

## Geglückte Sexualität

Wünschen Sie sich eine **natürliche Art der Empfängnisregelung** - ganz ohne Medikamente, Chemie oder blockierende Fremdkörper?

Sie können als Frau lernen, wie Sie individuell und deutlich Ihre **fruchtbaren und unfruchtbaren Tage erkennen** und voneinander unterscheiden. Dazu nutzen Sie die Anzeichen Aufwachttemperatur, Zervixschleim und Muttermundbeobachtung.

Sie brauchen dafür nichts weiter als

1. ein Fieberthermometer
2. eine Tabelle (pro Zyklus)
3. und einen Bleistift

Durch Natürliche Empfängnisregelung werden Sie Ihren Körper ganz neu kennenlernen und verstehen. **Es lohnt sich für Sie und Ihren Partner** - viele Paare berichten von einem tieferen Verständnis und dadurch gewachsener Achtung.

**Finden Sie kostenlose  
Beratung in Ihrer Nähe auf  
[www.empfangnis.com](http://www.empfangnis.com)**

„Es gibt nichts Schöneres, als ganz natürlich – ohne jede Verhütungsmaßnahme – eins zu werden! Das fördert meines Erachtens auch eine positive Einstellung zum Leben.“

Martin

[www.empfangnis.com](http://www.empfangnis.com)

### Impressum:

Initiative Christliche Familie  
und Malteser-Ritterorden Österreich  
im Auftrag der Bischofskonferenz  
F.d.I.v.: Dr. Reinhard Pichler

### Bestelladresse:

ICF, Husarentempelgasse 4  
2340 Mödling

*Empfängnisregelung  
natürlich, zuverlässig,  
partnerschaftlich*

***empfangnis.com***







## LIEBE ENTDECKEN

- **Freundschaft und Sexualität - was macht mich wirklich glücklich?**
- **Kann man Sexualität lernen?**
- **Was wünsche ich mir für mein Leben?**
- **Wie kann die Liebe andauern?**

Lerne dich und deinen Körper kennen und annehmen, bevor du dich für einen Menschen entscheidest.  
Warten lohnt sich!

*„Durch die verstärkte Wahrnehmung des eigenen Körpers und dessen Beobachtung habe ich als junge Frau ein besonderes Verhältnis zu meiner Weiblichkeit bekommen.“*

Jasmin



## LIEBE MEHREN

- **Gibt es eine natürliche Methode bei Kinderwunsch?**
- **Wir sind glücklich über unsere Kinder. Wie können wir unsere Liebe vertiefen?**
- **Gibt es eine verlässliche, natürliche Methode, die in unser Leben integrierbar ist?**

*„Für mich als moderne Frau sollte die Empfängnisregelung einfach und sicher sein, und vor allem die Freiheit zur verantwortungsvollen Elternschaft garantieren. Ich bin froh, diesen liebevollen Weg gemeinsam mit meinem Mann gefunden zu haben.“*

Bärbel und Jörg



## LIEBE ERHALTEN

- **Wie kann ich in den Wechseljahren die Veränderungen meines Körpers deuten und gut damit umgehen?**
- **Wie kann Sexualität weiterhin unsere Beziehung immer wieder neu beleben?**

*„Seit fünfundzwanzig Jahren Ehe ist für uns die Lebensweise der Natürlichen Empfängnisregelung ein starker Halt: Sie bedeutet für uns Freiheit, Achtung und Bejahung.“*

Martina und Gerhard