

WHERE TO FIND SUPPORT DÓNDE ENCONTRAR APOYO

In an emergency, dial 911 — En una emergencia, llamar al 911



National Lifeline (24/7, call or text):
9-8-8, press #1 for Veterans,
#2 Spanish



Línea nacional de prevención del suicidio
y situaciones de crisis (disponible todo el
tiempo): Llamar o enviar mensaje de texto
al **988**, presionar 1 para veteranos, 2 para
español



Need help or just someone to
listen?

Call our local crisis line 24/7
at **503-291-9111**



¿Necesita ayuda o solo a alguien
que lo escuche? Llamar a nuestra
línea local para situaciones de crisis
(disponible todo el tiempo)
503-291-9111 para inglés
503-988-4853 para español

Call Washington County Crisis Line to Access:



503-291-9111 (call first)
5250 NE Elam Young Pkwy,
Hillsboro
**No out-of-pocket costs*

Llamar a la línea para situaciones de crisis del Condado
de Washington para acceder al Centro de Atención
Hawthorn (salud mental y adicciones):



503-291-9111 (llamar primero)
5250 NE Elam Young Pkwy, Hillsboro
**Servicio gratuito*



24/7, teen advice 5-10 pm

Text **teen2teen** to **839863**
Call **877-968-8491**
Chat: **oregonyouthline.org**



Consejos para adolescentes (disponible
todos los días de 5 p.m. a 10 p.m.)
Enviar «**teen2teen**» por mensaje de texto
al **839863**
Llamar al **877-968-8491**
Charlar (chat) en: **oregonyouthline.org**

24/7 support for LGBTQ youth



Call **866-488-7386**
Text 'START' to **678678**
Chat: **trevorproject.org**



Línea de ayuda del Proyecto Trevor para jóvenes
LGBTQ (disponible todo el tiempo)
Llamar al **866-488-7386**
Enviar «**START**» por mensaje de texto
al **678678**
Charlar (chat) en: **trevorproject.org**



Family Peace Center
Resources & services for
survivors of family violence
Crisis Line (24/7): **503-430-8300**



Centro de Paz Familiar
Recursos y servicios para
sobrevivientes de violencia familiar
Línea para situaciones de crisis
(disponible todo el tiempo): **503-430-8300**

Free, confidential service that connects HSD students &
families to mental health providers, substance use
treatment and social services.



Call **888-515-0595**
caresolace.com/hsd-k12



Servicio gratuito y confidencial que conecta a los estudiantes y
las familias del HSD con proveedores de salud mental,
tratamiento para el consumo de sustancias y servicios de
apoyo comunitario.
Llame al **888-515-0595**
caresolace.com/hsd-k12



School Based Health Center at
Century High School
(503)597-4580: Medical, dental,
mental health counseling



Centro de Salud Escolar de
la Escuela Preparatoria Century
503-597-4580: Servicios médicos,
dentales y de salud mental



To report bullying, violence, drugs,
or harm to school or a student:

Call/Text: **844-472-3367**



Para reportar situaciones de acoso
escolar, violencia, drogas o daños a la
escuela o a un estudiante:

Llamar/Enviar mensaje de texto al
844-472-3367

These helplines will ask your name, listen to you, and help you figure out next steps.

Estas líneas de ayuda le preguntarán por su nombre, lo escucharán y le ayudarán a determinar los próximos pasos.