

**MUCHAS FAMILIAS ESTÁN TENIENDO DIFICULTADES AHORA MISMO.  
SI USTED SE SIENTE ABRUMADO, ESTÁ BIEN PEDIR AYUDA.**

# Todos necesitamos ayuda a veces



Conéctese con su  
Family Resource Center  
local: [www.frcma.org](http://www.frcma.org)



GRATIS • CONFIDENCIAL  
24/7 • MULTILINGÜE  
[WWW.MASS211.ORG](http://WWW.MASS211.ORG)

Un programa de su United Way local y  
la Mancomunidad de Massachusetts

SI ES UNA EMERGENCIA, LLAME AL 911

AUN CON EL DISTANCIAMIENTO SOCIAL, NO ESTAMOS SOLOS