



Liga pár páru v Slovenskej republike

*... pre tých, ktorí predchádzajú počatiu, aj pre tých, ktorí po dieťatku túžia,
pre všetkých, ktorí chcú objaviť a žiť krásu tajomstva manželskej lásky*

V Zlatých Moravciach 13.12. 2021

Milí priatelia a podporovatelia Ligy pár páru,

blíži sa záver ďalšieho kalendárneho roka, a tak chceme splniť svoj sľub a informovať vás o tom, ako sme v druhom polroku naplňali poslanie LPP: osobným svedectvom, prednáškovými aktivitami a vyučovaním symptotermálnej metódy šíriť manželskú čistotu.

Kurzy symptotermálnej metódy PPR



PREZENČNÁ forma kurzu:

- **Košické Olšany** (7.8. – 1.9.), lektorovali manželia Slobodníkovci
- **Oravská Polhora** (19.9. – 24.10.), lektorovali manželia Glovaťákovci
- **Liesek**, Materské centrum Anjeličkovo; úvodné stretnutie, ktoré lektorovali manželia Košťálovci, sa konalo 2.10.2021. Pre pandemickú situáciu a lockdown sa ďalšie stretnutia odložili na rok 2022;
- **Trenčín**, Centrum pre rodinu (10.10. – 14.11.); kurz lektorovali manželia Košťálovci;
- **Bratislava**, farnosť sv. Jána Bosca (18.10. – 14.11.); kurz lektorovali manželia Jakubcovci
- **Hruštín**, Rodinné centrum Motýlik; ohlásený kurz, plánovaný na 6.11. sa z dôvodu pandemickej situácie nekonal.

ON-LINE forma kurzu:



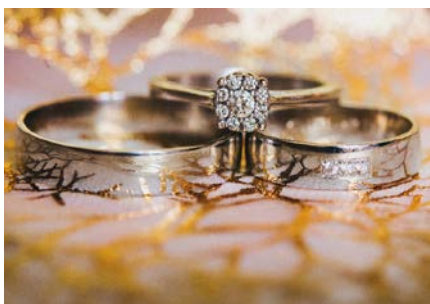
- **8.7. - 29.7.** podvečerný kurz o **17.15**
lektorovali manželia Glovaťákovci;
- **8.7. - 29.7.** večerný kurz o **20.45**
lektorovali manželia Garberovci;
- **23.9. - 14.10.** (17.15)
lektorovali manželia Predáčovci;
- **23.9. - 14.10.** (21.00)
lektorovali manželia Holosovci;
- **26.10. - 16.11.** lektorovali manželia Schindlerovci;
- **20.11. - 11.12.** lektorovali manželia Garberovci.

ON-LINE kurz pre páry, ktorým sa nedarí dosiahnuť tehotenstvo:



- **24.11. - 3.12.** lektorovali manželia Predáčovci

Snúbenecké prípravy



PREZENČNÁ víkendová kurzová príprava:

- **4.9. – 5.9.** Oravské centrum mládeže
Ústie nad Priehradou
(manželia Glovaťákovci)
- **22.10. – 24.10.** farnosť Zlaté Moravce,
(manželia Predáčovci)

PREZENČNÉ jednorazové prednášky:

- **9.7.** Trnava, lektorovali manželia Fojtíkovci
Šarišské Michal'any, lektorovali manželia Garberovci
- **20.8.** Košice, farnosť Ťahanovce, lektorovali manželia Slobodníkovci
- **7.9.** Vaďovce, manželia Schindlerovci
- **11.9.** Humenné, lektorovali manželia Lichmanovci
- **12.9.** Zákamenné, lektorovali manželia Dibdiakovci
- **16.9.** Zvolen, farnosť Zvolen –západ, lektorovali manželia Holosovci
- **17.9.** Bánovce nad Bebravou, lektorovali manželia Košťálovci
- **18.9.** Nitra- Kalvária, lektorovali manželia Predáčovci
- **3.10.** Bratislava, UPeCe Jozefa Freinademetza, lektorovali manželia Schindlerovci
- **22.10.** Košice, UPC sv. Košických mučeníkov, lektorovali manželia Slobodníkovci
- **9.11.** Nitra – UPC Pavla Straussa v rámci cyklu Ars Amandi, lektorovali manželia Predáčovci

ON-LINE_ jednorazové prednášky:

- **10.9.** pre farnosť Dubnica nad Váhom, lektorovali manželia Košťálovci.

V súvislosti s prípravou snúbencov sme sa s manželkou Simonkou zúčastnili 17.11. na stretnutí, ktoré zorganizoval správca farnosti Nitra - Horné mesto vdp. A. Ďatelinka. Na tomto stretnutí sme manželským párom, ktoré ním boli oslovené do služby snúbencov, predstavili kurzovú prípravu snúbencov vychádzajúcu z materiálov KBS a dohodli sa na ďalšej spolupráci.

Špecifické on-line prednášky súvisiace s praktizovaním PPR



Manželská láska za dverami spálne

4.11. lektorovali manželia Schindlerovci

Milo nás prekvapil záujem o túto prednášku.

Pripojilo sa 87 účastníkov - jednotlivci aj páry.

Prednáška ponúkla odpovede na otázky ako napr.

- Čo je to manželská povinnosť?
- Je nedôverou voči Bohu chcieť si naplánovať vhodné rozostupy medzi deťmi?
- Aký je rozdiel medzi metódami PPR a antikoncepciou, keď chcú manželia zodpovedne pristupovať k rodičovstvu?
- Sú prirodzené metódy naozaj prirodzené, keď sa musí človek zriekať sexu práve vtedy, keď má naň najväčšiu chuť?



Plodnosť v období blížiaceho sa prechodu a intímna manželská láska v zrelom veku

10.11. lektorovali manželia Predáčovci

Prednáška priblížila obdobia perimenopauzy z pohľadu zmien, ktoré nastávajú na hormonálnej úrovni a to, ako ovplyvňujú menštruačný cyklus ženy.

Poskytla základnú navigáciu ako sa orientovať v plodnosti pri predchádzaní počatiu a odporúčania, ako napomôcť šanci na počatie pre páry, ktoré ešte túžia po dieťatku. Súčasťou prednášky bola aj téma telesnej intimity, napĺňania potrieb manželského partnera v tomto období a žitie manželskej čistoty.

Ďalšie prednáškové activity:

➤ 23.7. *Manželská čistota – erotika, etika a zodpovednosť*

So svojími poznatkami a svedectvom sa s účastníkmi formačného pobytu Oáza nového života I. v Čičmanoch podelili manželia Predáčovci.

➤ 13.8. *STM-PPR a telesná intimita manželov*

So svojími poznatkami a svedectvom sa s účastníkmi formačného pobytu Manželské stretnutia vo Vranove nad Topľou podelili manželia Garberovci.

- Manželia Glovaťákovci z Oravskej Polhory dostali pozvanie prísť medzi žiakov 8. a 9. ročníkov ZŠ a hovoriť o vzťahoch a samostatne s dievčenskou skupinou o menštruačnom cykle. Stretnutia boli dohodnuté v týždni od 6. do 10.12., avšak z dôvodu prechodu na dištančné vzdelávanie sa plánované prednášky presunuli na prvý polrok 2022.

Poradenské aktivity

Aj v priebehu II. polroka bola veľmi intenzívne využívaná poradenská služba Ligy. Ľuďom, ktorí absolvujú on-line aktivity Ligy sme začali ponúkať po skončení kurzu alebo prednášky možnosť položiť otázky aj anonymne. Obzvlášť je využívaná internetová poradňa etiky. Približne na rovnakej úrovni ako v predchádzajúcich rokoch je množstva mailov a telefonátov, ktoré prichádzajú so prosbou o pomoc pri vyhodnocovaní cyklov. Jedná sa najmä o návrat plodnosti po pôrode.

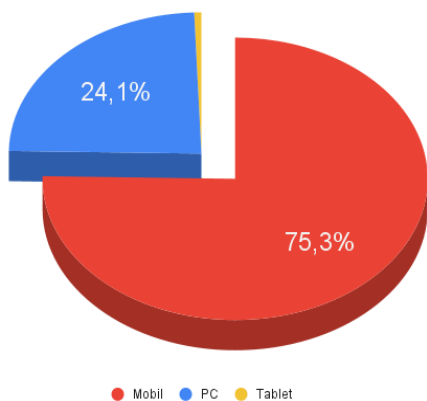
Od septembra nastala zmena, ktorá sa týka internetovej poradne gynekolog@lpp.sk. Lekár, ktorý odpovedal na otázky prichádzajúce do tejto poradne, nám oznámil, že nejakú dobu sa budeme musieť zaobísť bez neho. Doposiaľ sa nám nepodarilo nájsť gynekológa, ktorý by prevzal túto službu, takže až do odvolania bola prerušená činnosť on-line poradne.

Ďalšie aktivity, ktorým sme sa venovali v II. polroku

➤ Realizácia projektu podporeného grantom z MPSVaR SR

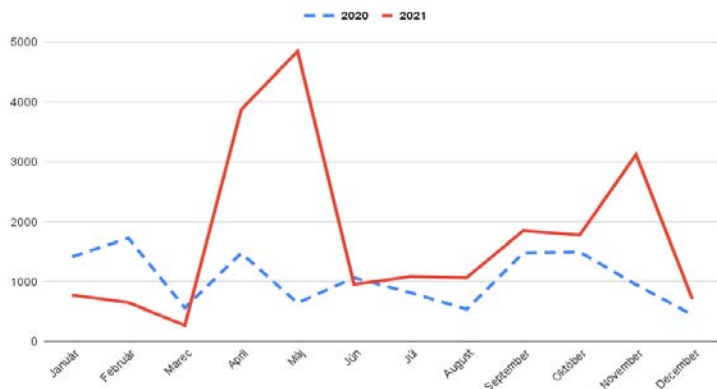
Ministerstvo práce sociálnych vecí a rodiny poskytlo Lige na rok 2021 dotáciu vo výške 1600€ na administrovanie dvoch webstránok Ligy (www.lpp.sk a www.trenazer.lpp.sk). Nad rámec samotnej administrácie web stránok sa naši IT odborníci zamerali aj na optimalizáciu webstránok a facebooku.

Na prelome júla a augusta 2021 prebehol na webe lpp.sk SEO audit (Search Engine Optimization), na základe ktorého sa neskôr urobili úpravy a vylepšenia webu. Podarilo sa nám zrýchliť web vo viacerých metrikách v priemere o 20-30%, zabezpečiť rýchlejšiu indexáciu článkov v Google a podobne. Najpodstatnejšou zmenou je výrazné zrýchlenie načítania webu pri opakovanej návšteve vďaka využitiu vyrovnávacej pamäte. Podľa analytických dát z Google Analytics vieme teraz bližšie identifikovať priestor na zlepšenie a dáta nižšie nám jasne ukázali, že dôležitou časťou našej práce musí byť optimalizácia webu pre mobilné zariadenia, ktoré tvoria viac ako 75% návštev webu LPP. Plány na najbližší polrok sú teda optimalizácia ďalších oblastí webu, pre lepší pocit používateľov webu, pokračovanie v práci na zrýchlení webu a jeho redizajne.



Facebook LPP

Z analytických dát facebookovej stránky LPP môžeme sledovať vývoj počtu oslovených ľudí naprieč mesiacmi. Graf porovnáva vývoj oslovených ľudí za jednotlivé mesiace roku 2020 a roku 2021.



Ako vidieť z grafu, mesačný počet oslovených ľudí sa zvýšil v porovnaní s predchádzajúcim rokom a výraznou mierou k tomu prispeli mesiace apríl, máj a november. Dôvodom môže byť skutočnosť, že facebooku LPP sa začali systematickejšie venovať poradkyňa Ligy Vierka Dobrotková a od októbra aj Jozef Naňo.

➤ **Odborná príprava kandidátov na lektorov LPP**

V priebehu mesiacov júl až december urobila ďalší krok k získaniu certifikátu LPP pani Katka Čurková. Tej zostáva už len posledná, štvrtá časť testov a záverečný pohovor. Úspešní v príprave boli aj manželia Naňovci. Sme presvedčení, že v najbližšom čísle nášho bulletinu vám ich predstavíme už ako nový lektorský pár. Na konci decembra ich čaká už iba záverečný osobný pohovor.

➤ **Víkendová konferencia LPP v Rodinkove (15. -17.10.)**

Pôvodne plánovaná spoločná konferencia aj s lektormi českej Ligy sa v dôsledku protipandemických opatrení platných pre občanov ČR prichádzajúcich do SR sazmenila len na konferenciu slovenských lektorských párov a poradkýň. Venovalo sa najmä on-line kurzom, vzdelávaniu, príprave 4. aktualizovaného vydania Príručky STM a návratu plodnosti po pôrode. Manželia Dobrotkovci k posledne uvádzanej problematike nahrali video svedectvo, ktoré poslúžilo aj pre české páry, ktoré sa stretli na samostatnej konferencii českej Ligy.

V rámci vzdelávania súčasných lektorov sme sa venovali odbornej príprave, ktorá zahŕňala otázky týkajúce sa vyhodnocovania záznamov menštruačného cyklu a otázky sexuálnej etiky. Nezanedbateľnú časovú dotáciu malo aj získavanie praktických zručností vedenia on-line kurzu vrátane práce s classroomom, aby sa do lektorovania tejto formy kurzov STM mohli zapojiť aj tie lektorské páry, ktoré sa do tohto spôsobu vedenia kurzov nepúšťali.

➤ **Vydavateľské activity**

Prebiehajú práce na IV. aktualizovanom vydaní Príručky symptotermálnej metódy PPR... V súvislosti s jej vydaním sme uskutočnili v lete od 2. 8. do 5. 8. pracovnú cestu do Milhostíc a v stredu 1. 9. uskutočnili pracovné stretnutie členov Správneho výboru slovenskej Ligy. Na týchto stretnutiach sme zosumarizovali a odsúhlasili zmeny oproti predchádzajúcemu vydaniu.

V októbri sa začalo s prekladom súčasných osvetových a vzdelávacích letákov Ligy do maďarského jazyka.

V priebehu II. polroka sme pripravili, vydali a distribuovali tri čísla spoločného česko-slovenského bulletinu *Noviny z rodiny LPP* (č.147, č.148 a č.149).

➤ **Fundraising**

Liga sa v októbri zaregistrovala ako prijímateľ a 2% pre rok 2022

➤ **Spolupráca Ligy s pro-life a prorodinnými organizáciami**

- Liga pár páru sa v decembri stala členskou organizáciou Únie center a poradní pre rodinu, ktorá bola koncom októbra zaregistrovaná Ministerstvom vnútra SR.
- V spolupráci s o.z.PLODAR sa Liga v zastúpení Luckou Kuzmovou podieľa na uvedení do prevádzky Fertility kancelárie v Košiciach a jej aktivitách.
- Na základe dlhodobej spolupráce s Alianciou za život Košice sme sa zaangažovali do spropagovania a distribúcie 2. rozšíreného vydania brožúrky *Hormonálna antikoncepcia; Viete, že...*, ktorú v lete vydali.

- Liga zareagovala aj na výzvu Patrika Danišku z Inštitútu pre ľudské práva a rodinnú politiku (HFI) a prostredníctvom Zuzky Dibdiakovej zo Zákamenného sa zapojila do šírenia časopisu Nová žena (informuje o rizikách umelého potratu na zdravie a psychiku ženy, o možnostiach pomoci v tehotenstve. Obsahuje rozhovory, skutočné príbehy, články aj právne a sociálne poradenstvo.)

Vážení priatelia a podporovatelia,

materiál, ktorý držíte v rukách, je sumárny prehľad podstatných (podľa mňa) aktivít zo života Ligy, nie je to výkaz práce. Verím, že je dostačujúci na to, aby ste si mohli vytvoriť predstavu o našej práci a umožní vám posúdiť, či vaša podpora, vďaka ktorej mohla mať Liga aj v tomto roku zaplateného človeka na plný úväzok a slúžiť druhým, bola *dobrou investíciou*. Sme vám za ňu úprimne vďační. a budeme veľmi radi, ak sa rozhodnete pokračovať vo finančnej podpore našej služby aj budúci rok.

Či sa už rozhodnete podporovať nás aj naďalej, alebo budúci rok podporíte iné dobré dielo, prijmite ako prejav našej vďaky praktický symbolický darček, ktorým vás chceme na tieto Vianoce obdarovať. Navrhli ho manželka Košťálovci, inšpirovaní svojimi návštevami v Medjugoríi. Skladná, ľahká a pohodlná podložka vám umožní sedieť alebo kľačať v suchu, aj keď okolie je mokré alebo vlhké. Možno sa vám zide pri turistike, na púti alebo v záhrade... ☺

Ing. Jozef Predáč

P.S. Už tradične prikladáme spätné odozvy na našu službu. Tentokrát som vybral reakcie na on-line kurz. Toto poďakovanie patrí nielen nám lektorom ale aj vám, našim podporovateľom.

- *Chceme sa poďakovať, každému, kto sa podieľa na tom, aby Liga pár páru fungovala. Za to, že venujete svoj čas a energiu, aby ste pomohli a odovzdali skúsenosti ďalším párom, ktoré sa rozhodli ísť touto cestou..*
- *Naučili sme sa, aká je dôležitá spolupráca manželov a o to je to ľahšie pre nás, keď sa to netýka len jedného partnera, ale oboch. Je určite náročné hovoriť o "týchto veciach". Veľa vecí povedať aj zo súkromia a tak cudzím ľuďom. Mali sme obavy pre nepravidelný cyklus a "strašiaka" metód plánovaného rodičovstva - snažili sme sa do nich dostať samostatne ale nejde to veľmi. Raz darmo, učiteľ je učiteľ :)*

* * *

