

### Nové, už III. vydanie *Průručky STM PPR a ekologického dojenja*

Od polovice novembra máme k dispozícii už 3. revidované a rozšírené vydanie *Průručky symptotermálnej metódy PPR* aj s vynovenou *Cvičnou průručkou*. Oproti druhému vydaniu prináša okrem niekoľkých zjednodušení a presnejších formulácií aj konkrétne odporúčania, ako praktizovať STM v období prechodu. Ponúka vysvetlenie, v čom je morálny rozdiel medzi praktizovaním PPR a používaním antikoncepcie a z čoho vychádza učenie Katolíckej cirkvi pri odmietaní antikoncepcie. Průručka obsahuje skúsenosti a podnety Ako zvládnuť zdržanlivosť v plodnom období a udržať intimitu a túžbu v období neplodnom (11. kapitola), ako aj Doslov: List ženám a List mužom. Vložením týchto kapitol zameraných na budovanie vzťahu medzi manželmi chceme ponúknuť pomoc ženám aj

mužom lepšie zvládať výzvy, ktoré nesie so sebou život v rytme cyklu ženy, a pochopiť túžby a potreby toho druhého, aby praktizovanie PPR nebolo manželmi vnímané ako ťažké bremeno, ale ako prostriedok, ktorý má potenciál obohatiť ich manželskú lásku a umožní budovať harmonický vzťah.

Průručku si môžete objednať z [www.lpp.sk](http://www.lpp.sk) (záložka „Ponuka LPP“), alebo mailom ([lpp@lpp.sk](mailto:lpp@lpp.sk)), či telefonicky (0908722055). Jozef Predáč

### Nový slovenský učiteľský pár LPP – manželia Tomáš a Miriam Ďurnekovci

Dvadsaťštyriroční Tomáš a Miriam v auguste tohto roka oslávili prvé výročie svadby a za posledný rok stihli/prežili toho veľa. Miriam úspešne ukončila štúdium klasickej filológie (latinčina, stará gréčtina), narodil sa im syn Anton Jozef, ktorý má teraz štyri mesiace, presťahovali sa zo Žiliny (Tomášovho rodiska) do Zlatých Moraviec (rodiska Miriam) a úspešne zvládli školenie lektorov LPP.

O svojom náročnom a intenzívnom poslednom roku, ako aj rozhodnutí angažovať sa v službe Ligy pár páru, sa vyjadrili takto:



„Myslíme si, že výzvy ktoré prišli, sme zvládli vďaka tomu, že sme tu boli jeden pre druhého, že sme sa snažili rozumieť si a dôverovať, a v neposlednom rade sme mali okolo seba skvelých ľudí, ktorí nás podporovali a pomáhali nám. A niečo podobné nás fascinuje a motivuje aj pre službu v Lige. Komunikovať, dôverovať, rozumieť si, a to (nielen) v oblasti sexuality a s ňou spojennej plodnosti.

Je úžasné porozumieť a naučiť sa metódu prirodzeného plánovania rodičovstva a mať silu odmietnuť akýkoľvek typ antikoncepcie, ale naša skúsenosť je, že najúžasnejšie je nie naučiť sa metódu, ale učiť sa každý jeden deň milovať a cítiť si toho druhého. Vnímame, že symptotermálna metóda prestala byť pre nás len metódou a za-

čala byť prejavom lásky a úcty. Ten samozrejme zahŕňa aj metódu (bez poznatkov a vedomostí to nejde), ale predovšetkým postoj, odkomunikovanie toho, čo jeden pre druhého znamená.

A práve to chceme ako učiteľský pár Ligy robiť. Neučiť len metódu a odovzdávať vedomosti, ale aj svedčiť o tom, ako môže prijatie a porozumenie sexuality partnera viesť k hlbšej a opravdivejšej manželskej láske.

Takou čerešničkou na torte pre nás je, že byť súčasťou Ligy pár páru znamená byť súčasťou spoločenstva, patriť niekam a mať okolo seba ľudí, ktorí vidia veci podobne ako my. A vedomie toho, že nie sme sami, nám veľmi pomáha a dáva silu a odhodlanie angažovať sa.“

### Terapie omezením osvětlení při léčbě neplodnosti

(angl. zkratka LET – Light Elimination Therapy) – pokračování z č. 107

Joy DeFelice R.N., B.S.N., P.H.N. ředitelka Programu přirozeného plánování rodičovství, Providence Sacred Heart Medical Center, Spokane, WA 99220-2555 USA

#### Klinický případ: aplikace LET za účelem početí.

Patricia T., věk 39, manžel 43, žijí v San Francisco, 1 syn 15 let.

První dítě počali s Billingsovou metodou. Před lety prodělali kurz STM u CCL, četli o LET v knize *Fertility, Cycles and Nutrition* (slovensky vyšla jako *Plodnosť, cykly a výživa*) od Marilyn Shannonové, pak kontaktovali Joy DeFelice. Patricia byla v té době uprostřed cyklu. Byla diagnostikována svým prvním lékařem na polycystické vaječníky. Test spermatu před 2,5 lety – výsledek výborný, postkoitální vyšetření před 2 lety, hysterosalpingografie před 13 měsíci – oba vejcovody průchodné. *Clomid* před rokem, vysadila po 2 měsících.

#### Dotázána na osvětlení:

1. Světlo proniká po stranách žaluzií.
2. Světlo proniká pod dveřmi ložnice.
3. Do ložnice vedou dvojce prosklené dveře, nejsou zakryté.

4. Sousední domy jsou blízko, proniká od nich světlo a také světlo z verandy. Ložnice je v zadní části domu a je trochu tmavší.
5. Jedno okno v domě je jen 2 metry od pouličního osvětlení.
6. Zřídka mívají jasné ranní světlo kvůli mlhavému počasí.

**1. podle STM zaznamenaný cyklus:** Je si vědoma světla z okna v zadní části domu. „Snaží se o zatemnění domu.“ Ona i manžel lépe spí a cítí se více odpočívání. „Tentokrát měla v luteální fázi mírnější PMS.“

**2. podle STM zaznamenaný cyklus: 1. cyklus v naprosté tmě.** Informuje, že „měla hormonální testy – všechny dopadly skvěle.“ Byli u druhého lékaře, který „se specializuje na neplodnost.“

**3. podle STM zaznamenaný cyklus: 2. cyklus v naprosté tmě.** „V tomto cyklu žádný PMS.“

**4. podle STM zaznamenaný cyklus: 3. cyklus v naprosté tmě.** Další analýza spermatu: 14,6 miliónů/ml, pohyblivost jen 23%, 30% široké hlavy, 19% zakroucené ocásky. Lékař chce dělat v příštím cyklu post-koitální test v 15. dnu cyklu. Doporučují vitamin C retard pro manžela pro pohyblivost spermií.

**5. podle STM zaznamenaný cyklus: 4. cyklus v naprosté tmě. Těhotenství.** 15. den: Při vnějším pozorování žádný hlen. Post-koitální test. Lékař hlásí „hojnost hlenu u čípku.“ „Spermie plavou přímo, ale není jich mnoho.“

16. den: Červené špinění. Myslí, že to souvisí s včerejším post-koitálním testem.

17. den: Hnědé špinění a tažný hlen.

18. den: Čirý, řídký, tažný. Je jí doporučeno ukázat lékaři teplotní graf, aby mohl správně určit datum porodu, protože k ovulaci došlo kolem 18. dne cyklu. Sděluje, že byl její specialista těhotenstvím ohromen. Byl přesvědčen, že už měla brát před několika cykly *Parlodel* a *Clomid* a důrazně jí to už několik měsíců nabízel, ale ona odmítala. Joy radila rozhodně dodržet naprostou tmu i během těhotenství. Žena porodila zdravého chlapce.

**Diskuze:** Je známo, že mozek (zvláště hypotalamus – bazální část mezimozku a hypofýza – podvěsek mozkový) je centrem pro hormony řídící menstruační cyklus. Již počátkem roku 1976 získala Joy určitý náhled do toho, jak a proč světlo může působit na mozek z výzkumu skutečného R. J. Wurtmanem na laboratorních krysách, zvláště studiem dvou prací.<sup>1,2</sup> „Šišinka mozková prodělala evulci zvláštní změny. Vyvinula se z ní neobvyklá žláza, neuroendokrinní převaděč. To znamená, že tato žláza může přijímat vnější podnět (světlo), který je vnímán specifickou optickou nervovou cestou (okem) šišinkou mozkovou, která tento světelný signál přemění na hormonální signál (melatonin).“ Joy předpokládá, že je melatonin ukládán v hypotalamu a odtud ovlivňuje ženské reprodukční hormony. „Proto tedy, když je rozhodující 24-hodinový rytmus melatoninu (normálně nízký během dne a vysoký v noci) přerušeno, mohou být přerušeny i normální hormony podmíněné procesy ženského menstruačního cyklu.“ Joy sepsala tabulku možných rušivých světelných zdrojů v prostoru ložnice s příslušným hodnocením.<sup>3</sup>

a) Umělé osvětlení v ložnici (s různým hodnocením podle barvy bílé, zelené, modré nebo červené).

b) Faktory, které zvyšují hladinu světla v prostoru na spaní (tenké okenní rolety, velká okna, zrcadla, sních v okolí domu...) z umělých nebo přírodních zdrojů.

c) Osvětlení v domě, které proniká do ložnice (např. světlo v chodbě, které svítí celou noc, nebo světlo z jiné místnosti...)

d) Venkovní zdroje světla pronikající do ložnice (pouliční osvětlení nebo světlo od sousedů...)

**Nejlépe je odstranit samotný zdroj světla.** Kde ho není možné úplně odstranit, pomůže lepší zakrytí oken, nebo maska na spaní, nebo kus chladivé látky přeložený přes oči a nos, a jsou i další možnosti.

**Závěr:** Přítomnost světla v prostředí, kde spí, může mít zásadní vliv na reprodukční funkce ženy. Jednoduchý program dostatečného omezení přístupu světla může představovat efektivní, ekonomickou a neinvazivní léčbu určité podskupiny neplodných párů. K ověření těchto výsledků by byly nutné správně kontrolované

#### PATRICIINY ZÁZNAMY

ČÍSLO ZÁZNAMU	1	2	3	4	5
<b>naprostá tma</b>		1	2	3	4
<b>FÁZE</b>	<b>DNY ANALYZOVANÉHO CYKLU</b>				
<b>Menstruace</b>	1-7,5	1-7	1-5	1-5,5	1-5,5
<b>Suché dny</b>	10-11		6-8	7-8	7
<b>Mírná vlhkost</b>	9	8-11	9-12	9	8-11
<b>Hlen</b>	čirý	12-16	12-18		10-15
	mokro	12-16	12-18	13-16	10-15
	tažný (cm)	2,5 - 4		4	7,5 - 10
	dny výskytu	12-16		15-16	12-13
		18-21			17-18
	kluzký	18-21	12-18	15-16	10-15
<b>Špinění</b>	17				16-17
<b>Průměrná teplota, °C</b>	36,4	36,35	36,35	36,35	36,35
<b>Vrcholný den</b>	21	18	16	15	18
	vlhký	22-23	19-20	17-18	16
<b>Teplotní vzestup</b>	24	19	18	17	19
<b>Průměrná teplota, °C</b>	36,9	36,8	36,65	36,65	36,65
<b>Suché dny</b>	24-37	21-32	19-30	17-30	21 ...
<b>Luteální fáze</b>	<b>DÉLKA (DNY)</b>				
	podle hlenu	16	16	14	15
	podle teploty	14	16	13	14
<b>Délka cyklu</b>	37	34	30	30	
<b>Analýza Den cyklu*</b>		25 (7zt)	23 (6zt)	24 (8zt)	26 (8zt)
	progesteron		12	10,4	10,8
	prolaktin		30	35	27,2

\* Den cyklu a „7zt“ = 7. zvýšená teplota

studie, včetně měření hladin reprodukčních hormonů a melatoninu, aby bylo možno popsat související fyziologické účinky. Manželé mohou správně identifikovat své potenciálně plodné dny v každém cyklu pomocí pravidel STM. Dostatečná tma během spánku a trvalé dodržení tmy pomůže stabilizovat všechny hormonální fáze menstruačního cyklu. Tyto fáze mohou být pozorovány na STM záznamech ženy. Páry také pozorují při zatemnění velké zlepšení kvality spánku.

#### POZNÁMKY

1. WURTMAN RJ The pineal and endocrine function *Hospital Practice* 1969; 4:32-37
2. WURTMAN RJ The effects of light on the human body. *Scientific American* 1975; 227:60-77
3. DEFELICE J. Eleventh Edition (2009). The effects of light on the menstrual cycle: also infertility. Before and after clinical observations of light elimination therapy [joydefelice@comcast.net](mailto:joydefelice@comcast.net) Les effets de la lumière sur la glaire cervicale dans le cycle menstruel, observations cliniques: SERENA [info@serena.ca](mailto:info@serena.ca). Questionnaire pour évaluer la pollution par la lumière Française Soler [acodiplan@telefonica.net](mailto:acodiplan@telefonica.net).

## Zlyhanie, Božia milosť a GPS

Mária Schindlerová

Zazvonil telefón a na druhej strane sa ozval rozrušený hlas: „Zrejme som zle vyhodnotila záznam, pomýlili sme sa. Čo ak otehotniem?“

-o-o-o-

Pri stretnutí s maturantami sme dostali otázku: „Ako mám spoznať, že on/ona je ten pravý/pravá? Ako sa nepomýliť?“

-o-o-o-

Rozhovor s manželmi: „Asi sme sa nemali brať. Bol to omyl.“

-o-o-o-

Efektivita spoľahlivosti metód plánovania rodiny sa vyjadruje Pearlovým indexom, ktorý býva uvedený v dvoch kategóriách: Jednou je tzv. perfect use index a druhou typical use index. Prvý údaj hovorí o tom, aká je spoľahlivosť danej metódy pri správnom používaní, druhý údaj o tom, aká pri používaní typickom. Typické používanie metódy zahŕňa aj možné chyby a omyly.

Mýliť sa je ľudské, hovorievame. Je realitou, že napriek dobrej snahe sa môže me zmýliť – aj pri praktizovaní PPR, aj vo výbere partnera, aj inokedy.

Čo s tým? Čo robiť, ak nám to predsa nie je jedno, či budeme mať o jedno (dve, tri...) deti viac, než si plánujeme, či máme prežiť zvyšok života s manželským partnerom ako „za trest“, keď si myslíme, že to bol omyl, alebo radšej ani nerobiť také vážne rozhodnutia, či nejako sa poistiť...?

Odpoveď je: nie sme sami, je tu Božia milosť, milosť stavu.

Je to podobne ako pri cestovaní autom. Keď sme pred týždňom šli na konferenciu LPP do Kroměříža, cestou nás navigoval hlas z GPS navigácie. Pravidelne sa ozývalo: pokračujte ďalej 300 metrov... o 2 metre na kruhovom objazde použite prvú odbočku... (prekročili ste rýchlostný limit!), o 5 metrov odbočíte vľavo... odbočte vľavo... odbočte vľavo! Manželovi sa to akosi nezдалo. Povedal: To musí byť vpravo! – a odbočil doprava. No po pár metroch sme zistili, že sme sa dostali do jednosmernej ulice a ďalej sa neďá. Z navigácie sa po chvíli ozvalo: „Prepočítajte?“ A o chvíľu už znova zaznievali inštrukcie: choďte rovno, pokračujte ďalej, odbočte vľavo.

Predstavme si, že tá navigácia je niekto „naozajstný“. Keby to bol nejaký človek, asi by povedal: „Tak, nepočúval si ma, tak si poraď teraz sám, keď si taký múd-

ry!“ Ale navigácia v aute jednoducho len berie aktuálnu situáciu ako východiskový bod a na zreteli má zadaný cieľ cesty.

A tak znovu vytrvalo opakuje usmernenia, ako sa do toho cieľa bezpečne dostať. Áno, pomýlili sme sa, urobili sme si po svojom. Mysleli sme, že tak to bude dobre, a nebolo.

Skúsme si to preniesť do vyššie spomenutých situácií: Neplánované otehotnenie alebo pocit, že môj manžel/manželka bol omyl.

Nie sme v bezvýchodiskovej situácii. Je tu totiž Božia milosť. Konkrétne mám teraz na mysli milosť stavu, stavovskú milosť. Manželia majú od Boha prísľub milosti sviatosti manželstva, ktorá ich usmerňuje k cieľu. A čo ak sa naozaj zmýlili pri výbere partnera? Ak ich rozhodnutie bolo slobodné a úprimné, od chvíle vyslovenia manželského sľubu majú všetku potrebnú silu zo sviatosti manželstva. Od toho okamihu je to ten pravý/pravá – stal sa ním. Podobne ak sa dieťa počalo ako následok omylu či chyby, ono nie je omylom ani chybou. Od okamihu svojej existencie majú jeho rodičia všetku potrebnú milosť, aby ho dobre vychovali.

Keď sa GPS v aute ozve: Prepočítajte? a znovu nás naviguje k cieľu, musíme možno nanovo prejsť inou cestou, najazdiť viac kilometrov – teda nesieme dôsledky svojich rozhodnutí, ale vždy máme možnosť do cieľa prísť. Aj manželstvo je cestou, nie cieľom. Nech nás na tejto ceste povzbudzuje vedomie, že Boh nám neodopiera svoju milosť a On sám najviac chce, aby sme šťastne dosiahli cieľ – zjednotenie s ním v nebi.

## Liga pár páru na Facebooku

Web LPP a *Noviny z rodiny LPP* sú hlavné informačné kanály Ligy pár páru. Túto dvojicu už približne rok dopĺňa aj známy Facebook. Na facebookovej stránke LPP nájdete množstvo článkov z oblasti manželského života, výchovy detí, diania v Cirkvi i vo svete, ale aj rozhovory so zaujímavými ľuďmi, či pozvánky a výzvy k rôznym zaujímavým a potrebným akciám. Ak ste na facebooku, tak si nás tam stačí nájsť a čítať. Ak tam nie ste, ponúkame vám výber tých najčítanejších a najobľúbenejších článkov, ktoré boli pridané od posledného čísla *Novín z rodiny LPP* (aby ste neboli o nič ukrátení).

- 24 vecí o manželstve, ktoré by sme mali vedieť: <http://www.eduworld.sk/sk/24-veci-o-manzelstve-ktore-by-ste-mali-vediet!aid=578>
- 10 tipov, ako udržiavať zdravú komunikáciu v manželstve: <http://www.eduworld.sk/sk/10-tipov-ako-udrzivat-zdravu-komunikaciju-vo-svoj-om-manzelstve!aid=605>
- Experiment s nehybnou tvárou matky alebo čo sa stane, keď matka prestane s dieťaťom neverbálne komunikovať (video) <http://www.eduworld.sk/sk/experiment-s-nehynou-tvarou-matky!aid=575>
- Čo sa skutočne deje, ak vás vidia deti nahnevané? (video) <http://www.eduworld.sk/sk/co-sa-skutocne-deje-ak-vas-deti-vidia-nahnevane!aid=610>
- Máme sedem detí. Sme nezodpovední? <http://zastolom.sk/nezodpovedni-rodicia-siedmich-deti/>

Prijemné čítanie Vám praje Tomáš Ďurnek.

## Možnost transplantace embryí ektopického těhotenství

David Prentis

Na konferenci Nejmenší z nás, 16. října v Brně přednášel mladý lékař, kardiolog MUDr. Jiří Badal o možnosti transplantace embrya ektopického či mimoděložního těhotenství. Bylo to po prvé, co jsem slyšel, že taková možnost existuje. Obecně se rozumí, že tubární těhotenství představuje beznadějnou situaci, protože rostoucí plod působí, že vejcovod praskne, a žena s velkými bolestmi krvácí a musí být ihned operována. V takové situaci je nutno zasáhnout, i když přitom dítě zemře, protože jinak by zemřela i matka. Ta operace není potratem, protože cílem není zabít dítě, ale zachránit matku. Dítě v této situaci stejně nemá šanci přežít.

Dr. Badal ale přinesl pro mne nové a zajímavé informace. V 97% případů se uhnízí embryo ve vejcovodu. Jmenoval i několik dalších možností. Často, až v 70% případů, se problém vyřeší sám bez zásahu. To znamená, že se embryo v této nepříznivé situaci přestane vyvíjet a umře. Rozvoj techniky ultrazvuku způsobil, že lze nyní při pravidelných kontrolách zjistit existenci ektopického těhotenství dříve. Morálně přijatelným přístupem je vyčkat, jak se situace vyvine. Moderní metoda používající látku, která embryo zabije je nepřijatelná. Nejlepším přístupem by bylo vyjmutí embrya z místa, na kterém se nemůže vyvíjet a přemístit je do dělohy. Zatím jsem to považoval za ryzí fantazii, ale Dr. Badal vyprávěl o dvou úspěšných případech!

Prvním lékařem, který tuto operaci provedl, byl minnesotský gynekolog Dr. C. J. Wallace již v roce 1915!!! Druhou úspěšnou relokaci prováděl americký gynekolog L. B. Shettles v roce 1980. Byly i různé neúspěšné pokusy. Pro úspěch je nutno zachovat jemnou, lehce porušitelnou ochrannou blánu či balónek, ve kterém embryo žije. Operace je velmi delikátní, ale možná.

Dr. Badal se domnívá, že v dnešní smutné situaci, ve které se nenarozené děti zabíjejí na běžícím pásu, chybí motivace zachraňovat ty, které se octnou ve smrtelné situaci ektopického těhotenství.

Delší článek lze najít v oběžníku Hnutí Pro život č. 4/2014, viz: [http://hnutiprozivot.cz/download/obeznik/obeznik-2014\\_04.pdf](http://hnutiprozivot.cz/download/obeznik/obeznik-2014_04.pdf). Videozáznam přednášky lze najít na [http://nejmensiznas.cz/?page\\_id=1500](http://nejmensiznas.cz/?page_id=1500). Informace o objednání sborníku s celým textem přednášky je na [http://nejmensiznas.cz/?page\\_id=1445](http://nejmensiznas.cz/?page_id=1445).

## Řádky z Kladna

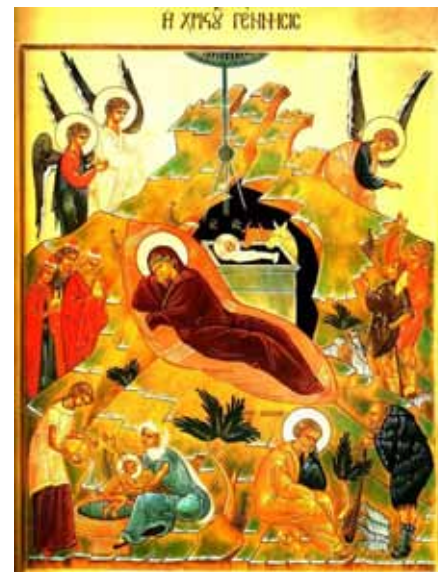
David Prentis

Konference české a slovenské Ligy se konala v Kroměříži 14.-17. listopadu. Podpora *Renovabis* zajistila hojnou účast. Manželé Petr a Hana Imlaurovi přednášeli na témata *Úskali v sexuálním životě manželů* a *Poradenské zásady v komunikaci s manželi*. I když není úkolem našich instruktorů poskytovat manželské poradenství, bylo užitečné slyšet něco o tom, jak citlivě reagovat, když cítíme, že je vztah našich klientů nějak problematický. P. Karel Skočovský, s kterým několik let spolupracujeme, přednášel na téma *Milost svátosti manželství*. Lze ho slyšet na: <https://drive.google.com/file/d/0B8e0y0Lg7OqdMIMyeHV5Um1FR3c/view?usp=sharing>. Také okomentoval mimořádnou synodu o rodině v Římě. Byly diskutovány různé technické postupy v hodnocení záznamů a mluvil jsem na téma *Vliv antikoncepce/PPR na společnost a církev*. Mária Schindlerová přednesla několik otázek z etické poradny.

České učitelké páry diskutovaly o obnově webové stránky a materiálů pro kurzy. Konkrétně jsme také rozhodli zvýšit částku, kterou žádáme od účastníků kurzů z 300 Kč na 400 Kč za pár (nebo jednotlivce) za celý kurz. Je to první zvýšení po mnoha letech. Tato symbolická částka je zásadně dobrovolná a ve srovnání s komerčními kurzy velmi skromná. Členský příspěvek zůstává 150 Kč na rok. Tím, že mnoho členů volí možnost dostávat členský bulletin e-mailem, šetříme peníze a není třeba částku zvýšit.

Protože máme nyní na tuto činnost dotaci od *Renovabis*, **vyzývám Vás**, abyste zvážili, jestli nás nechcete pozvat nejen na klasické kurzy, ale i na přednášky pro skupiny **starší mládeže, birmovanců, snoubenců, mladých manželů, kněží, atd.** do své farnosti nebo i do necírkevního prostředí. Tímto způsobem bychom mohli zvýšit povědomí o našem apoštolátu v rámci církve i mimo ni. **Pište** na [lpp@lpp.cz](mailto:lpp@lpp.cz) nebo manželům Novákovým na [novakovi@lpp.cz](mailto:novakovi@lpp.cz).

## Adventní a vánoční přání vedoucích české a slovenské Ligy



Že Dieťa narodiť sa má, že Boží pokoj príde k nám, to vraví Boh.

Objím nás láskou Dieťaťa,  
pohľadom poteš nás,  
uzdrav nám srdcia skrehnuté,  
blízkosťou ochraň nás,  
prosím Ťa.

Dajže silu nám,  
aby Tvoje svetlo zažiarilo tmou,  
aby tvoju lásku nepremohli pochybnosti  
v mojom srdci...  
(páter Luis Caudt; Pieseň Sárý)

V mene vedenia slovenskej a českej Ligy pár páru chceme vám a vašim rodinám vyprosovať pre tento adventný čas a vianočné sviatky milosť vnímať Božiu lásku a zažiť Pánovu blízkosť!

*Jozef a Simona Predáčovci, David a Michaela Prentisovi*

NOVINY Z RODINY LPP vydáva šesťkrát ročne jako členský bulletin Ústředí Ligy pár páru České republiky, o.s. David a Michaela Prentisovi, Fügnerova 143/9, 272 01 Kladno, tel: 312 686 642, e-mail: [lpp@lpp.cz](mailto:lpp@lpp.cz), internet: [www.lpp.cz](http://www.lpp.cz), číslo účtu: 215 288 136/0300. Minimální členský příspěvek 150 Kč /12,- € ročně. Adresa na Slovensku: LPP, Manželia Jozefa a Simona Predáčovci, Slovenskej armády 15, 95301 Zlaté Moravce, tel.: 0908 722 055, 0915 971 191, e-mail: [lpp@lpp.sk](mailto:lpp@lpp.sk), internet: [www.lpp.sk](http://www.lpp.sk), číslo účtu: 207 215 6257/0200. Kurzy PPR pro manžele a snoubence – 4 setkání po 2½ hodinách, většinou v měsíčních intervalech. Kurzovné: v ČR 400 Kč, v SR 15,- € za pár. Jsme vděční za příspěvky pro práci Ligy.