



Community Resources | Los Recursos de la Comunidad

Health, Housing, Food, Transportation, Legal Support & More

Salud, vivienda, alimentación, transporte, asistencia jurídica y más

 211 Info: Call 211 (24/7), Text your zip code to 898211, Visit: www.211info.org. Free guidance on all local resources.	211 Info: Llama al 211 (24/7), Textear: Código postal al 89821, Visite: www.211info.org. Orientación gratuita sobre los recursos locales.
 Centro Cultural: 509-359-0446 Empowering Latino families and diverse communities with resources to thrive.	Centro Cultural: 509-359-0446. Empoderando a las familias Latinas y a las comunidades diversas con recursos para prosperar
 Immigrant and Refugee Community Organization: 503-234-1541. Providing services refugees, immigrants, and people of different cultures need to thrive.	Organización Comunitaria de Inmigrantes y Refugiados: 503-234-1541. Brindado los servicios que refugiados, inmigrantes y personas de diferentes culturas necesitan para prosperar.
 Community Action: 503-648-6646 Removing conditions of poverty and creating opportunities to thrive.	Acción Comunitaria: 503-648-6646. Eliminando las condiciones de pobreza y crear oportunidades para prosperar.
 Virginia Garcia Memorial Health Center: 503-352-8610. Accessible and quality health care, emphasizing migrant farmworkers and others with barriers to care.	Centro de Salud Virginia Garcia Memorial: 503-352-8610. Atención medica accesible y calidad con énfasis en trabajadores agrícolas migrantes y otras barreras a la atención medica.
 Adelante Mujeres: 503-992-0078 Education and empowerment resources for Latina women.	Adelante Mujeres: 503-992-0078 Educación y oportunidades de empoderamiento para mujeres Latinas.
 Prism Health: 503-445-7699. Accessible and compassionate healthcare for the LGBTQ+ community and beyond.	Prism Health: 503-445-7699. Atención médica accesible y compasiva para la comunidad LGBTQ+ y más allá.
 Q Center: 503-234-7837 (Voicemail & Appointment Only) 2SLGBTQIA+ support groups, food pantry, job help, and more.	Q Center: 503-234-7837 (Solo correo de voz y citas) 2SLGBTQIA+ grupos de apoyo, despensa de alimentos, asistencia laboral y más.
 Imani Center: 503-572-4921 Behavioral health program designed by and for Black and African American people.	Imani Center: 503-572-4921 Un programa de salud conductual diseñado por y para personas negras y afroamericanas.
 Ride Connection: 503-226-0700 Free, accessible transportation programs.	Ride Connection: 503-226-0700 Programas de transporte gratuitos y accesibles.
 Washington County Behavioral Health: 503-846-4528. Call if you don't have health insurance, have low income, or need help finding options for care.	El Condado de Washington Salud Conductual: 503-846-4528. Llámanos si no tiene seguro médico, tiene bajos ingresos o necesita ayuda para buscar opciones para la atención médica.
 Asian Health and Service Center: 503-872-8822. Improving health for all Asians. Bridging Asian and American cultures to build a harmonious community.	
 NAYA Family Center: 503-288-8177. Culturally-specific wraparound programs and services that guide our people in the direction of personal success and balance through cultural empowerment. Youth Centered, Family Driven, Elder Guided.	



Oregon Senior Peer Outreach: 1-833-736-4676 call to sign up. Senior Peer Supporters call elders (55+) in Oregon weekly who want a caring, compassionate friend to talk with.



The Pearl Room: 503-625-5644. Free older adult mental health services including social groups and counseling at the Marjorie Stewart Sr. Center in the Pearl Room.

Helplines for Free, Immediate, and Confidential Support*

Líneas de ayuda para asistencia gratuita, inmediata y confidencial*



Washington County Crisis Line (24/7): 503-291-9111. Also offers consultation on resources.

Línea de Salud Mental Latine (24/7): 503-988-4853; Crisis del Condado de Washington (24/7) : 503-291-9111. Ofrecen consultas sobre recursos.



National Suicide & Crisis Lifeline (24/7, call or text): 988, press #1 for Veterans, #2 Spanish

Línea de Prevención del Suicidio y Crisis Nacional (24/7, llamar o texto): 9-8-8, presione #1 para Veteranos, #2 Español



Oregon Alcohol & Drug Helpline (24/7): 1-800-923-4357

Línea de ayuda para el alcohol y las drogas (24/7): 1-800-923-4357



Trans Lifeline (10am-6pm M-F): 1-877-565-8860. By Trans people for Trans, Nonbinary, Agender, and Questioning communities.

Trans Lifeline: 1-877-565-8860 (10am-6pm Lunes a Viernes). Dirigido por personas transgénero para las personas transgénero, no binario, agénero y aquellos que cuestionan su género.



Senior Loneliness Line (5:30am-11:30pm Daily): 1-800-282-7035
Make uplifting connections with our friendly team. Ages 60 and older.

Línea de Soledad para Personas Mayores (5:30am-11:30pm cada día): 1-800-282-7035
Crea conexiones edificante con nuestro amable equipo. Para mayores de 60 años.



Hawthorn Walk-in Center - Mental Health & Substance Use Care (call for hours): 503-291-9111, 5250 NE Elam Young Pkwy #100, Hillsboro, OR 97124

Hawthorn Atención Sin Cita - Centro de Salud Mental y Adicciones (llame para horas): 503-291-9111 5250 NE Elam Young Pkwy #100, Hillsboro, OR 97124



Trevor Project Trevor Project 24/7 support for LGBTQ+ youth: Call 866-488-7386 or Text START to 678678

Proyecto Trevor: Apoyo 24/7 para jóvenes LGBTQ+: Lame al 866-488-7386 o textear EMPEZAR a 678678



YouthLine (24/7): Text "teen2teen" to 839863 or call 877-968-8491. Trained teens available daily 5-10pm (adults available by 24/7). Interpreters available.

Linea juvenil (24/7): Textear "teen2teen" a 839863 o llama al 877-968-849. Adolescentes capacitados disponibles diariamente de 5-10pm (adultos disponibles 24/7) Hay intérpretes.



Non-emergency Bias Response Hotline: 1-844-924-2427 (9am-5pm Monday-Friday). Oregon Department of Justice. Interpreters available.

Línea directa de respuesta ante sesgos en situaciones no urgentes: 1-844-924-2427 (9am-5pm Lunes a Viernes). Departamento de Justicia de Oregón. Hay intérpretes disponibles.



BlackLine (24/7, call or text): 1-800-604-5841 or download the app. Peer support by and for Black, Black LGBTQI+, Brown, Native, and Muslim communities. Spanish not available.

*** These helplines will not share your information unless there is concern about harm to yourself or others. Please go to the organization's website to learn more about their privacy policies.** Estas líneas de ayuda no compartirán su información a menos que exista preocupación de que pueda sufrir daños a usted o a otras personas. Visite el sitio web de la organización para obtener más información sobre sus políticas de privacidad.