



## 每個家庭的家庭壓力看起來都不一樣

艱難的經歷會使人感到壓力沉重, 尤其是兒童

對壓力容忍度的降低, 會導致如打架、分心和叛逆的行為。

在學習和記憶上變得困難。

可能導致永久的健康問題。

在交友和關係維繫上有困難。

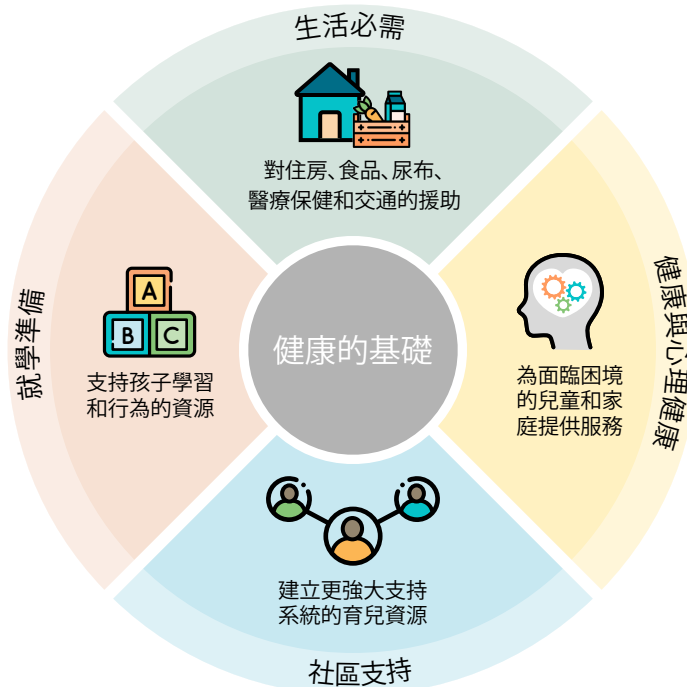
父母在幫助孩子成長為健康成人的路上扮演極重要的角色。

**Help Me Grow** 支持您的育兒旅程, 為您的孩子建立一個更堅實的早期學習基礎。

永久免費。絕對保密。只要撥打**1-888-510-1211**  
[helpmegrowalameda.org](http://helpmegrowalameda.org)



在壓力大的時候我們需要減輕一些負擔，  
Help Me Grow 透過連結您到以下服務來支持您：



Help Me Grow 是一項針對嬰兒、幼兒及愛護他們的照顧者所提供的免費計劃。

永久免費。絕對保密。只要撥打1-888-510-1211 [helpmegrowalameda.org](http://helpmegrowalameda.org)

