

Conexiones Familiares de AP-OD

Mensaje de AP-OD

¡Ha llegado el regreso a clases! Una época llena de nuevos comienzos, aprendizaje y crecimiento. Para los niños pequeños, ya sea que comiencen la guardería, el preescolar o la escuela por primera vez, estas transiciones pueden generar tanto entusiasmo como ansiedad. Y para los padres, también puede ser un gran cambio.

En AP-OD, creemos que las familias boletín está dedicado a ayudarles a usted y a su hijo a afrontar el regreso a clase con confianza. En él, encontrarán consejos para crear rutinas para tener mañanas más fluidas, junto con otros recursos confiables para apoyar a las familias durante estas transiciones.

Juntos, podemos hacer que esta temporada no se trate sólo de prepararse para la escuela, sino de desarrollar resiliencia, confianza y alegría en el aprendizaje.

Destacando a los padres de AP-OD

Javier Domínguez, un orgulloso padre de cuatro hijos de la ciudad de Nueva York, se unió a AP-OD después de que su esposa lo animó a participar. Al principio, con dudas, Javier se dio cuenta rápidamente de que el programa ofrecía más que consejos para padres: le daba paciencia, perspectiva y una comunidad con la que aprender y crecer. Una de sus mayores enseñanzas fue la importancia del tiempo y la presencia con sus hijos:



“En cuanto llego a casa, me desconecto de todo y les doy a mis hijos la atención que necesitan, ya sea con las tareas, escuchando o simplemente jugando. Eso ha cambiado no solo mi mundo, sino también el vínculo que comparto con mi familia.”



Desde rutinas más saludables hasta limitar el tiempo frente a las pantallas, Javier ahora se ve no solo como padre, sino como un modelo y un líder para el futuro de sus hijos.

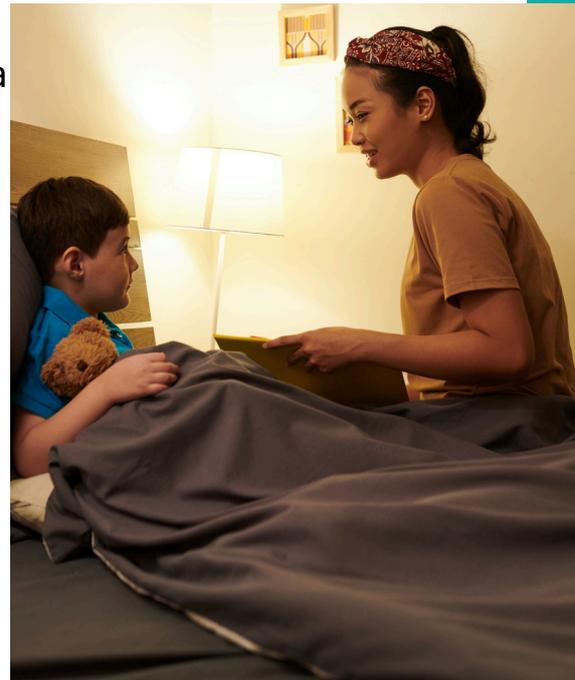


Consejo del mes

Mañanas escolares más tranquilas empieza la noche anterior

Las mañanas de entre semana no tienen por qué ser apresuradas. Unos sencillos cambios la noche anterior pueden convertir el caos diario en una rutina tranquila:

- ✓ **Prepare lo que pueda con antemano:** prepare la ropa, prepare la comida y el desayuno si es posible la noche anterior. Esto ayuda a que todos empiecen el día con tranquilidad.
- ✓ **Establece horarios de dormir consistentes** y, si es posible, levántese un poco más temprano. Un hogar más descansado significa mucho tiempo para la paz matutina.
- ✓ **Empiece el día con positividad:** ponga música alegre, comparta palabras de ánimo o intenta un saludo familiar para crear el ambiente.



El ritmo de cada familia es único: pruebe una o dos estrategias y descubra cómo se transforman sus mañanas.

Puedes acceder a "[Apoyando a los niños pequeños a cada paso del camino](#)", que incluye este blog completo y otros recursos útiles para el regreso a clase.



15 de agosto de 2025



Próximos eventos y talleres



Sesión Bimensuales de Poder para Padres y Facilitadores: Conversaciones con AP-OD

26 de agosto de 2025

11am PT/ 12pm MT/ 2pm ET

Acompáñenos a compartir ideas valiosas, participar en una discusión reflexiva y destacar los temas más recientes que impactan a nuestra comunidad.

Interpretación al español disponible.

Regístrese

Fortalecimiento de la comunidad

¡Comparta sus mejores consejos para el regreso a clase!

Todas las familias tienen pequeños trucos que facilitan la transición al regreso a clase, ya sea una rutina específica para la hora de dormir, un desayuno favorito que anime a los niños a salir de casa o un ritual que alivie los nervios del primer día.

¡Nos encantaría saber de usted!

Comparta su consejo para el regreso a clase (con o sin foto) y etiquétenos **@ap_od_national** en [Instagram](#) o [Facebook](#). Usa la etiqueta **#APODBacktoSchool** para compartir su sabiduría con nuestra comunidad.



Dicho "Cada paso, por pequeño que sea, nos acerca a la meta."