



**Ser padres
puede ser
una alegría.**



También puede ser difícil.

**Todo el mundo necesita ayuda
de vez en cuando, y el apoyo
está al alcance de la mano.**

Be There for ME es un espacio libre de juicios para comenzar a encontrar apoyo con:

- Vivienda
- Transporte
- Conseguir objetos de uso diario
- Comida
- Cuidado infantil
- La salud o el desarrollo de su hijo
- Los sentimientos o el estrés de su hijo
- Ser un padre, madre o cuidador primerizo
- Sus sentimientos o su estrés
- Drogas o alcohol
- Averiguar qué necesita



Obtenga más información en: **BeThereforME.org**

Apoyo a padres y cuidadores en Maine

Be There for ME fue desarrollado por el Departamento de Salud y Servicios Humanos (Department of Health and Human Services) y Maine Child Welfare Action Network en asociación con un diverso grupo de padres y cuidadores.

