

### Che cosa sono i Metodi Naturali

Per metodi naturali si intendono quelle conoscenze scientifiche che consentono alla coppia di conoscere la propria fertilità. Approfondendo la conoscenza di sé la coppia ha la possibilità di riscoprire il valore della fertilità e della sessualità. Per la coppia la scelta del metodo naturale come stile di vita significa capire a fondo che il rispetto, l'accoglienza e l'amore reciproci passano anche attraverso il rispetto, l'accoglienza e l'amore per il corpo e la fertilità l'uno dell'altra. Il metodo naturale non è semplicemente una tecnica ma è un modo speciale di vivere la relazione di coppia in cui sono esaltati l'identità sessuale dell'uomo e della donna, la fedeltà e la fecondità.

### Il metodo sintotermico Rötzer

Si fonda sull'osservazione di un insieme di effetti fisiologici derivanti dall'azione degli ormoni ovarici (estrogeni e progesterone) durante il ciclo mestruale. Essi sono principalmente tre: il muco cervicale, la temperatura basale e le modificazioni della cervice uterina. Con la registrazione di tali segni e sintomi di fertilità e la loro rigorosa interpretazione secondo precise regole, la coppia è in grado di riconoscere i periodi di fertilità e di sterilità di ogni ciclo e quindi la rilevanza biologica e fisiologica della mascolinità e femminilità nella costituzione della vita sponsale.

### A chi sono rivolti i corsi di base

Alle persone singole, alle coppie di fidanzati e di sposi che desiderano conoscere i metodi naturali di regolazione della fertilità sia dal punto di vista delle motivazioni che della loro applicazione.

## Informazioni ed iscrizioni

È possibile iscriversi inviando una mail al seguente indirizzo:

[iner.verona@fecunditas.it](mailto:iner.verona@fecunditas.it)

oppure telefonando da lunedì a venerdì dalle 9,30 alle 13,30 ai seguenti numeri:

045/9276227 – 045/9276228

La prenotazione va fatta almeno una settimana prima dell'inizio del corso.

Costo del corso: 50 €

La quota comprende:

- quota associativa INER
- corso di cinque serate
- quaderno esercizi
- tutte le consulenze individuali necessarie per l'apprendimento del metodo

È necessario essere in possesso del testo *“La regolazione naturale della fertilità”* del Prof. Dr. Josef Rötzer – ediz. Libreria Cortina Verona.

È possibile acquistare il libro la prima sera.

Le serate saranno condotte da insegnanti del metodo sintotermico Rötzer e da relatori esperti dell'argomento di volta in volta trattato.

Si raccomanda la puntualità.



Istituto per l'Educazione alla Sessualità e alla Fertilità  
**INER-Verona**  
via Seminario 8, 37129 Verona

## Corsi di base per l'apprendimento del metodo sintotermico Rötzer



***I metodi naturali:  
l'opportunità per riscoprire e  
vivere la bellezza della  
sessualità nella vita di coppia***

## Programma del corso

### 1° incontro

***Fertilità maschile e femminile:  
basi biologiche***

### 2° incontro

***Il metodo sintotermico del Dr.  
Rötzer: dalla tecnica allo stile di  
vita della coppia (prima parte)***

### 3° incontro

***Il metodo sintotermico del Dr.  
Rötzer: dalla tecnica allo stile di  
vita della coppia (seconda parte)***

### 4° incontro

***Metodi naturali: la bellezza  
dell'incontro sessuale***

### 5° incontro

***Metodi naturali: ad amare si  
impara***

### Consulenze individuali

***Da concordare con l'insegnante***

## Sedi del corso

### **GREZZANA (Ottobre 2013)**

Sede: oratorio della Parrocchia di Grezzana  
via Roma, 74

**Venerdì 4 – 11 – 18 – 25 – 31 Ottobre 2013  
(ore 20.45)**

Referenti: Laura e Massimiliano  
tel. 349/5470442

### **VERONA (Novembre 2013)**

Sede: INER Verona  
via Seminario 8, 37129 Verona

(entrata per parcheggio interno da Vicolo Bogon -2 trav. a sx  
di Via Carducci)

**Giovedì 7 – 14 – 21 – 28 Novembre, 5  
Dicembre 2013 (ore 20.45)**

Referente: Maria Virginia tel. 347/4342947

### **VERONA (Febbraio 2014)**

Sede: INER Verona  
via Seminario 8, 37129 Verona

(entrata per parcheggio interno da Vicolo Bogon -2 trav. a sx  
di Via Carducci)

**Giovedì 6 – 13 – 20 – 27 Febbraio, 6  
Marzo 2014 (ore 20.45)**

Referente: Maria Virginia tel. 347/4342947

### **PESCANTINA (Marzo 2014)**

Sede: Circolo sociale parrocchiale  
via Ponte (di fronte alle scuole elementari)

**Venerdì 14 – 21 – 28 Marzo, 4 – 11 Aprile  
2014 (ore 20.45)**

Referente: Rita tel. 349/8041875

### **VERONA (Aprile 2014)**

Sede: "Sentinelle del mattino" presso la  
Parrocchia S. Zeno alla Z.A.I.

Via Augusto Righi 2, Verona

**Week end 26 e 27 aprile 2014**

Referenti: Matteo e Stefano tel. 349/3211207

### **NOGARA (Maggio 2014)**

sede: Parrocchia di Nogara

Via Giovanni XXIII, 1

**Venerdì 2 – 9 – 16 – 23 – 30 Maggio 2014  
(ore 20.45)**

Referenti: Elisabetta e Ivan tel. 339/6043202

### **VERONA (Maggio 2014)**

Sede CIRCOLO CULTURALE E. MEDI

Via San Marco, 61

**Venerdì 9 – 16 – 23 – 30- Maggio 2014 e  
6 giugno (ore 20.45)**

Referenti: Matteo e Stefano tel. 349/3211207