

**MEN**



# Let's get better as fathers

## Understanding our mental strength



**Learn to give and receive support for:**  
alcohol & drugs, anger & violence, anxiety & depression,  
grief & loss, relationships & trauma.

**HOMBRES**



# Mejoremos como padres

## Entendiendo nuestra fuerza mental



**Aprenda a dar y recibir apoyo para:**  
alcohol y drogas, ira y violencia, ansiedad y depresión,  
pena y pérdida, relaciones y trauma.

**MEN**



# Let's get better as fathers



## Understanding our mental strength

**Learn to give and receive support for:**  
alcohol & drugs, anger & violence, anxiety & depression,  
grief & loss, relationships & trauma.

**HOMBRES**



# Mejoremos como padres



## Entendiendo nuestra fuerza mental

**Aprenda a dar y recibir apoyo para:**  
alcohol y drogas, ira y violencia, ansiedad y depresión,  
pena y pérdida, relaciones y trauma.

**MEN**



# Let's get better as brothers



## Understanding our mental strength

**Learn to give and receive support for:**  
alcohol & drugs, anger & violence, anxiety & depression,  
grief & loss, relationships & trauma.

**HOMBRES**



# Mejoremos como hermanos



## Entendiendo nuestra fuerza mental

**Aprenda a dar y recibir apoyo para:**  
alcohol y drogas, ira y violencia, ansiedad y depresión,  
pena y pérdida, relaciones y trauma.

**MEN**



# Let's get better as fathers



## Understanding our mental strength

**Learn to give and receive support for:**  
alcohol & drugs, anger & violence, anxiety & depression,  
grief & loss, relationships & trauma.

**HOMBRES**



# Mejoremos como padres



## Entendiendo nuestra fuerza mental

**Aprenda a dar y recibir apoyo para:**  
alcohol y drogas, ira y violencia, ansiedad y depresión,  
pena y pérdida, relaciones y trauma.



**MEN**



# Let's get better as uncles



## Understanding our mental strength

**Learn to give and receive support for:**  
alcohol & drugs, anger & violence, anxiety & depression,  
grief & loss, relationships & trauma.

**HOMBRES**



# Mejoremos como tios



**Entendiendo nuestra fuerza mental**

**Aprenda a dar y recibir apoyo para:**  
alcohol y drogas, ira y violencia, ansiedad y depresión,  
pena y pérdida, relaciones y trauma.

**MEN**



# Let's get better as grandsons



## Understanding our mental strength

**Learn to give and receive support for:**  
alcohol & drugs, anger & violence, anxiety & depression,  
grief & loss, relationships & trauma.

**HOMBRES**



# Mejoremos como nietos



## Entendiendo nuestra fuerza mental

**Aprenda a dar y recibir apoyo para:**  
alcohol y drogas, ira y violencia, ansiedad y depresión,  
pena y pérdida, relaciones y trauma.

**MEN**



# Let's get better as grandfathers



## Understanding our mental strength

**Learn to give and receive support for:**  
alcohol & drugs, anger & violence, anxiety & depression,  
grief & loss, relationships & trauma.

**HOMBRES**



# Mejoremos como abuelos



**Entendiendo nuestra fuerza mental**

**Aprenda a dar y recibir apoyo para:**  
alcohol y drogas, ira y violencia, ansiedad y depresión,  
pena y pérdida, relaciones y trauma.

**MEN**



# Let's get better as friends



## Understanding our mental strength

**Learn to give and receive support for:**

Alcohol & Drugs, Anger & Violence, Anxiety & Depression,  
Grief & Loss, Relationships, Trauma.

**HOMBRES**



# Mejoremos como amigos



## Entendiendo nuestra fuerza mental

**Aprenda a dar y recibir apoyo para:**  
alcohol y drogas, ira y violencia, ansiedad y depresión,  
pena y pérdida, relaciones y trauma.



**HOMBRES**



# Mejoremos como esposos



## Entendiendo nuestra fuerza mental

**Aprenda a dar y recibir apoyo para:**  
alcohol y drogas, ira y violencia, ansiedad y depresión,  
pena y pérdida, relaciones y trauma.

**MEN**



# Let's get better as husbands



## Understanding our mental strength

**Learn to give and receive support for:**

Alcohol & Drugs, Anger & Violence, Anxiety & Depression,  
Grief & Loss, Relationships, Trauma.