



Ser pai ou mãe  
pode ser uma  
alegria.

Também pode ser difícil.

Todo mundo precisa de ajuda às vezes,  
há apoio disponível.

Pode haver muita coisa em que pensar quando se está cuidando de você e de seu filho. Seja para pagar contas, encontrar uma creche acessível ou lidar com seus próprios sentimentos e estresse, o **Be There for ME** é um lugar sem julgamentos para começar a encontrar apoio.

Saiba mais em: **BeThereforME.org**



Apoio a pais e cuidadores no Maine

O Be There for ME foi desenvolvido pelo Department of Health and Human Services e pela Maine Child Welfare Action Network em parceria com um grupo diversificado de pais, mães e responsáveis.

