

BOLETIN DE CAPMC HEAD START

JUNIO 2025

Este mes, compartiremos información sobre la importancia de un padre o figura masculina en la vida de un niño. La participación de un padre o figura masculina proporciona innumerables beneficios para el bienestar infantil, desde la etapa prenatal hasta la edad adulta. Los padres o figuras masculinas comprometidos mejoran las habilidades cognitivas, la lectura y la autoestima de sus hijos. También desempeñan un papel crucial en la reducción del riesgo de partos desfavorables, la pobreza y la inseguridad alimentaria, así como en el abordaje de problemas de comportamiento.

Las siguientes son algunas formas en las que usted puede interactuar con su hijo / hija:

1. JUEGUE

Juegue con tu hijo/hija. Es una gran manera de pasar tiempo con ellos.



2. SIGA

Siga los intereses de su hijo / hija y fomente la exploración y el descubrimiento



3. HABLE

Hable con su hijo / hija sobre lo que está haciendo y aprendiendo.



4. ESCUCHE

Escuche a su hijo / hija cuando habla de sus sentimientos e ideas.



5. LEER

Lee a su hijo / hija por las noches crea una atmósfera de unión, amor y conciencia.



6. SEA EL MODELO A SEGUIR

Sea el modelo a seguir para su hijo / hija. Siempre observan lo que hacen los adultos. Ellos ven cómo manejas los eventos que se presentan en la vida.



PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN SOBRE EL COMPROMISO DE UN PADRE O FIGURA MASCULINA, VISITE EL SITIO WEB [FATHERHOOD.GOV](https://fatherhood.gov)



RECURSOS PARA PADRES

JUNIO 2025

MODELO PIRÁMIDE ESTRATEGIA DEL MES

Este mes, compartiremos información breve sobre cómo brindar comentarios positivos y aliento a sus hijos:

Motivación verbal

- «Estás trabajando tan duro en...».
- «Te debes sentir orgulloso de tí mismo por...».
- «Gracias por ayudarme a...».
- «Eres muy bueno escuchando, tú...».
- «Buen trabajo al recordarte de...».

¡La motivación no verbal también funciona! Prueba...

- Dar un abrazo
- Pulgares para arriba o guiñar el ojo
- Aplaudir
- Sonreír
- Un baile feliz



Escanee el código QR para obtener más información.

CalHOPE

Un programa innovador que ofrece apoyo de salud mental gratuito, seguro y confidencial a jóvenes y sus familias en todo el estado. Hay una línea de ayuda para crisis, gestionada por pares, que ofrece apoyo emocional gratuito y confidencial a los californianos. Para más información, contáctenos por teléfono, mensaje de texto o escaneando el código QR.

(833) 642-7696



APOYO GRATUITO Y CONFIDENCIAL PARA LA SALUD MENTAL

Conéctate con un coach de Soluna capacitado cuando necesites apoyo. Ya sea que quieras hablar ahora mismo o programar una cita con anticipación, los coaches están disponibles para ti. Recibe apoyo sin prejuicios, en tus términos, totalmente gratis y sin seguro.

Escanee el código QR para obtener más información sobre Soluna y cómo descargar la aplicación.



BRIGHTLIFE

Apoyo personalizado para familias de California. Niños de 0 a 12 años reciben asesoramiento gratuito de expertos para problemas de sueño, preocupaciones, habilidades sociales y más. Sesiones de video individuales en vivo, chat seguro, contenido a pedido y más. Sin costo. No se necesita seguro. Todo desde casa.

Escanee el código QR para obtener más información o llame al (888) 275-5357 para comenzar.

