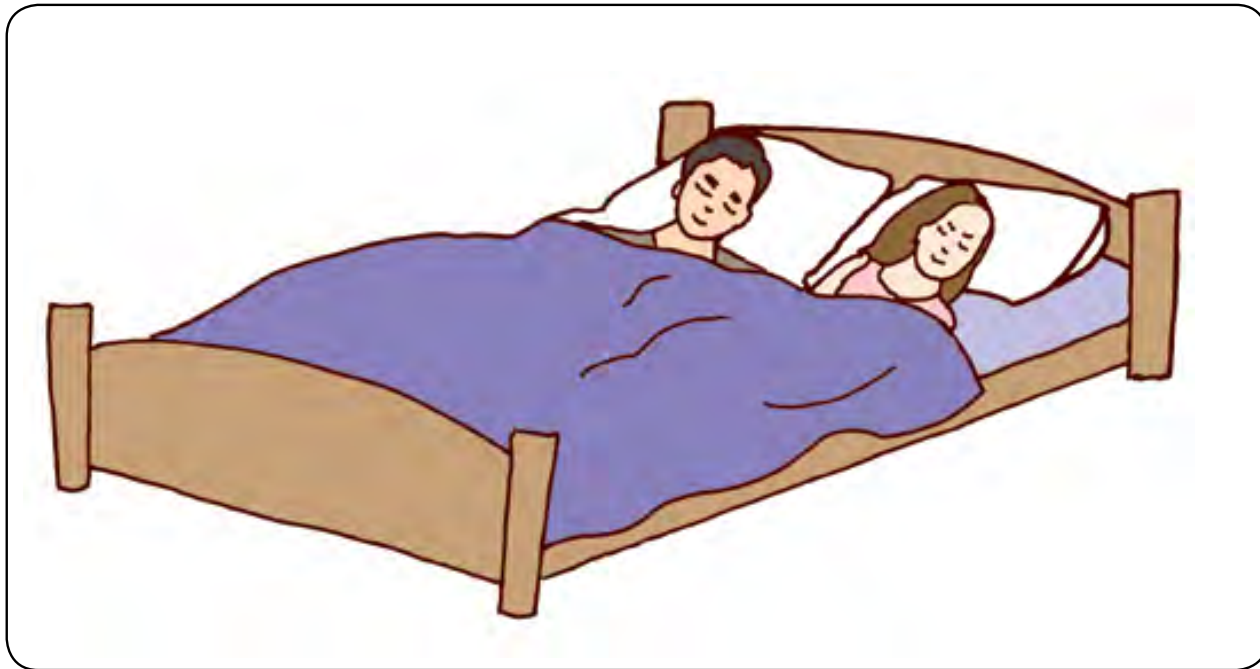
2. Raseduse ja suguhaiguste vältimine ning puhtus

Eesmärk:
Kondoomi äratundmine.

1. Osuta kondoomile ja küsi: Mis see on?
2. Kuhu kondoom pannakse?



Võid vajadusel
näidata õiget kondoomi.



EI



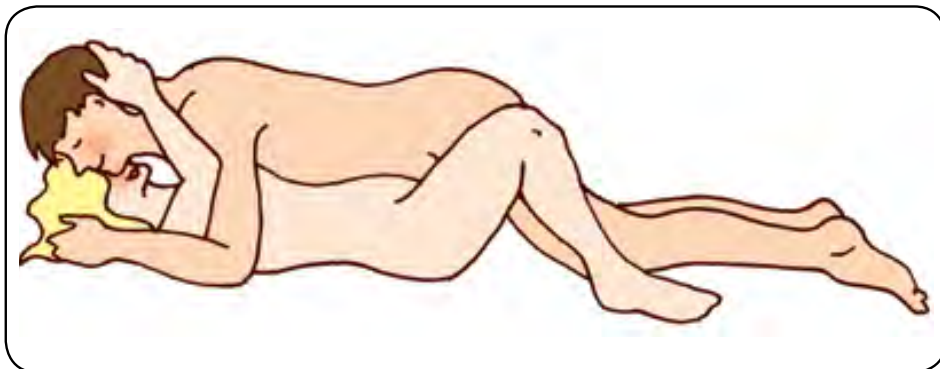
JAH

2. Raseduse ja suguhaiguste vältimine ning puhtus

Eesmärk:

Kondoomi kasutamise vajadusest arusaamine

1. Millal kondoomi kasutada
2. Kuhu kondoom pannakse
3. Millal kondoomi kasutatakse?



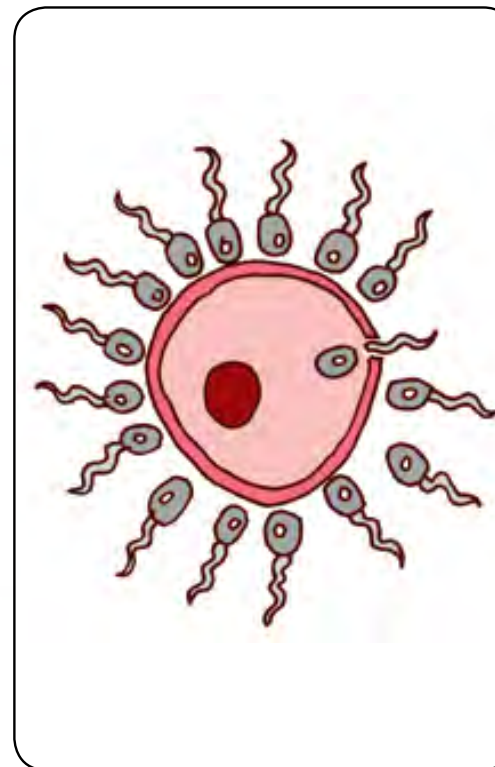
Kui naisel on olnud esimene menstruatsioon, võib naine seksuaalvahekorra tagajärjel rasedaks jääda.
Kui mehel on alanud seemnepursked, võib mees naise seksuaalvahekorra tulemusel rasestaks teha.



Seksi ajal võib saada suguhaiguse. Suguhaigus võib ilmuda kihelusena, valulikkusena ja kipitusena alakehas.

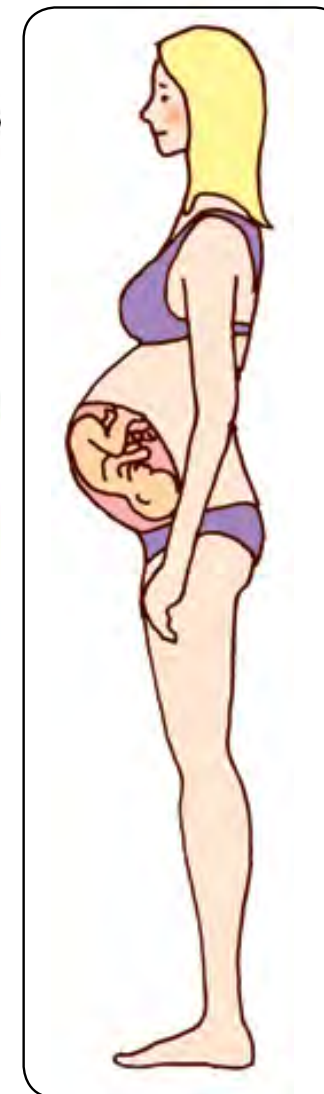


Seksuaalvahekorra ajal purskub mehe peenisest seemnevedelikku.



Seemnevedelik võib viljastada naise munajuhas ootavat munarakku.

Viljastunud munarakk hakkab naise emakas beebiks kasvama. Seda nimetatakse raseduseks. Rasedus kestab 9 kuud.



EI



JAH



2. Raseduse ja suguhaiguste vältimine ning puhtus

Eesmärk:

Kondoomi abil raseduse ja suguhaiguste vältimise tähenduse mõistmine.

4. Mida tähendab raseduse ja suguhaiguste vältimine?

5. Milleks kondoomi kasutatakse?

- raseduse vältimiseks
- suguhaiguste vältimiseks

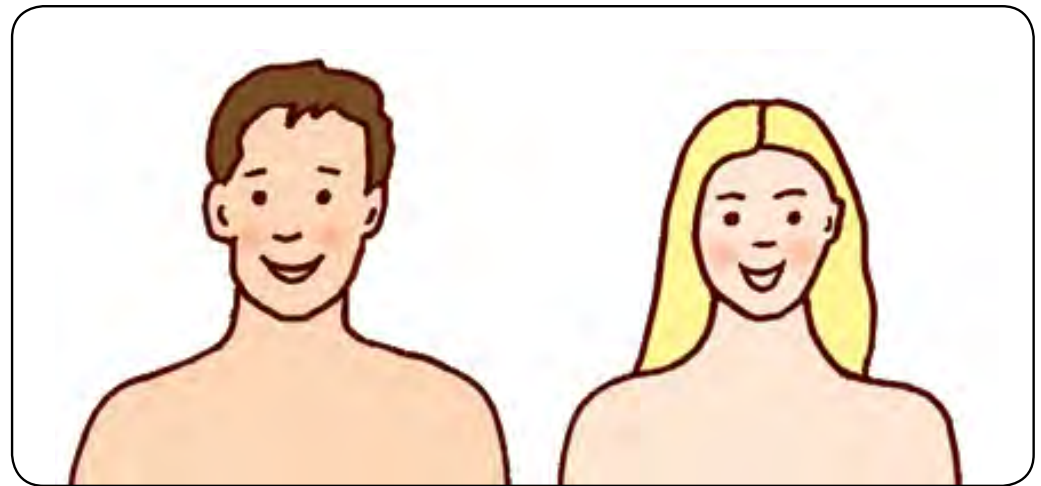
6. Mida tähendab suguhaigus?

7. Kuidas rasedus algab?

8. Kes võib jääda rasedaks/saada lapse?

9. Kas on veel muid raseduse ja suguhaiguste vältimise vahendeid peale kondoomi?

10. Kust kondoomi võib osta või saada?



EI



JAH

2. Raseduse ja suguhaiguste vältimine ning puhtus

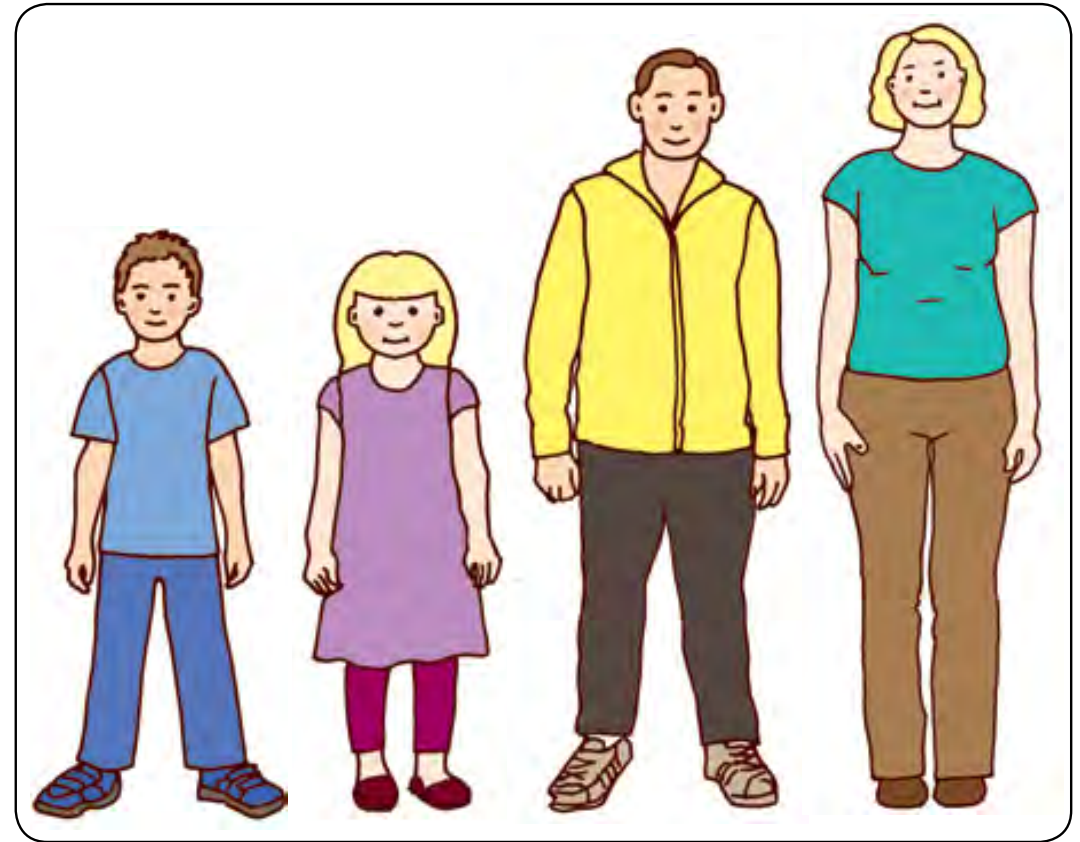
Eesmärk:

Seksiga seotud põhiküsimuste mõistmine: puhtus, raseduse ja suguhaiguste vältimine, ühine kokkulepe ning mõlema hea ja turvaline tunne.

11. Mis on kõige tähtsam seksimise juures?

Vajadusel selgita.

- Puhtus
- Raseduse ja suguhaiguste vältimine
- Ühine kokkulepe, mõlemad soovivad
 - Hea ja turvaline tunne



EI



JAH

3. Porno

Eesmärk:

Porno mõiste äratundmine ja selle mõistmine, et porno ei ole tõeline elu ja see ei ole mõeldud lastele.

1. Millisel pildil on porno?
2. Mida porno tähendab?
3. Kas porno on tõeline elu?
4. Kas porno on armastus?
5. Kes võib vaadata pornot?

Materjal on kasutamiseks asjatundjatele lihtsas keeles seksuaalkasvatuse läbiviimiseks ja erivajadustega inimeste vastava toe ja vajaduste hindamiseks.

Tõlgitud soomekeelsest originaalväljaandest, mis valmis Rinnekoti projekti „Selkeästi seksistä“ (2016-2017) raames.
Autorid Niina Luhtala ja Ulla Kärnä, kunstnik Virpi Liinoja.

<https://www.rinnekoti.fi/meista/tutkimus-ja-kehitys/kehittaminen/selkeasti-seksista-2016-2018/>

Eestikeelse trükise väljaandmist rahastas sotsiaalkindlustusameti ohvriabi ja ennetusteenuste osakond (seksuaalvägivalda kriisiabikeskused).
Tõlget toimetasad Rita Holm, Kai Part ja Keete Janter.

Raamatule viitamine: Luhtala, N., Kärnä, U. ja Liinoja, V. (2020). Seksuaalkasvatus lihtsas keeles. Tallinn: Sotsiaalkindlustusameti ohvriabi.
Küljendus ja trükk: Folger ART AS

Trükis: pehmed kaaned ISBN 978-9949-7436-2-9
Elektroniline väljaanne: võrguväljaanne: (PDF) ISBN 978-9949-7436-3-6



SOTSIAALKINDLUSTUSAMET



TARTU ÜLIKOOL
seksuaaltervise uuringute
keskus

