

Pondělí	16:30	Chudobín	
	16:45	Měrotín	
	18:00	Bouzov	
Úterý	18:00	Náměšť na Hané	(každé druhé úterý v měsíci)
Středa	16:30	Loučany	(každých 14 dnů)
	18:00	Bouzov	
Čtvrtek	9:00	Opava	
	18:00	Bílá Lhota	(zimní čas - 15:50)
Pátek	16:30	Náměšť na Hané	
	16:45	Měrotín	
	18:00	Luká	
	18:00	Bouzov	(každý první pátek v měsíci)
Sobota	18:00	Chudobín	(s nedělní platností)
	8:00	Bouzov - penzion	(1x v měsíci)
Neděle	7:30	Měrotín	
	8:00	Luká	
	9:15	Bouzov	
	10:00	Náměšť na Hané	
	10:45	Bílá Lhota	

připravuje se pravidelný rozvrh pro domov seniorů v Náměšti a v Luké.

PRO ZASMÁNÍ

Z jezuitského humoru - Školní vzdělání pro všechny

Do betlémské jeskyně se vměstnali zástupci různých řádů. Benediktin pěl svaté rodině k chvále gregoriánský chorál. Dominikán pojednával o vznešeném smyslu vtělení. Františkán se vydal ven vyžebrať něco k jídlu. A jezuita jde k Marii a říká: "Vážená paní, přenechte nám to malé - však my už z něj něco uděláme!"

IMPULS

Ukaž mi své cesty Hospodine a pouč mne o svých stezkách. Veď mě ve své pravdě a uč mě, neboť ty jsi Bůh, můj Spasitel, nepřestávám v Tebe důvěřovat. (Žalm 25)

Občasník **Farní trouba** vydává: Římskokatolická farnost Bouzov inkorporovaná Německému řádu

783 25 Bouzov 7 farnost.bouzov@gmail.com <http://bouzov.nemeckyrad.cz>

(Neprodejné; jen pro vlastní potřebu; Za obsah příspěvků odpovídají jejich autoři)

Redakce tohoto čísla: P. Metoděj Hofman OT; P. Norbert Hnátek OT; Bc. L. Macek FamOT; M. Foltasová; Mgr. V. Faltýnková



Ročník X.

FARNÍ TROUBA

"mějtež pozor na zvuk trouby" (Jeremiáš 6,17)



2.10.2011



číslo 94

*Svatá Maria, Matko Boží,
tys darovala světu právě světlo,
Ježíše, svého Syna, Syna Božího.
Ty ses bezvýhradně odevzdala Božímu volání,
a tak ses stala zdrojem jeho dobroty.
Ukaž nám Ježíše a veď nás k Němu.
Uč nás, abychom ho poznávali a milovali,
abychom byli schopni opravdové lásky
a byli pramenem živé vody
uprostřed žíznivého světa.*

Benedikt XVI

SLOVO ÚVODEM



Vážení a milí čtenáři občasníku „Farní trouba“. Číslo, které právě čtete, je mimořádné už tím, že se jím rozrůstá okruh čtenářů a zároveň potencionálních příspěvovatelů o dvě nové farnosti: Chudobín a Náměšť na Hané. Zpravodaj „Farní trouba“ vznikl ve farnosti Bouzov a velmi rychle se rozšířil do sousedních farností. Má již svou tradici. Věříme, že se bude novým čtenářům nejenom líbit, bude je bavit, inspirovat, informovat, ale také poroste v počtu a kvalitě

příspěvků. To opravdu záleží také na vaší schopnosti a odvaze se zapojit. Přejeme nám všem užitečnou četbu. *Redakce.*

Dovolte mi, abych se představil. Jmenuji se Trouba a můj zvuk se v tomto čísle mění ze čtyřhlasu na šestihlas. Aby nedošlo k záměně s jistým podobně znějícím pejorativním výrazem, odkazují vás na výše uvedený text převzatý z kralického překladu Písma Svatého, který je motem redaktorů, kterým vděčím za svůj hlas.

O čem všem se bude v mých rubrikách psát...

- **Co se doma upeče** aneb o životě ve farnostech i mimo farnosti
- **Všimálek** si bude všimát toho, co může být důležité i pro vás
- **Trumpetka** dětský sloupek bude patřit samozřejmě dětem
- **Historické okénko** nahlížíme do dějin jednotlivých farností
- **Kalendář** nás seznámí s připravovanými akcemi
- **Impulsy** pro život v církvi i mimo církev
- **Různé a jiné** aneb vše možné

Říjen, měsíc Panny Marie Růžencové



Měsíc říjen je v církvi tradičně věnován modlitbě posvátného růžence. Růženec byl a je oblíbenou modlitbou mnoha světců a učitelský úřad církve k ní často vybízí. Pokud se růženec modlíme správně, velmi záhy oceníme jeho prostotu, hloubku a duchovní svěžest. Má mariánský charakter s christologickým srdcem. Při vši střízlivosti svých prvků obsahuje v sobě hloubku celého poselství evangelia. V růženci zaznívá jako ozvěna našeho srdce chvála, díkuvzdání, za celé dílo spásy. Boží dílo záchrany člověka započalo v Mariině radostné a bezvýhradné odpovědi. Růžencem vstupujeme do Mariiny školy, abychom se dali vést k rozjímání o

kráse Kristovy tváře a zároveň se tak ponořili do hlubin tajemství lásky samotného Boha. Kdo se na modlitbu růžence dívá povrchně, bude v pokušení pokládat ho za modlitbu suchopárnou a nudnou. Růženec však může být projevem lásky, kterou nikdy neunavuje vracet se k milované osobě, třeba se stejnými projevy, které jsou vždy nové skrze cit, který je prostupuje.

Papež Jan Pavel II. v apoštolském listu *Rosarium Virginis Mariae* doporučuje následující postup pro účinnější prožívání modlitby růžence:

Jednotlivý desátek začneme vždy ohlášením tajemství, což je něco jako otevření scény, na kterou se má soustředit pozornost. Papež doporučuje i vystavení obrazu konkrétního tajemství, o kterém chceme rozjímát. Následuje četba příslušného biblického úryvku, kterému je třeba naslouchat s přesvědčením, že je proneseno pro dnešek a „pro mne“. Naslouchání a meditace se živí mlčením, proto dříve než přistoupíme k ústní modlitbě, vytvoříme v sobě prostor ticha, abychom se opravdu dokázali soustředit na nové tajemství desátku růžence. Po vyslechnutí Slova a soustředění na tajemství se duše přirozeně pozvedne k Otci modlitbou „Otče náš“. Pokračujeme deseti „Zdrávasy“. První část modlitby „Zdrávas Maria“ je sestavena ze slov archanděla Michaela a svaté Alžběty. Je to adorující kontemplace tajemství, které se uskutečňuje v Panně Marii. Když se v růženci opakuje „Zdrávas Maria“, můžeme vstoupit do atmosféry nadšení nebe i země; jásotu, úžasu, vděčnosti za největší div v dějinách. Je to naplnění Mariina proroctví: „Od této chvíle mě budou blahoslavit všechna pokolení“. Středem „Zdrávasy“ je jméno Ježíš a s ním také napojení na Kristovo tajemství, o kterém právě rozjímáme. Opakováním jména Ježíš, jediného jména, ve kterém se nám dostalo spásy, spojeného se jménem Nejsvětější Matky, představuje cestu připodobnění, jehož cílem je dát nám hluboce vstupovat do Kristova života. V druhé části svěřujeme Její mateřské přimluvě svůj život a hodinu své smrti. „Sláva Otci“ má být vrcholem kontemplace. Při veřejné modlitbě je papež doporučuje zpívat. Může se ještě pokaždé připojit krátká modlitba („fatimská vložka“-prosba k Ježíši za nás a duše v očistci). Závěrečná modlitba a modlitba „Zdrávas Královno“ společnou modlitbu zakončí. Tradiční pomůckou pro modlitbu růžence je šňůra perel, což může představovat i určitou symboliku. Růžencová šňůra se vrací k Ukřižovanému, který otvírá i uzavírá průběh samotné modlitby. Kristus je středem života a modlitby věřících. Od něho všechno vychází, k Němu všechno směřuje a skrze Něho v Duchu Svatém spěje k Otci.

P. ThLic. Mgr. Norbert Jan Maria Hnátek OT

Za páterem Janem Kroupou

Určitě mnozí z Vás, milí čtenáři, si vzpomenou na dobu, kdy jsme žili v jednom státě se Slováky. Tehdy bylo možno v televizi vidět slovenského Večerníčka – stařečka v kožichu, který rozsvěcuje hvězdy lucernou. Takovým stařečkem s nádhernými šedými vlasy, který se i v nelehkých dobách totality snažil svými kázáními rozsvěcet lásku k Bohu, byl pater Jan Kroupa.

Nechci se, několik dní po jeho smrti, zabývat hodnocením toho, jaký byl kněz, to mi nepřísluší.

Ráda bych ale, Vám čtenářům sdělila, jak jsem otec Jana vnímala jako člověka, občana Náměště na Hané, kde otec žil 50 let.



Především musím říci, že otec Jan byl velmi skromný, milý, obětavý a lidský. Nikdy nikomu neodmítl pomoc, jak finanční, tak i duchovní. Byl to milující syn, často v kázáních, i mimo ně vzpomínal na svoji maminku, nezapomínal ani na své příbuzné. Byl to člověk neobyčejně moudrý, vzdělaný, miloval literaturu.

Tak, jak to většinou bývá, i u otce Jana Hraběte (literární pseudonym) Kroupy až po jeho smrti možná mnozí pochopí, že byl vynikajícím básníkem. Psal nejen básně (o mamince, o světcích ...), ale i prózu, která vycházela ze Starého a Nového zákona.

Miloval přírodu, do vysokého věku pracoval na zahradě, staral se o své milované včelíčky, které mu za jeho péči dávaly skvělý med.

Ano, i otec Jan, jako každý z Vás, měl jistě své chyby, přesto mohu s klidnou duší napsat, že byl dobrým člověkem.

Odpočívejte v pokoji, milý otče Jane.

Marta Husičková, starostka Městysu Náměšť na Hané

P. Jan Kroupa zemřel v neděli 18. září 2011 ve věku 87 let v domově s pečovatelskou službou v Hluku, zaopatřen svátostmi.

Narodil se 11. června 1924 v Hrabí (farnost Bílá Lhota). Na kněze byl vysvěcen 29. června 1948 v Olomouci. Působil jako kaplan v Ratajích u Kroměříže, později jako prefekt Arcibiskupského gymnázia v Kroměříži, pak pokračoval ve studiích na Filosofické fakultě UP Olomouc. Potom jmenován opět kaplanem v Kojetíně, odkud nastoupil vojenskou službu (1954/1956). Jako provizor pak působil dále v Hlubočkách (1956/1959), jako dlouholetý farář v Náměšti na Hané (1959/1999); odtud působil i v Senici na Hané a Drahanovicích.

V roce 2000 odešel do důchodu, od roku 2009 bydlel i vykonával kněžskou službu v domově s pečovatelskou službou v Hluku.

Rozloučení se zemřelým proběhlo v pondělí 26. září 2011 při mši svaté v 15 hodin ve farním kostele sv. Kunhuty v Náměšti na Hané.

Jeho tělo bylo pak uloženo do kněžského hrobu na místním hřbitově.

VŠÍMÁLEK

Dne 20.8. složil P. Norbert při mši sv. v kostele sv. Gotharda na Bouzově své časné sliby do rukou velmistra Německého řádu Abt Dr. Bruno Plattera OT. Přejeme Otci Norbertovi, aby (jak bylo řečeno ústy pana velmistra) se skrze požehnání, které dostal stal požehnáním pro druhé.

Ve farnosti Luká bylo ve farním kostele sv. Jana Křtitele započato s rekonstrukcí elektroinstalace a sanací vlhkosti.

Ve farnosti Měrotín probíhá rekonstrukce střechy na farní budově.

Ve farnosti Bouzov probíhá adaptace společenských prostor ve farní budově. V plánu je zřízení knihovny.

Zemřel dlouholetý farář v Náměšti na Hané, rodák z farnosti Bílá Lhota a na Bouzově často zastupující a zpodobující P. Jan Kroupa.

Kurz lektorů

1. přednáška: Mons. Josef Hrdlička, pomocný biskup
- pátek 4. listopadu 2011 v 18:00 hodin

2. přednáška: P. Doc. Petr Chalupa, Th.D.
- pátek 18. listopadu 2011 v 18:00 hodin

3. přednáška a praktická cvičení: Martina Pavlíková,
pastorační asistentka Arcibiskupství Olomouckého
- sobota: 10. prosince 2011 v 9:00 hodin

4. přednáška a praktická cvičení: Martina Pavlíková,
pastorační asistentka Arcibiskupství Olomouckého
- sobota 14. ledna 2012 v 9:00 hodin

Přednášky se uskuteční v Konici, podle počtu účastníků na faře či v "zimní" kapli farního kostela v Konici.

Přihlášky si vyzvedněte a podávejte přes duchovní správce ve svých farnostech.

PŘIROZENÉ PLÁNOVÁNÍ RODIČOVSTVÍ



...aby manželské objetí
bylo prožíváno
ve svobodě a lásce.

Pro ty,
kdo předcházejí početí,
i pro ty,
kdo se dětátka nemohou dočkat

Chcete porozumět řeči svého těla a pochopit dar plodnosti? Přijďte na kurz tzv. symptotermální metody, který se soustřeďuje také na podporu zdravých partnerských vztahů. Uskuteční se ve čtyřech setkáních pod vedením zkušeného učitelského páru z Ligy pár páru. První setkání je bezplatné a hodí se i pro širší veřejnost. Cena za celý kurz a pár činí 300,- Kč (v případě hlubší nouze možnost slevy). Potřebné učební materiály 205,- Kč.

Termín: vždy od 18 hod.

1. setkání 6. října 2011, další 20.10., 10.11. a 1.12.2011

Místo: Kurie arcibiskupství, Biskupské náměstí 2, Olomouc

TRUMPETKA



Co nás čeká a nemine....

Prázdniny nám skončily a před námi je nový školní rok. Stejně jako v loňském roce i nyní, nás čeká několik akcí, na kterých se setkává bouzovská farní mládež.

Kromě dětských mší, které bývají jednou za měsíc, se pravidelně schází schola, kterou vede Bára a Nikča Vařekovy. V listopadu na sv. Martina bude lampiónový průvod, v době Adventu začneme s dětmi navštívit Putování do Betléma, které předvedeme 24. prosince. A možná další akce, které nás ještě napadnou.

Čeká nás výlet do Prahy s noclehem u sestřiček, výlet pravděpodobně proběhne začátkem příštího roku. Letos bychom chtěli navštívit nějaké pražské divadlo a shlédnout představení. Cena výletu se tak zvedne o vstupné na představení nebo muzikál. Protože vstupenky je potřeba rezervovat s předstihem, budu potřebovat počet dětí, které by měly zájem o tento výlet. Prosím rodiče, aby si rozmysleli, zda přispějí dětem na přestavení. Peníze na vstupenky budu vybírat předem. Přesnější informace zveřejním v příští Farní troubě (cena vstupného, předpokládaný termín a název představení).

Marcela Foltasová

Dětská mše svatá v měsíci říjnu bude ve středu 5.10. v 18:00 hodin v bouzovském kostele.

První hodina náboženství v letošním školním roce se uskuteční v pátek 7.10. v 13:00 hodin v bouzovské škole. Přihlášky do náboženství si děti vyplní společně s Otcem Metodějem na první hodině.

Také v letošním školním roce bude probíhat příprava na biřmování. První setkání biřmovanců bude v pátek 7.10. na bouzovské faře po mši svaté v 19:00 hodin.

RŮZNÉ A JINÉ

Vzpomínka na Lurdy.

Je tomu právě rok, co jsme s loštickou a moravičanskou farností navštívili jedno z největších a nejnavštěvovanějších mariánských poutních míst – Lurdy, kde se v r. 1858 Bernadetě Soubirousové zjevovala Panna Maria.

Lurdy leží v údolí pod Pyrenejemi na březích řeky Gávy, která vytéká z jezera Gavarnie. Protéká sedmi údolními Lavedanu, krajem v jihozápadní části Pyrenejí s překrásnou přírodou.

Když jsme v odpoledních hodinách přijeli do Lurd, bylo jasné počasí a svítilo slunce, což bývá málokdy, neboť v Lurdech většinou mírně poprchává a bývá zataženo, jak nám sdělil náš průvodce p.Andrej. Nejdříve nás upoutaly baziliky a to Růžencová bazilika, nad kterou je vystavěna Krypta (je to kaple postavená

přímo na skále nad jeskyní) a tvoří základ Horní baziliky nazývané Neposkvrněného Početí, která se svou věží vytváří dominantu Lurd.

Na prostranství před bazilikou se objevují lidé ze všech světadílů. Tato pestrá společnost tvoří v Lurdech zajímavou jednotu, která se sklání u sochy Panny Marie Královny. Poutníci se zde často u jeskyně modlí růženec, pijí vodu z pramene a rozžihají svíce. My jsme se prvně pomodlili křížovou cestu. Tato Křížová cesta je umístěna kolem vrchu za jeskyní a Horní bazilikou. Jednotlivá zastavení představují sochy odlité z kovu v nadměrné velikosti. Výška soch je 2 m.

Potom jsme si prohlédli Růžencovou baziliku, která byla vystavěna 30 let po Zjevení tedy v r. 1883. Nad hlavním vchodem je reliéf, který představuje pannu Marii s Ježíškem, jak dává růženec sv. DOMINIKOVÍ. Bazilika pojme 2 500 lidí. Kolem zdi uvnitř je 15 kaplí s mozaikovými výjevy svatého růžence. Každá kaple představuje jedno růžencové tajemství. Oltář s mozaikou „Nanebevzetí Panny Marie“ je dar českých poutníků a můžeme zde vidět u stropu český nápis: „PANNĚ NEPOSKVRNĚNÉ NÁROD ČESKÝ“. Před touto bazilikou se každé odpoledne uděluje požehnání nemocným.

Zajímavá je podzemní bazilika Sv. Pia X, která zabírá areál o rozloze 1 200 m² a je to železobetonová konstrukce. Bazilika byla vysvěcena 25.března 1958 ve svátek Zvěstování. Bylo to sté výročí Zjevení, kdy Panna Maria řekla Bernadetě své jméno. Baziliku světil kardinál Roncalli, pozdější papež Jan XXIII. Bazilika pojme 27 000 lidí.

Nejmladší je kostel sv. Bernadety, který byl postaven v r. 1988 a pojme asi 5 000 lidí. Je to velmi moderní práce, budova je prostorná, jasná, má velká okna, která umožňují volný vstup denního světla.

V Massabiellilské jeskyni, kde se P. Maria zjevila Bernadetě osmnáctkrát, je umístěna mramorová socha Panny Marie, pod níž na podstavci je nápis v místním nářečí „QUE SOY ERA IMMACULADA CONCEPCIO“ /“Já jsem Neposkvrněného Početí“/. Uvnitř jeskyně vyvěrá ze skály pramen a každý den jsou zde slouženy mše sv. v různých jazycích. Samozřejmě, že jsme vyzkoušeli i koupele, které jsou o několik metrů dál a na které jsme čekali několik hodin. Koupele byly vystavěny v r. 1955 a každý den se zde vystřídají stovky poutníků se svými tělesnými i duševními neduhy.

Z pramene, který se objevil, když Bernadeta vyhrabala zem v místech, kde jí to Panna Maria ukázala, vytéká dnes denně 122 400 litrů léčivé vody, která je přiváděna do kohoutků na skále vlevo od jeskyně.

Nezapomenutelná jsou procesí a to průvod s Nejsvětější Svátostí a s rozžatými svícemi. Průvod s Nejsvětější Svátostí vychází od jeskyně v 16.30 hod., projde celé velké prostranství a končí před Růžencovou bazilikou svatým požehnáním. Procesí s rozžatými svícemi, kterého jsme se taktéž účastnili, začíná u jeskyně ve 20.45 hod. zpěvem „Salve Regina“, modlitbou sv. růžence a zpěvem



Ave Maria. Panna Maria žádala Bernadetu, aby zde přicházela procesí ke slávě Boha našeho Spasitele.

Mezi jinými slavnostmi má v Lurdech velký význam Růžencová Pouť. Začíná začátkem října a začala se zde slavit od r. 1908, kdy sem přijel zvláštní vlak z Toulouse se 700 poutníky. Idea Růžencové pouti v Lurdech vznikla u Otce Rivalse a rozšířila se po celé Francii. V r. 1923 se stala Mezinárodní Růžencovou Poutí.

Co říci ve stručnosti závěrem o Lurdech? Snad to, že z malého chudého obchodního městečka se 4 000 obyvateli, jaké bylo v r. 1858, se díky Zjevení Panny Marie, stalo světově proslulé poutní místo, které každým rokem navštíví více než 3 500 000 poutníků z celého světa. Jsou zde organizovány pouti velkých skupin, rodin i jednotlivců. Lurdy vyzařují zvláštní atmosféru. Křesťané se tu setkávají, aby si oživilí svou víru, nemocní zde hledají naději i útěchu ve svých těžkostech. Lurdy se těžko dají popsat, Lurdy je nutno vidět!

Věra Faltýnková

Přírozené plánování rodičovství (PPR) – co to znamená?



Tento termín se vztahuje na dosažení nebo předcházení těhotenství na základě znalostí o příznacích plodnosti ženy. Žena má během každého menstruačního cyklu plodná a neplodná období. V jejím organismu probíhají změny provázené příznaky, které umožňují určení stavu

plodnosti. Pouze v plodném období může vést pohlavní styk k početí.

Symptotermální metoda PPR (STM) je systém pozorování a hodnocení příznaků (= symptomů) plodného a neplodného období – jako jsou změny tělesné teploty ženy po probuzení, výtok hlenu děložního hrdla a změny na děložním čípku ve vzájemné kontrole pro nejvyšší míru efektivnosti regulace početí.

STM není stará kalendářní metoda. Kalendářní metoda byla vyvinuta kolem roku 1930, zakládala se na určitých biologických pravidelnostech (výpočtech pravděpodobnosti), ale neměla dobré výsledky u žen s nepravidelnými cykly. Je to zastaralý způsob 30. let minulého století a od té doby bylo v PPR docíleno velkého pokroku. PPR je účinné i při nepravidelných cyklech. Moderní PPR počítá s tím, že každá žena může mít nepravidelnosti v cyklech. Přijde-li její plodné období neobvykle dříve nebo později, pozná to podle začínajícího příznaku děložního hlenu.

Jaké jsou výhody PPR?

Je zdravotně bezpečná - PPR je na 100% přirozené a zdravé, protože nezasahuje do funkce organismu. Nepoužívají se při něm žádné antikoncepční prostředky, které mají vedlejší účinky a představují zdravotní riziko.

Zvyšuje povědomí o zdravotním stavu - Při zaznamenávání do tabulek se žena naučí rozumět svému menstruačnímu cyklu. Některé nepravidelnosti ji mohou upozornit na zdravotní poruchu a může včas vyhledat pomoc lékaře.

Je efektivní - Řada odborných studií ukázala, že řádně pochopená STM může být použita za účelem předcházení těhotenství s 99% efektivností, což je stejný výsledek jako u hormonálních přípravků a nitroděložního tělíska a lepší než u všech ostatních metod.

Je časově nenáročná - Při STM potřebuje žena denně jen několik minut na měření teploty po probuzení. Během dne se snaží několikrát zjistit výskyt hlenu. Výsledky měření a pozorování zaznamenává do tabulky. Tento jednoduchý postup umožňuje manželům přesný aktuální pohled na její plodnost.

Je morálně přijatelná - Žádné církve neodmítají užívání PPR, mají-li manželé vážné důvody k předcházení těhotenství. Na druhé straně katolická církev, některé pravoslavné církve, židovské obce a rostoucí počet evangeliků odmítají sterilizaci a použití antikoncepčních a abortivních prostředků a pomůcek. Je nutno si uvědomit, že nitroděložní tělíska i **hormonální přípravky mohou způsobit časný potrat.**

Reverzibilita - PPR je možno používat nejen pro předcházení ale i pro docílení těhotenství, kdykoliv se pro ně manželé rozhodnou. Naučí se rozeznávat nejplodnější dny ženina cyklu a využívat svou společnou plodnost co nejlépe. I mnohé páry se sníženou plodností dosáhnou tak žádaného těhotenství. Záznamy mohou ukázat na nedostatky ve výživě a být velmi užitečnou informací i pro ty páry, jejichž porucha vyžaduje lékařskou pomoc. Antikoncepční prostředky mohou škodit plodnosti nebo dokonce působit sterilitu.

Nejdříve možné zjištění těhotenství - O tom, zda došlo k početí informuje teplotní křivka ženu dříve a spolehlivěji než těhotenský test a umožňuje nej přesnější určení předpokládaného data porodu.

Situace po porodu - Nejlepší způsob péče o novorozence je kojení. Matka, která kojí, se bude chtít vyhýbat užívání jakýchkoliv umělých látek, tedy i hormonálních, a PPR je pro ni ideálním řešením. Kojí-li tzv. ekologicky, bude mít s velkou pravděpodobností prodlouženou neplodnost po porodu. K určení návratu plodnosti použije standardních symptotermálních pravidel.