



BOLETÍN PARA LOS PADRES

MAYO 2025

QUÉ HAY DENTRO

UN MENSAJE DEL EQUIPO DE BBBS
PÁGINA 1

SERVICIOS DE SALUD MENTAL: MITOS Y REALIDADES
PÁGINAS 2-4

EVENTOS DE BBBS
PÁGINA 5

NOTICIAS DEL PROGRAMA DE LA COMUNIDAD
PÁGINA 6

NOTICIAS DE HIGH SCHOOL BIGS
PÁGINAS 7-10

NOTICIAS DE WORKPLACE MENTORING
PÁGINA 11

RECURSOS DE LA COMUNIDAD
PÁGINA 12



UN MENSAJE DEL EQUIPO DE BBBS



Mayo es el Mes para Crear Conciencia sobre la Salud Mental pero para muchas familias, la salud mental no es algo que se hable solo una vez al año. La salud mental se presenta de maneras reales y personales: cambios en la dinámica familiar, inestabilidad financiera, la pérdida de un ser querido o simplemente el peso emocional del mundo en el que están creciendo nuestros hijos. Estas experiencias no siempre son visibles, pero sí afectan cómo los niños se presentan en la escuela, en casa y en sus relaciones. Y aunque a veces parece que los niños se recuperan rápido, muchos padres comparten con nosotros que esas etapas siguen siendo difíciles de hablar, incluso mucho tiempo después de que ocurren.

En Big Brothers Big Sisters, nuestra misión es crear y apoyar relaciones de mentoría que inspiren el poder y la promesa de la próxima generación. Ese trabajo comienza con cada pareja de mentoría, donde un joven es conectado con un mentor constante y atento. **Sabemos que la mentoría es poderosa por sí sola, y cuando se combina con apoyo que responde a los retos que los niños enfrentan cada día, se vuelve aún más fuerte.** A través de nuestro equipo de Servicios de Apoyo al Programa, ayudamos a conectar a las familias con servicios de salud mental, recursos comunitarios y herramientas que facilitan enfrentar los desafíos de la vida.

En esta edición de nuestro Boletín para Padres, nos estamos enfocando en el bienestar emocional y en la importancia de contar con apoyo, ya sea a través de un adulto de confianza, servicios de salud mental o herramientas que la familia pueda usar en casa. Este apoyo no solo es necesario en los momentos difíciles, sino también como parte del cuidado diario. Estamos compartiendo mitos, verdades y alternativas para apoyar el bienestar de su hijo/a de una manera que se ajuste a las necesidades de su familia.

No hay un solo camino para seguir, pero sí muchas formas de avanzar. Y en cualquier parte del camino en la que usted se encuentre, estamos aquí para acompañarle y brindarle nuestro apoyo.



Jessica González

Directora de Apoyo en Servicios del Programa

jgonzalez@ocbigs.org

Para mantenerse al día con las últimas noticias y actualizaciones para padres y tutores, visite ocbigs.org/parent-news



SERVICIOS DE SALUD MENTAL: MITOS Y REALIDADES

Cuando pensamos en apoyo para la salud mental, muchas veces lo primero que viene a la mente es la terapia. Y aunque la terapia puede ser un recurso muy importante, es solo una parte de un panorama mucho más amplio. **Los servicios de salud mental incluyen una variedad de apoyos**, como mentores, consejeros escolares, programas en grupo, herramientas para manejar emociones, entre otros. Aunque hoy existen más opciones, es completamente normal que las familias todavía tengan dudas o inquietudes.

En esta sección, exploraremos algunas de las creencias más comunes que hemos escuchado de padres y guardianes, y le ofreceremos una nueva forma de ver cómo puede ser el apoyo en salud mental para su hijo/a, su familia y de acuerdo a lo que sea más cómodo para usted.



1 QUIÉN NECESITA SERVICIOS DE SALUD MENTAL?

Mito: Los servicios de salud mental son solo para "problemas serios."

Realidad: El apoyo puede beneficiar a cualquier niño o niña, ya sea que esté pasando por un gran cambio, se sienta estresado/a o simplemente necesite hablar con alguien fuera de la familia. No es solo para momentos de crisis.

Mito: Mi hijo/a es muy pequeño/a para recibir ayuda de los servicios de salud mental.

Realidad: Los niños pequeños también pueden recibir apoyo. Hay actividades con juegos y otras formas sencillas que les ayudan a decir cómo se sienten y a aprender a manejar sus emociones.

2 BARRERAS, MIEDOS Y MALOS ENTENDIDOS

Mito: Si llevo a mi hijo/a a un proveedor de salud mental, lo primero que harán será darle medicamentos.

Realidad: En la mayoría de los casos, el primer paso no es dar medicamentos. Muchos profesionales comienzan con terapia, estrategias para manejar emociones o apoyo familiar. Los padres son parte de todo el proceso.

Mito: Hablar de los problemas solo los hace más grandes.

Realidad: Ignorar las emociones no hace que desaparezcan. El apoyo en salud mental ayuda a los niños a entender y manejar lo que sienten de una manera segura y saludable.

Mito: Los servicios de salud mental son muy caros.

Realidad: Muchas escuelas, clínicas y organizaciones comunitarias ofrecen servicios gratuitos o a bajo costo. Si su familia tiene CalOptima, es posible que ya tenga cobertura.

Mito: Si busco ayuda para mi hijo/a, todos se van a enterar de nuestros asuntos.

Realidad: El apoyo es confidencial y está enfocado en el bienestar de su hijo/a. No se trata de contar los asuntos de su familia, sino de darle a su hijo/a las herramientas para salir adelante.



SERVICIOS DE SALUD MENTAL: MITOS Y REALIDADES

3 PERO YA TENEMOS APOYO...

Mito: Mi hijo/a ya cuenta conmigo, con su mentor/a o con otro adulto de confianza. No necesita a nadie más.

Realidad: Tener adultos de confianza es muy importante, pero a veces los jóvenes también necesitan a alguien fuera de su círculo cercano. Los profesionales de la salud mental ofrecen un espacio neutral donde los niños pueden hablar sin miedo a herir los sentimientos de alguien.

Mito: La única forma de que mi hijo/a reciba apoyo en salud mental es a través de la terapia.

Realidad: La terapia es una opción, pero el apoyo también puede venir de mentores, consejeros escolares, programas en grupo o herramientas para fortalecer habilidades. Lo importante es encontrar lo que mejor funcione para su hijo/a.

4 EL ROL DE LOS PADRES

Mito: Si mi hijo/a necesita apoyo en salud mental, he fallado como padre/madre.

Realidad: Buscar ayuda para su hijo/a no es un fracaso. Es una muestra de fortaleza, amor y compromiso con su bienestar.

Mito: Yo nunca he usado servicios de salud mental, así que no sabré cómo ayudar a mi hijo/a si los necesita.

Realidad: No necesita experiencia previa para apoyar a su hijo/a. Estar presente, hacer preguntas y acompañarlo/a envía el mensaje de que no tiene que enfrentar esto solo/a.

5 EXPECTATIVAS Y EL PROCESO

Mito: Si mi hijo/a no quiere ir a terapia, de todas formas puedo obligarlo/a a ir.

Realidad: En California, los jóvenes de 12 años en adelante pueden aceptar o rechazar ciertos servicios de salud mental. El fortalecimiento emocional empieza cuando el joven se siente preparado/a y en un espacio de apoyo. El apoyo es más efectivo cuando se basa en la confianza y en la elección.

Qué Puede Hacer en su Lugar:

- Hable con su hijo/a con curiosidad y cariño
- Ofrezca opciones en lugar de presionar
- Comparta cómo ve usted la salud mental, como hablaría de ir al médico
- Invite a su hijo/a a ser parte de las decisiones
- Tenga paciencia—construir confianza lleva tiempo

Mito: Si mi hijo/a va a terapia, debería funcionar de inmediato.

Realidad: El progreso toma tiempo. Así como su hijo/a necesitó tiempo para crear confianza con su mentor/a, también tomará tiempo confiar en los servicios de salud mental. Cambios pequeños—como dormir mejor, tener menos enojos o mostrarse más abierto/a—son señales de que el apoyo está funcionando.

Mito: Mi hijo/a ya fue a terapia antes, no hay razón para volver.

Realidad: La salud mental no se soluciona una sola vez. Así como regresamos al doctor cuando surge algo nuevo, volver a los servicios de salud mental en diferentes momentos es algo normal y saludable.



SERVICIOS DE SALUD MENTAL: MITOS Y REALIDADES

SI SU HIJO/A TODAVÍA NO ESTÁ LISTO/A PARA TERAPIA—HAY OTRAS FORMAS DE APOYARLO/A

Cada niño/a es diferente. A veces, aunque sabemos que el apoyo es importante, la terapia no se siente como la mejor opción en este momento. Y está bien. Los servicios de salud mental existen en muchas formas, y hay maneras sencillas, en el día a día, de ayudar a su hijo/a a sentirse visto/a, apoyado/a y emocionalmente seguro/a.

Aquí le compartimos otras formas útiles de cuidar el bienestar emocional de su hijo/a:



- **Hable en casa:** Crear espacios para que su hijo/a exprese lo que siente ayuda a construir confianza. Escuchar con atención ya es un gran paso.
- **Aproveche la mentoría:** Su hijo/a ya cuenta con un mentor/a. Si hay barreras para comunicarse, su Especialista de Programa puede ayudarle.
- **Fomente la creatividad:** Dibujar, escribir, jugar o hacer música les ayuda a expresar lo que sienten de forma segura.
- **Mueva el cuerpo y respire:** Caminar, respirar profundo o salir al aire libre puede ayudar a calmarse y soltar tensión.
- **Conecte con lo cultural o espiritual:** Las tradiciones y creencias pueden dar consuelo, pertenencia y sentido.
- **Conexiones con otros jóvenes:** Pasar tiempo con amigos o grupos donde se sientan comprendidos les puede hacer sentir menos solos/as.

Recuerde que no existe una sola forma de apoyar la salud mental de su hijo/a. Lo más importante es estar presente, escuchar con cariño y avanzar poco a poco.

CONÉCTESE CON BBBS PARA APOYO PERSONALIZADO, REFERENCIAS Y GUÍA

Si usted o su familia necesitan servicios de salud mental, comuníquese primero con su Especialista de Programa. El equipo de Servicios de Apoyo del Programa de BBBS está aquí para ayudarle a encontrar las opciones disponibles en su comunidad que mejor se ajusten a las necesidades de su familia.

EVENTOS DE BBBS

GRACIAS POR ACOMPAÑARNOS EN NUESTRO ENTRENAMIENTO ANUAL DE SALUD MENTAL

En febrero, **más de 100 mentores, jóvenes y familias** participaron en nuestro Entrenamiento de Salud Mental "La Mente y el Dinero Importan", donde hablamos sobre el bienestar de los jóvenes. A través de conversaciones importantes y sesiones interactivas, exploramos la conexión que muchas veces se pasa por alto entre el estrés financiero y la salud mental.

Cada grupo tuvo su propio espacio para aprender y crecer. Los padres participaron en sesiones sobre cómo manejar el estrés, hablar sin miedo sobre la salud mental y crear un hogar que brinde apoyo emocional. Al mismo tiempo, los jóvenes exploraron hábitos de ahorro, la diferencia entre lo que se necesita y lo que se desea, y cómo el estrés financiero puede afectarles, incluso si no son ellos quienes toman las decisiones económicas. Mientras tanto, los mentores trabajaron en fortalecer su confianza para hablar sobre bienestar financiero y aprendieron cómo apoyar a sus jóvenes en conversaciones que conectan el dinero con las emociones, las decisiones y la salud mental.



[HAGA CLIC AQUÍ PARA VER EL RESUMEN EN VIDEO](#)

Este entrenamiento nos recordó que cuando se incluye a toda la red de apoyo, todos salen más fuertes. Ya sea que haya podido acompañarnos o simplemente tenga curiosidad sobre lo que viene, esperamos seguir creando más espacios donde el crecimiento, el bienestar y la conexión puedan florecer—juntos.

LO QUE DICEN LOS PADRES

El **92.5% de los padres** dijeron que es muy probable que utilicen las herramientas y estrategias aprendidas en la Cumbre de Salud Mental para apoyar su relación con sus hijos.

"Es la primera vez que asisto a esta reunión. Me pareció muy buena, especialmente llena de mucha información que no conocía."

"Es una buena oportunidad para profundizar nuestro conocimiento y entender que está bien pedir ayuda."

ACTUALIZACIÓN SOBRE DISTRIBUCIÓN DE ALIMENTOS

Desde 2022, nos ha dado mucho orgullo servir a más de 1,100 familias con alimentos frescos y otros recursos gracias a nuestra colaboración con nuestros socios. **Aunque este programa ha llegado a su fin**, nuestro compromiso con las familias sigue siendo fuerte.

Actualmente estamos explorando nuevas alianzas para volver a traer recursos de alimentos a nuestra oficina, de una forma sostenible y que responda a las necesidades de la comunidad. Le enviaremos actualizaciones por mensaje de texto tan pronto como tengamos noticias. Por favor tome en cuenta que las futuras fechas de distribución podrían ser diferentes al calendario anterior.

Mientras tanto, si necesita ayuda para encontrar programas de alimentos en su área, puede comunicarse con Marissa Gonzalez al (714) 707-2821. ¡Gracias por su paciencia y apoyo—estamos entusiasmados por lo que viene!



PARA PADRES DEL PROGRAMA DE LA COMUNIDAD

Hola Padres y Guardianes,

Gracias por ser una parte tan importante en el la la trayectoria de mentoría de su hijo/a. Sabemos que criar a un niño/a no es fácil—especialmente en el mundo de hoy—pero ¡usted está haciendo un gran trabajo! Su participación y apoyo ayudan a que su hijo/a crezca y se desarrolle tanto en su relación de mentoría como en su vida diaria.

Si tiene alguna pregunta o necesita apoyo adicional, no dude en comunicarse con su Especialista de Apoyo o directamente conmigo. Sigamos construyendo juntos un futuro lleno de oportunidades, crecimiento y conexión.

Con aprecio,



Brianna Rios

Sr. Directora Regional de Programas

brios@ocbigs.org



ATENCIÓN: PADRES Y GUARDIANES DE ESTUDIANTES QUE SE GRADÚAN EN 2025



Si su hijo/a está por graduarse, quizá se pregunte qué sigue después en su relación con el programa de mentoría. **Para continuar recibiendo apoyo después de la graduación, tanto su hijo/a como su mentor/a deberán completar un formulario de participación post-graduación, el cual estaremos enviando pronto.** Al inscribirse, podrán seguir en contacto con su Especialista de Apoyo y acceder a becas exclusivas de BBBS, eventos sobre universidad y carrera profesional, y más. En BBBS, seguimos acompañando a los jóvenes hasta los 24 años para apoyar su transición hacia la vida adulta.



Importante: Complete la Encuesta de Graduación de BBBS. Queremos celebrar los logros de su hijo/a. Enviaremos una breve encuesta para conocer más sobre quienes se gradúan este año. Su participación nos ayuda a reconocer su esfuerzo y a mejorar nuestros servicios.

EVENTO DESTACADO DE MENTORÍA: CLÍNICA DE FÚTBOL



Los eventos de mentoría son actividades gratuitas organizadas por el equipo y voluntarios de BBBS. Son una excelente oportunidad para que los jóvenes desarrollen sus habilidades sociales. Pida al mentor/a de su hijo/a que lo inscriba en los próximos eventos.



PARA PADRES DEL PROGRAMA HIGH SCHOOL BIGS

Hola Padres y Guardianes,

Ya casi termina el año escolar 2024–2025, y con eso también se está cerrando nuestro programa semanal de High School Bigs. Queremos darles las **gracias** por acompañarnos en esta experiencia. Ha sido un año lleno de momentos especiales, amistades nuevas y mucho crecimiento entre los mentores y los jóvenes.

Mayo es el Mes de la Salud Mental, y queremos recordar lo importante que es cuidar cómo nos sentimos—especialmente cuando hay cambios. El fin del año escolar puede traer alegría, pero también nervios, emociones fuertes y muchas preguntas. Este es un buen momento para hablar con su hijo/a, ver cómo se siente y reconocer todo lo que ha logrado.

Le animamos a que este verano tomen tiempo para descansar, tener rutinas que ayuden al bienestar de la familia y celebrar cada logro, por pequeño que sea. Hemos visto mucha fuerza y esfuerzo en nuestros jóvenes este año, y eso es gracias al apoyo de personas como usted.

Aunque no tendremos sesiones en las escuelas durante el verano, el equipo de High School Bigs sigue disponible para usted. Si necesita ayuda o tiene preguntas, puede mandarnos un mensaje, un correo electrónico o llamarnos.

¡Nos emociona ver todo lo que vendrá el próximo año!

Con cariño,

Su Equipo de High School Bigs



HIGH SCHOOL BIGS CELEBRACIÓN DE VERANO

10 AM - 2 PM • Zoológico de Santa Ana

**ENTRADA GRATIS AL ZOOLOGICO • CABINA DE FOTOS • CAMIÓN DE JUEGOS ¡Y MUCHO MÁS!
INCLUYE ALMUERZO Y TRANSPORTE**

Nuestra Celebración de Verano reúne a mentores y jóvenes para un día lleno de diversión en el Zoológico de Santa Ana. Es una gran oportunidad para que su hijo/a cree recuerdos especiales y fortalezca los lazos que ha formado durante el año. Como no tendremos sesiones en el sitio durante el verano, este evento es una buena manera de que los jóvenes pasen tiempo con su mentor/a antes de que regresemos en otoño.

Para asistir, su hijo/a debe entregar una copia física del permiso firmada—que su Especialista de Programa le dará—antes del último día de sesiones en el sitio. ¡No se lo pierda!



PARA PADRES DEL PROGRAMA HIGH SCHOOL BIGS

Al terminar el año escolar, también concluye otro ciclo de High School Bigs. Entonces, **¿qué sigue para su hijo/a?**

PARA LOS LITTLES QUE REGRESARAN

Si su hijo volverá a la misma escuela primaria en otoño, las sesiones semanales del programa High School Bigs se reanudarán en el otoño de 2025. No es necesario presentar una nueva solicitud para participar en nuestro programa nuevamente el próximo año escolar. Si planea cambiar de escuela el próximo año, por favor contacte a su Especialista del Programa.

Su Especialista del Programa se pondrá en contacto en septiembre-octubre para actualizarlo sobre la fecha de inicio en su sitio y el horario del año 2025-2026. Tenga en cuenta que Big Brothers Big Sisters está abierto todo el año; no dude en contactarnos si tiene alguna pregunta o necesita apoyo comunitario o recursos, ¡estamos aquí para ayudar!

PARA LITTLES QUE ESTÁN AVANZANDO

Si su hijo pasa a la escuela secundaria este otoño, su relación con su mentor de High School Bigs se cerrará oficialmente en junio, lo que significa que su hijo ya no estará activo en nuestro programa. Su Especialista del Programa le enviará una carta de cierre para la comunicación final de nuestra agencia.



¿SU HIJO SEGUIRA A LA ESCUELA SECUNDARIA?

¡Su experiencia de mentoría no tiene por qué terminar aquí!

Inscríba a su hijo en uno de estos programas de Big Brothers Big Sisters y ayúdelo a **realizar su potencial**. Al brindarles la oportunidad de seguir siendo mentorados, puede mantener a su hijo en el camino hacia un futuro brillante y prometedor.

SPORTS BUDDIES

Conectando a jóvenes con un mentor a través del deporte.

- >> **Mentor (Big):** Voluntario adulto (18+ años)
- >> **Mentee (Little):** Joven (de 11 a 14 años)
- >> **Estructura:** Las parejas participan en 1 o 2 actividades grupales al mes facilitadas por BBBS

**HAGA CLIC AQUÍ PARA
OBTENER MÁS INFORMACIÓN**

PROGRAM DE LA COMUNIDAD

¡El programa tradicional de mentoría de BBBS!

- >> **Mentor (Big):** Voluntario adulto (18+ años)
- >> **Mentee (Little):** Joven (de 6 a 16 años)
- >> **Estructura:** Las parejas programan sus propias salidas individuales en la comunidad 2 veces al mes

**HAGA CLIC AQUÍ PARA
OBTENER MÁS INFORMACIÓN**



PARA PADRES DEL PROGRAMA HIGH SCHOOL BIGS

TESTIMONIOS DE LITTLES

¿Cómo te ha ayudado tu mentor/a a prepararte para la secundaria?



"Es amable conmigo y me ha ayudado con la tarea."

- Evolet, sexto grado

¿Qué cambios has notado en ti desde que entraste al programa de BBBS?



"Antes era más tímida y callada, no hablaba mucho. Ahora puedo defenderme y hablo más."

- Natalia, quinto grado

¿Cómo describirías este programa a alguien que quiere entrar?



"Diría que es increíble, divertido, alegre, con mucha energía, y me hace feliz."

- Alondra, sexto grado

ACTIVIDADES

Each week, your child and their Big will work on academics and participate in social-emotional learning activities, such as:

- **Flores con Propósito:** En esta actividad práctica, los jóvenes y sus mentores pintan juntos y usan su creatividad mientras aprenden sobre la importancia de cuidar el medio ambiente.
- **Tienda de Reconocimientos:** Muy pronto, los estudiantes podrán usar sus "Big Bucks" (puntos que han ganado por participar y asistir) para elegir premios. Esta actividad celebra su esfuerzo y refuerza su sentido de logro.
- **Cartas de Verano:** Mentores y jóvenes escribirán cartas especiales que enviaremos por correo durante las vacaciones. Es una forma significativa de mantenerse conectados y recordar lo importante que es el tiempo que comparten.
- **Fiesta de Fin de Año:** En el último día de sesiones, celebraremos a los estudiantes que se gradúan de sexto grado y a nuestros jóvenes mayores con una fiesta de pizza y una pequeña ceremonia de graduación.

REGLAS DE SEGURIDAD PERSONAL

En BBBS, la seguridad es nuestra prioridad. Estas son algunas reglas que su hijo/a debe seguir en el programa:

- **Comportamiento Respetuoso:** Los estudiantes deben tratar con respeto a su mentor/a, compañeros, especialista de programa y el material en todo momento.
- **No Compartir Información de Contacto:** Para la seguridad de todos, no está permitido intercambiar números de teléfono, redes sociales u otra información personal con su mentor/a.
- Además, **reunirse fuera de las sesiones supervisadas de mentoría NO está permitido.**

PLAN DE DESARROLLO PERSONAL

A lo largo del año, su hijo/a y su mentor/a trabajarán en un Plan de Desarrollo Juvenil (YODP) para ayudarles a alcanzar sus metas. Nuestro plan de aprendizaje se enfoca en cinco objetivos clave:

- Aumentar la confianza
- Desarrollar habilidades sociales
- Aprender a manejar emociones y comportamientos
- Explorar y planificar el futuro
- Fortalecer relaciones



PARA PADRES DEL PROGRAMA HIGH SCHOOL BIGS

¡El Programa de High School Bigs se une a distritos escolares en el Condado de Orange!
A continuación, encontrará la lista de escuelas que forman parte del programa en el ciclo 2024-2025 y los Especialistas de Programa que dirigen estas sesiones de mentoría en grupo después de la escuela.

Ms. Dafne | ddeloera@ocbigs.org

- Pyles Elementary School - Lunes
- Pacific Drive Elementary School - Martes
- Morse Elementary School - Miércoles
- Glenview Elementary School - Jueves

Ms. Jenny | jflores@ocbigs.org

- Hansen Elementary School - Lunes
- Cerritos Elementary School - Martes
- Raymond Elementary School - Mi/Vi

Ms. Yvette | ylira@ocbigs.org

- Holder Elementary School - Miércoles
- Twila Reid Elementary School - Viernes

Ms. Maria | mherrera@ocbigs.org

- Tynes John Elementary School - Lunes
- Melrose Elementary School - Ma/Vi
- Ruby Drive Elementary School - Jueves

Mr. Marcos | mcubias@ocbigs.org

- Olive Street Elementary School - Lunes
- Franklin Elementary School - Martes
- Gauer Elementary School - Jueves
- Danbrook Elementary School - Viernes

Mr. Angel | aortega@ocbigs.org

- Diamond Elementary School - Lu/Ju

*¡Acompáñenos en darle la bienvenida al Sr. Ángel a nuestro equipo!
Él llega con mucha energía, dedicación y un fuerte compromiso para apoyar a nuestros estudiantes y sus familias. Nos emociona tenerlo con nosotros y esperamos con ilusión el impacto positivo que traerá en el próximo año escolar.*

Ms. Mayra | mtorres@ocbigs.org

- Heideman Elementary School - Martes
- Westmont Elementary School - Miércoles
- Stoddard Elementary School - Jueves
- Ponderosa Elementary School - Viernes

Ms. Jackie | javendano@ocbigs.org

- Victoria Elementary School - Lunes
- Valencia Park Elementary School - Miércoles
- Beswick Elementary School - Ju/Vi

Ms. Sam | sschettini@ocbigs.org

- Maple Elementary School - Lunes
- Topaz Elementary School - Martes

Ms. Stephanie | scastrejon@ocbigs.org

- Heninger Elementary School - Lu/Mi
- Esplanade Elementary School - Martes
- Davis Elementary School - Jueves

Ms. Vanessa | vmedina@ocbigs.org

- Wakeham Elementary School - Lunes
- Sonora Elementary School - Martes
- Paularino Elementary School - Miércoles
- Bryant Elementary School - Jueves

Esperamos seguir haciendo crecer estas asociaciones y crear un futuro mejor para los estudiantes en todo el Condado de Orange!



FOR WORKPLACE MENTORING PARENTS

Ahora que el año escolar está por terminar, queremos agradecerle sinceramente por formar parte de nuestro programa de Mentoría en el Lugar de Trabajo. Tres de nuestras colaboraciones—**Katella High School con Visit Anaheim, Tustin High School con Banc of California** y **UCI Big Futures**—han llegado oficialmente a su fin. Si su hijo/a participó en uno de estos grupos, ya debió haber recibido una confirmación de que su relación de mentoría con Big Brothers Big Sisters se ha cerrado formalmente.

Aunque estos programas no continuarán el próximo año escolar, estamos muy agradecidos por el tiempo que su hijo/a pasó con nosotros y por todo el crecimiento que vimos en cada uno de ellos. El único grupo que continuará en el otoño será el programa de **Loara High School con Disneylandia**.

Ahora que su hijo/a forma parte de los exalumnos de BBBS, le animamos a seguir en contacto con nuestra organización y explorar otras formas de participar. Si desea más información sobre oportunidades de mentoría o recursos disponibles, no dude en comunicarse con su Especialista de Programa.

¡Gracias de nuevo por su apoyo y por confiar en nuestro programa!



Katie Esparza

Gerente del Programa de Workplace Mentoring

kesparza@ocbigs.org



RECORDATORIOS DEL PROGRAMA

Animamos a los jóvenes a mantenerse en contacto con sus mentores. Tener una conexión constante puede ser un gran apoyo durante las vacaciones de verano. **Por favor tenga en cuenta: no se permiten reuniones en persona**, pero las parejas de mentoría pueden mantenerse en contacto por mensaje de texto, llamada o Zoom. También le animamos a hablar con su hijo/a sobre cómo va su comunicación con su mentor/a—¡su apoyo hace una gran diferencia!

MENTORÍA Y SALUD MENTAL

Este trimestre, los estudiantes trabajaron en su confianza, habilidades de comunicación y resiliencia a través de sesiones sobre redes de contacto, auto-defensa personal y mentalidad de crecimiento. Estos temas no solo los prepararon para el futuro, sino que también apoyaron su salud mental al ofrecer un espacio seguro para aprender, compartir y crecer. Con el acompañamiento de sus mentores, los estudiantes fortalecieron herramientas emocionales como el manejo del estrés, la confianza en sí mismos y cómo expresar lo que necesitan—habilidades que les servirán tanto en el trabajo como en su vida personal.



"Aplicar a este programa ha sido lo mejor que he hecho. Tener a mi mentor/a en este camino me ha abierto muchas conexiones, y ha sido muy valioso contar con alguien con quien hablar y recibir consejos que realmente me ayudan."

— Estudiante de la Preparatoria Loara

RECURSOS DE LA COMUNIDAD



Mente en Movimiento en el Zoológico

La 4.ª Feria Anual de Recursos de Salud Mental y Actividades de Bienestar, organizada por Olive Crest, reunirá a agencias comunitarias, actividades de bienestar, regalos y mucho más. Las familias podrán explorar zonas de movimiento, actividades de arte y recibir recursos útiles de organizaciones locales confiables. ¡Y lo mejor de todo! La entrada al zoológico será gratis para las primeras 500 personas (no se necesita reservación).

Fecha y Hora: Sábado, 17 de mayo | 11:30 AM - 2:00 PM
Ubicación: Zoológico de Santa Ana
1801 E Chestnut Ave, Santa Ana, CA 92701

De los Dinosaurios a las Personas

Acompañe al Museo Heritage del Condado de Orange en un evento familiar y divertido que recorre la historia de nuestra región, desde tiempos prehistóricos hasta la actualidad. Habrá actividades interactivas, vendedores locales y exhibiciones culturales que celebran a las distintas comunidades que forman parte del sur de California. Este evento al aire libre es ideal para todas las edades... ¡y hasta puede llevar a su mascota!

Fecha y Hora: Sábado, 14 de junio, 10 AM – 3 PM
Ubicación: Museo Heritage del Condado de Orange
3101 W. Harvard St., Santa Ana, CA 92704



[Haga clic aquí para más información](#)



Serie de Cine al Atardecer con OC Parks

¡Disfrute de una noche de películas bajo las estrellas con la Serie de Cine al Atardecer de OC Parks! Todos los viernes de este verano, traiga su cobija, algunos bocadillos y prepárese para una experiencia gratuita al aire libre que toda la familia podrá disfrutar. La entrada y el estacionamiento son gratis.

Fechas y Horas: Viernes, del 6 de junio al 29 de agosto
Las puertas abren a las 6 PM, la película comienza al atardecer

[Haga clic aquí para ver el calendario completo](#)

Películas incluyen:

- Despicable Me 4 at Carbon Canyon (6 de junio)
- The Lion King (2024) at Mason Park (11 de julio)
- Twisters at Laguna Niguel (1 de agosto)
- Moana 2 at Irvine Regional Park (29 de agosto)



Big Brothers Big Sisters®

OF ORANGE COUNTY
& THE INLAND EMPIRE



1801 E. Edinger, Suite 101 · Santa Ana, CA 92705



OCBIGS.ORG