



## Su voz es su **superpoder**

A veces tenemos miedo de que hablar sobre nuestras preocupaciones y problemas pueda hacernos ver débiles. Sin embargo, compartir nuestros sentimientos de hecho nos ayuda a resolver las cosas. Así que empiece a hablar y no tenga miedo de pedir ayuda. En Stamford, hay recursos disponibles para todas las familias, porque la salud mental de nuestros hijos es importante.



Scan this QR code  
for a link to local  
resources.

no cargues el peso **solo**.  
**NOSOTROS TE APOYAMOS**