

Parenting *can be* Challenging

We get it, and we are here for you.



The team at Reach Out Oregon is staffed by parents and caregivers to support you and your family - no matter where you are on your journey.

- If you are having a tough time and would like someone to talk to, we are here for you
- We offer a safe, judgement free space to connect and share experiences.
- Our peer support specialists have been there, too, and can help you through the tough stuff



Reach Out Oregon
Offers **Free Support**
& **Guidance to All**
Oregon Families

- ✓ Regardless of Insurance
- ✓ We are Parents Supporting Parents
- ✓ Live Weekly Family Discussions
- ✓ Share Information & Experiences with Others
- ✓ Community Resources

1.833.REACH.OR (1.833.732.2467) | reachoutoregon.org

La Crianza Nuestros Hijos Puede ser Difícil

Lo entendemos y estamos aquí para ti para ayudarte.

El equipo de Reach Out Oregon está compuesto por padres/madres y cuidadores/as para apoyarte y a tu familia, sin importar en que etapa de la crianza de tus hijos te encuentres

- Si estás pasando por un momento difícil y le gustaría hablar con alguien, estamos aquí para ti
- Ofrecemos un espacio seguro y libre de juicios para conectar y compartir experiencias
- Nuestros especialistas en apoyo de pares también han estado ahí y pueden ayudarte con los temas difíciles



Reach Out Oregon ofrece
apoyo y orientación
gratuitas a todas las
familias de Oregon

- ✓ Independiente del seguro
- ✓ Somos padres apoyando a padres
- ✓ Discusiones familiares semanales en vivo
- ✓ Comparte información y experiencias con otros
- ✓ Recursos en la comunidad

1.833.REACH.OR (1.833.732.2467) | reachoutoregon.org