



Воспитание  
может быть в  
радость.

Но это бывает непросто.

Каждому иногда нужна помощь,  
и здесь вы найдете поддержку.

Вам придется о многом заботиться, когда вы будете ухаживать за собой и своим ребенком. Будь то оплата счетов, поиск доступных детских садов или совладание со своими чувствами и стрессом, **Be There for ME** — это место, где вы можете найти поддержку, не боясь осуждения.

Узнайте больше на сайте: [BeThereforME.org](https://BeThereforME.org)



Программа поддержки родителей и опекунов в штате Мэн

Программа Be There for ME была разработана Department of Health and Human Services и Maine Child Welfare Action Network в сотрудничестве с различными группами родителей и опекунов.

