



Cada familia puede sentir el estrés familiar de manera diferente.

Las experiencias difíciles le pueden pesar a cualquiera, particularmente a los niños.

Bajan la tolerancia para el estrés, lo cual puede resultar en comportamientos tales como pelear, desconectarse y desafiar.

Pueden ocasionar problemas de salud a largo plazo.



Incrementan la dificultad con el aprendizaje y la memoria.

Pueden ocasionar dificultades en hacer amigos y en mantener relaciones.

Los padres tienen un papel importante en apoyar a que sus hijos se conviertan en adultos saludables. Help Me Grow apoya su camino de crianza para ayudar a construir una fundación de aprendizaje sólida para su niño.

**Siempre gratis. Siempre confidencial. Simplemente llámenos al 1-888-510-1211
helpmegrowalameda.org**



Durante tiempos estresantes necesitamos apoyo,
Help Me Grow le ayuda a usted a conectarse con:



Help Me Grow es un programa gratuito enfocado para bebés, niños pequeños y la gente que los ama.

Siempre gratis. Siempre confidencial. Simplemente llámenos al 1-888-510-1211 o visite: helpmehrowalameda.org