

## Więcej o naszych kursach NPR

Najlepszym sposobem nauczenia się naturalnego planowania rodziny jest udział w bezpośrednim kursie prowadzonym przez małżeństwo instruktorów z Ligi Małżeństwo Małżeństwu.

Zobacz: terminy najbliższych kursów.

Czego uczyjemy?

Pod opieką małżeństwa instruktorów NPR uczestnicy kursów mogą gruntownie poznać objawowo - termiczną metodę rozpoznawania płodności w wersji opracowanej przez istniejącą od 1972 roku amerykańską organizację The Couple to Couple League.

Trzy rodzaje kursów:

1. Kurs podstawowy - trzy spotkania, podczas których uczestnicy poznają zastosowanie NPR w typowych sytuacjach życiowych:

- prowadzenie obserwacji podstawowej temperatury ciała, śluzu szyjkowego i szyjki macicy,
- wyznaczanie faz niepłodności i płodności w cyklach typowych i zakłóconych,
- rozpoznawanie płodności w celu uzyskania oraz odłożenia poczęcia,
- karmienie piersią - korzyści i wpływ na płodność.

2. Warsztaty: "Powrót płodności po porodzie" - jedno spotkanie, podczas którego poruszone zostaną następujące tematy:

- powtórzenie i przypomnienie podstawowych informacji o metodzie objawowo-termicznej,
- kobieta po porodzie - zmiany w organizmie,
- zalety karmienia piersią,
- sposób karmienia dziecka a powrót płodności po porodzie,

- omówienie jak rozpoznać czas płodny i niepłodny po porodzie.

Na warsztaty szczególnie zapraszamy małżonków w stanie błogosławionym i po porodzie.

Jest możliwość indywidualnych konsultacji własnych kart obserwacji na warsztatach.

3. Warsztaty: "Premenopauza" (jedno spotkanie) - w przygotowaniu

Czas trwania kursu

Każde spotkanie trwa ok. 3 godziny. Spotkania kursu podstawowego odbywają się raz w miesiącu.

Forma zajęć

Wykład ilustrowany prezentacjami, konsultacje i ćwiczenia - kurs prowadzi małżeństwo, które przeszło stosowne przeszkolenie i uzyskało autoryzację Ligi Małżeństwo Małżeństwu - istniejącej od 1992 roku renomowanej organizacji promującej metody rozpoznawania płodności.

Koszty

Za udział w kursie nie pobieramy opłat. Jedynym kosztem jaki ponoszą uczestnicy są obowiązkowe materiały (podręcznik, zeszyt obserwacji). Uczestnicy mogą wpłacić dobrowolną darowiznę na działalność statutową LMM.

Miejsce i terminy spotkań

Zobacz terminy najbliższych kursów.