

*“Occorre ripresentare
la preziosità dei valori umani
posti in atto con i metodi naturali,
valori che ne fanno
una scuola qualificata di amore sponsale
integro e senza riserve [...]”*

Servo di Dio Giancarlo Bertolotti
medico ginecologo insegnante dei metodi naturali



CONFEDERAZIONE ITALIANA
dei CENTRI
per la REGOLAZIONE NATURALE
della FERTILITÀ



CONFEDERAZIONE ITALIANA
dei CENTRI
per la REGOLAZIONE NATURALE
della FERTILITÀ

■ ■ ■ **un amore così, mi piace!**

***Alla scoperta di una nuova
stagione della vita!***

I Metodi Naturali

La scienza al servizio dell'amore

- Consentono alla donna di conoscere le irregolarità del ciclo mestruale che caratterizzano la premenopausa.
- Le offrono la possibilità di vivere con consapevolezza e serenità i “cambiamenti” del suo corpo e di condividerli nella coppia.

***L'amore di coppia
può crescere ancora!***

***Per apprendere correttamente
un metodo naturale
è necessario contattare un insegnante***

info su:



www.confederazionemetodinali.it

Segreteria Nazionale
Via Seminario, 8 - 37129 Verona
Tel: 045 9276228 - Fax: 045 9276226
segreteria.cic1991@gmail.com



**ATTRAVERSARE LA PREMENOPAUSA
IN ARMONIA CON TE STESSA**

Vivi "sempre" l'arte dell'essere al femminile!

Metodi Naturali

Durante tutta la vita fertile ed anche in premenopausa, i metodi naturali consentono alla coppia di individuare il periodo potenzialmente fertile ed i tempi non fertili, attraverso l'osservazione quotidiana dei cambiamenti di alcuni segni e sintomi di fertilità femminile correlati all'andamento ormonale del ciclo mestruale.

I **Metodi Naturali** moderni, fondati su solide basi scientifiche, sono:

- Metodo Billings
- Metodo Sintotermico CAMeN
- Metodo Sintotermico Roetzer

Riconoscere i segni e i sintomi della fertilità è facile, tutte le donne possono diventarne capaci. ANCHE TU!

IL METODO DELL'OVULAZIONE BILLINGS

- Quale sintomo va osservato?
Il muco cervicale.
- Come riconoscerlo?
Facendo attenzione alla sensazione percepita a livello dei genitali e all'eventuale presenza del muco visibile al loro esterno.

I METODI SINTOTERMICI CAMeN E ROETZER

- Cosa osservare?
I cambiamenti di più segni e sintomi prodotti dagli ormoni ovarici nel corso del ciclo mestruale.
- Quali sintomi osservare?
Muco Cervicale
Temperatura Basale
Collo dell'utero
Alcune Regole statistiche sulla lunghezza del ciclo
- Cosa differenzia i due Metodi Sintotermici?
La diversa combinazione dei segni e i sintomi di fertilità.

