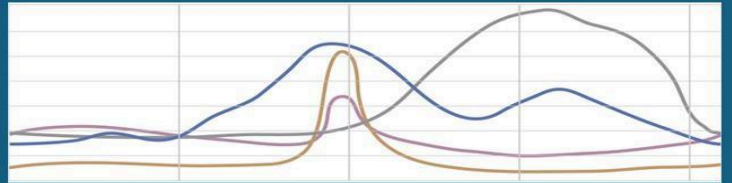


2026

Tarptautinė mokslinė konferencija



International Scientific Conference
„The Fertility Code: From Existential Meaning to Health
Literacy”



3rd of October 2026
Aula Magna
Vytautas Magnus University
Lithuania

2026 spalio 3 d. VDU Didžiojoje auloje,
Gimnazijos 7, Kaunas

[Company name]

1/1/2026

Konferencijos mokslinis komitetas

Pirmininkas

kun. prof. dr. Andrius Narbekovas, VDU

Pirmininko pavaduotoja

dr. Yolanda Fernández, IEEF/EIFLE prezidentė, Ispanija

Nariai

prof. dr. René Ecochard, Klodo Bernaro universitetas, Lionas, Prancūzija

prof. HP. Elzbieta Osewska, Tarnovo aukštoji mokykla, Lenkija

prof. dr. Danielius Serapinas, Lietuvos sveikatos mokslų universitetas

Konferencijos organizacinis komitetas

Pirmininkė

prof. dr. Birutė Obelenienė, VDU

Pirmininko pavaduotojas

doc. dr. Benas Ulevičius, VDU

Nariai

doc. dr. Aušra Vasiliauskaitė, VDU

dr. Vilma Šliužaitė, VDU

dr. Gabrielius Klimenka, VDU

Ingrida Jazgevičienė, VDU

Sekretoriatas

Katalikų teologijos fakultetas, Vytauto Didžiojo universitetas

Gimnazijos g. 7, 44260 Kaunas, Lietuva

Tel./Faks.: +370 37 32 34 77

ingrida.jazgevicene@vdu.lt | renata.zilinskaite@vdu.lt

Rėmėjai

Informaciniai rėmėjai

Conference Scientific Committee

President

Rev. Prof. dr. Andrius Narbekovas, VMU

Vice-president

dr. Yolanda Fernández, President, European Institute for Family Life Education, Spain

Members

Prof. dr. René Ecochard, University Claude Bernard, Lyon, France

Prof. HP. Elzbieta Osewska, University of Applied Science, Tarnow, Poland

Prof. dr. Danielius Serapinas, Lithuanian Health Science University

Conference Organizing Committee

President

Prof. dr. Birutė Obelenienė, VMU

Vice-president

Assist. Prof. Benas Ulevičius, VMU

Members

Assist. Prof. Aušra Vasiliauskaitė, VMU

Dr. Vilma Šliužaitė, VMU

Dr. Gabrielius Klimenka, VMU

Ingrida Jazgevičienė, VMU

Secretariat

Faculty of Catholic Theology, Vytautas Magnus University

Gimnazijos g. 7, 44260 Kaunas, Lithuania

Tel./Fax: +370 37 32 34 77

ingrida.jazgevicienne@vdu.lt | renata.zilinskaite@vdu.lt

Sponsors

Media Sponsors

Tarptautinė mokslinė konferencija

„Vaisingumo kodas: Nuo egzistencinės prasmės iki sveikatos raštingumo“

2026 spalio 3 d.

VDU Didžiojoje auloje, Gimnazijos g. 7, Kaunas

Programa

08:00–09:00 Registracija

09:00–09:30 Konferencijos atidarymas

- Sveikinimo žodis: Jo Ekscelencija Kauno arkivyskupas metropolitas dr. Kęstutis Kėvalas, VDU Katalikų teologijos fakulteto Didysis Kancleris
- Doc. dr. Benas Ulevičius, KTF dekanas, VDU
- Dr. Yolanda Fernández, PhD, MD, Europos šeimos gyvenimo ugdymo instituto prezidentė

09:30–11:00 I PLENARINĖ SESIJA

VAISINGUMO PAŽINIMAS: EGZISTENCINIS IR ANTROPOLOGINIS MATMUO

Moderuoja doc. dr. Benas Ulevičius, VDU

09:30–10:00 „*Vaisingumas – asmens egzistencinis gėris*“ – kun. prof. dr. Andrius Narbekovas, VDU

10:00–10:30 „*Kontracepcijos piliulė kaip Homo sentimentalis „motina“*“ – prof. dr. gyd. Gintautas Vaitoška, Tarptautinis teologijos institutas, Trumau, Austrija

10:30–11:00 „*Moters laisvė ir įkūnytas vaisingumas: iš kur kyla jų priešprieša?*“ – dr. Vilma Šliužaitė, VDU

11:00–11:30 Kavos pertrauka

11:30–13:15 II PLENARINĖ SESIJA

Moderuoja dr. Vilma Šliužaitė

BIOLOGINIS VEIDRODIS: VAISINGUMO PAŽINIMAS KAIP DIAGNOSTIKOS ĮRANKIS IR SVEIKATOS RAŠTINGUMAS

11:30–12:00 „*Mitybos vaidmuo reguliuojant moters hormoninę pusiausvyrą*“ – gyd. doc. dr. Jolanta Wasilewska, – Atkuriačiosios prokreatyvos medicinos centras Napromedica, Białystok, Lenkija

12:00–12:30 „*Ovuliacija – sveikatos ženklas*“ – gyd. dr. Pilar Vigil, – Vaisingumo sveikatos tyrimų instituto medicinos direktorė, Niujorkas, JAV / Santjagas, Čilė

12:30–12:50 „*Lenkijos medicinos studentų vaisingumo pažinimo metodų žinios: vienmomentinis tyrimas*“ – gyd. dr. Ewa Slizięń-Kuczapska, – Lenkijos NŠP mokytojų asociacija, Varšuva, Lenkija

12:50–13:15 „*Šviesos mikroskopija ir gimdos kaklelio gleivių ovuliacijos proteominiai modeliai*“ – gyd. dr. Yolanda Fernández, – IEEF/EIFLE Šventos Šeimos klinika, Barselona, Ispanija

13:15–14:30 Pietų pertrauka

14:30–16:10 III PLENARINĖ SESIJA

RENGIMAS ŠEIMAI: VAISINGUMO PAŽINIMAS - LYTIŠKUMO UGDYMO PAGRINDAS

Moderuoja dr. Gabrielius Klimenka

14:30–15:00 „*Mokslas ir lytis*“ – prof. dr. gyd. René Ecochard, – Klodo Bernaro universiteto Lione emeritas profesorius, Prancūzija

15:00–15:20 „*Lytinių hormonų svarba ir raiška paauglių brandai: sisteminio požiūrio trūkumas mokyklų bendrojo ugdymo programose*“ – prof. dr. Birutė Obelenienė, VDU

15:20–15:50 „*Ugdymas skaistumo link: kaip vaisingumo raštingumas formuoja socialinę ir santykių sveikatą*“ – Michael D. Manhart, – vyriausiasis mokslinis konsultantas, Couple to Couple League International (CCL), Sinsinatis, Ohajus, JAV

15:50–16:10 „*Mamos ir dukros pokalbis: moterystės estafetė*“ – doktorantė Ingrida Jazgevičienė, KTF, VDU

16:10–16:40 Kavos pertrauka

16:40–18:00 DISKUSIJA IR KONFERENCIJOS BAIGIAMOJI SANTRAUKA

Moderuoja prof. dr. Birutė Obelenienė, VDU

Organizatoriai ir globėjai

Organizatoriai: Vytauto Didžiojo universiteto (VDU) Santuokos ir šeimos tyrimų centras; Europos šeimos gyvenimo ugdymo institutas (IEEF/EIFLE); Kauno arkivyskupijos šeimos centras

Konferencijos globėjas: Jo Ekscelencija Kauno arkivyskupas metropolitas dr. Kęstutis Kėvalas, VDU Katalikų teologijos fakulteto Didysis kancleris

International Scientific Conference

“The Fertility Code: From Existential Meaning to Health Literacy”

3 October 2026

VDU Great Hall, Gimnazijos g. 7, Kaunas

Programme

08:00–09:00 Registration

09:00–09:30 Opening of the Conference

- Welcoming address: His Excellency Archbishop Metropolitan of Kaunas Dr. Kęstutis Kėvalas, Grand Chancellor of the Faculty of Catholic Theology, VMU
- Address on behalf of the University and the Faculty: Assoc. Prof. Dr. Benas Ulevičius, VMU
- Welcoming address: President of the Institut Européen d'Éducation Familiale / European Institute for Family Life Education, Dr. Yolanda Fernández, PhD, MD

09:30–11:00 PLENARY SESSION I

FERTILITY AWARENESS: THE EXISTENTIAL AND ANTHROPOLOGICAL DIMENSION

Moderated by Assoc. Prof. Dr. Benas Ulevičius, VMU

09:30–10:00 *“Fertility – An Existential Good of the Person”* – Rev. Prof. Andrius Narbekovas, MD, PhD, VMU

10:00–10:30 *“The Pill as Mother of Homo sentimentalis”* – Prof. Gintautas Vaitoška, MD, STD – Director of the Studies on Marriage and the Family Master’s Programme, International Theological Institute (ITI), Trumau, Austria

10:30–11:00 *“Women’s Freedom and Embodied Fertility: Questioning the Origins of Their Opposition”* – Vilma Šliužaitė, STD (VMU)

11:00–11:30 Coffee Break

11:30–13:15 PLENARY SESSION II

THE BIOLOGICAL MIRROR: FERTILITY AWARENESS AS A DIAGNOSTIC TOOL AND HEALTH LITERACY

11:30–12:00 *“The Role of Nutrition in Regulating a Woman’s Hormonal Balance”* – Assoc. Prof. Jolanta Wasilewska, MD – Centre for Restorative Procreative Medicine, Napromedica, Białystok, Poland

12:00–12:30 *“Ovulation: A Sign of Health”* – Pilar Vigil, PhD, MD – Medical Director, Reproductive Health Research Institute, New York, USA / Santiago, Chile

12:30–12:50 *“A Cross-Sectional Study on Polish Medical Students’ Knowledge of Fertility Awareness-Based Methods (FAM)”* – Ewa ślizień-Kuczapska, PhD, MD – President of the Polish Association of NFP Teachers, Warsaw, Poland

12:50–13:15 *“Light Microscopy and Proteomic Patterns of Ovulation in Cervical Mucus”* – Yolanda Fernández, PhD, MD – President of IEEF/EIFLE; Holy Family Clinic, Barcelona, Spain

13:15–14:30 Lunch Break

14:30–16:10 PLENARY SESSION III

FAMILY PREPARATION: FERTILITY AWARENESS AS THE FOUNDATION OF SEXUALITY EDUCATION

Moderated by Dr. Gabrielius Klimenka

14:30–15:00 *“Science and Sex”* – Prof. René Ecochard, PhD, MD – Professor Emeritus, Claude Bernard University Lyon, France

15:00–15:20 *“The Importance of Sex Hormones and Their Effects During Adolescent Puberty: A Lack of a Systemic Approach in general education programs at schools”* – Prof. Birutė Obelenienė, PhD, VMU

15:20–15:50 *“Educating for Chastity: How Fertility Literacy Shapes Social and Relational Health”* – Michael D. Manhart, PhD – Senior Scientific Consultant, Couple to Couple League International (CCL), Cincinnati, Ohio, USA

15:50–16:10 *“The Mother–Daughter Conversation: Passing on the Legacy of Womanhood”* – Ingrida Jazgevičienė, doctoral student – Faculty of Catholic Theology, VMU

16:10–16:40 Coffee Break

16:40–18:00 DISCUSSION AND CLOSING SUMMARY OF THE CONFERENCE

Moderated by Prof. Birutė Obelenienė, PhD, VMU

Organisers and Patron

Organisers: Research Centre on Marriage and Family, Faculty of Catholic Theology, Vytautas Magnus University (VMU); European Institute for Family Life Education (IEEF/EIFLE); Kaunas Archdiocese Family Centre

Patron of the Conference: His Excellency Archbishop Metropolitan of Kaunas Dr. Kęstutis Kėvalas, Grand Chancellor of the Faculty of Catholic Theology, VMU

KONFERENCIJOS PRANEŠĖJAI



Kun. prof. dr. Andrius Narbekovas

Teologijos katedros vedėjas, VDU

Teologijos mokslų daktaras, profesorius, Vytauto Didžiojo universiteto Katalikų teologijos fakulteto Teologijos katedros ir Santuokos bei šeimos tyrimų centro vadovas. Studijavo Kauno medicinos institute. Mokslinio leidinio „Medicina, etika ir teisė apie žmogų iki gimimo“ sudarytojas ir bendraautorius; knygų „Lytiškumo ugdymo etika“ ir „Vaisingumo pažinimas ir natūralus šeimos planavimas“ autorius; vadovėlio „Bioetika“ autorius ir „Medicinos etikos“ bendraautorius. Dėstomų disciplinų ir mokslinių interesų sritys: bioetika, santuokos etika, moralinė teologija, lytiškumo etika, sveikata ir krikščioniškoji moralė.

Vaisingumas – asmens egzistencinis gėris

Pranešimo tikslas – atskleisti, kad žmogiškasis vaisingumas krikščioniškoje antropologijoje yra suprantamas ne kaip izoliuota biologinė funkcija, o kaip fundamentalus asmens egzistencinis gėris, neatsiejamas nuo žmogaus orumo, lytiškumo ir pašaukimo meilei.

Krikščionybė žmogaus asmenį supranta kaip neatsiejamą kūno ir dvasinės sielos vienovę. Būti vyru ar moterimi nėra tik kažkas biologiško, nes žmogaus kūnas nėra tik žmogaus instrumentas, bet yra sudėtinė asmens dalis. Biologiniai procesai, įskaitant vaisingumą, nėra vien mechaniniai vyksmai. Veikiant dvasinei sielai, žmogaus kūnas ir jo galios tampa žmogiški, personalizuoti ir įgyja egzistencinę prasmę. Vaisingumas krikščioniškoje perspektyvoje suprantamas kaip prigimtinis asmens gėris ir dovana. Jis negali būti traktuojamas kaip prekė, instrumentas ar atskira, nuo asmens

valios atskirta funkcija. Vaisingumas leidžia asmeniui realizuoti save per tėvystę ir motinystę, peržengiant savo paties ribas ir atsiveriant kito asmens priėmimui.

Vaisingumas nėra patologija, kurią reikėtų slopinti, ir nėra tik biologinis resursas, kuriuo būtų galima manipuliuoti. Tai yra egzistencinis gėris, per kurį žmogus įgyvendina savo giliausią esmę – pašaukimą dovanoti gyvybę, mylėti ir būti santykiuje.

Rev. Andrius Narbekovas is a doctor of theology, professor and the head of the Theology Department and Research Center on Marriage and Family of Faculty of Catholic Theology in Vytautas Magnus University. He has completed his studies at Kaunas Medical Institute. Is a compiler and coauthor of scientific monography "Medicine, ethics, and law about human until birth", two books "Ethics of sexuality education" and "Fertility awareness and natural family planning", author of textbooks "Bioethics", coauthor of "Medicine ethics". Lecturing portfolio and scientific interest: Bioethics, Conjugal ethics, Moral Theology, Sexual Ethics, Health and Christian morality.

Fertility – An Existential Good of the Person

The purpose of this presentation is to demonstrate that, in Christian anthropology, human fertility is understood not as an isolated biological function, but as a fundamental existential good of the person, inseparable from human dignity, sexuality, and the vocation to love.

Christianity understands the human person as an inseparable unity of body and spiritual soul. Being a man or a woman is not merely a biological matter, for the human body is not merely an instrument of the person, but an integral part of the person. Biological processes, including fertility, are not merely mechanical occurrences. Through the action of the spiritual soul, the human body and its powers become human, personalized, and acquire existential meaning. From a Christian perspective, fertility is understood as a natural good and gift of the person. It cannot be treated as a commodity, an instrument, or a separate function detached from the person's will. Fertility allows a person to realize themselves through fatherhood and motherhood, transcending their own limits and opening themselves to the acceptance of another person.

Fertility is not a pathology to be suppressed, nor is it merely a biological resource to be manipulated. It is an existential good through which a person fulfills their deepest essence—the calling to give life, to love, and to be in relationship.



Prof. dr. gyd. Gintautas Vaitoška

Santuokos ir šeimos studijų magistrantūros programos direktorius Tarptautiniame teologijos institute, Trumau

Prof. dr. Gintautas Vaitoška, Psichiatras, Santuokos ir šeimos studijų magistrantūros programos direktorius Tarptautiniame teologijos institute Trumau, Austrijoje. Dr. Vaitoška 1984 m. baigė Vilniaus universiteto Medicinos fakultetą ir nuo tada praktikuoja psichiatriją. 1992–1995 m. jis studijavo Jono Pauliaus II Santuokos ir šeimos studijų institute Vašingtone, D.C. 2003 m. jis įgijo teologijos licenciato laipsnį Tarptautiniame teologijos institute Gamine, Austrijoje, o 2022 m. Kauno Vytauto Didžiojo universitete apgynė daktaro disertaciją tema „Skaistybė kaip vaisingumo galios personalizacija“. Nuo 2000 m. jis dėsto pastorinę teologiją Tarptautiniame teologijos institute, o šiuo metu eina Santuokos ir šeimos studijų magistro programos direktoriaus pareigas.

Kontracepcijos piliulė kaip *Homo sentimentalis* „motina“.

Pasak Filipo Rieffo, graikų polio žmogus buvo politinis, Viduriniais amžiais- religinis, marksizmo epochoje – ekonominis, o po Freudo darbų gimė „psichologinis žmogus“. Gyvendamas „terapinėje kultūroje“, šis žmogus siekia savo autentiškų troškimų įgyvendinimo, arba, kitaip sakant

psichologinio – emocinio komforto. Šio komforto siekį dramatiškai sustiprino kontracepcijos piliulės paneigta egzistencinė seksualinio akto gelmė. Erikas Eriksonas parodo kaip to, kas prarasta kompensacijos siekimas padaro žmogų sentimentalų ir egocentrišką – nepajėgų išlaikyti santykį su kitu žmogumi

Prof. dr. Gintautas Vaitoška

Psychiatrist, Director of Studies on Marriage and the Family Master's Program at the International Theological Institute in Trumau, Austria. Dr. Vaitoska has graduated from the Medical School of Vilnius University in 1984 and

continues to practice psychiatry since. From 1992 to 1995, he studied at the John Paul II Institute for Studies on Marriage and the Family in Washington, D.C. In 2003, he earned the Licentiate in Theology degree at the International Theological Institute in Gaming, Austria, and defended his doctoral thesis on “Chastity as Personalization of the Generative Power” at Vytautas Magnus University in Kaunas, 2022. He has taught pastoral theology at the International Theological Institute since 2000 and currently is a director of the Master of Studies on Marriage and the Family program.

“The Pill as the Mother of *Homo sentimentalis*”

According to Philip Rieff, the citizen of ancient Greek polis was “political man,” who had become “religious man” in the Middle Ages, followed by the “economical man” of Marx's time, and evolved into “psychological man” due to the influence of Freud. This man is seeking to realize his “authentic desires,” most of all in the sphere of love. Erik Erikson shows how being closed to the possibility of the child in the sexual intercourse produces a sentimental man. He aims to compensate for the existential encounter with the new life via procuring emotional comfort from his partner. As the latter is not able to produce what was missed, dissatisfaction, conflict, and frequent dissolutions of the relationship follow



Dr. Vilma Šliužaitė

Teologijos katedros asistentė

Dr. Vilma Šliužaitė yra teologė, turinti teologijos mokslų daktaro (S.T.D.) laipsnį. Doktorantūrą baigė Popiežiškajame Jono Pauliaus II santuokos ir šeimos studijų institute Amerikos katalikų universitete (Vašingtonas, JAV). Tyrimų kryptis: žmogiškosios patirties ir objektyvios tiesos santykis moralinės teologijos ir krikščioniškosios antropologijos perspektyvoje, ypatingą dėmesį skiriant moterų patirtims.

„Moters laisvė ir įkūnytas vaisingumas: iš kur kyla jų priešprieša?“

Moters laisvės ir įkūnyto vaisingumo priešprieša šiuolaikinėje kultūroje kyla iš platesnio laisvės sampratos pokyčio – laisvė vis labiau suprantama kaip autonomija nuo kūno ir žmogaus prigimties duotybės. Dėl to moters įkūnyta egzistencija praranda organiškąjį ryšį su asmenine tapatybe ir traktuojama kaip valdymui bei modifikavimui atviras objektas. Tai sukuria paradoksą: moterys siekia realizuoti savo laisvę, tačiau tuo pat metu patiria socialinį spaudimą nuolat pertvarkyti savo kūną pagal produktyvumo, estetikos ir funkcionalumo kriterijus. Tokia laisvės samprata instrumentalizuoja kūną kaip projektą, kurį reikia optimizuoti, planuoti ir valdyti. Šioje logikoje vaisingumas redukuojamas į kontroliuojamą funkciją, atskleidžiančią įtampą tarp moters įkūnytos tikrovės ir savęs optimizavimo kultūrinės logikos. Tačiau svarbu suvokti, kad ši priešprieša nėra prigimtine – ji kyla iš iškraipytos laisvės sampratos, kurioje laisvė redukuojama į savęs rekonstravimo logiką, virstančią spaudimu veikti prieš savo įkūnytąją prigimtį.

Dr. Vilma Šliužaitė is a theologian holding a Doctorate in Sacred Theology (S.T.D.). She obtained her doctoral degree at the Pontifical John Paul II Institute for Studies on Marriage and Family at The Catholic University of America (Washington, D.C., USA). Research examines the relationship between human experience and objective truth from the perspective of moral theology and Christian anthropology, with particular attention to women's experiences.

„Women's Freedom and Embodied Fertility: Questioning the Origins of Their Opposition“

The opposition between women's freedom and embodied fertility in contemporary culture emerges from a broader shift in the understanding of freedom, increasingly conceived as autonomy from the givenness of both the body and human nature. As a result, women's embodied existence loses its integral relation to personal identity and is treated as an object open to control and modification. This generates a paradox: women seek to realize their freedom, yet at the same time experience social pressure to continually reshape their bodies according to productivity, aesthetic, and functional criteria. Such an understanding of freedom instrumentalizes the body as a project to be optimized, planned, and governed. Within this logic, fertility is reduced to a controllable function, revealing a tension between women's embodied reality and the cultural logic of self-optimization. However, it is important to recognize that this opposition is not inherent but arises from a distorted understanding of freedom, in which freedom is reduced to a logic of self-reconstruction that turns into pressure to act against one's own embodied nature.



Doc. dr. Jolanta Wasilewska, Tadeusz Wasilewski , MD

Centre for Restorative Procreative Medicine, Napromedica, Białystok, Poland

Doc. dr. Jolanta Wasilewska. Klinikiniai įgūdžiai: alergologė, pediatr4, vaikų somnologė, klinikinė dietologė ir naprotechnologė; dėstytoja ir mokslininkė Balstoko medicinos universitete [iki 2016 m.] ir Balstoko reprodukcinės medicinos centre „Napromedica“ [iki šiol].

Tyrimų sritis apima: maisto ir mitybos įtaką žmogaus sveikatai ir vaisingumui [PMID: 29388597]; žarnyno mikrobiomo reguliuojančią įtaką nevaisingumo biocheminiams biomarkeriams ir biocheminiams endofenotipams [PMID: 32446954, PMID: 37763034]; žmogaus vaisingumo nutrigenetinius aspektus. **Kviestinė paskaita:** 2024 m., Japonija, Tokijas, RIKEN smegenų mokslų institutas: „Žarnyno ir smegenų ašis – galimas vaidmuo autizmo spektro sutrikimu diagnozuotų vaikų elgesio reguliavime“

Mitybos vaidmuo reguliuojant moters hormoninę pusiausvyrą

Mityba – tai procesas, kurio metu organizmas virškina, absorbuoja ir naudoja maistą. Mitybos tikslas – aprūpinti organizmą esminiais riebalais, baltymais, angliavandeniais ir maisto mikro medžiagomis, kurios naudojamos baltyminiams ir steroidiniams hormonams gaminti. Baltyminiai hormonai (LH, FSH, insulinas, prolaktinas, hCG, TSH) gaminami iš aminorūgščių, o steroidiniai hormonai (estrogenai, progesteragenai: progesteronas, testosteronas) ir streso hormonas kortizolio – iš

cholesterolio. Mityba tiesiogiai veikia spermatozoidų ir kiaušialąsčių kokybę, ovuliaciją, implantaciją ir ankstyvąjį nėštumą. Lytinės ląstelės, tiek spermatozoidai, tiek kiaušialąstės, itin jautrios mitybos deficitui ir toksiniam poveikiui. Vaisingumą palaikančios maistinės medžiagos apima vitamino D, omega 3 riebalų rūgštis, vitaminus B (folatą, B12), antioksidantus (vitaminas C, Q10), geležį, cinką, seleną ir choliną. Sveikas žarnynas ir sveika žarnyno mikrobiota daro teigiamą poveikį moters sveikatai, vaisingumo potencialui, palikuonių sveikatai ir vaisiaus programavimui („užprogramuoja“ vaisiaus metabolizmą ir sveikatą ilgam laikui). Hiperkalorinė, daug riebalų turinti mityba skatina uždegimą sukeliančios žarnyno mikrobiotos plitimą ir padidina cirkuliuojančių lipopolisacharidų (LPS) kiekį. Žarnyno mikrobiotos pertvarkymas gali pabloginti sisteminės medžiagų apykaitos disfunkcijas (insulino atsparumą, dislipidemiją, disproteinemiją) ir paskatinti autoimuninių ligų (celiakijos, Hašimoto) atsiradimą, sukeliant „subvaisingo uždegimo-metabolizmo“ sindromą.

Assoc. prof. Jolanta Wasilewska, Tadeusz Wasilewski , MD, Centre for Restorative Procreative Medicine, Napromedica, Białystok, Poland

Clinical Skills: Allergologist, Pediatrician, Pediatric Somnologist, Clinical Dietitian & Naprotechnologist; Academic and researcher in Medical University of Białystok [up to 2016] and in the Centre for Restorative Procreative Medicine, Napromedica in Białystok [up to now].

The research area includes: the influence of food and nutrition on human health and fertility [PMID: 29388597]; the modulating influence of the gut microbiome on biochemical biomarkers and biochemical endophenotypes of infertility [PMID: 32446954, PMID: 37763034]; nutrigenetic aspects of human fertility.

Invited lecture: 2024, Japan, Tokio, RIKEN Brain Science Institute: “Gut-Brain Axis - a possible role in behaviour modulation of children diagnosed with autism spectrum disorder”

The role of nutrition in regulating a woman’s hormonal balance.

Nutrition is the process by which the body ingests, absorbs, and utilizes food. Nutrition aims to provide the body with essential fats, proteins, carbohydrates and micronutrients that are used to produce protein and steroid hormones. **Protein hormones** are made from **amino-acids**: Luteinizing Hormone (LH), Follicle-Stimulating Hormone (FSH), Insulin, Prolactin, Human Chorionic Gonadotropin (hCG), Thyroid-Stimulating Hormone (TSH). **Steroid hormones** (Estrogens,

Progestogens: Progesterone, Testosterone) and stress hormone (Cortisol) are derived from **cholesterol**. Nutrition directly **affects sperm and egg quality**, ovulation, implantation, and early pregnancy. Both sperm and egg are extremely sensitive to nutritional deficiencies and toxic exposure. **Supportive fertility nutrients** include vitamin D, omega 3 fatty acids, vitamin B (folate, B12), antioxidants (vitamin C, Q10), iron, zinc, selenium and choline. A healthy gut and healthy gut microbiota has beneficial effects on the woman health, her fertility potential, offspring health and fetal programming. A **hypercaloric, high-fat diet** stimulates the expansion of pro-inflammatory gut microbiota with a consequent rise in circulating **lipopolysaccharides** (LPSs). Adverse **gut microbiota remodeling** can exacerbate the systemic metabolic dysregulations (e.g. insulin resistance, dyslipidemia, dysproteinemia) and drive the onset and progression of autoimmune conditions (e.g. celiac disease, Hashimoto) resulting in “**subfertile infla-metabolom**”.



Dr. gyd. Pilar Vigil

Reprodukcinės sveikatos tyrimų instituto medicinos direktorė

Pilar Vigil yra akušerė ginekologė ir biologijos mokslų daktarė, laipsnį įgijusi Čilės popiežiškajame katalikų universitete. Postdoktorantūros studijas atliko Teksaso reprodukcinės medicinos ir endokrinologijos institute (JAV) bei Karališkajame moterų ligoninės centre Melburne (Australija). Ji yra Čilės popiežiškojo katalikų universiteto profesorė, aktyviai dirbanti reprodukcinės medicinos, vaisingumo, nevaisingumo ir šeimos planavimo srityse. Kartu su profesoriais Jamesu Brownu ir Lenu Blackwellu sukūrė kiaušidžių kontinuumo konceptą; yra daugiau nei 240 mokslinių publikacijų aukšto lygio recenzuojamuose žurnaluose ir 3 monografijų autorė. Pasaulyje pripažinta žmogaus vaisingumo ekspertė – skaitė paskaitas daugiau nei 30 šalių ir dalyvavo daugiau nei 250 kongresų bei seminarų. Čilės žiniasklaidoje ne kartą apdovanota kaip moterų lyderė.

Dr. Vigil yra Amerikos akušerijos ir ginekologijos kolegijos narė, daugelio mokslinių draugijų narė; buvusi Popiežiškosios gyvybės akademijos narė ir „Teen STAR International“ prezidentė. Šiuo metu eina Reprodukcinės sveikatos tyrimų instituto medicinos direktorės pareigas (Niujorkas, JAV ir Santjagas, Čilė).

Ovuliacija – sveikatos ženklas

Šiame pranešime siūlomas paradigmos pokytis suprantant menstruacinį ciklą ir moters sveikatą. Ovuliacija čia vertinama ne vien kaip įvykis vaisingumo fiziologijoje, bet kaip gyvybinis moters visos sisteminės sveikatos biologinis žymuo – atspindintis hipotalamo-hipofizės-gonadų-antinksčių ašies integruotą ir koordinuotą veikimą.

Kai ovuliacija vyksta normaliai, tai rodo tinkamą kelių tarpusavyje susijusių sistemų – neuroendokrininės, medžiagų apykaitos, imuninės ir vaisingumo – funkcionavimą. Ir atvirkščiai – ovuliacijos disfunkcija gali būti ankstyvasis latentinės patologijos rodiklis: nuo policistinių kiaušidžių sindromo ir skydliaukės sutrikimų iki psichinės sveikatos, autoimuninių ir medžiagų apykaitos ligų.

Nustatant biologinius žymenis, leidžiančius moterims ir gydytojams atpažinti ir stebėti ovuliaciją, menstruacinis ciklas tampa galingas diagnostikos įrankis. Tai suteikia galimybę sveikatos priežiūros specialistams pereiti nuo reaktyvaus gydymo prie ankstyvos diagnostikos ir plataus spektro ligų profilaktikos.

Šis požiūris iš esmės pakeitė klinikinę praktiką, pasiūlydamas moksliniais įrodymais grįstus protokolus, jungiančius fundamentalųjį mokslą ir pacientų priežiūrą. Jo poveikis peržengia reprodukcinės medicinos ribas – ovuliacinė sveikata įtvirtinama kaip esminė moters sveikatos dimensija visoje gyvenimo trukmėje.

Pilar Vigil, PhD MD

Medical director of the Reproductive Health Research Institute

Pilar Vigil is a medical doctor specialized in Obstetrics and Gynecology and with a PhD in Biological Sciences from the Pontifical Catholic University of Chile.

Postdoctoral studies were carried out at the Texas Institute for Reproductive Medicine & Endocrinology, Texas, United States and The Royal Women's Hospital, Melbourne, Australia. She is a professor at the Pontifical Catholic University of Chile, she actively works as an OB/GYN in Chile in reproductive medicine including fertility, infertility and family planning.

Together with Professors James Brown and Len Blackwell, she has developed the concept of the ovarian continuum and is the author of over 240 scientific publications in high impact, indexed academic journals and 3 books on her specialty. She is recognized as a world expert in human fertility, and has been invited to lecture in more than 30 countries and participated in over 250 congresses or seminars worldwide. She has repeatedly received awards as a woman leader by the press in Chile.

Dr. Vigil is a Fellow of the American College of Obstetrics and Gynecology, and member of numerous scientific societies; former member of the Pontifical Academy for Life and served as President of Teen STAR International. Currently she is medical director of the Reproductive Health Research Institute, located in New York, USA and Santiago, Chile.

Ovulation: A Sign of Health

This presentation proposes a paradigm shift in how we understand the menstrual cycle and women's health. Rather than viewing ovulation solely as a reproductive event, this work establishes it as a vital biomarker of a woman's overall systemic health — reflecting the integrated and coordinated function of the hypothalamic-pituitary-gonadal-adrenal axis.

When ovulation occurs normally, it signals the proper functioning of multiple interconnected systems: neuroendocrine, metabolic, immune, and reproductive. Conversely, ovulatory dysfunction can be an early indicator of underlying pathology — from polycystic ovary syndrome and thyroid disorders to mental health, autoimmune and metabolic conditions.

By identifying biomarkers that allow women and clinicians to recognize and monitor ovulation, this framework transforms the menstrual cycle into a powerful diagnostic window. It empowers

healthcare providers to move from reactive treatment toward early detection and prevention across a broad spectrum of conditions.

This approach has redefined clinical practice, offering evidence-based protocols that bridge basic science and patient care. Its impact extends beyond reproductive medicine, positioning ovulatory health as a fundamental dimension of women's health throughout the lifespan.



Dr. gyd. Ewa Ślizięń-Kuczapska

Lenkijos NŠP mokytojų asociacijos (dvigubo patikrinimo metodas) pirmininkė

Daktarė gydytoja akušerė-ginekologė, medicinos konsultante dirbanti Šv. Sofijos ligoninėje (tretinio lygio sveikatos priežiūros įstaiga) Varšuvoje. Propaguojanti vaisingumo pažinimą ir medicinos personalo švietimą vaisingumo priežiūros bei priežastiniu būdu grindžiamo nevaisingumo gydymą, specialistė. Lenkijos NŠP mokytojų asociacijos (dvigubo patikrinimo metodas) pirmininkė. Europos Šeimos gyvenimo ugdymo instituto (IEEF) narė. NaProTECHNOLOGIJOS medicinos konsultantė (NaProTECHNOLOGY Omaha, 2011). Medicinos vadybos kursas (FEMM, 2018). Buvusi Tarptautinio vaisingumą atkuriančiosios medicinos tyrimo instituto patarimojo komiteto narė. Fides et Ratio akademinės draugijos narė. Sveikatos apsaugos ministerijos konsultantė vaisingumo

priežiūros propagavimo ir prokreacinės sveikatos srityje (2016–2020). Tadeušo žmona, trijų suaugusių vaikų mama (1996, 2001, 2004). Pomėgiai: viduramžių muzika, istorija ir kelionės su šeima

Lenkijos medicinos studentų vaisingumo pažinimo metodų žinios: vienmomentinis tyrimas

Jauni žmonės, ypač studentai, yra optimalaus vaisingo amžiaus ir susiduria su pasirinkimais tarp švietimo, karjeros, santuokos ir vaikų susilaukimo. Daugelis tyrimų rodo, kad jie nori kurti šeimą ir turėti vaikų, tačiau per mažai žino apie optimalų vaikų susilaukimo amžių, nevaisingumo rizikos veiksnius ir vaisingumo pažinimo metodų naudojimą. Žinios apie vaisingumo pažinimo metodus ir jų taikymą prokreacinės sveikatos problemų prevencijai yra nepakankamos, ypač tarp medicinos studentų. Endometriozė, poliendokrininis metabolinis kiaušidžių sindromas (PMKS, anksčiau PKS), skydliaukės autoimuninės ligos gali būti aptiktos pasitelkiant vaisingumo pažinimo metodus ir yra pagrindinė priežastis sutrikusio moters vaisingumo. Tyrimo rezultatai rodo mažą susidomėjimą ir nepilnas žinias apie vaisingumo pažinimo metodų taikymą tarp medicinos studentų. Tai nėra būdinga tik Lenkijai – tai tarptautinė tendencija. Medicinos specialistams būtinas skubus švietimas šioje medicinos mokslo ir praktikos srityje.

Ewa Ślizięń-Kuczapska, PhD, MD

President of the Polish Association of NFP teachers

specialist in Obstetrics & Gynaecology, working as a medical consultant at Saint Sophia's Specialist Hospital (tertiary referral healthcare) in Warsaw. Promoter of fertility awareness and medical staff education on fertility care and causative treatment of infertility. President of the Polish Association of NFP teachers (Double Check Method). Member of the European Institute of Family Life Education (IEEF). NFP Medical Consultant (NaPro TECHNOLOGY Omaha, 2011). Medical Management Course (FEMM, 2018). Past Member of the Advisory Committee of IRRM. Member of the Fides et Ratio Academic Society. Consultant of the Ministry of Health for fertility care promotion and procreation health 2016–2020. Wife of Tadeusz, mother of 3 adult children (1996, 2001, 2004). Hobbies: medieval music, history and family escapades.

A cross-sectional study on Polish Medical Students' knowledge of Fertility Awareness-based Methods (FAM)

Young people, especially students, are at their optimal reproductive age and face choices between education, career, marriage, and childbearing. Most studies show that they are eager to start a family and have children. However, they do not know much about the optimal age to have children, risk factors for infertility and use of fertility awareness based methods. Knowledge about FAM and its application in procreation health problems prevention is not sufficient particularly among medical students. Conditions such as endometriosis, polyendocrine metabolic ovarian syndrome (PMOS, previously PCOS), and thyroid autoimmunity may be detected with help of FAM and are main causes of female impaired fertility. Women with PMOS are at higher risk for heart disease, cancers, diabetes, eating disorders, anxiety and depression, sleep apnea and shortened life expectancy. Endometriosis leads to increased risk of chronic pain, cardiovascular disease, and possibly ovarian cancer. Our study shows little interest and incomplete knowledge about FAM application among medical students. This is not specific to Poland but rather an international trend. Medical professionals need urgent education in this field of medical science and practice.



Dr. gyd. Yolanda Fernández

Holy Family Clinic, Barcelona; UCAM Catholic University of Murcia, Spain

Šventos Šeimos klinika, Barselona; UCAM Katalikiškasis Murcijos universitetas, Ispanija

Gydytoja iš Ispanijos, susituokusi, keturių vaikų mama. Gyd. Yolanda Fernández – Kreitono modelio sistemos vaisingumo pažinimo mokytoja, Billingso ir simptoterminio metodų mokytoja, NaProTechnologijos medicinos konsultantė. Mokslinių tyrimų sritis: gimdos kaklelio gleivės ir vaisingumas. Yra paskelbus 2 mokslinius straipsnius. Gynė daktaro disertaciją Cum Laude tema „Gimdos kaklelio fermentai kaip priešovuliaciniai parametrai“. Dėsto Kreitono universiteto programoje ir 2 Ispanijos universitetuose (vaisingumą atstatančios medicinos srityje). Klinikinę praktiką vykdo Šventos Šeimos klinikoje Barselonoje, kur padeda poroms sėkmingai susilaukti vaikų arba atidėti nėštumą, sprendžia moterų vaisingumo ir ginekologinės sveikatos problemas, moko mergaites, paaugles, moteris ir poras apie vaisingumą Eina IEEF/EIFLE organizacijos pirmininkės pareigas.

Šviesos mikroskopija ir gimdos kaklelio gleivių ovuliacijos proteominiai modeliai

Vis daugiau porų nori tiksliai nustatyti vaisingąjį langą, siekdamos pastoti. Remiantis šiuo metu paskelbtais tyrimais, galima daryti išvadą, kad patikimų metodų ovuliacijai ir vaisingajam langui prognozuoti kol kas nėra. Gimdos kaklelio gleivių (GKG) baltymai galėtų būti biologiniai žymenys, leidžiantys anksti ir tiksliai nustatyti ovuliaciją. GKG mėginiai buvo paimti iš gimdos kaklelio kanalo spindžio iš vaisingo amžiaus moterų tris skirtingas to paties menstruacinio ciklo dienas. Mėginiai pirmiausia buvo išanalizuoti ir klasifikuoti šviesos mikroskopu. Vėliau buvo atlikta aukštos skyros masių spektrometrija ir bioinformatinė analizė, siekiant nustatyti GKG baltymų sudėties pokyčius in vivo. GKG patyrė ciklinius biofizinės sudėties pokyčius, kurie atsispindėjo kristalografinių modelių pokyčiuose, stebėtuose šviesos mikroskopu. Proteominė analizė atskleidė GKG baltymų sudėties pokyčius ciklo eigoje. Dvidešimt penki iš keturiasdešimt aštuonių identifikuotų baltymų galėtų tapti potencialiais ovuliacijos biologiniais žymenimis. Koordinuoti GKG sudėties pokyčiai apie ovuliacijos laiką gali vykti tam, kad suteiktų prieigą pašaliniam kūnui – tokiam kaip spermatozoidas.

Yolanda Fernández, PhD, MD,

Medical Doctor from Spain, married, happy mother of four. Dr. Yolanda Fernández is a Fertility Care Practitioner of the Creighton Model System, a teacher of the Billings and Symptothermal Methods, and a Medical Consultant of NaProTechnology. Research area: cervical mucus and fertility; author of 2 scientific articles. PhD Cum Laude on “Cervicovaginal enzymes as preovulatory parameters.” Lecturer in the Creighton University Program and in 2 Spanish universities (Reproductive Health). She holds a clinical practice at the Holy Family Clinic in Barcelona, where she helps couples to achieve or postpone pregnancy, addresses women’s reproductive health issues, and teaches girls, teenagers, women and couples about fertility. She serves as President of IEEF/EIFLE.

Light Microscopy and Proteomic Patterns of Ovulation in Cervical Mucus

There is an increasing number of couples interested in identifying the fertile window for the purpose of conceiving. From what has been published so far, it can be concluded that there are no reliable methods to predict ovulation, and, therefore, to predict the fertile window. Proteins of the cervical mucus (CM) could behave as biomarkers to allow the early and precise identification of ovulation. CM samples were collected from the lumen of the cervical canal from women of reproductive age, on three different days of the same menstrual cycle. Samples were first analyzed and classified by light microscopy. High-resolution mass spectrometry and bioinformatic analysis were performed afterwards to determine the in vivo changes of CM protein composition. CM underwent cyclical changes in its biophysical composition, which were evidenced by changes in the crystallographic patterns observed under the light microscope. The proteomic analysis revealed changes in the protein composition of CM along the cycle. Twenty-five out of the forty-eight total proteins identified could become potential biomarkers of ovulation. The coordinated changes in the composition of the CM around the time of ovulation could be happening to specifically grant access to a foreign body, such as the sperm might be.

Department of Medicine, Faculty of Medicine, Internacional University of Catalonia, 08195 Sant Cugat del Vallés, Spain



Dr. gyd. René Ecochard

Klodo Bernaro universiteto Lione (Prancūzija) emeritas profesorius.

Tyrėjas, gydytojas ir epidemiologas, Klodo Bernaro universiteto Lione (Prancūzija) emeritas profesorius. Biostatistikos ir demografijos mokslų daktaras, laipsnį įgijęs Kembridžo universitete (Jungtinė Karalystė). Dauginimosi biologijos specialistas – šioje srityje yra 40 mokslinių straipsnių bendraautorius, iš viso paskelbęs 285 darbus. Neseniai išleido tris knygas apie vyriškumo, moteriškumo ir žmogiškosios ekologijos neurobiologinius pagrindus.

Mokslas ir lytis

Mokslas suteikia aišką supratimą apie tai, kas yra lytis. Jis rodo, kad lytis nėra kokia nors pridėtinė žmogui savybė, kaip spalva daiktui, bet yra paties jo buvimo pamatas: pirmojo nėštumo trimestro pabaigoje mes jau esame berniukas arba mergaitė. Ilgai prieš gimimą smegenys pradeda formuotis kaip vyro ar moters smegenys, ir šis vystymasis tęsiasi iki brandos.

Šis kūno ir proto skirtumas yra vyriškumo ir moteriškumo papildomumo žmonių rūšyje, kaip ir kitų žinduolių, šaltinis.

Nerimas gali būti stiprus, ypač paauglystėje: baimė tapti suaugusiu – vyru, galbūt vyru ir tėvu, arba, priešingai – moterimi, galbūt žmona ir motina. Jaunus žmones reikia skatinti atrasti, kad būti savimi yra gerai.

Prof. René Ecochard, PhD, MD,

Research physician and epidemiologist, Professor Emeritus at Claude Bernard University in Lyon (France). He holds a PhD in biostatistics and demography from Cambridge University (UK). A specialist in reproductive biology, he has co-authored 40 scientific articles in this field, and a total of 285 papers. He has recently published three books on the neuroscientific foundations of masculinity, femininity and human ecology.

Science and Sex

Science provides a clear vision of what sex is. It shows that sex is not an added reality to a person—like a color would be to an object—but that it is at the very foundation of one's being: by the end of the first trimester of pregnancy, we are already boy or girl. Long before birth, the brain thus prepares itself specifically to be that of a man or a woman, and this development will continue until adulthood.

This difference of body and mind is the source of the complementarity of the masculine and the feminine in the human species, as it is in other mammals.

Anxiety can be strong, particularly during adolescence: the fear of becoming an adult—a man, perhaps a husband and father, or on the contrary a woman, perhaps a wife and mother. Young people need to be encouraged to discover that it is good to be who they are.



Dr. Birutė Obelenienė

Teologijos katedros profesorė

Birutė Obelenienė – socialinių mokslų daktarė, Vytauto Didžiojo universiteto Teologijos katedros profesorė ir Santuokos bei šeimos tyrimų centro vyresnioji mokslo darbuotoja. Magistrantūros studijas baigė Kauno medicinos instituto Farmacijos fakultete; daktaro disertaciją apgynė Vytauto Didžiojo universitete 2007 m. Yra daugiau nei 50 mokslinių publikacijų autorė, mokslinio leidinio „Medicina, etika ir teisė apie žmogų iki gimimo“ sudarytoja ir bendraautorė bei dviejų knygų – „Lytiškumo ugdymo etika“ ir „Vaisingumo pažinimas ir natūralus šeimos planavimas“ – autorė. KTF mokslo žurnalo SOTER redkolegijos pirmininko pavaduotoja, magistrantūros studijų programos „Šeimos studijos“ vadovė. Mokslinių interesų sritys: lytiškumo ugdymo etika, bioetika, santuokos etika, natūralus šeimos planavimas ir vaisingumo pažinimas, šeimos studijos, jaunimo rengimas santuokai ir šeimos gyvenimui.

Lytinių hormonų svarba ir raiška paauglių brandai: sisteminio požiūrio trūkumas švietime

Šiuolaikinėje švietimo sistemoje, nepaisant atnaujintų Biologijos ir Gyvenimo įgūdžių programų, vis dar egzistuoja gilus edukacinis vakuumas prokreacinės sveikatos ir vaisingumo pažinimo srityje. Šio

pranešimo tikslas – atskleisti, kad mokykloje sistemingai vengiama gilintis į natūralią vaisingumo biologinę bei egzistencinę prasmę. Dažnu atveju moters menstruacinis ciklas ir organizmo pasirengimas gyvybės pradėjimui yra redukuojami tik iki higienos aspektų, visiškai ignoruojant gilesnę šio proceso prasmę.

Pranešime analizuojama, kaip lytinių hormonų natūralios sintezės dėsningumų ignoravimas ir žinių trūkumas tiesiogiai veikia paauglių emocinę, psichinę bei fizinę brandą. Vaisingumo pažinimas nėra tik medicininis faktas – tai pamatinis įrankis, padedantis jaunam žmogui suvokti vyro ir moters biologinius bei psichologinius skirtingumus ir savitumą. Lytinių hormonų funkcijos sumenkinimas visuomenėje ir mokykloje skatina iškreiptą arba paviršutinišką moteriškumo ir vyriškumo sampratą. Pranešime keliamas klausimas, kaip sveikatos raštingumo stoka mokykliniame suole tampa moterų ir vyrų nežinojimo bei vėlesnių sveikatos problemų priežastimi, ir siūlomos gairės, kaip šį vakuumą užpildyti vertybiniais bei moksliniais turiniais.

Dr. Birutė Obelenienė

Professor of Theology Department, VMU

Birutė Obelenienė is a Doctor of Social Science, professor of the Theology Department, and senior researcher of the Research Center on Marriage and Family at Vytautas Magnus University. She completed her Master's studies at the Kaunas Medical Institute, Faculty of Pharmacy, and defended her doctoral dissertation at Vytautas Magnus University in 2007. She is the author of more than 50 scientific publications, a compiler, and a co-author of the scientific monograph "Medicine, ethics, and law about human until birth", and two books, "Ethics of sexuality education" and "Fertility awareness and natural family planning". Birutė Obelenienė is a vice-chairwoman of the editorial board of the scientific journal SOTER of the Faculty of Catholic Theology, manager of the master's study program "Family research". Her field of research is the ethics of sexuality education, bioethics, conjugal ethics, natural family planning and fertility awareness, Family research, youth preparation for marriage and family life.

The Importance of Sex Hormones and Their Effects During Adolescent Puberty: A Lack of a Systemic Approach in Education

In today's educational system, despite updated Biology and Life Skills curricula, a deep educational vacuum persists in the area of procreative health and fertility awareness. This presentation aims to reveal that schools systematically avoid exploring the biological and existential meaning of natural

fertility. In many cases, the female menstrual cycle and the body's preparation for conception are reduced to mere hygiene matters, entirely ignoring the deeper significance of this process.

The presentation examines how ignorance of the natural synthesis of sex hormones, and the resulting lack of knowledge, directly affects adolescents' emotional, mental and physical maturation. Fertility awareness is not merely a medical fact – it is a foundational tool that helps young people understand the biological and psychological distinctiveness of men and women. The marginalisation of the functions of sex hormones in society and at school fosters a distorted or superficial understanding of femininity and masculinity. The presentation raises the question of how the deficit of health literacy in the school setting becomes a root cause of ignorance among women and men and of later health problems, and proposes guidelines for filling this vacuum with value-based and evidence-based content.

Keywords: fertility awareness, health literacy, sex hormones, menstrual cycle, adolescent maturation, sex education.



Dr. Michael D. Manhart

Vyriausiasis mokslinis konsultantas, „Couple to Couple League International“ (CCL)

Igijęs mikrobiologijos daktaro laipsnį Sinsinačio universiteto Medicinos mokykloje, dr. Manhart'as pradėjo karjerą „Procter & Gamble“ kompanijos mokslinių tyrimų ir plėtros padalinyje. Eidamas įvairias atsakingas vadovaujamas pareigas pasaulinėse sveikatos priežiūros ir farmacijos organizacijose, 2008 m. išėjo į pensiją kaip Mokslinių tyrimų ir plėtros direktorius. 2007–2009 m. tarnavo CCL Direktorių taryboje. 2009 m. liepą buvo paskirtas vykdomuoju direktoriumi ir vadovavo organizacijai iki 2016 m. Su žmona savanoriais CCL mokytojais dirba jau daugiau nei 35 metus. Kelių su natūraliu šeimos planavimu susijusių mokslinių tyrimų autorius, šiuo metu eina CCL Tarybos pirmininko ir vyriausiojo mokslinio konsultanto pareigas bei yra FACTS Direktorių tarybos narys. Gyvena Sinsinatyje (Ohajus), yra keturių vaikų tėvas ir vienuolikos anūkų senelis.

„Ugdymas skaistumo link: kaip vaisingumo raštingumas formuoja socialinę ir santykių sveikatą“

Santuokiniai santykiai gali būti reikšmingai veikiami – tiek teigiamai, tiek neigiamai – keleto socialinių ir demografinių veiksnių: santuokos amžiaus, partnerių išsilavinimo lygio, pajamų, bendro religingumo, sugyvenimo prieš santuoką ir vaikų skaičiaus. Daugelis iš jų yra plačiai tirta. Mažiau tirtas yra potencialus poros pasirinkto šeimos planavimo metodo poveikis santykių dinamikai: ar vaisingumo raštingumas – arba jo trūkumas – daro įtaką santykių ir (arba) socialinei sveikatai?

Šiame pranešime apžvelgiama literatūra, nagrinėjanti šeimos planavimo pasirinkimų poveikį santykiams, asmeninėms nuostatoms ir šeimos dinamikai. Pristatomi keli tyrimai, nagrinėjantys natūralų šeimos planavimą taikančių porų santykių dinamiką – daugelis jų turi svarbių apribojimų. Per pastaruosius metus paskelbti tyrimai, lyginantys NŠP besinaudojančių ir kontraceptines priemones vartojančių porų santykių dinamiką, pabrėžia nepakankamai įvertintą šio pasirinkimo poveikį santykiams, įskaitant reikšmingą įtaką skyrybų tikimybei. Pristatomas vaisingumo integracijos modelis, suteikiantis teorinę struktūrą, paaiškinančią, kodėl šeimos planavimo pasirinkimai gali daryti poveikį tiek santykių, tiek socialinei sveikatai.

Michael D. Manhart, PhD

Senior Scientific Consultant, Couple to Couple League International.

After receiving his doctorate in Microbiology from the University of Cincinnati College of Medicine, Dr. Manhart embarked on a career in Research & Development with Procter & Gamble. While there, he held numerous management roles of increasing responsibility in various global health care and pharmaceutical organizations; he retired in 2008 as a Director of R&D. Michael also served on the CCL Board of Directors from 2007 to 2009. In July 2009, he was appointed executive director and led the organization until 2016. He and his wife have served as volunteer CCL teachers for over 35 years. An author of several published studies related to Natural Family Planning, he currently serves as Board Chair and Senior Scientific Consultant for CCL and is a member of the FACTS Board of Directors. He resides in Cincinnati, Ohio and is the proud father of four and grandfather of eleven.

"Educating for Chastity: How Fertility Literacy Shapes Social and Relational Health"

Marriage relationships can be significantly impacted both positively and negatively by several social and demographic factors, including age at marriage, educational level of the partners, income, shared religious beliefs, cohabitation before marriage, and children. Many of these have been studied extensively. Less well studied is the potential influence of a couple's choice of family planning method on relationship dynamics; does fertility literacy, or the lack thereof, influence relational and/or social health?

This presentation will review the literature that explores the impact of family planning choices on relationships, personal attitudes, and family dynamics. There are several studies that explore relationship dynamics in couples who use Natural Family Planning, many with important limitations, that will be summarized. In recent years studies comparing the relationship dynamics of couples using NFP to couples using contraceptives have been published that highlight the underappreciated effects of this choice on relationship dynamics including significantly influencing the likelihood of divorce. A model of fertility integration will be presented that provides a theoretical framework as to why family planning choices can impact both relationship and social health.



Teologijos lic. Ingrida Jazgevičienė

Katalikų teologijos fakulteto doktorantė

Kauno arkivyskupijos šeimos centro direktorė, Vytauto Didžiojo universiteto Katalikų teologijos fakulteto doktorantė. Nuo 2014 m. – natūralaus šeimos planavimo metodo Kreitono modelio sistemos mokytoja, nuo 2020 m. – vaisingumo pažinimo FEMM metodo mokytoja ir dėstytoja. 2020 m. Vytauto Didžiojo universitete įgijo katalikų teologijos bakalauro laipsnį, 2023 m. – teologijos licenciatų laipsnį. Tyrimų sritys: natūralus šeimos planavimas (vaisingumo pažinimas), lytiškumo ugdymas, nevaisingumas, dvasinis asistavimas.

„Mamos ir dukros pokalbis: moterystės estafetė“

Mama yra pirmoji ir svarbiausia savo dukters mokytoja moteriškumo kelyje – būtent ji gali padėti dukrai brendimą išgyventi su džiaugsmu ir pasididžiavimu. Šiame pranešime pristatomi praktiniai patarimai mamos ir dukros pokalbiui su dukromis, žengiančiomis lytinio brendimo keliu. Parodoma, kodėl vaisingumo pažinimo ugdymas, grindžiamas autentišku santykiu, tampa formuojančiu kartų tęstinumo aktu.

Pranešimo širdyje – kūno pažinimo samprata: gebėjimas skaityti kūno kalbą, suprasti, ką jis sako apie tapatybę ir sveikatą, ir į tai atliepti žiniomis grįstu turiniu bei pagarba žmogaus orumui. Akcentuojama, kad pagrindinis ciklo įvykis yra ovuliacija, o ne mėnesinės; kad gimdos kaklelio gleivės yra matomas artėjančio vaisingumo ženklas, atsirandantis dar prieš menarchę; ir kad

menstruacijų ciklas, pasak Amerikos akušerių ir ginekologų kolegijos (ACOG), yra gyvybiškai svarbus požymis: jo sutrikimai gali anksti signalizuoti apie sveikatai grėsmingus procesus. Aptariama, kaip kalbėti su dukra, į ką atkreipti dėmesį mamai, kad laiku ir tinkamai būtų sureaguota į normalius ar nenormalius pokyčius. Ši žinia pateikiama teigiama dovanos, gebėjimo ir nuostabaus kūno sandaros kalba, kuri paverčia brendimą iš paslaptingo ar kartais net gėdinamo dalyko į suprantamą ir vertingą dovaną.

Pranešime nagrinėjama, kaip amžiui pritaikytas vaisingumo pažinimo ugdymas, perduodamas mamos ir dukros ryšyje, kuria pagrindą nuolatiniam dialogui šeimoje ir ugdo savęs pažinimą, sveikatos raštingumą bei skaistumo dorybę. Remiantis kūno kaip dovanos teologine antropologija, pranešime siūloma, kad mamos ir dukros pokalbis nėra vien sveikatos ar higienos reikalas – tai moterystės estafetė: meilė, atvirumas ir pagarba gyvybei, perduodamos iš kartos į kartą.

Ingrida Jazgevičienė, doctoral student of the Catholic Theology Faculty

Director of the Kaunas Archdiocese Family Centre and doctoral student of the Faculty of Catholic Theology, Vytautas Magnus University (Lithuania). Since 2014 – a teacher of the Creighton Model Fertility Care System of natural family planning; since 2020 – a teacher and lecturer of the FEMM method of fertility awareness. She holds a Bachelor's degree in Catholic Theology (VMU, 2020) and a Licentiate's degree in Theology (VMU, 2023). Research interests: natural family planning (fertility awareness), sex education, infertility, and spiritual accompaniment.

"The Mother–Daughter Conversation: Passing on the Legacy of Womanhood"

A mother is her daughter's first and most important teacher on the path of womanhood – she is the one who can help her daughter experience puberty with joy and pride. This presentation offers practical guidance for mother–daughter conversations with girls embarking on the journey of puberty, and shows why fertility awareness education, rooted in authentic relationship, becomes a formative act of intergenerational continuity.

At the heart of the presentation lies the concept of body literacy: the ability to read the body's language, to understand what it communicates about identity and health, and to respond with evidence-based information and respect for human dignity. The presentation emphasises that ovulation – not menstruation – is the central event of the menstrual cycle; that cervical mucus is a visible sign of approaching fertility that appears even before menarche; and that the menstrual cycle, in the words of the American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG), functions as a vital sign – its disruption may give early warning of health concerns. Practical attention is given to

how a mother can speak with her daughter, what signs to notice, and how to respond appropriately and promptly to normal and abnormal changes. This message is conveyed in the positive language of gift, capability, and the body's remarkable design – transforming puberty from something mysterious or even shameful into something intelligible and precious.

The presentation explores how age-appropriate fertility awareness education, transmitted within the mother–daughter relationship, builds a foundation for ongoing family dialogue and cultivates self-knowledge, health literacy, and the virtue of chastity. Drawing on the theological anthropology of the body as a gift, it proposes that the mother–daughter conversation is not merely a matter of health or hygiene – it is the passing on of a legacy of womanhood: love, openness, and reverence for life, handed down from generation to generation.