

Conexiones Familiares de AP-OD

Mensaje de AP-OD

Ya llegó la temporada de regreso a clases. Ya sea que su hijo vaya a la guardería por primera vez, regrese a la escuela o se esté adaptando a un nuevo salón de clases o entorno de aprendizaje, esta es una época llena de emociones intensas y nuevos comienzos para toda la familia.

Las transiciones como estas pueden generar emoción, nervios y todo lo que hay en medio, tanto para los niños como para los padres, y eso es completamente normal. Lo más importante es que los niños sepan que cuentan con su apoyo en cada paso del camino. Su presencia tranquila, su ánimo y su amor son la base que les da la confianza para cruzar esa puerta.

En esta edición, compartimos consejos prácticos para que las mañanas sean más tranquilas, herramientas para aliviar la ansiedad relacionada con la escuela y la guardería, y listas de libros seleccionadas para la vuelta a clases que ayudarán a su hijo a asimilar este nuevo capítulo. También nos da mucho gusto compartir la historia de Karina, una madre decidida a construir un futuro mejor para sus hijos, que nos recuerda la esperanza y la fortaleza que hay en nuestra comunidad.



Destacando a los padres de AP-OD



Un nuevo comienzo

En 2024, Karina dejó atrás su vida en Chile y se mudó a Michigan con sus dos hijos. Llegó a un nuevo país, con un nuevo idioma, un nuevo clima y una nueva escuela para sus hijos. En este corto tiempo, se ha construido una vida de la que se siente profundamente orgullosa, que incluye una casa, un auto, un trabajo y dos hijos que están prosperando en la escuela.

"Estoy orgullosa de lo que he logrado en tan poco tiempo", dice.

Al igual que muchas familias inmigrantes, Karina también ha enfrentado el miedo y la incertidumbre. Pero a pesar de todo, su enfoque sigue siendo inquebrantable, centrado en proteger a sus hijos, fomentar su confianza y construir su futuro.



Mi objetivo es trabajar duro hasta el punto de poder decir: no importa qué tan cansada esté, todo vale la pena —porque mañana habrá frutos, y esos frutos serán el futuro de mis hijos.

Lee su historia completa: [Emigrar por un futuro mejor](#)

La historia de Karina aparece en el [Informe Nacional de Familias Latinas 2026](#), que forma parte de [la Iniciativa para Infantes Latinas](#).

Explore el [Informe Nacional de Familias Latinas 2026](#), parte de la [Iniciativa para Infantes Latinas](#) en inglés y español:



Explore el informe en inglés



Explore el informe en español

Consejo del mes



¡Listos, preparados, ¡a la escuela!

La temporada de regreso a clases ya está aquí y, ya sea que su pequeño vaya a la guardería por primera vez, comience el preescolar o entre al kínder, estas transiciones son momentos importantes para toda la familia. Es completamente normal que tanto los niños como los padres sientan una mezcla de emociones.

La buena noticia es que ya tiene todo lo necesario para ayudar a su hijo a sentirse seguro, confiado y listo para este emocionante paso. A continuación, le ofrecemos algunos recursos que le ayudarán a atravesar juntos esta etapa de transición.

Lea el blog



Cómo facilitar la transición: cómo ayudar a su hijo con la ansiedad por la escuela y la guardería

Comenzar la escuela o la guardería es un gran momento, y muchos niños pequeños experimentan ansiedad por la separación, especialmente entre los 18 meses y los 3 años de edad. En este blog, la terapeuta certificada Silvia Esqueda, M.S., LMFT, comparte algunos consejos útiles, cómo validar los sentimientos de su hijo, enseñarle técnicas sencillas de respiración, practicar situaciones en casa y establecer una rutina constante.

[Lea el blog completo de AP-OD: Facilitar la transición](#)

Lea el blog



Mañanas escolares más tranquilas: consejos de los padres de AP-OD

Los miembros del Grupo Nacional Asesor y de Co-creación de Padres y Cuidadores de AP-OD compartieron sus estrategias comprobadas para tener mañanas más tranquilas y alegres, desde prepararse la noche anterior hasta comenzar el día con música y una actitud positiva. Cada familia es diferente, y la mejor rutina es aquella que funciona para la suya. Esperamos que estas sugerencias le den algunas ideas para que sus mañanas sean un poco más fáciles.

[Lea el blog completo de AP-OD: Mañanas escolares más tranquilas](#)

Consejo del mes



Historias para leer juntos en esta temporada de regreso a clases

Los libros son una de las herramientas más poderosas para ayudar a los niños a procesar nuevas experiencias y emociones intensas. Aquí hay tres listas de libros seleccionadas por Random House Children's Books para explorar con su pequeño:



Historias escolares para lectores jóvenes — historias con las que se pueden identificar y que son atractivas para cada etapa



Libros para emociones intensas — perfectos para ayudar a los pequeños a identificar y manejar sus emociones



Favoritos para el regreso a clases — lecturas esenciales para estudiantes de todas las edades

¡No olvide que su biblioteca local también es un excelente recurso gratuito para todos estos títulos y más!

Las transiciones llevan tiempo, y cada niño avanza a su propio ritmo. Su presencia tranquila y constante puede ayudar a darle a su hijo el valor que necesita durante esta temporada de nuevos comienzos.

Próximos eventos y talleres



Nos da mucho gusto poder compartir pronto más seminarios web y eventos con ustedes.

Mientras tanto, los invitamos a descargar la [aplicación Familia AP-OD](#). La [app Familia AP-OD](#) es su recurso principal para conocer los eventos familiares locales de nuestros socios: está disponible en cualquier momento y en cualquier lugar, y es totalmente gratuita.

Descargue la aplicación Familia AP-OD

Fortalecimiento de la comunidad

En su lugar

¿Recuerda su primer día de clases? Tome un momento para recordar. ¿Qué pasó? ¿Cómo se sintió al cruzar esas puertas por primera vez? ¿Estaba emocionado, nervioso o tal vez un poco de ambos?

Recordar nuestras propias experiencias puede ayudarnos a entender mejor lo que nuestros hijos podrían estar sintiendo al comenzar un nuevo año escolar, al empezar la guardería o al dar ese primer gran paso hacia el kínder.

Este mes, lo invitamos a compartir con nuestra comunidad: "Un recuerdo que tengo de mi primer día de clases es ____."

Compartalo en [Instagram](#) o [Facebook](#) y etiquétanos @AP_OD_National. Su historia podría animar a otro padre o recordarle que no está solo al comenzar este nuevo año escolar.

Siganos en [Instagram](#) y [Facebook](#)



Dicho "Saber es poder."