



## **OVERCOMERS COVID-19 UPDATE**

Appelez le 211 (traducteurs disponibles)

Numéro de téléphone : 866-444-4211

TTY: 603-634-3388

### **IL EST PERMIS D'ALLER DEHORS, MAIS IL FAUT FAIRE ATTENTION**

Vous êtes libre de quitter la maison si:

vous allez bien.

il n'y a personne chez vous qui est malade.

Comment rester en sécurité pendant que vous êtes dehors:

Gardez vos mains loin de votre visage.

Éloignez-vous des personnes qui ne vivent pas dans votre maison (y compris les membres de votre famille qui vivent ailleurs).

Les promenades en solo ou avec des gens qui vivent chez vous sont acceptables.

Les balades en vélo sont acceptables. Gardez néanmoins en tout temps une distance de 6 pieds (2 mètres) des autres personnes.

Lavez-vous soigneusement les mains en rentrant.

Les enfants ne doivent pas avoir de rendez-vous jeu à l'intérieur.

Les enfants peuvent jouer dehors s'ils sont capables de suivre les règles ci-dessus.

Les randonnées lorsqu'il fait beau sont importants pour le bien-être mental. Mais, soyez toujours prudent!

Site internet: [www.OvercomersNH.org](http://www.OvercomersNH.org)

Facebook: Overcomers Refugee Services

Instagram: OvercomersNH

WhatsApp: "COVID19 Emergency" Group