

PROGRAM

Piatok 15.2.2019

17.00 Príchod, ubytovanie

18.30 Večera

večerný blok

**19.30 – 20.15 *Vzťahová fyzika v sexuálnej intimitě
... aby rozdielnosť nerozdeľovala.***

Sobota 16.2.2019

8.00 Raňajky

dopoludňajší blok

9.00 - 11.20 *Základný kurz symptotermálnej metódy porozumenia ľudskej plodnosti I. časť*

- fyziologické zákonitosti ľudskej plodnosti a priebeh menštruačného cyklu ženy
- ako zmeny pohlavných hormónov ženy ovplyvňujú zmeny jednotlivých príznakov plodnosti
- pozorovanie, zaznamenávanie a vyhodnocovanie príznakov plodnosti
- určenie začiatku poovulačnej neplodnosti a plodného optima

11.30 - 12.30 *Možnosť vlastného výberu*

- precvičenie si vyhodnotenia záznamov s lektorským párom LPP
- individuálne poradenstvo, rozhovory
- spoločný čas s rodinou

12.30 Obed

13.30 – 15.00 voľný program s možnosťou využiť prítomné lektorské páry

14.00 – 14.30 možnosť zúčastniť sa svätej omše

popoludňajší blok

15.00 - 16.00 *Základný kurz symptotermálnej metódy porozumenia ľudskej plodnosti II. časť*

- určenie konca predovulačnej neplodnosti (dokedy trvá neplodnosť po menštruácii)
- nepravidelné cykly a čo s nimi?

16.15 - 17.00 *Možnosť vlastného výberu*

- prednáška s diskusiou: **Keď dieťaťko neprichádza**
(pomoc pri snahe o dosiahnutie počatia)
- prednáška s diskusiou: **Plodnosť v období perimenopauzy a prechodu**
- precvičenie si vyhodnotenia záznamov za účasti lektorských párov LPP
- individuálne poradenstvo, rozhovory
- trávenie neorganizovaného spoločného času s rodinou

17.15 - 18.15 *Mravné nie je neerotické*

- mravné aspekty manželskej sexuality
- sexuálne správanie sa manželov v plodnom období
- manželská „povinnosť“ a i.

18.30 Večera

večerný blok

19.30 - 21.30 *diskusie s hodinovým odstupom začiatku*

(aby mohol jeden z rodičov uložiť deti a zostať pri nich)

- **Dámsky klub** (ženské diskusné fórum, cca 1 hodina)
- **Debata pri pive** (mužské diskusné fórum, cca 1 hodina)

21.30 - ... *Neformálny spoločenský večer pri občerstvení*

Nedeľa 17.2.2019

8.00 Raňajky

dopoludňajší blok

9.00 -10.15 *Základný kurz symptotermálnej metódy porozumenia ľudskej plodnosti III. časť*

- stručné zopakovanie obsahu I. a II. časti kurzu
- doplnenie možnosti určiť spoľahlivý začiatok poovulačnej neplodnosti
- neštandardná teplotná krivka alebo hlienový obraz
- technické pomôcky a prístroje na určovanie plodných a neplodných dní

10.30 - 11.15 *Možnosť vlastného výberu*

- prednáška s diskusiou: **Návrat plodnosti po pôrode**
- precvičenie si vyhodnotenia záznamov za účasti lektorských párov LPP
- individuálne poradenstvo, rozhovory
- trávenie neorganizovaného spoločného času s rodinou

11.30 *Svätá omša s obnovou manželských sľubov*

Oficiálne ukončenie programu

12.30 Obed

13.30 – 15.00 *individuálne poradenstvo, rozhovory*