Recurrencia (Tf2(Tfion Bi 6(H ac)(Sgst ctSpaMD)dgsp telefónicas de ayuda:(cada una indica si ofrece servicios de inte

- ***Call to Safety*** **(Llame para su seguridad):** Si usted es adulto(a) y está preocupado(a) por su seguridad en su casa, llame al 888-235-5333. Disponen de una línea de ayuda con servicio de interpretación.
- **Proyecto Única:** versión en español de , marque el 503-232-4448.
- **Línea telefónica directa de ayuda de DHS:** (Departamento de Servicios Humanos de Oregón) Si le preocupa la seguridad de un(a) niño(a), llame al 855-503-7233. Disponen de .

- **Línea de ayuda de Kaiser para casos de crisis:** Está disponible si tiene seguro médico de Kaiser, llame al 503-331-6425.
- **Línea Nacional Directa para la Prevención de Suicidios:** para inglés, llame al 800-273-8255; para español, llame al 800-628-9454 (24 horas al día, 7 días a la semana). Disponen de servicios de interpretación.
- **Oregon Youthline (Línea directa de ayuda para jóvenes de Oregón):** Para que los jóvenes se conecten con otros jóvenes envíe un texto que diga "Teen2Teen" al 839863 y se pondrá en contacto con otra persona por texto al momento. Disponen de servicios de interpretación.
- **Trevor Project (Proyecto Trevor)**: Ayuda y apoyo para jóvenes LGBTQiA+. Envíe un texto que diga "START" al 678678 o llame a TrevorLifeLine (línea telefónica salvavidas), 1-866-488-7386.
- **Trans Lifeline**