

El programa Project Parenthood ofrece orientación y apoyo SIN COSTO para sus participantes.

**FORTALECER A LAS FAMILIAS.  
APOYAR A LAS COMUNIDADES.**

# PROJECT PARENTHOOD



OFICINA EN GALVESTON  
2200 Market Street, Suite 600  
Galveston, Texas 77550  
409-762-8636 (teléfono)

OFICINA EN TEXAS CITY  
10000 Emmett F. Lowry Expwy, Suite 4000-300D  
Texas City, Texas 77591  
281-576-6366 (teléfono)

[www.fscgal.org](http://www.fscgal.org)



La misión de los **CENTROS DE SERVICIOS FAMILIARES** es promover la salud mental el bienestar de las personas y las familias mediante servicios de orientación, educación y prevención.



**THE CENTER**  
FOR MENTAL HEALTH  
& WELLBEING

**" ESO DE SER UNA MADRE O UN PADRE PERFECTO NO EXISTE. SOLO SEA UN PADRE O UNA MADRE DE VERDAD" - SUE ATKINS**



**Comuníquese con nosotros por correo electrónico a [parenthood@fscgal.org](mailto:parenthood@fscgal.org) para obtener más información sobre Project Parenthood**

Denuncie las sospechas de maltrato o abandono de menores al  
1-800-252-5400  
o  
[txabusehotline.org](http://txabusehotline.org)



**THE CENTER**  
FOR MENTAL HEALTH  
& WELLBEING

# PROJECT

¿Busca un espacio de apoyo para mejorar sus habilidades como padre o madre de familia?

Project Parenthood aborda los retos únicos del cuidado familiar. Este programa informado de trauma ofrece orientación individual y familiar, así como en grupos en un ambiente de colaboración, sin prejuicios. Explore estrategias de crianza eficaces, mejore la comunicación y concéntrese en su papel de padre o madre de familia. Acompañenos y conéctese con otros padres de familia, comparta experiencias y desarrolle una dinámica familiar más fuerte y armoniosa.

## ÁREAS DE APOYO

- Aprenda habilidades de crianza: comunicación clara, apoyo emocional, resolución de conflictos.
- Aborde problemas de salud mental: PTSD, depresión, ansiedad.
- Practique el autocuidado para gestionar el estrés y mantener su bienestar.
- Supere obstáculos personales: ira, dificultades económicas, traumas.
- Equilibre la dinámica y las relaciones familiares, como la coparentalidad.
- Desarrolle colaboraciones y sistemas de apoyo con otros padres de familia.

# PARENTHOOD

## ELIJA EL MEJOR GRUPO PARA USTED:

- **Solo madres:** Relaciónese con otras madres para compartir experiencias, analizar desafíos y adquirir conocimientos específicos de la maternidad.
- **Solo padres:** Participe en un espacio de apoyo para padres donde podrá explorar la paternidad, intercambiar consejos y abordar cuestiones específicas de la crianza de los hijos.
- **Tutores:** Participe en diversos diálogos con madres y padres, para fomentar una perspectiva equilibrada sobre los retos y las estrategias de la crianza de los hijos.
- **Jóvenes:** Permite que los niños participen y aprendan sobre sí mismos y sobre situaciones o inquietudes similares. Se abordarán diversos temas en grupos para niños de diferentes edades y áreas de interés.

**Obtenga apoyo, comparta su experiencia y mejore sus habilidades como padre o madre en un programa que se adapta a sus necesidades.**

# OFRECE

## REQUISITOS DE ELEGIBILIDAD

Ser padre, madre, futuro padre o futura madre o figura paterna o materna de al menos un hijo menor de 17 años.



  
FAMILY SERVICE CENTER  
EST. 1914

**THE CENTER**  
FOR MENTAL HEALTH  
& WELLBEING