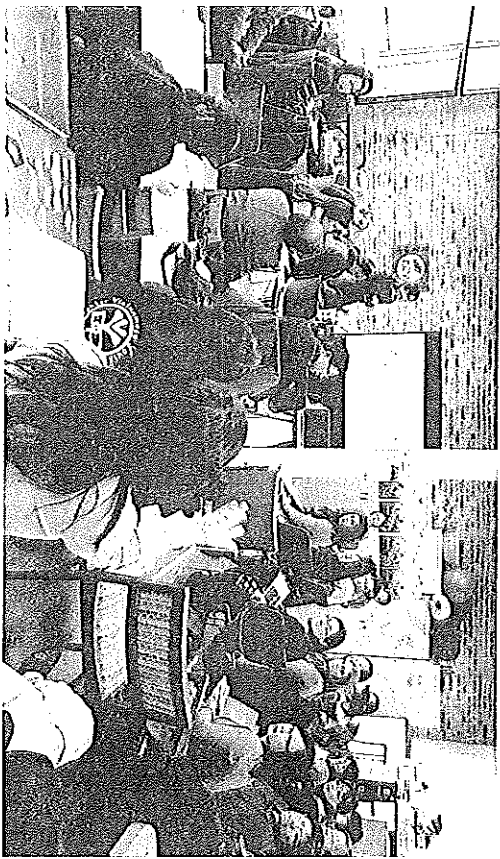


兒童培育中心提供諮詢和轉介服務

評估心理健康雙語小冊派發



了幫助華人社區有效預防、治療抑鬱症等精神疾病，兒童培育中心聯合多位心理健康諮詢專業人士，攜手提供心理諮詢和轉介服務。昨天（12日），向社區非牟利機構代表介紹抑鬱症等心理疾病的成因和評估、預防及治療方法，並向社區派發評估心理健康程度的雙語小冊子、海報及DVD。

各類心理疾病困擾青少年

兒童培育中心主任林鳳嬌表示，因為文化和語言等因素，在各種壓力下，有華人面臨抑鬱症等各種心理疾病的困擾，卻缺乏相關中文資訊。心理輔導不局限在青少年，無論什麼年齡的成員，都可能面對對心理疾病的困擾，為此，華埠兒童培育中心與心理健康諮詢專

記者黃偉江攝

圖為華埠兒童培育中心介紹如何預防和治療抑鬱症。

業人士合作，面向華裔成人和長者，提供雙語心理諮詢輔導和轉介服務。

心理健康問題不獲疏導

大家經常提到的社會上發生的各種極端行為所導致的悲劇，往往是在心理健康出現問題並得不到及時疏導。

林鳳嬌認為，新移民家庭面對各種壓力，心理健康就越是更要注意。出現心理問題，越早治療越好。

尋求幫助非常重要有效

在家庭衝突、工作環境困難、經濟問題、難以適應美國生活和缺少社會支持的壓力下，每一個人和生活的某個階段曾經歷這些症狀是很平常的事。

林鳳嬌說，症狀通常不會自動消失，尋求幫助是非常重要的有效的方法。服務不受醫保限制，低收入的患者，同樣可獲得無差別的醫療照護，並根據個案情況，轉介到相應的治療部門。

民眾可到華埠多個非牟利機構索取免費的中文資料和精神評估表格，聯繫：415-392-4453。

100 兒童繪圖手工書 \$1.99 \$4.99 (2013年12月13日)