



Katholische Erwachsenenbildung  
Rottal-INN-Salzach e.V.

Eltern werden -Eltern Sein

## **Natürliche Familienplanung nach Sensiplan**

**Eine Infoveranstaltung für Frauen und Paare**

**Di 12.03.2024, 19.00 Uhr**

**Ort:**

Altötting, Caritas Schwangerschaftsberatung AÖ, Kapellplatz 8, 84503 Altötting

An diesem Abend lernen Sie die Grundzüge der Methode Sensiplan kennen. Sie ist geeignet bei Kinderwunsch oder zur Vermeidung einer Schwangerschaft.

Sensiplan ist eine moderne, hochsichere und natürliche Form der Familienplanung, bei der eine Frau ihre Körperzeichen beobachtet, die sich im Laufe des Zyklus typisch verändern.

Diese Zeichen ermöglichen ihr mit Hilfe bestimmter Regeln, die fruchtbaren Tage in ihrem Zyklus zu bestimmen. Sensiplan ist damit eine Wahrnehmungsmethode, die sich sowohl zum gezielten Anstreben als auch zur Vermeidung einer Schwangerschaft eignet.

Drei Körperzeichen oder Körpersignale sind von entscheidender Bedeutung; die Veränderung von:

- Körpertemperatur
- Zervixschleim und/oder Muttermund bzw. Gebärmutterhals

Frauen und Paare, welche diese Signale deuten können, wissen, wann eine Schwangerschaft möglich ist und wann nicht.

weiterer Termin: Di. 08.10.24 um 19 Uhr

**Mitveranstalter:**

Caritas Schwangerschaftsberatung Altötting

**Referentin:**

Susanne Oberbauer

**Kosten:**

Info Abend kostenfrei, Kurskosten (4 Abende) je nach TN Anzahl 60-100 Euro

**Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e. V.**

Kapellplatz 8 (Dekanatshaus)  
84503 Altötting

Tel. 08671 - 41 44  
Fax 08671 – 84 671  
info@keb-ris.de  
www.keb-ris.de



Katholische Erwachsenenbildung  
Rottal-INN-Salzach e.V.

**Veröffentlichungsdatum:** 03.08.2023

**Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e. V.**  
Kapellplatz 8 (Dekanatshaus)  
84503 Altötting

Tel. 08671 - 41 44  
Fax 08671 – 84 671  
info@keb-ris.de  
www.keb-ris.de