

Conexiones Familiares de AP-OD

Mensaje de AP-OD

En honor del Mes de la Concientización sobre la Salud Mental, durante las últimas semanas hemos compartido información y consejos prácticos en nuestras redes sociales, incluyendo tres eventos en vivo de Instagram con la terapeuta familiar, Silvia Esqueda, quien nos recordó que priorizar la salud mental es una forma de fortaleza, no un lujo.

Esta semana, cerramos nuestra campaña con más consejos útiles y un video especial de meditación guiada diseñado para ayudarte a tomarte un momento para ti mismo. ¡Te lo mereces!

Mantente atento para el boletín de junio, prepárate para una edición llena de actividades divertidas y recursos para las vacaciones de verano. Nos entusiasma apoyar a tu familia con ideas para jugar, aprender y crecer juntos durante toda la temporada.

¡Juntos, seguimos abriendo puertas!

Con cariño,
El equipo de AP-OD



Destacado de Padres



Las clases me fortalecieron como persona y adquirí muchas habilidades que son útiles para mí en el trabajo y cómo y madre. Con AP-OD llegué a sentir unidad y tuve la oportunidad de crecer como padre. El programa de AP-OD era un entorno muy seguro.



- Elizabeth Lopez, madre soltera de 6 hijos



¿Quieres compartir tu experiencia con AP-OD y aparecer en nuestro boletín?
¡Rellena este [formulario](#)!

May 30, 2025



Consejo del Mes

Consulta estos recursos de salud mental para ayudarte a "Convertir la concientización sobre la salud mental en acción" y a eliminar el estigma en torno a ella.



[Blog de Recursos de Salud Mental](#)

Próximos Eventos y Talleres



Recortes Presupuestarios Federales: Impacto en Las Familias y Cómo los Padres Pueden Oponerse

4 de junio | 5pm PT | 6pm MT | 8pm ET

Regístrate



Lanzamiento del Informe Nacional de Familias Latinas 2025

26 de junio | 10am PT | 11pm MT | 1pm ET

Regístrate



Dicho Final No dejes para mañana lo que puedas hacer hoy.