

**May is Asian American Native Hawaiian Pacific Islander (AANHPI) Heritage Month:**

Though it is important to celebrate diverse cultures all year long, this month provides us with an intentional opportunity to honor the vibrant histories, cultures and traditions of our AANHPI friends, families and neighbors. Members of our AANHPI communities have influenced neighborhoods and regions across the world through art, food, music and more. [Click here](#) for unique ways to celebrate this month with your family. And for ways to celebrate AANHPI diversity year-round, [click here](#).



**It's Mental Health Awareness Month:**

Your mental health matters! Mental Health Awareness Month was established to increase awareness about the vital role mental health plays in our overall wellbeing. Implementing positive mental health practices like meditation, journaling and exercise can support your whole family in developing healthy mental health habits from an early age. [Click here](#) to learn tips on talking to your child about mental health. Or, consider taking a Mental Health First Aid course in your area.



**Springtown Family Resource Center Turns 2:**

Our amazing team at the Springtown FRC is thrilled to announce the success of their 2nd Birthday Bash! In March, families and community partners came together to enjoy an exciting day of food and connection, plus a dazzling bubble presentation from Next Level Bubbles. Nearly 100 folks joined in the celebrations, making it a truly unforgettable day of fun, laughter and community spirit. Thank you to everyone who participated and contributed to making this event such a huge success. Here's to many more joyful gatherings ahead!



**Family Leadership Summit:**

The force was with us on May 4 as we hosted over 100 children, caregivers and community partners at the second-annual North Texas Family Leadership Summit. This exciting and inspiring event featured four powerful sessions, childcare, food, community resources and more, and was sponsored by Bachman Lake Together, The Early Learning Alliance, Help Me Grow North Texas, My Health My Resources and United Way of Metropolitan Dallas. This year's theme of "Parents Are Real-life Superheroes" encompassed the energy and passion of the day as we sought to empower parents through their journey of supporting their child's health and development. A huge thank you to LaQueshia Jeffries, Audrey Rowland, Tatiana Miller, Omar Aguilar, Kraft'n R Us, the planning committee, the vendors, and families who helped us make this a SUPER day. See you next year!



**Community Partner Spotlight:**

UT Dallas Center for Children and Families is a research center where leading scholars and students generate knowledge and apply developmental science to advance children's optimal development. They believe in the power and worth of developmental science and relationship-centered practices to advance children's development and mitigate the challenges families face. UTD CCF offers a myriad of programs to support children, families and students, such as the Grow With Me and Play With Me programs. [Click here](#) for more information and to learn about additional programs. To sign the Help Me Grow partnership pledge, [visit here](#).



**Important Dates in May:**

- [Maternal Mental Health Awareness Month](#) (May 1-31)
- [National Water Safety Month](#) (May 1-31)

**Employment Opportunities:**

[ChildCareGroup](#) – [My Health My Resources](#) – [United Way of Metropolitan Dallas](#)

**Follow us on social**  
[@HelpMeGrowNTX](#)

## Mayo es el Mes de la Herencia de los Asiático Americanos, Nativos Hawaianos e Isleños del Pacífico (AANHPI):

Aunque es importante celebrar la diversidad cultural durante todo el año, este mes en especial nos brinda la oportunidad de celebrar la emotiva historia, cultura y tradiciones de nuestros amigos, familiares y vecinos AANHPI. Los miembros de la comunidad AANHPI han influenciado barrios y regiones alrededor del mundo con su arte, comida, música y más. [Haz clic aquí](#) y entérate de cómo celebrar este mes de manera original con tu familia. Y para celebrar la diversidad AANHPI durante todo el año, [haz clic aquí](#).



## Mes de Concientización sobre la

### Salud Mental:

¡Tu salud mental es muy importante! El mes de la concientización sobre la salud mental se creó para generar conciencia sobre la importancia que la salud mental representa para nuestro bienestar. Implementando prácticas positivas como la meditación, hacer ejercicio y llevar un diario puede ayudar a tu familia a desarrollar hábitos saludables para la salud mental desde una edad temprana. [Haz clic aquí](#) y entérate de ideas sobre cómo hablar con tus niños acerca de la salud mental. También puedes tomar un curso de primeros auxilios de salud mental en tu área.



## Springtown Family Resource

**Center Cumple 2 años:** ¡Nuestro fabuloso equipo de Springtown FRC se complace en anunciar el éxito de su 2º cumpleaños! El pasado marzo las familias y miembros de la comunidad se reunieron para compartir alrededor de una emocionante comida, además de una fascinante presentación de Next Level Bubbles. Casi 100 personas se reunieron para celebrar un inolvidable día de felicidad y espíritu comunitario. Gracias a todos los que participaron y contribuyeron en el éxito de este evento. ¡Ojalá podemos tener muchas más celebraciones en el futuro!



**Cumbre de Liderazgo Familiar:** La fuerza nos acompañó el pasado 4 de mayo cuando atendimos más de 100 niños, cuidadores y socios de la comunidad en el segundo North Texas Family Leadership Summit.

Este inspirador y emocionante evento anual tuvo cuatro poderosas sesiones, guardería, comida, recursos comunitarios y fue patrocinado por Bachman Lake Together, The Early Learning Alliance, Help Me Grow North Texas, My Health My Resources y United Way of Metropolitan Dallas. El tema de este año “Los Padres son Superhéroes Reales” incluyó la pasión y energía del día mientras buscamos empoderar a los padres en su constante búsqueda de apoyar el desarrollo y la salud de sus hijos. Muchas gracias a LaQueshia Jeffries, Audrey Rowland, Tatiana Miller, Omar Aguilar, Kraft’n R Us, el comité de planeación, vendedores y familias que nos ayudaron en este magnífico día. ¡Nos vemos el próximo año!



## Socios Comunitarios: UT Dallas

Center for Children and Families es un centro de investigaciones donde líderes académicos y estudiantes generan conocimiento y aplican la ciencia del desarrollo para avanzar el desarrollo de los niños en un nivel óptimo. Crean en el poder y el valor de la ciencia del desarrollo y en las prácticas centradas en la relación para avanzar en el desarrollo de los niños y aminorar las dificultades que toda familia enfrenta. UTD CCF ofrece una gran variedad de programas como Grow With Me and Play With Me que apoyan a niños, familiares y estudiantes. [Haz clic aquí](#) para obtener más información y aprender sobre programas adicionales. Para registrarte en Help Me Grow, [visita aquí](#).



## Fechas Importantes en Mayo:

[Mes de Concientización sobre la Salud Mental de las Madres:](#) (Mayo 1-31)

[Mes Nacional para la Seguridad del Agua:](#) (Mayo 1-31)

## Oportunidades de Empleo:

[ChildCareGroup](#) – [My Health My Resources](#) – [United Way of Metropolitan Dallas](#)

## Síguenos en Redes Sociales:

[@HelpMeGrowNTX](#)