



Informácia

o kurze sympto-termálnej metódy
rozpoznávania párovej plodnosti

Termín konania:

9.10. 2020 o 17:00

Miesto konania:

Obchodná Akadémia v Dolnom Kubíne
STREDCO Coworking na 4.poschodí

Plodnosť nie je problém, ale dar - je základná myšlienka, ktorú kurz Ligy pár páru chce odovzdať všetkým, ktorí majú záujem rozumieť svojej plodnosti a vedome sa podieľať na jej napínaní (či už je ich snahou predchádzať počatiu, alebo sa snažia tehotenstvo dosiahnuť).

Kurz vedie certifikovaný, odborne pripravený dobrovoľnícky učiteľský pár, ktorý poslucháčov podrobne zoznámí so symptotermálnou metódou a teoretické informácie doplní skúsenosťami zo života. Kurz zároveň vytvára priestor na zoznámenie sa s ďalšími ľuďmi, ktorí sa rozhodli nepoužívať žiadnu antikoncepciu (uznávajú rovnaký životný štýl - Kultúru života) a aj po jeho absolvovaní si môžu navzájom radiť, vymieňať skúsenosti a povzbudzovať sa.

Kurz nie je určený len pre ženy, ale aj pre ich manželov. Liga povzbudzuje mužov, aby investovali svoj čas a pozornosť tejto oblasti, ktorá výrazne ovplyvňuje vzájomný manželský vzťah a pohodu v ňom. Zúčastniť sa kurzu STM je najjednoduchšia forma ako sa efektívne naučiť prakticky používať symptotermálnu metódu PPR a vyznať sa vo svojej plodnosti.

Po úvodnom stretnutí, ktorého obsahom je:

- predstavenie symptotermálnej metódy porozumenia ľudskej plodnosti a jednotlivých príznakov ženskej plodnosti
- vysvetlenie fyziologických zákonitostí ľudskej plodnosti a priebeh menštruačného cyklu
- vysvetlenie vplyvu ženských hormónov menštruačného cyklu na zmeny jednotlivých príznakov plodnosti (bazálnej teploty, hlienu krčka maternice, a krčka maternice) v priebehu menštruačného cyklu ženy
- pozorovanie, zaznamenávanie a vyhodnocovanie príznakov plodnosti
- praktické precvičenie vyhodnotenia STM záznamu
- individuálne poradenstvo

bude možnosť pokračovať v kurze ďalšími dvoma stretnutiami, ktoré nadväzujú na úvodné stretnutie a poskytnú užívateľom STM ďalšie potrebné informácie pre spoľahlivé užívanie metódy v rôznych životných situáciách - napr. o nepravidelných cykloch, o pomoci pri snahe o počatie, orientovaní sa v plodnosti po pôrode či v prechode.... **Súčasťou kurzu je aj súvislosť medzi manželským sľubom a manželskou čistotou a otázky manželskej sexuálnej etiky.**

Účasť na úvodnom stretnutí je bezplatná. Kurzovný príspevok za ostatné dve stretnutia je na pár alebo jednotlivca spolu 20€. Termíny ďalších stretnutí sa dohodnú s účastníkmi na záver úvodného stretnutia.

Z dôvodov opatrení pred šírením koronavírusu je počet účastníkov limitovaný a je potrebné sa na kurz **PRIHLÁSIŤ VOPRED** zaslaním mailu na lpp@lpp.sk alebo telefonicky na číslo 0908722055.