

# Mayo a Diciembre 2009

## Lista de Clases de Planificación Natural Familiar



Oficina de Planificación Natural Familiar de la Diócesis de Phoenix  
Centro Pastoral Diocesano 400 E. Monroe Street., Phoenix, AZ 85004, horario: lunes-viernes 8am-4pm, tel. 602-354-2122

Para inscripción visite nuestra página de internet [www.phxnfp.org](http://www.phxnfp.org)

OESTE de Phoenix						Phoenix				ESTE de Phoenix			
<b># 1 (NWFS) Blessed Sacrament Catholic Church</b> 512 N. 93 Ave., Tolleson, AZ 85353 sábados 10am						<b># 8 (FAF) St. Vincent de Paul Catholic Church</b> 3140 N. 51 Ave., Phoenix, 85031 sábado 4pm				<b># 11 (FAF) Holy Cross Catholic Church</b> 1244 S. Power Rd., Mesa 85206 jueves 7pm			
Introducción	Clase #1	Clase #2	Clase #3	seguimiento	instructora	Introducción	Clase #1	Seguimientos	Instructor	Introducción	Seguimientos		Instructor
16 mayo 12 sep	.23 mayo 19 sep.	6 junio 3 octubre	27 junio 7 nov	25 julio 5 diciembre	Diaz Diaz	22 agosto	por anunciarse	por anunciarse	Camou	6 agosto	13 agosto	por anunciarse	Sandoval
<b># 2 (FAF) Our Lady of Perpetual Help Catholic Church</b> 5614 w. Orangewood Ave., Glendale, 85301 jueves 7pm						<b>#6 (FAF) St. Agnes Catholic Church</b> 1954 N. 24 <sup>th</sup> St., Phoenix 85008 miércoles 7pm				<b>#12(FAF) Mercy Gilbert Medical Center</b> 3555 S. Val Vista Dr., Gilbert, AZ 85297 Viernes 6:30- 9pm			
Introducción	Clase #1	Seguimientos	Instructor			Introducción	Clase #1	Seguimientos	Instructores	Introducción	Clase #1	Seguimientos	Instructores
						27 mayo 14 octubre	3 junio 21 octubre	por anunciarse	Rojas Rojas	julio 10	julio 24	agosto 7 agosto 21	Inclan
<b>#3(FAF) St. Augustine Catholic Church</b> 3630 N. 71 <sup>st</sup> Ave., Phoenix, AZ 85326 miércoles 7pm						<b>#7 (FAF) St. Catherine of Siena Catholic Church</b> 6200 S. Central Ave., Phoenix 85042 jueves 7pm				<b>#13 (FAF) Queen of Peace Catholic Church</b> 141 N. MacDonald St., Mesa 85201 viernes 7pm			
Introducción	Clase #1	Seguimientos	Instructor			Introducción	Clase #1	Seguimientos	Instructores	Introducción	Clase #1	Seguimientos	Instructores
17 abril 12 junio 13 noviembre	24 abril 26 junio 20 noviembre	por anunciarse	Camou Camou Camou			13 agosto 3 diciembre	20 agosto 10 diciembre	por anunciarse	Escarcega Escarcega	24 julio	31 julio	por anunciarse	Sandoval
<b>#4(FAF) St. Henry's Catholic Church</b> 128 So. 3rd St., Buckeye 85326 martes 7 pm						<b>Scottsdale</b>				<b># 14 (BOMA) St. Anne's Catholic Church</b> 440 E. Elliot Rd., Gilbert 85299 viernes 6:30pm			
Introducción	Clase #1	Seguimientos	Instructor			Introducción	Clase #1	Seguimientos	Instructores	Introducción	Clase #1	Seguimientos	Instructores
4 agosto 8 diciembre	11 agosto 15 diciembre	por anunciarse	Ventura Ventura			17 sep.	24 sep.	8 oct por anunciarse	Escarcega	12 junio 11 septiembre 4 diciembre	19 junio 18 septiembre 11 diciembre	por anunciarse	y Inclan Dr. Leonard
<b># 5 (FAF) St. John Vianney Catholic Church</b> 539 La Pasada Blvd., Goodyear, 85033 martes o viernes 7pm						<b>Queen Creek</b>				<b>#15(FAF) St. Mary's Catholic Church</b> 230 W. Galveston, Chandler 85225 viernes 7pm			
Introducción	Clase #1	Seguimientos	Instructor			Introducción	Clase #1	Seguimientos	Instructores	Introducción	Clase #1	Seguimientos	Instructores
						17 abril 16 octubre	24 abril 23 octubre	por anunciarse	Saldaña Saldaña	29 mayo 6 noviembre	5 junio por anunciarse	por anunciarse	Inclan Inclan

Con Instructores Certificados en varios métodos de planificación natural de la familia. Para mas información llame a Josefina 623-466-0341

**BOMA:** Asociación del Método de Billings – USA [boma-usa.org](http://boma-usa.org), y **FAF:** Fundación para la Familia de las Américas Método de Ovulación – [Familyplanning.net](http://Familyplanning.net)

**NWFS:** Método Sinto-Termal del Servicio Familiar Northwest – [nwfs.org](http://nwfs.org)

Abril 16, 2009



# Oficina de Planificación Natural Familiar del *Diocesis de Phoenix*

## Introducción a la Planificación Natural de la Familia

Clase de aproximadamente 2 horas, repaso general incluye:

- Principios teológicos de la sexualidad
- La base científica de la PNF
- Anatomía y fisiología básica reproductiva
- Explicación de las señales de la Fertilidad
- Efectividad de la PNF
- Experiencia personal de los instructores
- Carpeta con folletos informativos
- Certificado de asistencia

## Serie de Clases para aprender Planificar su familia

- Pre-requisito: Introducción a la PNF
- Un mínimo de 4 sesiones  
(incluyendo clase en grupo y consultas privadas)
- Materiales necesarios para aprender el método
- Certificado de Cumplimiento

## INFORMACIÓN DE INSCRIPCIÓN

### Sesión de Introducción

De la Diócesis- \$40 por pareja /persona  
Requisito para preparación matrimonial

### La Serie de Clases - \$100/por pareja/individual.

Mande su pago 623-466-0341  
por correo a la Oficina de P.N. F.  
Centro Diocesano Pastoral  
400 E. Monroe St.  
Phoenix, AZ, 85004

Requisito de pre-inscripción para todas las clases. Para guardar su lugar en cualquiera de las clases se requiere pago con anticipación.

Pre-inscripción en la red [www.phxnfp.com](http://www.phxnfp.com)

Correo electrónico [nfp@diocesephoenix.org](mailto:nfp@diocesephoenix.org)

Nadie será rechazado por problemas económicos. Si necesitas ayuda menciónalo a la hora de la inscripción y se pueden hacer arreglos de pagos o de una beca parcial.

## INFORMACIÓN DE LOS MÉTODOS

- Puede ser utilizado por todas las mujeres durante ciclos regulares o irregulares, amamantando, después del parto, premenopausia o al discontinuar el anticonceptivo.
- Tiene hasta el 99% de efectividad si se aprende y usa apropiadamente ya sea para posponer o evitar el embarazo.
- Asiste a las parejas para lograr el embarazo.
- No tiene efectos secundarios
- No costos constantes después del pago inicial de la instrucción, con excepción de gráficas, estampillas o termómetro.
- Es un método natural diseñado para que el esposo y la esposa cooperen aprendiendo a entenderlo y usarlo responsablemente combinando su potencial fértil.

## Modernos de PNF

### **BOMA – Asociación del Método de Billings – USA [boma-usa.org](http://boma-usa.org)**

Se hacen observaciones del patrón cambiante y constante que la mujer experimenta en la vulva. La sensación y el aspecto visual del moco cervical se registran diariamente utilizando las gráficas del Método de Billings ya sea con estampillas o símbolos. Se les da a las parejas 2 graficas, un libro y un paquete de estampillas adicionales aparte de una presentación del instructor en PowerPoint. Hay 4 reglas para este método, no se tienen que tomar la temperatura. Instrucciones de grupo se ofrece para las primeras dos clases. Seguimientos individuales se planean para las ultimas dos sesiones o hasta que la pareja sea autónoma en el uso del método.

### **FAF –Fundación para la Familia de las Américas Método de Ovulación – [familyplanning.net](http://familyplanning.net)**

La pareja aprenderá a reconocer ciertas sensaciones de humedad y sequedad como señales de su fertilidad/infertilidad. Guiándose por las Reglas establecidas en este método, y anotando diariamente estos datos en una gráfica sencilla de usar, la pareja podrá reconocer el inicio y el fin de su fase fértil y poder planeación su familia. No es necesario tomarse la temperatura. La pareja recibirá un libro con instrucciones e información completa, una gráfica de seis ciclos y un paquete de estampillas. La serie incluye una clase de introducción en grupo y 3 o más seguimientos individuales hasta que la pareja sea autónoma en su uso del método.

### **NWFS – Método Sinto-Termal del Servicio Familiar Norhtwest – [nwfs.org](http://nwfs.org)**

Se hacen observaciones diarias del moco cervical, sensación vaginal, temperatura basal del cuerpo y cambios de la cerviz y se registran con símbolos en una gráfica. A través de la instrucción los clientes aprenderán a checar e interpretar esas señales que determinan la fase fértil o infértil en un ciclo.

Instrucciones en grupo con actividades de aprendizaje entradas en los clientes y consultas individuales son ofrecidas por lo menos por cuatro sesiones. Después de que las clases formales han sido completadas, 2 seguimientos seguirán para ayudar al cliente en su autonomía. Consultas adicionales están disponibles según se necesiten.

**Se ofrecen 4 métodos**