

# بیماری کرونا (COVID-19)

ممکن است هنگامی که خارج از کشور بودید در معرض **ویروس کرونای جدید** قرار گرفته باشید.

سازمان سلامت عمومی کانادا از شما تقاضا دارد **ظرف 24 ساعت از ورود خود به کانادا با سازمان سلامت عمومی استان یا منطقه محل سکونت یا زندگی خود تماس بگیرید.**

در صورتی که **پیش از رسیدن به مقصد خود، علائمی نظیر تب، سرفه یا مشکل در تنفس** داشتید، دست‌های خود را بشویید و از ماسکی که در اختیارتان قرار داده شده استفاده نمایید. اگر در حال پرواز هستید، بلافاصله علائم خود را به خدمه پرواز اطلاع دهید. اگر پرواز شما به زمین نشست است، بلافاصله با سازمان سلامت عمومی استان یا منطقه خود تماس بگیرید.

**همچنین از شما تقاضا می‌شود تماس خود با دیگران را برای 14 روز** از شروع سفر خود به کانادا محدود سازید.

جهت محدود کردن تماس با دیگران:

- ◀ در خانه بمانید (خود را ایزوله کنید)؛
- ◀ از تماس با افراد دارای بیماری‌های مزمن، سیستم ایمنی ضعیف یا افراد مسن خودداری کنید؛
- ◀ اجازه ندهید کسی وارد خانه شما شود؛
- ◀ دست‌های خود را به طور مرتب با آب ولرم و صابون به مدت 20 ثانیه بشویید، یا هنگام در دسترس نبودن صابون از ضدعفونی‌کننده دست بر پایه الکل استفاده کنید؛ و
- ◀ هنگام سرفه یا عطسه، دهان و بینی خود را با دست بپوشانید.

**به مدت 14 روز از روزی که سفر خود را به کانادا شروع کرده‌اید، باید مراقب تب، سرفه یا مشکل در تنفس** باشید. اگر این علائم را داشتید، با سازمان سلامت عمومی استان یا منطقه خود تماس بگیرید. آن‌ها به شما توصیه می‌کنند چه اقداماتی را انجام دهید.

## سلامت خود را زیر نظر بگیرید سازمان‌های سلامت عمومی

811	بریتیش کلمبیا
811	آلبرتا
811	ساسکاچوان
1-888-315-9257	مانیتوبا
1-866-797-0000	انتاریو
811	کبک
811	نیوبرانزویک
811	نوا اسکوشیا
811	جزیره پرنس ادوارد
811 یا 1-888-709-2929	نیوفاندلند و لابرادور
867-975-5772	نوناووت
911	مناطق شمال غربی
811	منطقه یوکان

خط اطلاعات دولت کانادا در رابطه با ویروس کرونای جدید: **1-833-784-4397**

[canada.ca/coronavirus](https://canada.ca/coronavirus)



تب



سرفه



مشکل در تنفس