

# Prevent COVID-19

Keep cases  
down.

## Protect Yourself and Your Community

COVID-19 spreads easily and quickly. Follow these tips to stay safe.



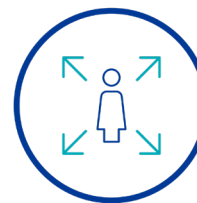
Wear a mask that covers  
your nose and mouth.



Wash or sanitize your  
hands often.



Avoid crowds.  
Don't meet in big groups.



Stay 6 feet away  
from others.

Nantucket Cottage Hospital COVID-19 Hotline (general information, non-clinical): 508-825-1339

Nantucket Cottage Medical Group: 508-825-1000

### Food

Nantucket Food, Fuel and Rental Assistance: 508-901-1320 | [assistnantucket.org](http://assistnantucket.org)

### Housing

Housing Nantucket: 508-228-4422 | [housingnantucket.org](http://housingnantucket.org)

MA Dept of Housing & Community Development (housing & assistance): 866-584-0653

### Mental Health

Fairwinds – Nantucket's Counseling Center: 508-228-2689

Gosnold on Nantucket: 508-228-3955

Mobile crisis (24/7): 877-784-6273

Parent Stress Hotline: (support for parents and caregivers) 1-800-632-8188

Samaritans Suicide Hotline: 877-870 4673

### Violence

A Safe Place Nantucket: 508-228-0561

SafeLink Domestic Violence Hotline: 800-799-7233

### Legal Support

Nantucket Immigration Resource Center: 774-325-6824

RESOURCES

# Evite el COVID-19

Protéjase y proteja a su comunidad

Mantengamos  
los casos  
en descenso.

El COVID-19 se transmite fácilmente y con rapidez. Observe estas recomendaciones para protegerse.



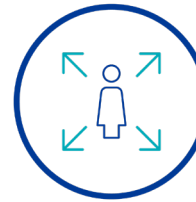
Use una mascarilla que le cubra la boca y la nariz.



Lávese o higienícese las manos a menudo.



Evitar las aglomeraciones.  
No participe de reuniones numerosas.



Manténgase a 6 pies de distancia de las demás personas.

Línea directa de COVID-19 de Nantucket Cottage Hospital (información general, no clínica): 508-825-1339  
Nantucket Cottage Medical Group: 508-825-1000

#### Alimentos

Nantucket Food, Fuel and Rental Assistance (Asistencia en Alimentos, Combustible y Alquiler de Nantucket):  
508-901-1320 | [assistnantucket.org](http://assistnantucket.org)

#### Vivienda

Housing Nantucket (Vivienda de Nantucket): 508-228-4422 | [housingnantucket.org](http://housingnantucket.org)  
Departamento de Vivienda y Desarrollo Comunitario de MA (vivienda y asistencia): 866-584-0653

#### Salud mental

Centro de Asesoramiento de Fairwinds – Nantucket: 508-228-2689  
Gosnold en Nantucket: 508-228-3955  
Intervención móvil en momentos de crisis (24/7): 877-784-6273  
Línea directa para padres con estrés: (apoyo para padres y cuidadores terapéuticos en situaciones de estrés)  
1-800-632-8188  
Línea directa de prevención del suicidio de Samaritans: 877-870 4673

#### Violencia

A Safe Place Nantucket: 508-228-0561  
Línea directa para casos de violencia doméstica SafeLink: 800-799-7233

#### Ayuda legal

Centro de Recursos para Inmigrantes de Nantucket: 774-325-6824

RECURSOS

# Previna a COVID-19

Proteja a si mesmo e à sua comunidade

A COVID-19 se espalha com facilidade e rapidez. Siga estas dicas para se manter protegido.

Mantenha o número de casos baixo.



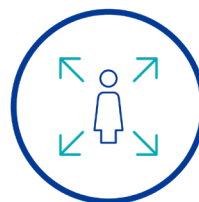
Use uma máscara que cubra o nariz e a boca.



Lave ou desinfete as mãos com frequência.



Evite multidões.  
Não se reúna em grandes grupos.



Fique a 2 metros de distância dos outros.

Linha direta COVID-19 do Hospital Nantucket Cottage (informações gerais, não clínicas): 508-825-1339  
Nantucket Cottage Medical Group: 508-825-1000

#### Alimentos

Nantucket Food, Fuel and Rental Assistance: 508-901-1320 | [assistnantucket.org](http://assistnantucket.org)

#### Moradia

Housing Nantucket: 508-228-4422 | [housingnantucket.org](http://housingnantucket.org)

Departamento de Habitação e Desenvolvimento Comunitário de MA (moradia e assistência): 866-584-0653

#### Saúde mental

Fairwinds - Centro de Aconselhamento de Nantucket: 508-228-2689

Gosnold em Nantucket: 508-228-3955

Crise móvel (24/7): 877-784-6273

Linha direta para pais sob estresse: (apoio para pais e cuidadores) 1-800-632-8188

Linha direta de prevenção ao suicídio da Samaritans: 877-870-4673

#### Violência

A Safe Place Nantucket: 508-228-0561

Linha direta para casos de violência doméstica SafeLink: 800-799-7233

#### Apoio jurídico

Centro de Recursos de Imigração de Nantucket: 774-325-6824

RECURSOS