

Durante la COVID-19

# No está solo

Sabemos que el distanciamiento físico genera mayor preocupación y podemos brindarle ayuda.

**Todas estas líneas de ayuda ofrecen servicios de traducción y son confidenciales.**

- Línea Directa Nacional de Prevención del Suicidio: 1-800-273-8255
- Línea Directa Nacional para Casos de Violencia de Género: 1-800-799-7233
- RAINN – Línea Directa Nacional para Casos de Acoso Sexual: 1-800-656-4673
- Youthline (Línea para jóvenes): llame al 1-877-968-8941 o envíe el mensaje de texto teen2teen al 839863  
Adolescentes disponibles de 4 p. m. a 10 p. m., hora del Pacífico.
- Línea SAFEline de Oregón: 1-855-503-7233 (SAFE)  
Para denunciar abusos, abandono, explotación financiera o autoabandono de un adulto o niño.
- Centro de recursos para ancianos y discapacitados: 1-855-673-2372 (ORE-ADRC)

Para obtener más recursos, puede LLAMAR al: 211 o al 1-866-698-6155.  
TTY: marque 711 y llame al 1-866-698-6155. MENSAJE DE TEXTO: envíe su código postal al 898211 (TXT211). CORREO ELECTRÓNICO: help@211info.org

Durante la COVID-19

# No está solo

Sabemos que el distanciamiento físico genera mayor preocupación y podemos brindarle ayuda.

**Todas estas líneas de ayuda ofrecen servicios de traducción y son confidenciales.**

- Línea Directa Nacional de Prevención del Suicidio: 1-800-273-8255
- Línea Directa Nacional para Casos de Violencia de Género: 1-800-799-7233
- RAINN – Línea Directa Nacional para Casos de Acoso Sexual: 1-800-656-4673
- Youthline (Línea para jóvenes): llame al 1-877-968-8941 o envíe el mensaje de texto teen2teen al 839863  
Adolescentes disponibles de 4 p. m. a 10 p. m., hora del Pacífico.
- Línea SAFEline de Oregón: 1-855-503-7233 (SAFE)  
Para denunciar abusos, abandono, explotación financiera o autoabandono de un adulto o niño.
- Centro de recursos para ancianos y discapacitados: 1-855-673-2372 (ORE-ADRC)

Para obtener más recursos, puede LLAMAR al: 211 o al 1-866-698-6155.  
TTY: marque 711 y llame al 1-866-698-6155. MENSAJE DE TEXTO: envíe su código postal al 898211 (TXT211). CORREO ELECTRÓNICO: help@211info.org

Durante la COVID-19

# No está solo

Sabemos que el distanciamiento físico genera mayor preocupación y podemos brindarle ayuda.

**Todas estas líneas de ayuda ofrecen servicios de traducción y son confidenciales.**

- Línea Directa Nacional de Prevención del Suicidio: 1-800-273-8255
- Línea Directa Nacional para Casos de Violencia de Género: 1-800-799-7233
- RAINN – Línea Directa Nacional para Casos de Acoso Sexual: 1-800-656-4673
- Youthline (Línea para jóvenes): llame al 1-877-968-8941 o envíe el mensaje de texto teen2teen al 839863  
Adolescentes disponibles de 4 p. m. a 10 p. m., hora del Pacífico.
- Línea SAFEline de Oregón: 1-855-503-7233 (SAFE)  
Para denunciar abusos, abandono, explotación financiera o autoabandono de un adulto o niño.
- Centro de recursos para ancianos y discapacitados: 1-855-673-2372 (ORE-ADRC)

Para obtener más recursos, puede LLAMAR al: 211 o al 1-866-698-6155.  
TTY: marque 711 y llame al 1-866-698-6155. MENSAJE DE TEXTO: envíe su código postal al 898211 (TXT211). CORREO ELECTRÓNICO: help@211info.org

Durante la COVID-19

# No está solo

Sabemos que el distanciamiento físico genera mayor preocupación y podemos brindarle ayuda.

**Todas estas líneas de ayuda ofrecen servicios de traducción y son confidenciales.**

- Línea Directa Nacional de Prevención del Suicidio: 1-800-273-8255
- Línea Directa Nacional para Casos de Violencia de Género: 1-800-799-7233
- RAINN – Línea Directa Nacional para Casos de Acoso Sexual: 1-800-656-4673
- Youthline (Línea para jóvenes): llame al 1-877-968-8941 o envíe el mensaje de texto teen2teen al 839863  
Adolescentes disponibles de 4 p. m. a 10 p. m., hora del Pacífico.
- Línea SAFEline de Oregón: 1-855-503-7233 (SAFE)  
Para denunciar abusos, abandono, explotación financiera o autoabandono de un adulto o niño.
- Centro de recursos para ancianos y discapacitados: 1-855-673-2372 (ORE-ADRC)

Para obtener más recursos, puede LLAMAR al: 211 o al 1-866-698-6155.  
TTY: marque 711 y llame al 1-866-698-6155. MENSAJE DE TEXTO: envíe su código postal al 898211 (TXT211). CORREO ELECTRÓNICO: help@211info.org



Para obtener una lista de recursos completos, visite: [oralert.gov/not-alone](https://oralert.gov/not-alone)



**Si no puede usar este folleto, quizás conozca a alguien que sí pueda.  
Mantenemos fuertes a nuestras comunidades.**

Puede obtener este documento en otros idiomas, en letra grande, en braille o en el formato que usted prefiera. Escriba a [Oregon.MassCare@state.or.us](mailto:Oregon.MassCare@state.or.us). Aceptamos todas las llamadas por servicio de retransmisión o puede marcar el 711.

DHS Spanish 2468B



Para obtener una lista de recursos completos, visite: [oralert.gov/not-alone](https://oralert.gov/not-alone)



**Si no puede usar este folleto, quizás conozca a alguien que sí pueda.  
Mantenemos fuertes a nuestras comunidades.**

Puede obtener este documento en otros idiomas, en letra grande, en braille o en el formato que usted prefiera. Escriba a [Oregon.MassCare@state.or.us](mailto:Oregon.MassCare@state.or.us). Aceptamos todas las llamadas por servicio de retransmisión o puede marcar el 711.

DHS Spanish 2468B



Para obtener una lista de recursos completos, visite: [oralert.gov/not-alone](https://oralert.gov/not-alone)



**Si no puede usar este folleto, quizás conozca a alguien que sí pueda.  
Mantenemos fuertes a nuestras comunidades.**

Puede obtener este documento en otros idiomas, en letra grande, en braille o en el formato que usted prefiera. Escriba a [Oregon.MassCare@state.or.us](mailto:Oregon.MassCare@state.or.us). Aceptamos todas las llamadas por servicio de retransmisión o puede marcar el 711.

DHS Spanish 2468B



Para obtener una lista de recursos completos, visite: [oralert.gov/not-alone](https://oralert.gov/not-alone)



**Si no puede usar este folleto, quizás conozca a alguien que sí pueda.  
Mantenemos fuertes a nuestras comunidades.**

Puede obtener este documento en otros idiomas, en letra grande, en braille o en el formato que usted prefiera. Escriba a [Oregon.MassCare@state.or.us](mailto:Oregon.MassCare@state.or.us). Aceptamos todas las llamadas por servicio de retransmisión o puede marcar el 711.

DHS Spanish 2468B