

## Konference LPP

Výroční konference LPP, která se koná 3.-5. října na Sv. Hostýně, je určena učitelům, kandidátům na učitele a zástupcům Ligy, a také členům, kteří uvažují o aktivní spolupráci s Ligou, např. jako učitelé. Letos přislíbil účast otec biskup Cikrle. Strava na osobu a den stojí 180 Kč, poloviční porce za poloviční cenu. Ceny za ubytování jsou různé. Podrobnější informace má Andrea Šimečková –tel.: 577 212 020 (do práce), e-mail: [andrea.simeckova@cpr-zlin.cz](mailto:andrea.simeckova@cpr-zlin.cz)  
**Hlaste se prosíme nejpозději do 22. září.** . Redakce

## Nová brožurka a Cyklus

David Prentis

Jak jsem oznámil v červnovém vydání *Novin*, vydali jsme novou brožurku pro dívky *Stvořená pro plodnou lásku*. Náklad byl 5.000 a na setkání mládeže „ActIv8“ na Velehradě jsme jich rozdali asi 1500 děvčatům (a asi 30 chlapcům!). Manželka stála naproti našemu stánku, usmívala se na děvčata a nabízela „něco o lásce a plodnosti.“ Většinou si brožurku vzaly, některé přišly zpátky a chtěly výtisk pro kamarádku. Mladší děvčata měla větší zájem než starší.

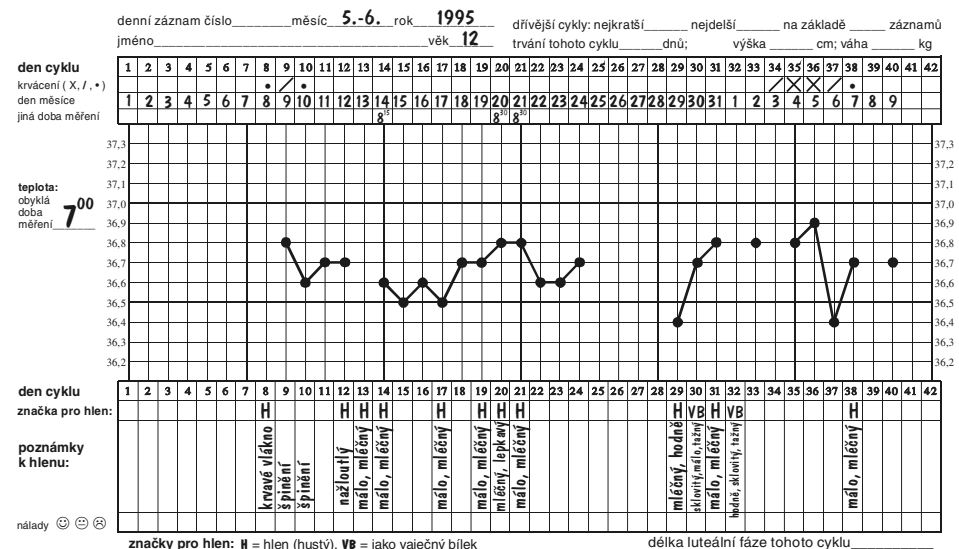
K tomuto číslu *Novin* přikládáme jeden výtisk pro české čtenáře, kteří ho ještě nedostali. Slovenské vydání se připravuje. Doufáme, že může inspirovat dospívající dcery našich členů a snad také další děvčata ve farnostech a církevních školách. Rozdáváme ji zdarma, ale při individuálním objednání prosíme o dobrovolný příspěvek na krytí výdajů. Navrhujeme částku 15 Kč za každý výtisk + poštovné.

Inspirací pro tuto publikaci byl skutečný unikátní případ popsáný v knize dr. Rötzera, který najdete upravený na poslední straně brožurky. Případ je tím vzácný, že dr. Rötzer dostal kompletní záznamy děvčete od předpubertálního věku přes menarche (první krvácení) až po první pravidelné cykly. Celý proces uvádí ve své knize *Der persönliche Zyklus der Frau* (Osobní cyklus ženy), kde otiskl 8 záznamů. My z nich uvádíme jen dva.

Děti často vidí, co dělají rodiče, a jsou zvědavé. Když vidí matčiny *Záznamové tabulky* a ptají se, co to je, mají rodiče příležitost odpovídat přiměřeně věku dítěte. Když se ptá děvče v předpubertálním věku nebo starší, je to příležitost povzbudit je k pozorování a zaznamenávání, aby postupně poznávalo řeč svého těla a učilo se jí rozumět. Je to sice velmi osobní záležitost, ale pokud je vztah

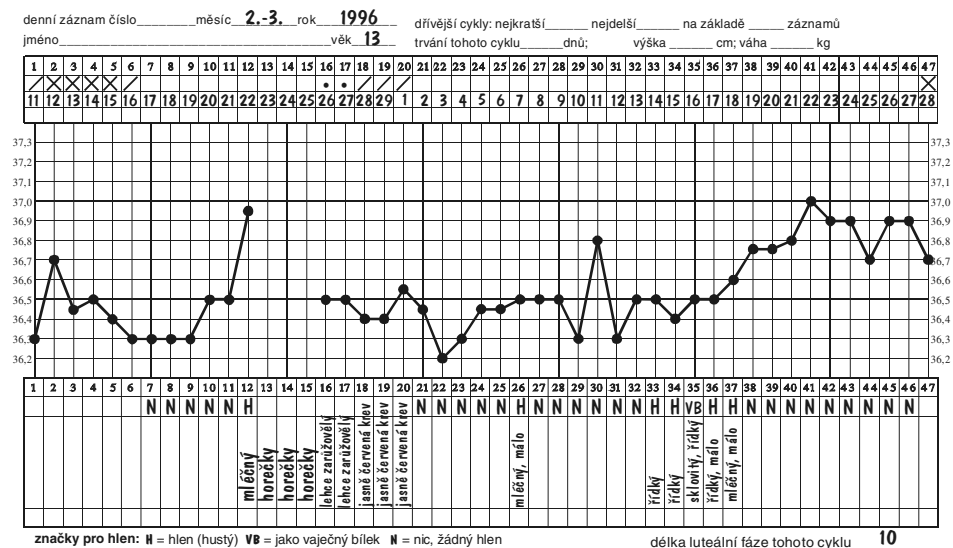
mezi dcerou a matkou dobrý, je pravděpodobné, že tu možnost přijme. Dospívání je velmi důležité období pro každého člověka. Citliví rodiči mohou pomáhat, aby bylo dobrou pozitivní a ne traumatickou. Spolupracovníci dr. Rötzera vypracovali zvláštní zjednodušené tabulky pro dívky a my jsme také modifikovali své tabulky podle jejich vzoru. Vynechali jsme řádku „styk“ a místa pro záznamy vnitřního vyšetření hlenu a změň čípku, protože nejsou relevantní pro mladé dívky. Je ale dost místa pro poznámky k hlenu a řádka pro záznamy nálady. Tabulky v brožurce se dají kopírovat.

První známkou procesu dospívání bývá vývoj prsních žláz (telarche), případně už ve věku 9 let a později se začne objevovat hlen. Někdy se děvče nebo i její matka domnívají, že se jedná o patologický jev. Ve skutečnosti je ale hlen známkou, že vaječníky začínají pracovat a vylučovat estrogény. Dr. Rötzer ukazuje první tabulku děvčete, které pozoruje a zaznamenává s přestávkami svůj hlen od srpna do listopadu 1994, kdy jí bylo 12 let. Na jaře 1995 začíná zaznamenávat bazální teplotu, která ovšem nevykazuje žádný teplotní vzestup.



V první tabulce, kterou otiskujeme, je vidět první krvácení tohoto děvčete. Byla jí ve škole překvapena, přišla domů a radostně prohlásila, že má „konečně své dny“. Matka konstatovala, že to sice ještě není žádná řádná menstruace, ale že to k ní směřuje. Šlo o krvácení ze spádu, jak to u mladých děvčat bývá. Toto první krvácení v životě děvčete se označuje jako „menarche“. K dalšímu krvácení došlo za 26 dní. Nejednalo se o cyklus, ale o další krvácení ze spádu. To znamená, že pod vlivem estrogenů narůstá vrstva sliznice dělohy, a když hladina estrogenů klesne, odchází tato vrstva krvácením. V případě tohoto děvčete došlo k dalšímu podobnému krvácení za 60 dní, pak za 22 dní.

To je typické pro tuto situáciu. Intervaly medzi krváceniami môžu byť nepravidelné – dlhé alebo krátke.



Druhý zde uvedený záznam začíná krvácením. K ďalšiemu krváceniu dochádza už za 15 dní. Je možné, že je spôsobilo onemocnenie. Stále se nejedná o menstruáciu. Trvalý vzestup ale začíná 37. den záznamu a následujúce krvácenie sa dá označiť ako pravá menštruácia. Naši členové nebudou mať potíže tabuľku vyhodnotiť z pohľadu regulácie počítaní podľa našich pravidiel. Není však žiadoucí povzbuzovať k tomu dospievajúce dievčie. Pro ně je dostačujúce vedomie, že má trvalý teplotný vzestup a tým bifázický cyklus, ktorý ukazuje, že sa jej organizmus zdravě vyvíja. Po tomto cykle nasledoval 41-denný bifázický cyklus s luteálnou fázou 13 dní a 31-denný bifázický cyklus s luteálnou fázou 11 dní. Často je luteálna fáza v prvých cykloch zkrátená. To môže znamenať, že folikul dozrel do té miery, že produkoval progesteron, ale pak zanikl, aniž vypustil vajíčko, takže nedošlo k ovulácii.

Doufáme, že naše brožurka a tyto informace pomohou matkám doprovázet dcery v době dospívání, vést je k ocenění krásy stvoření a úctě k Stvořiteli a poslouží jako prevence proti indoktrinaci k antikoncepčnímu způsobu života a předčasnému začátku pohlavní aktivity, ke kterému jsou stále povzbuzovány školou a medií.

[Informace zpracované z knihy Prof. Dr. med. Josef Rötzer: *Der persönliche Zyklus der Frau – von der Vorpubertät bis in die Wechseljahre*, Freiburg, Basel, Wien, 1999, str. 55-61, 151-162.]

## Filip sa nám druhýkrát narodil

Keď sme pred časom zistili, že čakáme štvrté dieťa, nebolo to pre nás príjemným prekvapením. Neplánované tehotenstvo nás zaskočilo. Vtedy sme

mali dve dcéry v predškolskom veku a vytúženého 9 mesačného syna Filipa. No a k tomu rozostavaný dom.

V tú jeseň sme takmer každú sobotu pracovali na stavbe domu. Bolo tak aj koncom októbra, robili sme omietky na hrubo. Práca na dome šla dobre, ešte zopár úprav a lešenie sa môže rozobrať. Filipko, ktorý mal takmer rok, sa zo záujmom pozeral na všetky činnosti okolo. Niektorí z chlapov sa už lúčili. Podali ruku aj tým, ktorí rozoberali lešenie. Zrazu len bolo počuť výkrik: „Pozor, lešenie!“ To sa začalo nebezpečne nakláňať a padať. Tí, čo boli na ňom, rýchlo zoskakovali dolu. Zrazu sme zostali stáť ako zmeravení, lebo lešenie padalo rovno na kočík. Odohralo sa to v zlomku sekundy. Chlapi, ktorí boli nablízku, sa snažili padajúce lešenie odkloniť čo najďalej od kočíka. Lešenárska trubka 6m dlhá padla tesne vedľa Filipka, udrela ho po ruke a rozpárala na jednej strane kočiar. Nechceme ani domyslieť, čo sa mohlo stať, keby tyč padla pár centimetrov vedľa. Po chvíli sa Filipko upokojil a prestal plakať, my sme zostali stále s úprimným „chvála Bohu, nič sa nestalo“.

No zároveň „chvála Bohu, že sa stalo“, a to v našom vnútri. Bola to jasná Božia reč. Krátko pred touto udalosťou sme boli obaja na sv. spovedi a úprimne vyznali i ľutovali, že sa nám ťažko prijímalo štvrté dieťa v tak krátkom časovom odstupe po Filipovi. Manželka v tom, čo sa stalo Filipovi, videla najskôr Boží trest, no ja som videl nie trest, ale prejav veľkej Božej lásky k nám. Uvedomil som si, že Pán prijal naše pokánie a odpustil nám a nechal nám aj to štvrté dieťa. Veď ak sme chceli zatiaľ len tri deti, či nám nemohol Pán zobrať práve tohto najmladšieho vyproseného syna?

Dnes máme štyri zdravé deti, najmladšia Anežka je slniečkom celého domu. Ďakujeme Bohu za tento dar aj za jeho lekciu, že On je Pánom života. Vieme, že každé dieťa, aj to neplánované, či je nám to práve vhod, či nevhod, je veľkým Božím darom a nesmieme ním pohrdáť. Chcel ho tu Boh a od nás čaká, aby bolo prijaté, milované a chcené. A tak ešte raz: Bohu vďaka!“

*manželia Peter a Mariana*

## Gruzia a Kamerun

Všichni slyšíme znepokojující zprávy o situaci v Gruzii. Je proto zvlášť důležité poslat na podzim další příspěvek ve výši 1.400 EUR (cca 35.000 Kč) pro MUDr. Chatunu Meurmishvili, která tam vede práci Ligy. Když konflikt vypukl a ohrozil Tbilisi, mohli s rodinou najít útočiště na venkovské chatě blízko hranice s Ázerbajdžánem. Teď už jsou zase zpátky v Tbilisi, a Chatuna pokračuje v práci. Na jaře financovali náš dar sponzoři ze zahraničí. Byli bychom vděční, kdybyste se mohli připojit i vy členové a sympatizanti Ligy.

Koncem roku budeme také posílat každoroční příspěvek pro Ephraima a Theresiu Lukongovy z Kamerunu ve výši 37.000 Kč.

Během naší dovolené jsme se setkali s učitelkou Ligy z Belgie, Nizozemska a Anglie a přijali od nich příspěvky pro naši práci. Cítíme, jak je taková pomoc povzbuzující a zavazuje nás pomáhat jiným. Je to praktická ukázka mezinárodního charakteru Ligy

## Nové vydania Záznamových tabuliek a brožúrky pre teenagerov *Sex, šľahačka na torte*

Počas prvých šiestich mesiacov tohto roku sa rozobrali posledné kusy dvoch publikácií vydaných Ligou – *Záznamových tabuliek* pre vedenie osobných záznamov STM a brožúrky pre teenagerov *Sex – šľahačka na torte*. V priebehu letných mesiacov sa nám podarilo v spolupráci so spoločnosťou Charis s.r.o vydať aktualizované dotlače týchto publikácií, a tak vám ich môžeme opäť ponúknuť.

*Záznamové tabuľky* prešli väčšími zmenami.

Na podnet užívateľov bol formát zmenšený na veľkosť B5 (23,5 x 15,5 cm), tvrdá obálka nahradená mäkkou, zmenená grafika a textová časť doplnená o praktické rady súvisiace s pozorovaním zmien hlienu a teploty. Kvôli nárastu výskytu rakoviny prsníka boli nové *Záznamové tabuľky* doplnené o postup samovyšetrenia prsníkov (uvádzame nižšie). Toto samovyšetrenie je odporúčané odborníkmi na celom svete, pretože účinne pomáha zachytiť rané štádium rakoviny prsníka.

Brožúrka pre teenagerov *Sex – šľahačka na torte*, prichádza s novou obálkou a aktualizovanými kontaktami na učiteľské páry LPP, ktoré sú ochotné poslúžiť pri besedách s mladými či už v rámci prípravy pre birmovancov alebo na stretnutiach mládeže.

*Záznamové tabuľky* ako aj brožúrku pre teenagerov *Sex – šľahačka na torte* si môžete objednať v ústredí LPP (Slovenskej armády 15; 953 01 Zlaté Moravce; tel: 037/6421426; 0908722055; lpp@lpp.sk).

Rovnako ako ostatné materiály z našej ponuky distribuujeme tieto publikácie zdarma, aby slúžili dobrej veci a veríme, že nám vašim dobrovoľným finančným príspevkom za objednané materiály umožníte aj v budúcnosti robiť dotlače, vydávať nové publikácie a vykonávať v plnom rozsahu službu, ktorú Liga na Slovensku úspešne robí už viac ako 14 rokov. Ligou očakávaný príspevok bez poštovného predstavuje za brožúrku *Sex – šľahačka na torte* 40 Sk/ks a za *Záznamové tabuľky* 30 Sk/ ks.

Prispieť môžete na číslo účtu LPP v SR: 2072156257/0200; Za ochotné a štedré srdce vám úprimne ďakujeme.

Jozef a Simona Predáčovi

## Samovyšetrenie prsníkov

Riziko ochorenia na rakovinu prsníka sa týka každej ženy. K tomu, aby ste sa starali o seba, nemusíte každý mesiac chodiť ku gynekológovi a podstupovať časté vyšetrenia. Aj sama si môžete pravidelne prezerať a vyšetřovať svoje prsníky. Urobte to vždy **v šiesty deň cyklu** – pripomenie vám to stužka na záznamovom liste. Po menopauze už nie je dôležité, aby ste si robili samovyšetrenie prsníkov v 6.deň cyklu, stačí raz do mesiaca, napr. v prvú sobotu v mesiaci. Mamografické vyšetřenie prsníkov sa odporúča ženám v období prechodu a po ňom a rizikovej skupine žien. Do rizikovej skupiny žien patria ženy, ktoré dovŕšili 40 rokov a nedočkli, ženy po interrupcii, prípadne ženy, u ktorých sa v príbuzenstve vyskytla rakovina prsníka.

### A. Pred zrkadlom

1. **Zdvihnite ruky dohora** – skontrolujte, či nevidíte zmeny v tvare prsníkov, sfarbení, sledujte, či koža nevráskavie a nekrčí sa.



2. Skontrolujte to isté silno **opierajúc dlane o bedrá.**



3. **Stlačte bradavku.** Skontrolujte, či z nej nevyteká tekutina.

## B. Pod sprchou

4. Jednu ruku si položte zozadu na hlavu, druhú na prsník na protilahlej strane. Lahkým pritláčaním troch stredných prstov voľnej ruky vytvárajte drobné kruhy na prsníku, smerom od bradavky von. Skontrolujte, či necítite stvrdnutie alebo hrču. To isté urobte aj s druhým prsníkom, vymeniac ruky.



## C. Po kúpaní

5. Lahnite si s dlaňou pod hlavou tak, aby rameno a plece ležali na vankúši alebo na zrolovanom uteráku. Troma strednými prstami druhej ruky si vyšetrite prsník tak ako pod sprchou v predchádzajúcom bode. To isté zopakujte druhou rukou a s druhým prsníkom.



6. Spustíte ruku pozdĺž trupu a vyšetrite si pazuchy.

Skontrolujte, či nemáte zväčšené lymfatické uzliny.



Poradte sa so svojim praktickým lekárom alebo gynekológom v prípade každej pochybnosti a v situácii, keď zbadáte:

- zmeny v tvare prsníkov
- hrču alebo stvrdnutie v prsníku
- vráskavenie a sčervenenie kože
- výtok z bradavky alebo zmenu jej tvaru
- zväčšenie lymfatických uzlín pod pazuchou

## Čo je zakázané/dovolené v manželstve *versus* ako žiť manželskú lásku v čistote?

Bc. Mária Schindlerová

### Prirodzené plánovanie rodiny a morálne postoje.

Metód PPR je viacero a každá z nich sa „technicky“ dá naučiť. Stačí pochopiť pravidlá a správne ich uplatňovať. Prirodzené plánovanie rodičovstva, resp. rodiny nie je však len otázkou zvládnutia akejsi „techniky“.

Ruka v ruke s rozhodnutím naučiť sa a používať PPR, je odpoveď na otázku: prečo? Prečo práve PPR? Prečo to katolíci „musia“ a nemôžu si zvoliť nejakú antikoncepciu? Prečo je v tomto Cirkev taká neoblomná? Áno, v poslednej dobe sme svedkami záujmu o PPR aj zo strany neveriacich, ktorí chcú žiť „ekologicky“, v súlade s prírodou, prípadne tých, ktorým nevyhovuje hormonálna antikoncepcia zo zdravotných dôvodov. Ale je vari naša viera tým „kameňom úrazu“? Keby sme žili v inej Cirkvi, vari by sme mali dovolené aj iné spôsoby regulácie počatí? V čom je napr. taký prezervatív morálne odlišný od PPR? Veď neškodí zdraviu, alebo aspoň nie tak, ako hormonálna antikoncepcia a nakoniec, ide pri tom o to isté – predísť počatiu. Alebo čo je také neprirodzené na pettingu? A čo je zlé na orálnom sexe, ak sa obom partnerom páči? A vôbec, ide tu o niečo dovolené či nedovolené? Kto nám má čo dovoľovať?

A keď sa už Cirkev mieša manželom do ich života, prečo im aspoň nedala nejaký zoznam noriem, nejaký súpis, čo sa v manželstve môže a čo nie? Kde sa niečo môžu dozvedieť tí, ktorým možno nič o manželskej čistote nepovedali rodičia, či kňaz pri predmanželskej náuke?

V nasledujúcich číslach *Novín z rodiny LPP* vám chceme ponúknuť sériu zamyslení nad otázkami, ktoré sa týkajú morálnej oblasti manželského života. Budú inšpirované úvahami Jána Pavla II. v jeho Teológii tela, myšlienkami Johna Kippleya, spoluautora Kippley-Prem metódy PPR, ktorú učí Liga pár páru, skúsenosťami z poradenskej praxe i z viacerých dobrých kníh, či článkov, ktoré máme k dispozícii či už v českom alebo slovenskom jazyku od kresťanských autorov.

### I. Máme súpis noriem manželského života?

Dá sa niekde nájsť zoznam noriem, alebo toho, čo je teda dovolené a čo nie? Prečo je všetko písané tak, že si to každý vysvetľuje po svojom?

Normy pre manželský život máme. Ale mýlil by sa ten, kto by chcel nájsť akýsi zoznam prípadov, či riešení podobný ako bývajú zoznamy riešení účtovných prípadov pre daňových poplatníkov. Je to tak preto, lebo ťažko sa dá presne odmerať napr. poznanie človeka, okolnosti, v ktorých sa nachádza, či jeho úmysel. To, čo pre jeden manželský pár je dobrým skutkom, pre iný nemusí byť. Mravná hodnota skutku totiž nezávisí len od úmyslu konajúceho. Treba

vziať do úvahy aj celkovú situáciu, použité prostriedky a predovšetkým povahu samotného skutku (porov. *KKC* 1755, 1756).

Skôr by sa dalo povedať, že učenie Cirkvi o manželskej čistote sa opiera o „východiská“, podobne ako spomínané „účtovné prípady“ o zákon. Tie najdôležitejšie východiská sú tu zhrnuté:

1. Človek je osoba Bohom stvorená ako jednota tela a duše (porov. *KKC* 362–365).

2. Spoločenstvo osôb muža a ženy je stvorené na obraz spoločenstva troch Božských osôb v Najsvätejšej trojici (porov. Ján Pavol II., katechézy *Teológia tela*).

3. Manželstvo je sviatosť, ktorú ustanovil Kristus, t. j. viditeľné znamenie vzťahu Krista a Cirkvi (porov. *HV* 8).

4. Manželia sú zodpovednými spolupracovníkmi Boha Stvoriteľa pri odovzdávaní ľudského života (*HV* 1).

5. Pohlavný styk má dva významy, ktoré mu dal Boh pri stvorení človeka a ktoré sú oba dobré: odovzdávanie života a zjednotenie manželov. Rešpektovanie oboch týchto dobier je výrazom úcty k ľudskej osobe a súčasne výrazom úcty k Stvoriteľovi ľudskej osoby (porov. *GS* 50, *HV* 12, 13).

Ján Pavol II. venoval katechézám o ľudskej láske v Božom pláne prvé roky svojho pontifikátu. Hovoril o tom, že sexuálne zjednotenie muža a ženy je formou sebadarovania. Dávajú seba samých v úplnosti, ako osobu, ako dobrovoľný dar. Dávajú svoju pohlavnosť, odlišnosť, plodnosť a navzájom sa dopĺňajú. Naše telá hovoria rečou lásky. A táto „reč tela“ viditeľným spôsobom zjavuje tomuto svetu posvätnú zmluvu medzi Bohom a jeho ľuďmi. Rovnako je aj viditeľným znakom spojenia Krista a Cirkvi. Kristus vydal sám seba, svoje telo ako dar svojej neveste Cirkvi (porov. *Ef* 5, 25).<sup>1</sup>

**Jadro celej kresťanskej náuky o manželstve je potom zhrnuté jednoducho: sexualita ako osobné sebadarovanie v spoločenstve lásky a života, t. j. v manželstve, má byť oslavou Boha Stvoriteľa a právom sa môže nazývať manželskou liturgiou, bohoslužbou.**

**Pohlavný styk manželov je tiež vyjadrením i obnovou sviatostného manželského sľubu. Tak ako je Eucharistia pripomienkou a sprítomením novej zmluvy potvrdenej Kristovou obetou, tak sexuálne zjednotenie manželského páru je pripomienkou i sprítomením manželského súhlasu, ktorým pár uzavrel sviatostné manželstvo.**

Ch. West píše, že analógia vernej sexuálnej lásky, aj keď nedokonalej, nám pomáha pochopiť Božiu lásku obzvlášť hlbokým spôsobom. Milovať a byť

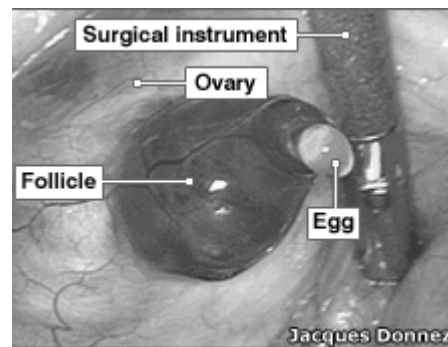
1. Porov. Skočovský, K.D., „PPR a antikoncepcie“. In: <http://www.getsemany.cz/node/735> (31. 1. 2008).

milovaný láskou, akou miluje Boh, je najhlbšou túžbou ľudského srdca. Boh ju do nás vložil, keď nás stvoril na svoj obraz. Nič iné nás nenaplní.

Preto je dôležité pochopiť a uveriť, že náuka Cirkvi, ten súpis prikázaní alebo východiská, sú tu nie je pre naše obmedzenie, ale pre naše dobro. Tomáš Řehák vo svojej knihe *Sex – šlaháčka na torte* píše, že autormi sexu nie sú sexuológovia, ale Boh Stvoriteľ. Preto je dobré zoznámiť sa s návodom, ktorý nám dal On.

V najbližšom zamyslení sa pozrieme na plánovanie rodiny vo svetle dôvery v Boha. Pokúsime sa odpovedať na otázky, čo znamená otvorenosť a služba životu, zodpovednosť za veľkosť svojej rodiny, či je alebo nie je dôverou voči Bohu vôbec niečo plánovať a aké miesto v našom rozhodovaní majú rozličné metódy PPR.

## Okamžik ovulácie zachyten kamerou



Detailní záznamy ovulácie boli dosiaľ provedené pouze na zvieratách. První filmovaný záznam ľudskej ovulácie provedl nedávno dr. Jacques Donnez, gynekológ belgickej Katolíckej univerzity v Louvain bĕhem rutinní hysterektómie. Fotografie byly publikovány v časopisu *New Scientist* (Nový vědec). Jednu přetiskujeme. Barevnou ji najdete na stránce BBC News/Health/Ovulation. Ukazuje tekutinou naplněný folikul u stěny vaječníku, z kterého

je vyplavováno vajíčko viditelné jen jako tečka. Je obklopené hmotou připomínající želé.

Dr. Donnez očekává, že jeho záznam pomůže vědcům pochopit mechanismy ovulácie. Některé teorie jsou spojeny s představou „explozivního“ uvolnění vajíčka z vaječníku, ale ovulácie, již byl dr. Donnez svědkem, trvala 15 minut.

Prof. Alan McNeilly z jednotky ľudskej reprodukce lékařského institutu v Edinburku, konstatoval, že tyto nové informace podporují jeho vlastní výzkum ovulačního procesu. Řekl: „Je to skutečně fascinující nahlédnutí do ovulácie; vidět ji takto naživo je opravdu neuvěřitelně ojedinělá příležitost.“

[<http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/7447942.stm>.]

NOVINY Z RODINY LPP vydává pětkrát ročně 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, internet: www.lpp.cz, číslo účtu: 215 288 136/0300. Minimální členský příspěvek 150 Kč/Sk ročně. Adresa na Slovensku: LPP, Manželia Jozef a Simona Predáčovci, Slovenskej armády 15, 953 01 Zlaté Moravce, tel.: 037-6421426, e-mail: lpp@lpp.sk, internet: 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 300 Kč, v SR 400 Sk za pár. Jsme vděční za příspěvky pro práci Ligy.