

اسکان مجدد در کانادا در طول همه گیری COVID-19

نقل مکان به یک کشور جدید یک قدم بزرگی است، خصوصاً در جریان یک بحران صحتی جهانی. ممکن است سوالات و نگرانی های زیادی داشته باشید. این معلومات در هنگام اسکان مجدد به شما کمک خواهد کرد.

ما در حال انجام اقدامات برای محافظت مردم در کانادا در طول همه گیری COVID-19 هستیم. هرکسی که وارد کانادا می شود باید معلومات خاصی را ارائه دهد و از قوانین خاصی پیروی کند.

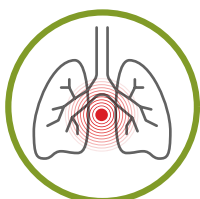
مهم است که معلومات موجود در این برگه را درک کرده و از تمامی رهنمایی ها پیروی کنید.

آنچه که باید درباره COVID-19 بدانید

بیماری کروناویروس (COVID-19) یک بیماری جدی با علائم ذیل می باشد:



سرفه جدید یا درحال وخیم شدن



دشواری در تنفس یا نفس تنگی



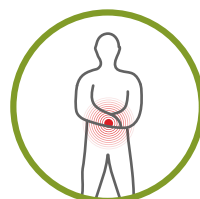
درجه حرارت برابر یا بیش از 38 درجه سانتی گراد



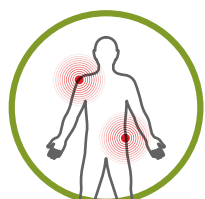
احساس تب



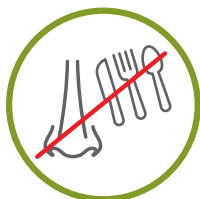
لرزه



علائم جهاز هاضمه (درد شکم، اسهال، استفراغ)



درد عضلات یا بدن



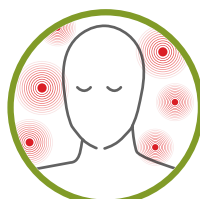
از دست دادن حس بویایی یا ذائقه که اخیراً اتفاق افتاده



سر درد



خستگی یا ضعف



احساس مریضی زیاد

اگر یک شخص COVID-19 داشته باشد، می تواند هنگام صحبت، خندیدن، آواز خواندن، سرفه یا عطسه، آن را به دیگران انتقال دهد. ویروس همچنین می تواند از طریق تماس با سطحی که ویروس روی آن وجود دارد، منتقل شود. توجه به این نکته حائز اهمیت است که می توانید COVID-19 داشته باشید و آن را به دیگران انتقال دهید، حتی اگر هیچگونه علائمی نداشته باشید.

قبل، در جریان و بعد از رسیدن به کانادا از خود و دیگران محافظت کنید

بهترین راه برای کاهش شیوع COVID-19 این است:

اگر حال خوبی ندارید در خانه بمانید و از دیگران دور باشید.



دستان خود را اغلب به مدت حداقل 20 ثانیه با صابون و آب گرم بشویید.



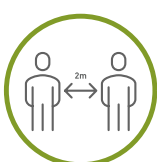
اگر صابون و آب موجود نباشد از یک ضدعفونی کننده دست دارای الکل استفاده کنید که حداقل 60% الکل داشته باشد.



از لمس صورت، به خصوص چشم، بینی یا دهان خودداری کنید.



حفظ فاصله فیزیکی را مراعات نمایید (حداقل 2 متر فاصله از افرادی که با شما زندگی نمی کنند)



وقتی نتوانید 2 متر از افرادی که با شما زندگی نمی کنند فاصله داشته باشید، ماسک غیرطبیعی یا پوشش صورت بپوشید. در بعضی از مناطق کانادا پوشیدن ماسک در اماکن عامه معین لازمی است.



از تماس با افراد بیمار یا در معرض ویروس خودداری کنید.



هنگام سرفه یا عطسه، دهان و بینی خود را با آرنج خود بپوشانید یا از یک دستمال کاغذی استفاده کنید.



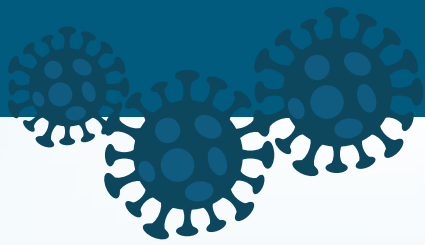
دارای سیستم ایمنی ضعیف بدن نظر به وضعیت صحتی یا معالجه باشد

دارای بیماری های مزمن هستند

65 ساله یا مسن تر هستند

تماس خود را با افرادی که در معرض خطر بیشتر بیماری جدی در خارج از خانواده قرار دارند، محدود سازید از جمله کسانی که:





اسکان مجدد در کانادا در طول همه گیری COVID-19

در حال سفر کردن به کانادا

در هنگام مسافرت باید ماسک غیر طبی که توسط سازمان بین المللی مهاجرت (IOM) به شما داده شده است را بپوشید. هنگام ورود به کانادا، باید به پوشیدن ماسک غیر طبی یا پوشش صورت خود ادامه دهید.

هنگام عبور از بخش گمرکات و مهاجرین، ما:

▶ شما را برای علائم COVID-19 آزمایش خواهیم کرد

▶ از شما خواهیم پرسید که کجا می روید

▶ برای مدت کوتاهی ممکن ماسک خود را دور سازید تا بتوانیم هویت شما را بررسی کنیم



در جریان مسافرت، حتی هنگام پوشیدن ماسک غیر طبی، قوانین حفظ فاصله فیزیکی را رعایت کنید. بدین معنی که تا حد امکان فاصله 2 متری از هر کسی که با شما زندگی نمی کند را حفظ کنید.

قرنطینه اجباری به مدت 14 روز

هنگامیکه به کانادا برسید، شما باید برای 14 روز قرنطینه اجباری شوید. این زمانی است که معمولاً بین قرار گرفتن در معرض COVID-19 و بروز علائم طول می کشد. قرنطینه پس از مسافرت یک قانون کانادایی است. هرکسی که رهنمایی ها را رعایت نکند ممکن است مجبور شود در یک محل قرنطینه بماند، جریمه ای بپردازد یا به زندان برود.

در حالی که در قرنطینه هستید، باید از علائم خود نظارت کنید، حتی اگر خفیف باشند. برخی از افراد بدون بروز علائم می توانند COVID-19 داشته باشند. ماندن در قرنطینه به مدت 14 روز به محافظت در برابر شیوع COVID-19 در جامعه کمک می کند.

هنگام قرنطینه موارد ذیل برای شما مجاز نمی باشند:

ترک محل قرنطینه تان مگر اینکه بخاطر جستجوی کمک طبی باشد

برای پیاده روی در خارج از محل قرنطینه خود بروید

به هر نوع اماکن عامه مانند پارک ها، مراکز خرید یا مارکیت های مواد غذایی بروید

مهمان دار باشید

از وسایل حمل و نقل عامه مانند مترو، اتوبوس، تاکسی یا خدمات حمل نقل مشترک استفاده کنید



حامی مالی یا سازمان تأمین مالی دولتی شما:

هنگام ورود به کانادا برای قرنطینه شما در محلی مناسب ترتیبات تنظیم میکند

به شما کمک می کند تا غذا، ادویه، مواد پاک کننده و سایر موارد لازم را در محل قرنطینه خود دریافت کنید

شما را از میدان هوایی به محل قرنطینه خود و بدون توقف های غیر ضروری میرساند



ممکن است مجبور شوید بیش از 14 روز در قرنطینه بمانید اگر:

علائم COVID-19 ظاهر شوند



در معرض کسی قرار بگیرید که مبتلا به COVID-19 باشد یا علائم COVID-19 داشته باشد



اگر هنگام قرنطینه، در وجود شما علائم آشکار شوند

اگر در دوره قرنطینه 14 روزه خود علائم شروع به ظاهر شدن کند، فوراً به حامیان مالی یا سازمان تأمین مالی دولتی خود اطلاع دهید.

آنها به شما کمک خواهند کرد تا با اداره عامه صحت مربوطه خود تماس بگیرید. اداره صحت از شما می خواهد علائم و تاریخچه سفر خود را شرح دهید. آنها همچنین به شما دستورالعمل هایی را می دهند که از آنها پیروی کنید.

در حالی که علائم دارید، باید:

◀ وقتی در اطراف افراد دیگر هستید، ماسک یا پوشش صورت بپوشید.

◀ بعد از هر بار استفاده حمام ها، وسایل یا سطوح مشترک را ضدعفونی کنید. در صورت امکان، یک حمام جدا از دیگران استفاده کنید.

◀ از افرادی که در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به بیماری جدی هستند، مانند بزرگسالان و افراد دارای امراض مزمن، دور باشید.

◀ بلافاصله خود را قرنطین کنید: این بدان معناست که شما باید از سایر افراد، حتی اعضای خانواده و افرادی که با آنها زندگی می کنید دوری کنید.

◀ در صورت امکان در یک اتاق جداگانه دور از دیگران بخواهید و وقت سپری کنید. صورت بپوشید.

همچنان، شما و هرکسی که با شما سفر کرده است، باید 14 روز قرنطینه خود را تمدید کنید.

برای معلومات بیشتر به اینجا رجوع کنید: canada.ca/coronavirus



Immigration, Refugees and Citizenship Canada

Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada

Canada