

PARA PADRES DE FAMILIA

EDICIÓN 9

Año escolar 2025-2026



EN ESTA
EDICIÓN:

CONCIENTIZACIÓN SOBRE
LA SALUD MENTAL

hello
SUMMER

UN MENSAJE DEL EQUIPO DE EDUCADORES DE PADRES DE FAMILIA

Ahora que nos acercamos al final del año escolar, queremos reconocer la dedicación, el apoyo y el cariño que le brindan cada día a su hijo. Su compromiso es fundamental para el crecimiento y éxito de su niño.

Ahora que las rutinas empiezan a cambiar y se acerca el verano, le animamos a que se centren en las relaciones, la constancia y los momentos especiales. El aprendizaje no tiene que ser complejo. Las experiencias sencillas y cotidianas pueden tener un impacto duradero.

Mayo es el Mes de la Concienciación sobre la Salud Mental, lo que nos sirve como un importante recordatorio de que su bienestar es importante. Cuidarse a uno mismo no es algo independiente de cuidar de su hijo, sino que forma parte esencial de ello.

Para terminar, por favor recuerden que no están solos. Estamos aquí para apoyarlo y acompañarlo en cada paso del camino.

DID YOU KNOW?



MAYO ES EL MES DE LA CONCIENTIZACIÓN SOBRE LA SALUD MENTAL

- En Estados Unidos, el Mes de la Conciencia sobre la Salud Mental se celebra en mayo desde 1949
- **Mental Health America (MHA)**, se centra en el lema “Más días buenos, juntos”, promoviendo el apoyo comunitario, reduciendo el estigma y proporcionando herramientas prácticas para el bienestar mental.
- Semana de Aceptación de la Salud Mental Infantil: Del 3 al 9 de mayo de 2026 – Tema: “Más allá de la pantalla: Educación, Prevención, Conexión”



CONSEJO DEL EQUIPO DE PADRES Y EDUCADORES

Cuidarse a uno mismo no es egoísta; es esencial.

Cuando te cuidas a ti mismo, también estás cuidando a tu hijo.



RECURSOS PARA EXPLORAR:

- **NAMI (National Alliance on Mental Illness):** www.nami.org
- Georgia Crisis y Access Line: 1-800-715-4225
- Plataformas de terapia en línea: BetterHelp, Talkspace, y otros

RINCÓN DEL CUIDADOR Estrategias de autocuidado

- Crea tu red de apoyo y recurre a ella
- Incorpora pequeños descansos a lo largo del día
- Fíjate metas y expectativas realistas: el progreso es más importante que la perfección
- Da prioridad al descanso y a la salud mental
- Pide ayuda cuando la necesites. No tienes por qué hacerlo todo solo

→ **WHERE TO START** ←

Cinco consejos de salud mental para esta semana

Monday Haz una lista de cinco cosas por las que te sientes agradecido.	Martes Practica afirmaciones positivas	Miércoles Inicia una conversación sobre la salud mental.
Jueves Mantente hidratado.	Viernes Tómate un descanso de las pantallas (teléfono, computadora, etc.).	

MHA Mental Health America

Explore free Mental Health Month resources and learn more at mhanational.org/may.

PARTICIPACIÓN DURANTE EL VERANO

Hello Summer!

Aprendizaje adaptado a las necesidades sensoriales

- Cubos táctiles y sensoriales: Prepara cubos llenos de arroz seco, arena cinética, perlas de agua o pasta, con tesoros escondidos para buscar
- Exploración de la naturaleza: Organiza búsquedas del tesoro sensoriales para encontrar objetos que sean lisos, rugosos, cálidos o fríos. Escucha el canto de los pájaros o toca la corteza de los árboles para despertar los sentidos con tranquilidad
- Actividades con agua: Utiliza alfombrillas de agua, mesas de agua o piscinas inflables para divertirte y refrescarte sin el ruido de las piscinas públicas (no pierdas de vista a los niños en ningún momento cuando estén cerca del agua).
- Circuitos de obstáculos caseros: Utiliza flotadores de piscina, aros de hula-hula y tiza para crear un circuito en el jardín que permita realizar actividades físicas intensas y relajantes, como saltar, gatear y trepar

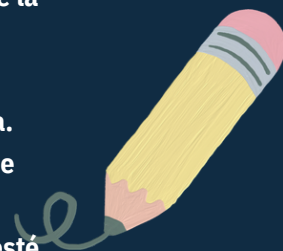


Consejos académicos para las vacaciones de verano

- Elabora un horario diario visual que incluya un tiempo para el estudio.
- Lee al menos 30 minutos cada noche con tus hijos.
- Organiza visitas a bibliotecas, museos, parques locales y espacios comunitarios para fomentar el aprendizaje práctico, lo que contribuye a desarrollar tanto las habilidades académicas como las sociales
- Aprovecha las actividades prácticas (ir de compras, cocinar) como oportunidades de aprendizaje.
- Practica los objetivos y habilidades del IEP en situaciones de la vida real.
- Haz que el aprendizaje sea divertido, breve y constante para evitar que se pierdan conocimientos

La transición del verano a la escuela

- Empiece a ajustar los horarios de sueño unas semanas antes de que empiece la escuela. Vuelva a establecer las rutinas diarias de forma gradual a lo largo del verano.
- Utilice horarios visuales o historias sociales para hablar sobre la vuelta a la escuela. Si es posible, visite la escuela, el patio o el plantel antes del primer día.
- Hable de forma positiva sobre la escuela, sin dejar de reconocer cualquier preocupación o inquietud
- Practique habilidades que fomenten la autonomía, como vaciar la mochila, seguir rutinas o pedir ayuda. Revise el Plan de Educación Individualizado (IEP) de su hijo, las adaptaciones y los apoyos antes de que comience el año escolar.
- Organice los documentos escolares importantes y asegúrese de que toda la documentación necesaria esté actualizada y se haya presentado. Si su hijo tiene necesidades médicas o necesita medicina en la escuela, póngase en contacto con su médico con anticipación para rellenar los formularios de autorización médica o de medicamentos necesarios antes del primer día de clase. Establezca desde el principio una comunicación fluida con el equipo educativo de su hijo para facilitar la colaboración y una transición fluida al nuevo año escolar.



Conozca a su

Equipo de Educadores de Padres de Familia

¿QUÉ ES UN EQUIPO DE EDUCADORES DE PADRES DE FAMILIA?

Nuestro equipo de educadores de padres de familia está formado por padres de niños con discapacidades empleados por el distrito escolar. El equipo consiste de un Enlace de transición y dos Mentores de padres de familia a medio tiempo.



¿QUÉ HACE EL EQUIPO DE EDUCADORES DE PADRES DE FAMILIA?

- Ayudar a las familias de alumnos con discapacidades y a los educadores a encontrar información y recursos.
- Proporcionar talleres y eventos para las familias.
- Proporcionar apoyo confidencial para las inquietudes y preguntas de los padres de familia.
- Proporcionar la perspectiva de los padres de familia a los educadores.



Kimberly Robinson
Mentor de Padres de Familia
Pre-K y escuelas primarias

Kimberly_Robinson@dekalbschoolsga.org



Torra Hancock
Mentor de Padres de Familia
Escuelas intermedias

Torra_Hancock@dekalbschoolsga.org



Lisa Lake
Enlace de Transición de Padres de Familia
Escuelas secundarias

Lisa_Lake@dekalbschoolsga.org

Contáctenos en dcsdpeers@dekalbschoolsga.org



¿A QUIÉN DEBO CONTACTAR?

Apoyo escolar

El MAESTRO de EDUCACIÓN ESPECIAL o ASESOR DE SERVICIOS de su hijo:

Inquietudes relacionadas con: la parte académica (calificaciones, plan de estudio, trabajo en el aula, tareas) conducta del alumno, interacciones y desarrollo social y emocional en el aula (habilidades sociales, controlar las emociones, hacer amigos)

El COORDINADOR de EDUCACIÓN ESPECIAL (LTSE) de su escuela:

Inquietudes relacionadas con: el Plan de Educación Individualizado inicial (IEP), reevaluaciones, consentimiento de los padres, problemas de transporte según el IEP, traslado de un IEP a una escuela nueva, problemas de comunicación entre el administrador del caso y el maestro

El SUBDIRECTOR de su escuela:

Inquietudes relacionadas con: acciones disciplinarias, seguridad escolar, políticas y procedimientos, conducta inapropiada del personal, mantenimiento de las instalaciones, Asociación de Padres y Maestros (PTA), problemas de comunicación entre padres y maestros sin resolver.

El DIRECTOR de su escuela:

Todos los asuntos comunicados al subdirector, pero que no fueron solucionados a satisfacción.

Apoyo Administrativo de la Sección 504/Enseñanza en el hospital/casa (HHB)

Los enlaces de la Sección 504 del distrito: Contactar al 678-676-1898

Preguntas generales o inquietudes relacionadas con las directrices de la Sección 504/Enseñanza en el hospital/casa (HHB) del DCSD, la solicitud de expedientes, los derechos de los padres, el transporte especial y otros servicios relacionados.

Contacte al coordinador del 504 para inquietudes adicionales relacionadas con la elegibilidad, las reuniones de revisión y los problemas de comunicación.

¿El apoyo escolar no resolvió su preocupación?

¿Necesita hablar con uno de nuestros líderes del Distrito de Educación Excepcional?

Por favor, complete el Formulario de comunicación para padres.

Si ya ha intentado trabajar con todo el personal pertinente de la escuela de su hijo (mencionado anteriormente) para resolver un problema y no se ha solucionado a su satisfacción, escanee el código QR y rellene el formulario de comunicación para padres para hablar con uno de nuestros líderes del Departamento de Educación Excepcional. (mencionados a continuación).



Liderazgo del Departamento de Educación Excepcional

Directora interina de Educación Especial: Rolanda Johnson/rolanda_johnson@dekalbschoolsga.org

Inquietudes con el personal adecuado de la escuela de asistencia de su alumno (ver a quién contactar, mencionado arriba), pero que no han sido resueltas de forma satisfactoria.

Coordinadora principal de psicología de la escuela: Dra. Kimberly Franklin/ kimberly_franklin@dekalbschoolsga.org

Los padres deben contactar al coordinador principal de psicología de la escuela cuando existen preocupaciones sin resolver que hayan sido informadas adecuadamente al director de la escuela o al designado que preste servicios psicológicos, realice evaluaciones o brinde apoyo de salud mental para un niño.

Coordinador principal de la Sección 504/Enseñanza en el hospital/casa: Dr. Watina April /watina_april@dekalbschoolsga.org

Preocupaciones relacionadas con: Todas las preocupaciones no resueltas sobre asegurar que un alumno reciba adaptaciones y protecciones apropiadas bajo la Sección 504 de la Ley de Rehabilitación. Las preocupaciones no resueltas relacionadas con el desarrollo o la elegibilidad de un plan 504, la implementación del plan, o la discriminación basada en la discapacidad pueden requerir apoyo a nivel distrital.

Directora ejecutiva de educación excepcional: Dra. Erin Baptiste/ erin_broyard-baptiste@dekalbschoolsga.org

Preocupaciones relacionadas con: Todas las preocupaciones no resueltas que no hayan sido atendidas satisfactoriamente por los administradores escolares o por el liderazgo de Educación Excepcional, en lo que respecta a asegurar que un alumno con una discapacidad reciba servicios educativos apropiados y equitativos.

Apoyo General a los Padres

Equipo de Padres Educadores de Educación Excepcional del DCSD (**Padres Mentores/Enlace de Padres**)

Compuesto por padres de alumnos con discapacidades, contratados para educar a los padres de familia sobre cómo navegar por los servicios y apoyos de Educación Especial del DCSD, las transiciones, los derechos de los padres, los protocolos y procesos del distrito, a quién contactar, los recursos, la información y el apoyo.

Mentor de padres de familia de primaria:
Kimberly_Robinson@dekalbschoolsga.org
Mentor de padres de alumnos de escuela intermedia:
Torra_Hancock@dekalbschoolsga.org
Enlace de Padres de la Escuela Secundaria:
Lisa_Lake@dekalbschoolsga.org