



DIÖZESE
SANKT
PÖLTEN

NER- GRUNDKURS

*Natürliche Empfängnisregelung:
Sympto-thermale Methode
nach Prof. Dr. Josef Rötzer*

**30. Sept., 14. &
28. Okt. 2024**

*Montag, 19:00–21:00 Uhr
ONLINE über Zoom*

Natürliche Empfängnisregelung

- » Die natürliche Methode, um eine Schwangerschaft zuverlässig zu vermeiden
- » Bei Kinderwunsch die persönlichen fruchtbaren Tage erkennen
- » Selbstbestimmt und sicher im Umgang mit der Fruchtbarkeit
- » Durch das gemeinsame Erleben der Fruchtbarkeit die Beziehung vertiefen
- » In jeder Lebenslage (Stillzeit, Wechseljahre usw.) lebbar

Der Kurs beinhaltet: 3 Kursmodule zu jeweils 2 Stunden | Zeit für persönliche Fragen | Training an Fallbeispielen – so gewinnst Du Sicherheit ... | Kinderwunsch? Das solltest Du beachten | Kursunterlagen

Referentin: Dr. Barbara Sauberer, Biologin, zertifizierte INER-Mitarbeiterin

Termine: Montag, 30. September, 14. Oktober und 28. Oktober 2024, 19:00–21:00 Uhr, Online über Zoom, Zugangslink wird zeitgerecht übermittelt

Kursbeitrag: € 140,- pro Person/Paar, € 70,- für Schülerinnen/Schüler und Studentinnen/Studenten (jeweils inkl. Kursmaterialien)

Bei Bedarf können Buch und Thermometer zugeschickt werden.

Wir bieten auch Beratung zur individuellen Situation über die Kursdauer hinaus an.

Infos & Anmeldung: Diözese St. Pölten, Abteilung Erwachsenenbildung, Angela Hiesinger, Eybnerstraße 5, 3100 St. Pölten, +43 2742 324 3339, a.hiesinger@dsp.at, www.dsp.at | Weitere Infos: www.iner.org



Anmeldeschluss: 20. September 2024 (beschränkte Teilnehmerzahl)