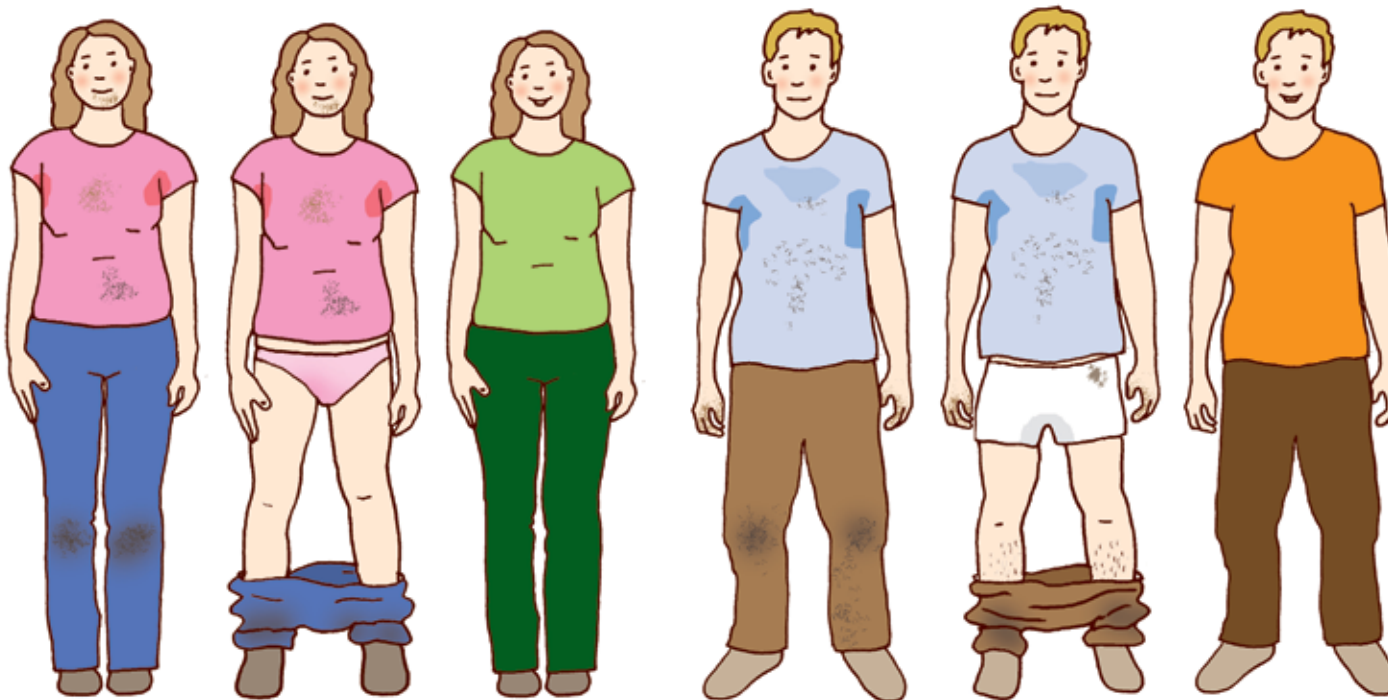
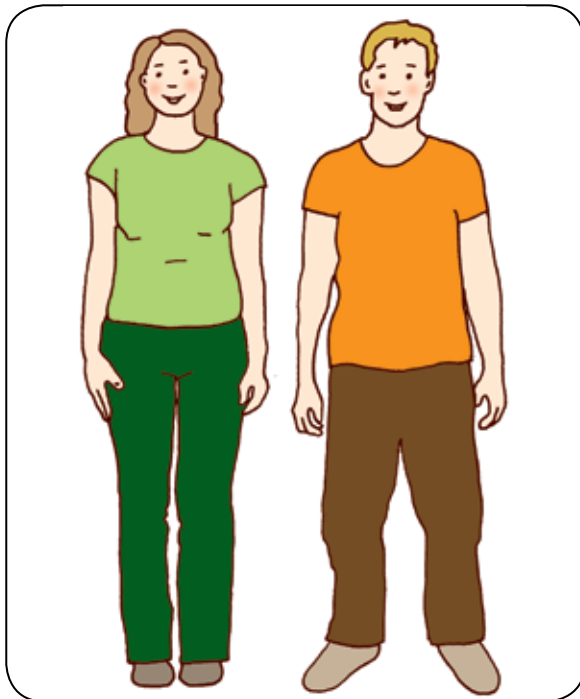


TYÖKALUJA SELKEÄÄN SEKSUAALITERVEYSKASVATUKSEEN

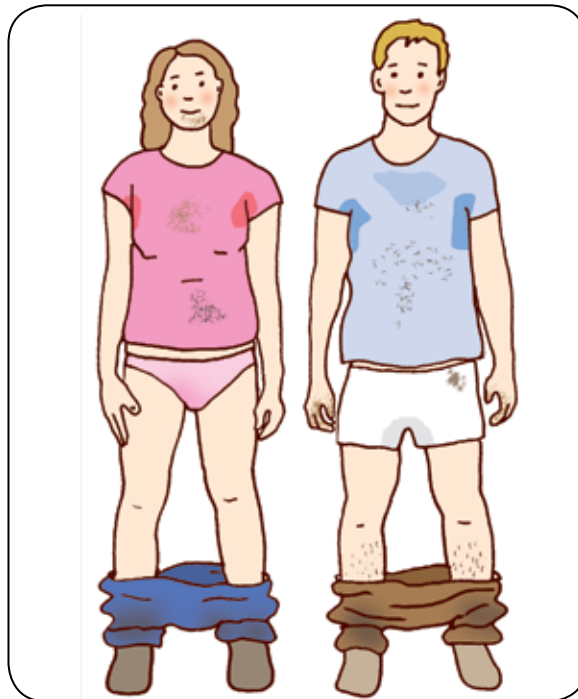
TERVEYS JA PUHTAUS



Terveys ja puhtaus



Puhtaat vaatteet ja puhdas keho on tärkeä asia.



Likaiset vaatteet ja likainen keho on huono asia. Likaiseksi tulee kun hikoilee. Vaatteet menevät likaiseksi syödessä ja ulkoillessa.



Liassa on pöpöjä. Pöpöistä voi sairastua. Siksi on tärkeää olla puhdas.



Siksi on tärkeää pestä kädet, käydä suihkussa ja vaihtaa puhtaat vaatteet.

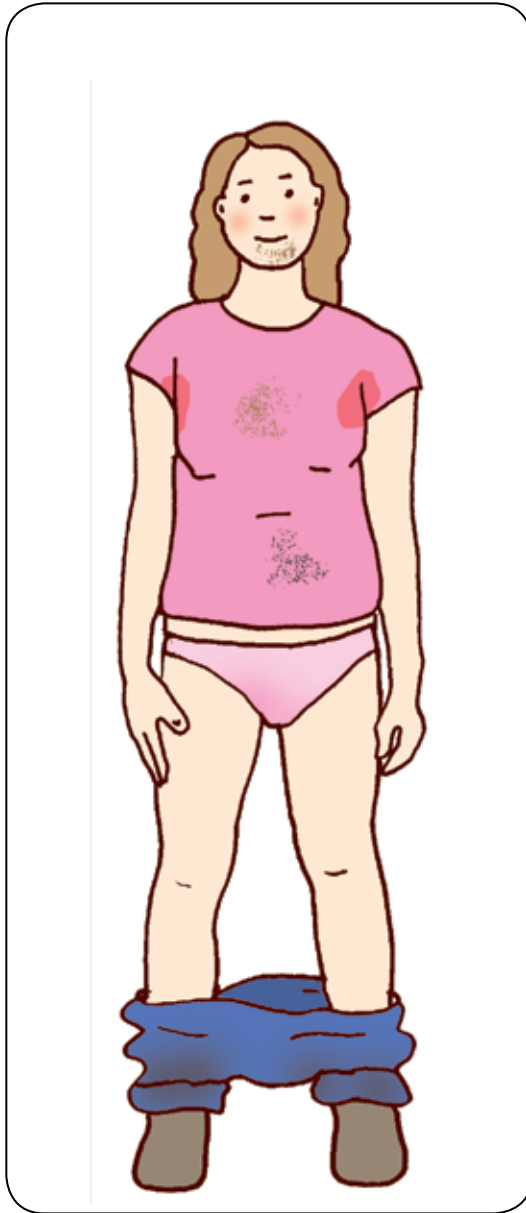


Likainen ihminen haisee pahalle.

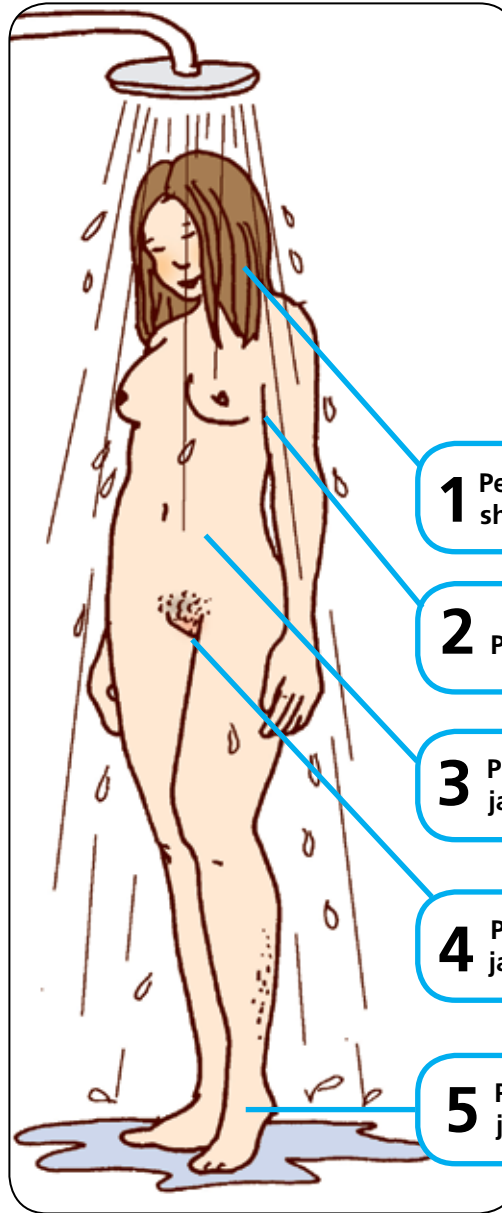
Mietitään yhdessä:

- *Milloin sinä olet puhdas?*
- *Milloin sinä olet likainen?*
- *Miksi pitää peseytyä?*
- *Mitkä kehon osat sinä peset joka päivä?*
- *Mitä tapahtuu, jos ei pese käsiä?*
- *Mitä tapahtuu, jos ei pese hampaita?*
- *Mitä tapahtuu, jos ei käytä deodoranttia?*

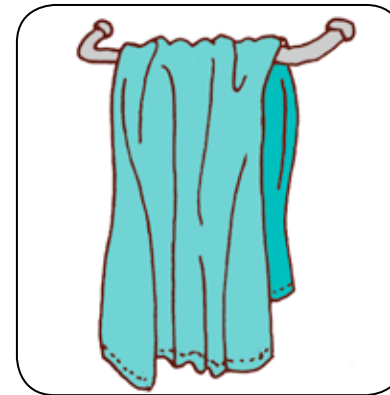
Peseytyminen



Riisu likaiset vaatteet.
Vie ne likapyykkiin.



Suihkussa kastele koko vartalo
ja aloita pesu ylhäältä.

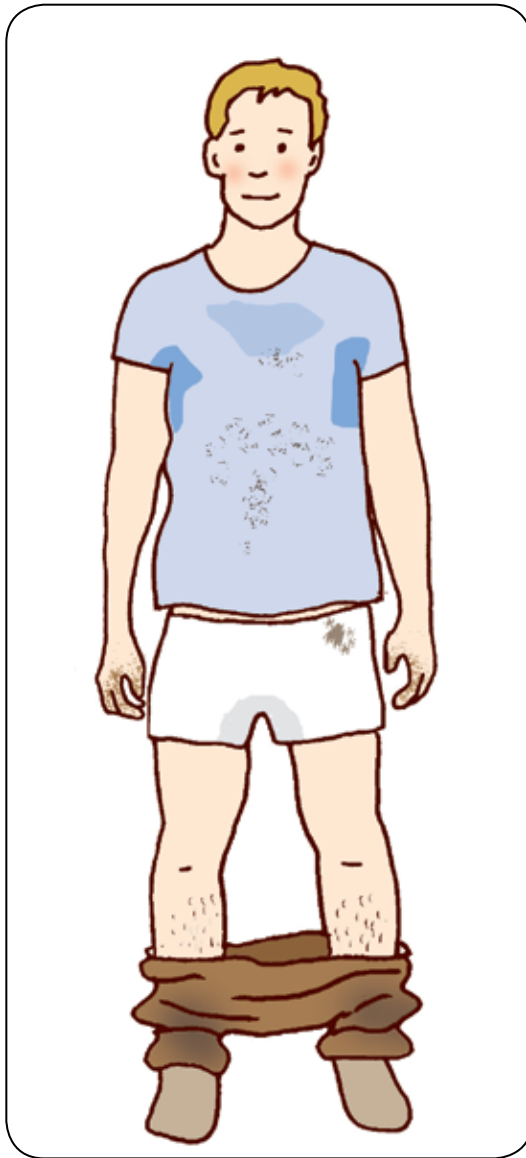


Kuivaa itsesi huolellisesti
pyyhkeeseen.

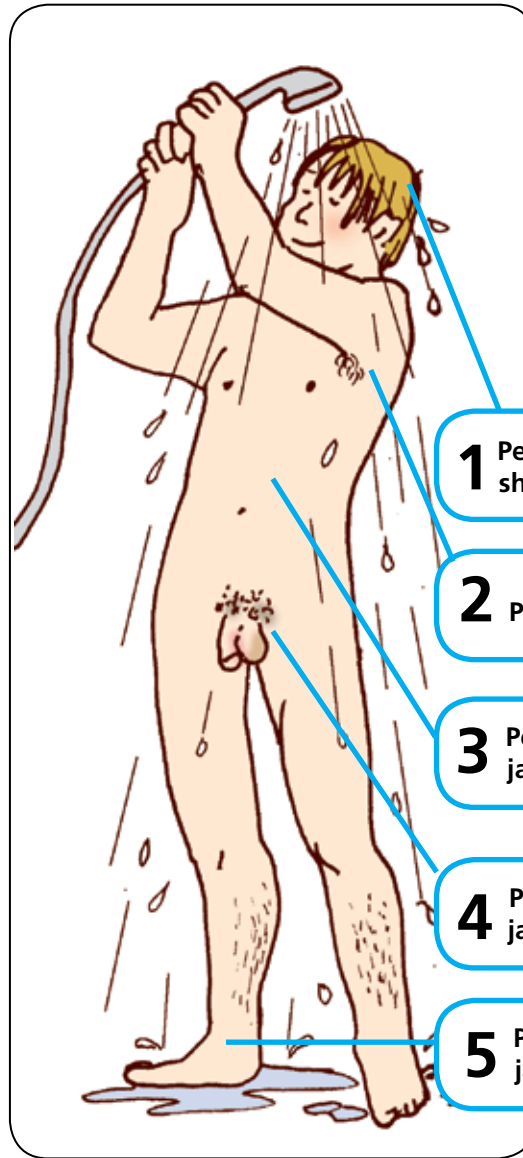


Pesun jälkeen pue puhtaat vaatteet.
Nyt olet puhdas ja tuoksut hyvälle.

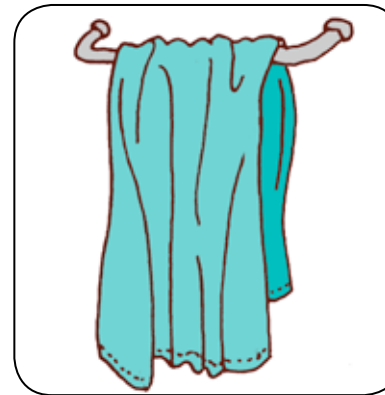
Peseytyminen



Riisu likaiset vaatteet.
Vie ne likapyykkiin.



Suihkussa kastele koko vartalo
ja aloita pesu ylhäältä.



Kuivaa itsesi huolellisesti
pyyhkeeseen.

1 Pese ensin hiukset
shampoolla.

2 Pese kainalot.

3 Pese selkä
ja maha.

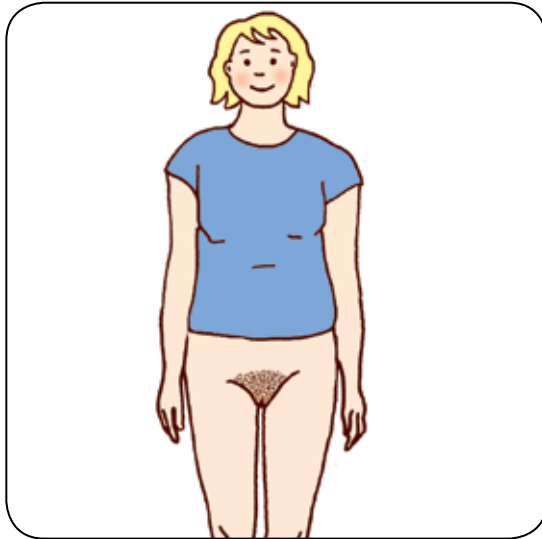
4 Pese penis, kivekset
ja pylly.

5 Pese jalat
ja varpaat.



Pesun jälkeen pue puhtaat vaatteet.
Nyt olet puhdas ja tuoksut hyvälle.

Naisen sukupuolielinten pesu



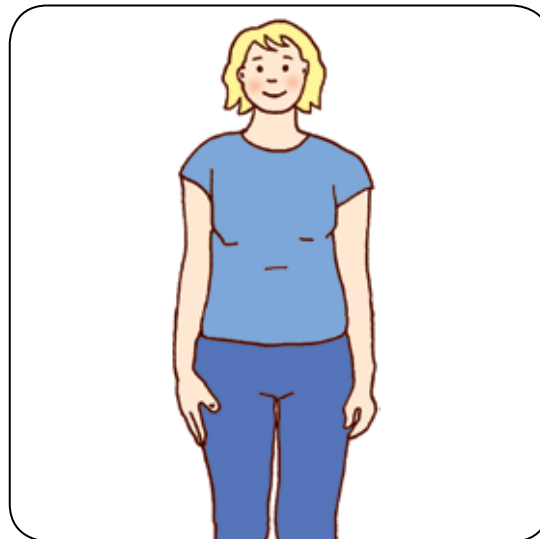
Riisu housut.



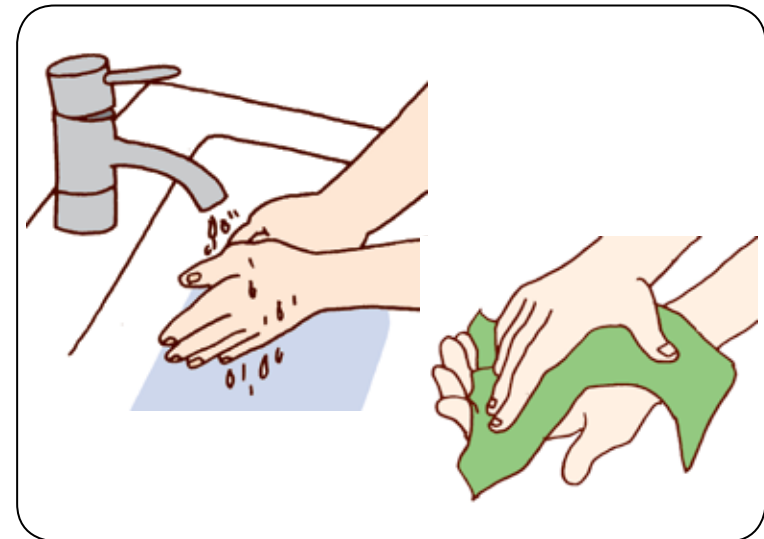
Istu pöntölle haara-asentoon.
Levitä sormilla häpyhuulet erilleen.
Pese alapää vedellä käsisuihkun avulla.



Painele pimppi paperilla tai omalla
pyyhkeellä kuivaksi.



Pue housut.



Pese ja kuivaa kädet.

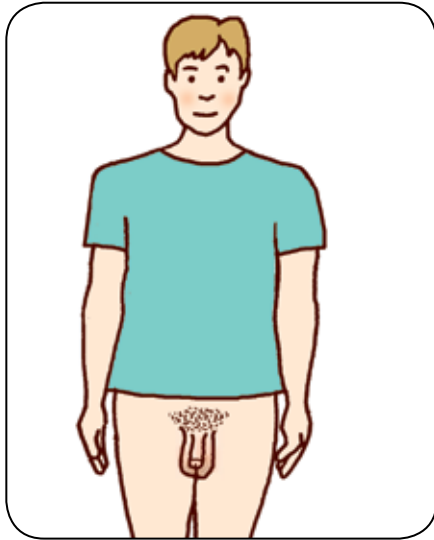
Tärkeä tietää:

Pese pimppi ainoastaan vedellä.

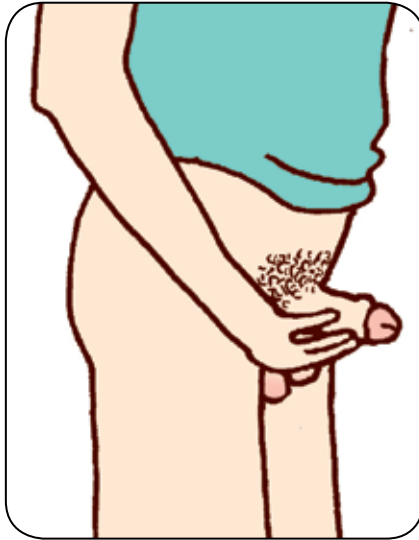
Mietitään yhdessä:

- Milloin on tärkeää pestä pimppi?

Miehen sukupuolielinten pesu



Riisu housut.



Ota penis käteen ja vedä esinahka taakse.



Suihkuta penis huolellisesti vedellä.

Tärkeä tietää:

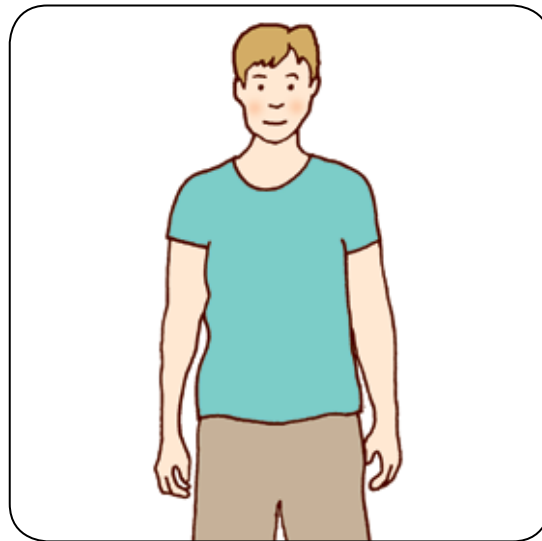
Kun peset peniksen, vedä esinahka taakse.
Pese penis ainoastaan vedellä.

Mietitään yhdessä:

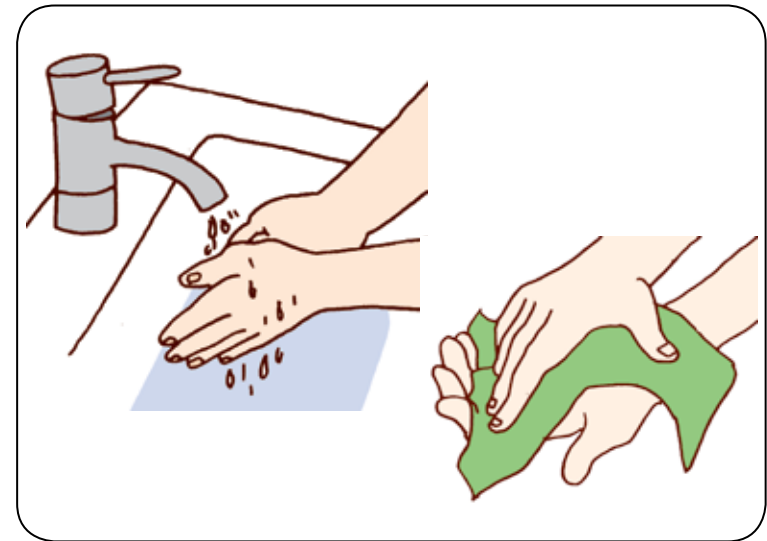
- Milloin on tärkeää pestä penis?



Kuivaa penis paperilla tai omalla pyyhkeellä.

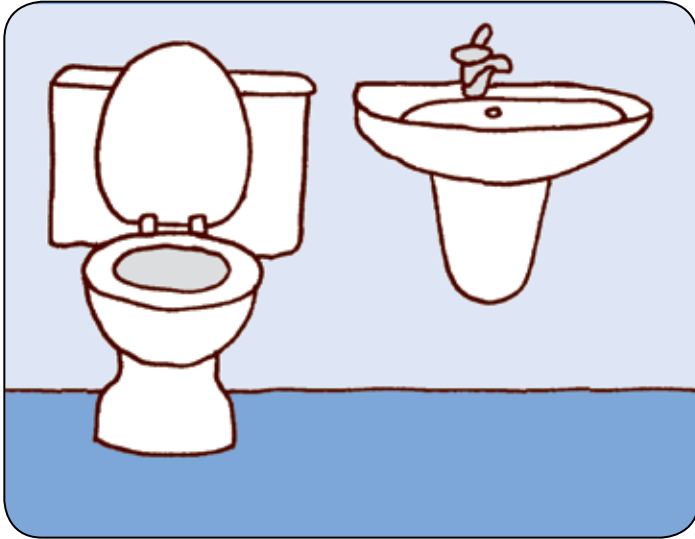


Pue housut.



Pese ja kuivaa kädet.

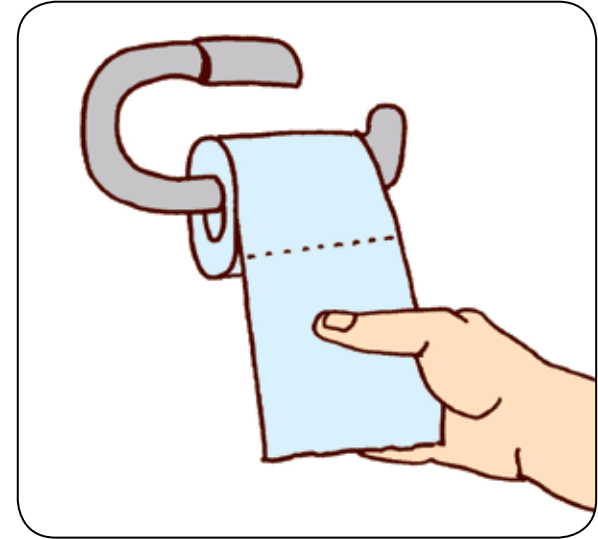
Kun käyn wc:ssä



Mene vessaan.



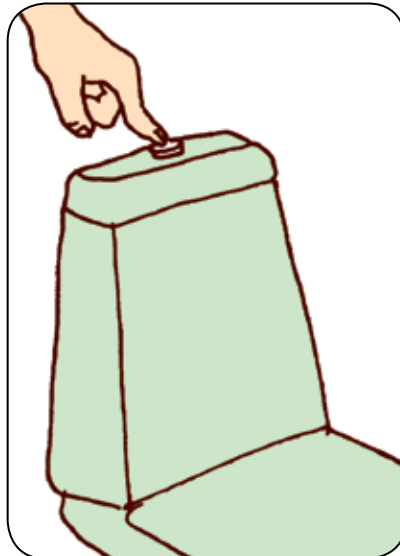
Laske housut ja istu pöntölle.
Tee pissaa tai kakka.



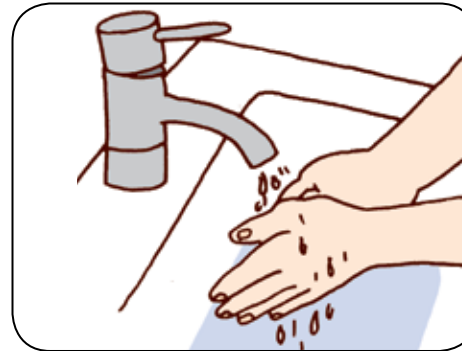
Ota vessapaperi ja pyyhi pyylly huolellisesti.



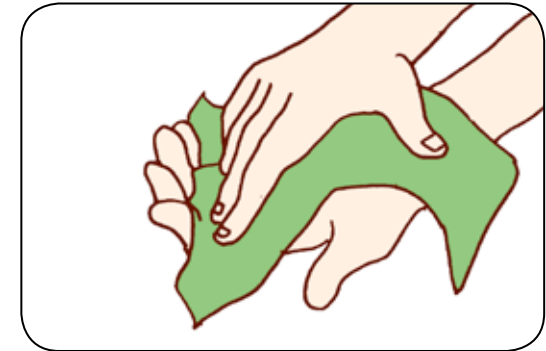
Nosta housut.



Vedä pönttö.



Pese kädet.



Kuivaa kädet.

Tärkeä tietää:

On hyvä pyyhkiä kunnolla, ettei housut tule likaisiksi.

Jos ei pese käsiä, käsiin jää pöpöjä. Pöpöistä voi sairastua itse ja tartuttaa muita.

Kädet on hyvä kuivata huolellisesti käsipaperiin tai pyyhkeeseen.

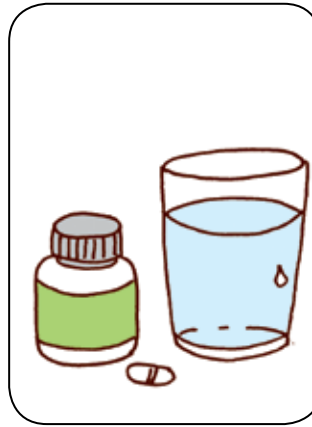
Gynekologilla



Olen menossa lääkäriin.



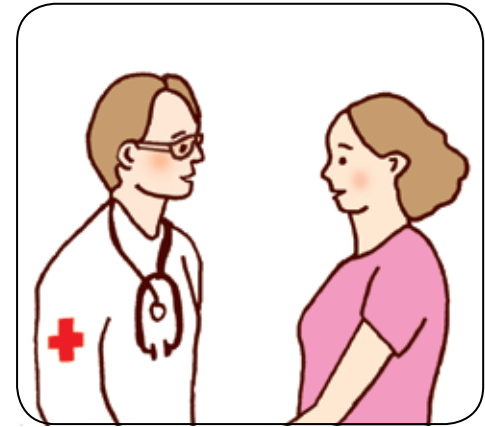
Kotona pesen alapään.



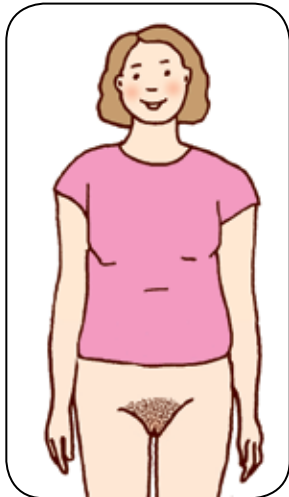
Jos minua jännittää kovasti, otan esilääkkeen.



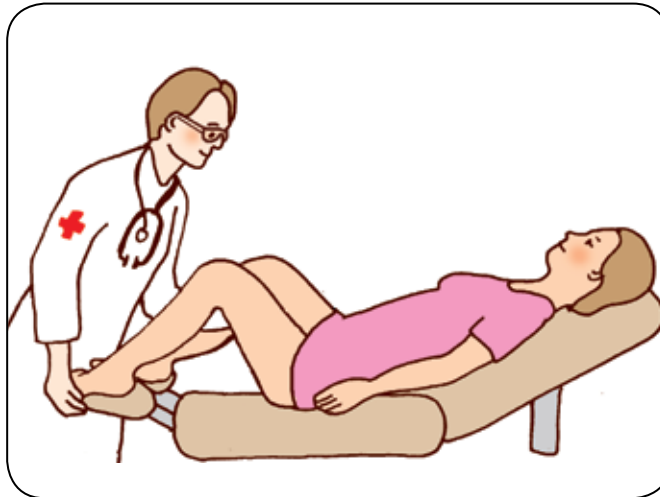
Lääkäriissä odotan omaa vuoroa.



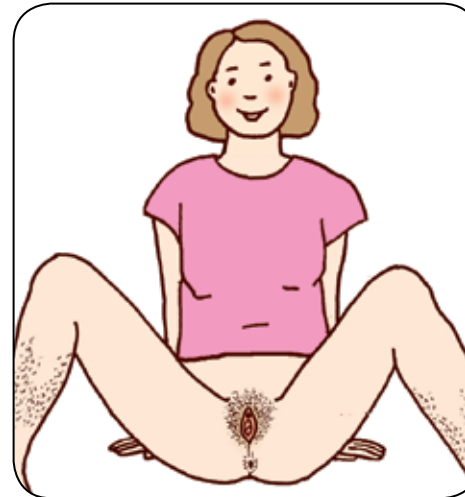
Lääkäri kutsuu huoneeseen. Ensint jutellaan.



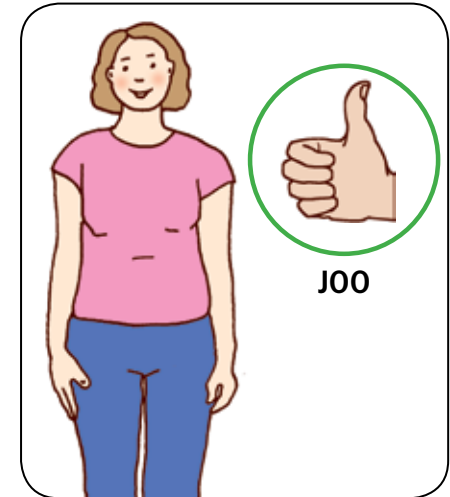
Riisun housut.



Nousen tutkimuspöydälle ja levitän jalat.



Lääkäri tutkii pimpin ja painelee alavatsaa. Lääkäri voi myös tutkia rinnat.



Puen päälle ja juttelen lääkärin kanssa. Hienosti meni.

Tärkeä tietää:

Nainen käy gynekologilla tarkastuksessa. Gynekologilla käydään myös jos naisella on runsaat kuukautiset tai alapää kutisee tai on kipeä. Lääkäri tutkii, jotta voi auttaa.

Mietitään yhdessä:

- Jos gynekologille meno jännittää, auttaisiko joku kiva tekeminen tai palkinto käynnin jälkeen?

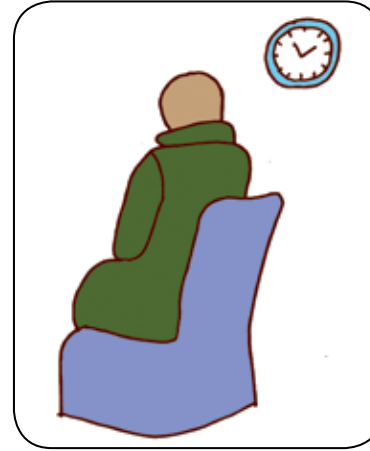
Mammografia



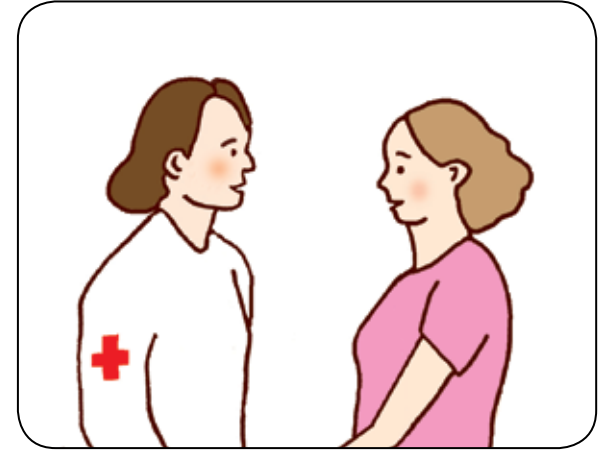
Olen menossa lääkäriin.



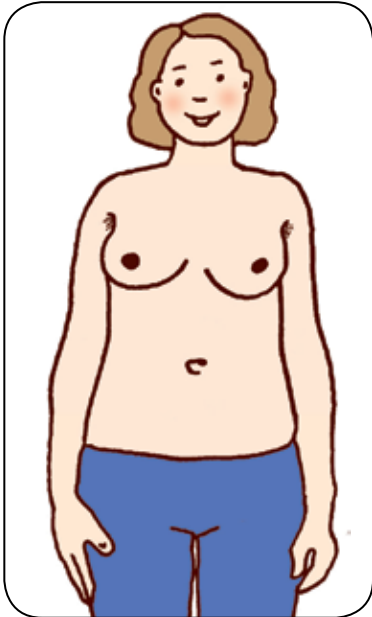
Jos minua jännittää
kovasti, otan esilääkkeen.



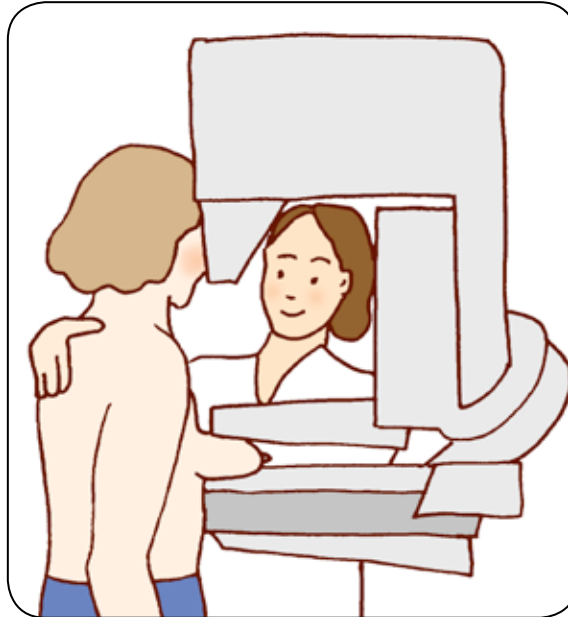
Lääkäriissä odotan
omaa vuoroa.



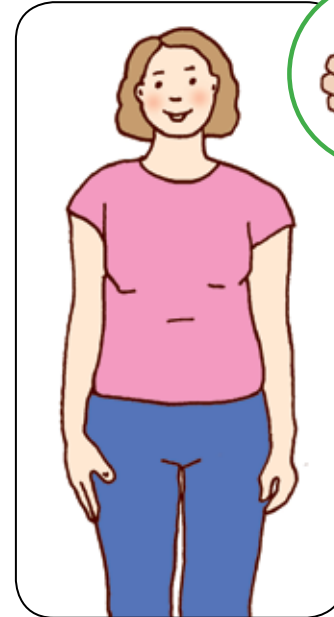
Hoitaja kutsuu huoneeseen.
Ensin jutellaan.



Riisun ylävartalon paljaaksi.



Rinnat tutkitaan laitteella.
Hoitaja neuvoo ja auttaa.



Puen päälle ja juttelen
hoitajan kanssa.
Hienosti meni!

JOO

Tärkeä tietää:

Nainen käy mammografiassa tarkastuksessa.
Lääkäri tai hoitaja tutkii, että rinnat ovat
terveet.

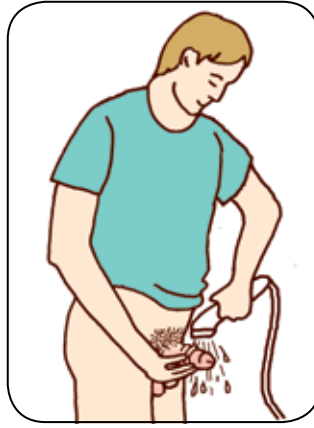
Mietitään yhdessä:

- Jos mammografiaan meno jännittää,
auttaisiko joku kiva tekeminen
tai palkinto käynnin jälkeen?

Urologilla



Olen menossa lääkäriin.



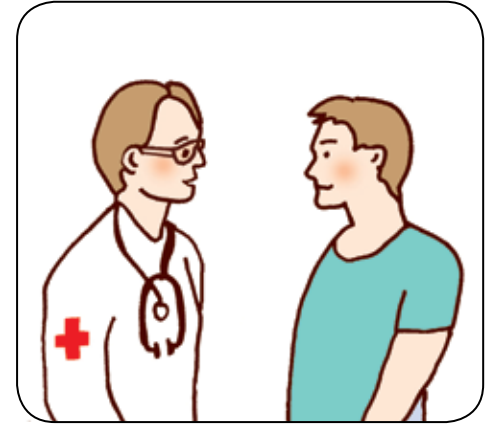
Kotona pesen alapään.



Jos minua jännittää kovasti, otan esilääkkeen.



Lääkärissä odotan omaa vuoroa.



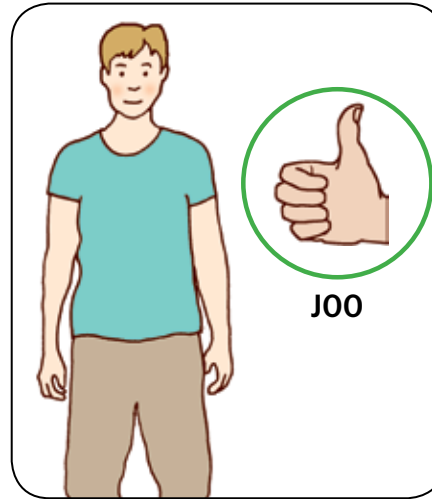
Lääkäri kutsuu huoneeseen. Ensin jutellaan.



Riisun housut.



Lääkäri tutkii peniksen ja kivekset.



Puen päälle ja juttelen lääkärin kanssa. Hienosti meni.

Tärkeä tietää:

Lääkäri voi tarkistaa, että penis ja kivekset ovat kunnossa. Lääkäriin mennään myös, jos peniksessä tai kiveksissä on kipua tai vihlontaa.

Mietitään yhdessä:

- Jos lääkäriin meneminen jännittää, auttaisiko joku kiva tekeminen tai palkinto käynnin jälkeen?