

ÖSSZHANGBAN A TESTÜNKKEL, ÖSSZHANGBAN ISTENNEL

A cikluskövetés orvosok által kidolgozott megközelítés, amely komoly tudományos háttérrel és több évtizedes múlttal rendelkezik.

Nem azonos a naptármódszerrel: a cikluskövetés nem számoláson alapul, hanem a női hormonális működés egyedi testi jeleinek megfigyelésén.

Segítségével nőként **pontosan tudhatod, mi történik éppen a testedben:** mely napokon van esélyetek kisbabára, és mely napokon nem vagy termékeny.

MIBEN SEGÍT A NŐKNEK SZEMÉLYESEN?



A cikluskövetéssel pontos képet kaphatsz a saját **hormonális egészségedről** és az esetleges eltérésekről.



Nagyobb önismeretet ad, hiszen így megismerheted belső folyamataid érzelmeidre gyakorolt hatását.



Ha megtanulod értelmezni és értékelni a tested működését, **jobb viszonyba kerülhetsz önmagaddal** és a testeddel is.

MIBEN SEGÍT A HÁZASPÁROKNAK?



A termékenységtudatos családtervezés során megélhetitek, hogy **termékenységetek közös érték** és közös felelősség.



A cikluskövetés nem csak egy módszer, hanem életmód. **Mélyíti kettőtök kapcsolatát** és erősíti a köztetek lévő kommunikációt.



Nyitottak maradhattok az **élet ajándékára**, amely Isten előtti felelősséggel és Isten iránti bizalommal jár.

A Magyarországon elérhető, személyesen oktató cikluskövetési módszerekről (Billings, Creighton, FEMM Health, Sensiplan) a **CIKLUSKOVETES.HU** oldalon tájékozódhatsz, ahol megtalálod az egyes módszerekre specializálódott oktatók és orvosok elérhetőségét is.