

Lo que dicen las parejas...



anticonceptivos." — Mateo y Sandra, TX

"La PNF nos permite un estilo de vida conforme con nuestro deseo de cuidar del medio ambiente y es algo que podemos hacer juntos." — Luis y Ana, MI



"Cuando nos casamos, podríamos haber seguido el ejemplo de las parejas que usaban anticonceptivos, pero mi esposa no quería introducir químicos en su cuerpo." — Diego y Daniela, TX

"Mi esposo asistió a una convención donde aprendí sobre la Liga y la PNF. ¡Podrán imaginarse mi sorpresa cuando a su regreso, me 'ordenó,' de forma muy amorosa, que dejara de tomar la píldora! Nos dimos la oportunidad de asistir a las clases. Aprendí tanto de mi cuerpo que nunca más volví a tomar ese anticonceptivo." — Alejandra, NJ



"Quiero agradecerles lo que han traído a mi vida. Yo tomaba la píldora y aunque estaba satisfecha con su eficacia, sentía que me faltaba algo. Ahora me siento más sana física y espiritualmente." — Katrina, WV

¡Lleva la PNF a cualquier lugar con PeakDay!



¡Ahora es más fácil llevar el método natural con la aplicación móvil PeakDay!

Con PeakDay puedes:

REGISTRAR
tus señales de fertilidad

VER Y CONOCER
tiempos fértiles y
no fértiles

COMPARTIR
tu gráfica con quien
quieras incluyendo un
profesional de la salud



La aplicación PeakDay va incluida (por un tiempo limitado) en todas las clases de la LPP y hace que el método natural sea mucho más fácil de llevar. ¿No estas segura en tomar las clases? entonces ¿Qué esperas para iniciar tu prueba gratuita? puedes instalar PeakDay visitando www.peakday.com o buscando PeakDay en la tienda Apple o Google Play.



LIGA DE PAREJA
A PAREJA

5440 Moeller Ave, Suite 149
Cincinnati, OH 45212
ayuda@ccli.org
www.ligadepareja.org

Fundada en 1971, la Liga de Pareja a Pareja continúa su misión de inspirar, educar y acompañar a las parejas en el uso de una planificación familiar que sea natural, eficaz, saludable y consistente con el plan de Dios para la vida, el amor y el matrimonio... alrededor del mundo.

WWW.LIGADEPAREJA.ORG



Planificación natural de la familia



Una manera segura, saludable y eficaz para conocer tu fertilidad y planear tu familia.

Descubre una forma natural de planear o posponer un embarazo... un método que ha sido comprobado científicamente en ser 99% eficaz.

¿QUÉ ES?

PNF

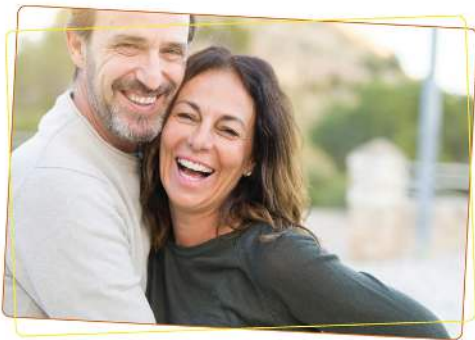
La Planificación Natural de la Familia, conocida como la PNF se basa en el conocimiento de la fertilidad de la mujer. Tu aprenderás a reconocer ciertas señales de fertilidad que indican si te encuentras fértil o no fértil.

Método Sintotérmico

Con el Método Sintotérmico de la Liga de Pareja a Pareja (LPP) se requieren solo unos minutos para tomar tu temperatura cada mañana y hacer otras observaciones durante el día... ¡Así de fácil!

PeakDay

Es la aplicación móvil de la LPP que te ayuda a conocer tu fertilidad. Al registrar tus síntomas, PeakDay te dirá si estas en fase fértil o no fértil.



LAS VENTAJAS DE LA PLANIFICACIÓN NATURAL DE LA FAMILIA



EFICAZ

Estudios científicos han comprobado que es 99% eficaz en posponer un embarazo. La PNF es más efectiva que los dispositivos, condones, retirada y otros métodos.



NATURAL Y SEGURA

Es 100% natural. No hay hormonas artificiales ni dispositivos que puedan causar daño a tu salud.



MATRIMONIOS SATISFECHOS

Muchas parejas comparten que con la práctica de la PNF sus matrimonios se han fortalecido. Ellos hablan de que su comunicación ha mejorado y han crecido en respeto mutuo.



FUNCIONA CON CICLOS IRREGULARES

¿Irregular? ¡No hay Problema! La PNF también es efectiva en ciclos irregulares, porque tus señales de fertilidad te dirán cuando estas fértil o no fértil.



AYUDA A LOGRAR UN EMBARAZO

Tener conciencia de tu fertilidad, es decir si sabes cuando eres fértil, puedes programar tus relaciones íntimas durante estos días para lograr concebir.



MAYOR CONOCIMIENTO DE TU CUERPO

Con la observación diaria de tus señales de fertilidad y al aprender a reconocer ciertos cambios en tu ciclo, te puede ayudar a descubrir posibles problemas de salud.



VIVE EL VERDADERO AMOR

La PNF permite a las parejas amarse sin barreras y sin cirugías. De esta manera el hombre y la mujer pueden amarse plenamente sin retener nada y entregándose completamente. Por esta razón la PNF es recomendada por la mayoría de religiones.

Tres maneras de aprender

Escoge el curso que mejor se adapte a tu estilo de aprendizaje y disponibilidad. La LPP también ofrece cursos especiales durante la etapa de **Posparto** y **Perimenopausia**.

Todos los cursos incluyen un libro, termómetro y suscripción a nuestra aplicación PeakDay. Además, un instructor certificado te asiste con tus gráficas y preguntas.



Clases presenciales

Los estudiantes se reúnen en un lugar común y el curso es impartido por un instructor local.



Clases virtuales en vivo

Las clases virtuales en vivo se ofrecen por un instructor por videoconferencia. Las parejas tienen la oportunidad de interactuar con su instructor y hacer preguntas.



En línea a tu propio paso

La pareja aprende a su propio ritmo en su computadora o teléfono móvil. Es un curso interactivo y con acceso a cualquier hora del día o noche durante 90 días.



Para más información visita:
www.LigadePareja.org