



بیماری ویروس کرونا (کووید-19)

اقدامات مرزی دولت کانادا

دولت کانادا اقدامات اضطراری برای کاهش ورود و گسترش کووید-19 و انواع نگران‌کننده جهش یافته آن در کانادا را انجام داده است. طبق دستور به حداقل رساندن خطر قرار گرفتن در معرض کووید-19 در کانادا (قرنطینه، انزوا، و سایر تعهدات)، همه افرادی که وارد کانادا می‌شوند باید به مدت 14 روز (با بعضی از موارد استثنا) خود را قرنطینه کرده، اطلاعات تماس مورد درخواست را ارائه دهند و علائم بیماری را در خود تحت نظر بگیرند.

پیروی از این الزامات منوط به تأیید و اجرا است. افرادی که این دستور را نقض کنند ممکن است با بازداشت در یک مرکز قرنطینه، همچنین جریمه و/یا مجازات حبس روبرو شوند.

افرادی که از قرنطینه اجباری معاف هستند

- افراد خاص موقع ورود به کانادا برای مقاصد خاصی که در دستور مشخص شده، ملزم به رعایت الزام به قرنطینه اجباری طبق این دستور نیستند. معافیت‌ها برای هر بار ورود به کانادا، اعتبارسنجی خواهند شد.
- معافیت از قرنطینه اجباری لزوماً به معنای معافیت از شرط آزمایش قبل از ورود نیست.
- اگر شرایط زیر را داشته باشید، معافیت از قرنطینه اعمال نمی‌شود:
 - اگر نشانه‌ها و علائمی داشته باشید (به پشت این جزوه مراجعه کنید)،
 - اگر دلایل منطقی برای مشکوک بودن به کووید-19 شما داشته باشیم (یعنی به دلیل قرار گرفتن در معرض کسی که کووید-19 دارد یا مشکوک به آن است)
- شما باید این اطلاعات را به مأمور خدمات مرزی یا مأمور قرنطینه اعلام کرده تا ایشان دستور العمل‌های بعدی را به شما ارائه دهند
- شما باید به مدت 14 روز خود را منزوی کنید.
- اگرچه امکان دارد که این معافیت از الزام به قرنطینه، برخی افراد خاصی که وارد کانادا می‌شوند را شامل بشود، اما برخی از استان‌ها و سرزمین‌ها ممکن است الزامات بیشتر و متفاوتی داشته باشند که می‌تواند روی ورود ایشان تأثیر بگذارد (برای مثال، دسترسی محدود به مناطق خاصی داخل استان و غیره).
- لطفاً برای اطلاعات بیشتر به وبسایت‌های استانی یا سرزمینی در پشت این جزوه مراجعه نمایید.
- برای آن دسته از افرادی که هنگام ورود به کانادا ملزم به ارائه آزمایش مولکولی کووید-19 هستند:
 - یک نسخه از نتایج آزمایشات مولکولی کووید-19 را طی دوره 14 روزه که از روزی که وارد کانادا می‌شوید یا طی دوره 14 روزه که از روزی که مدارک آن نتیجه را دریافت می‌کنید، نگه دارید
 - در صورت درخواست، این مدارک را به هر مقام دولت کانادا یا مقام دولت استانی یا مقام بهداشت محلی محل استقرار فرد ارائه دهید
- اگر از قرنطینه و از شرط شرکت در آزمایش مولکولی COVID-19 هنگام ورود به کانادا معاف هستید و نیازی به ورود به یک محل اقامت مجاز دولت ندارید، اما یک آزمایش قبل از ورود یا قبل از عزیمت داشتید، باید مدرک آزمایش پیش از سفر خود را به مدت 14 روز پس از ورود به کانادا (یا طولانی‌تر در صورت علامت‌دار شدن یا مثبت شدن نتیجه آزمایش) نگه دارید.



اگر به عنوان فردی که از الزام به قرنطینه اجباری معاف است، شناخته شده‌اید، باز هم لازم است که موارد زیر را رعایت نمایید:

اگر در یک محیط عمومی هستید، برای به حداقل رساندن خطر ورود یا گسترش کووید-19، از یک ماسک غیر پزشکی باکیفیت که به شکل مناسب روی صورت قرار گرفته استفاده کنید

همواره سلامت خود را برای علائم و نشانه‌های کووید-19 تحت نظر بگیرید، که شامل 14 روز پس از هربار ورود مجدد به کانادا نیز می‌شود

از راهنما و دستورالعمل‌های بهداشت عمومی منطقه‌ای که به آن سفر می‌کنید و اقدامات پیشگیرانه در محیط کار خود پیروی کنید

لیستی را از اسامی و اطلاعات تماس هر شخصی که با او تماس نزدیک داشته‌اید و مکان‌هایی که در آن دوره به آنها رفته‌اید، نگه دارید

باید سلامتی خود را تحت نظر بگیرید

برای 14 روز پس از هر باری که وارد کانادا شده‌اید، اگر علائمی همچون با کووید-19 پیدا کردید:

- سرفه جدید یا رو به بدتر شدن
- تنگی نفس/مشکل در تنفس
- احساس داشتن تب، لرز، یا دمای بدن معادل 38 درجه سانتیگراد یا بیشتر
- تغییرات یا بثورات پوستی (در کودکان)
- دردهای عضلانی یا بدن درد، خستگی، یا ضعف
- از دست دادن حس بویایی یا چشایی که جدید باشد
- سردرد
- علائم گوارشی مانند درد شکمی، اسهال، استفراغ، یا احساس ناخوشی شدید

شما باید:

- بلافاصله به مدت 14 روز خود را از دیگران جدا کنید که این دوره پس از زمان بروز علائم یا مثبت شدن آزمایش کووید-19 شروع می‌شود.
- دستورالعمل‌های مربوط به کووید-19 از سوی نهاد بهداشت عمومی در استان یا سرزمینی که در آن سکونت دارید را دنبال کنید (اطلاعات تماس را در قسمت زیر مشاهده کنید)
- برای دستورالعمل‌های بعدی در رابطه با کارتان با کارفرمای خود تماس بگیرید



زمانی که در کانادا هستید،

شما باید:

- اپلیکیشن اعلان قرارگیری در معرض ویروس کانادا (COVID Alert) را دانلود کرده و از آن استفاده کنید
- با حفظ حداقل 2 متر فاصله از افرادی که عضو خانواده بلافاصل شما نیستند و کسانی که در معرض خطر بیماری یا عواقب شدیدتری هستند، فاصله گرفتن از دیگران را به حداکثر برسانید.
- بصورت مکرر دستان خود را به مدت 20 ثانیه با صابون و آب گرم بشویید یا از ضد عفونی‌کننده دست حاوی حداقل 60٪ الکل استفاده کنید.
- بهداشت را رعایت کنید: از دست زدن به صورت خودداری و سطوح و اشیاء خود را تمیز و ضد عفونی کنید
- هنگام سرفه یا عطسه کردن، دهان و بینی خود را با بازوی خود بپوشانید

مراکز بهداشت عمومی

وبسایت	شماره تلفن	استان‌ها و سرزمین‌ها
www.bccdc.ca/covid19	811	بریتیش کلمبیا
www.myhealth.alberta.ca	811	آلبرتا
www.saskhealthauthority.ca	811	ساسکاچوان
https://manitoba.ca/covid19/restartmb/prs/orders/index.html#current https://www.youtube.com/user/ManitobaGovernment	4862-626-866-1	مانیتوبا
www.ontario.ca/coronavirus	0000-797-866-1	انتاریو
www.quebec.ca/en/coronavirus	4545-644-877-1	کبک
www.gnb.ca/publichealth	811	نیو برونزویک
www.novascotia.ca/coronavirus/	811	نووا اسکوشیا
www.princeedwardisland.ca/covid19	811	جزیره پرنس ادوارد
www.gov.nl.ca/covid-19	811 یا 1-888-709-2929	نیوفاندلند و لابرادور
www.gov.nu.ca/health	5772-975-867-1	نوناوٹ
www.gov.nt.ca/covid-19	811	سرزمین‌های شمال غرب
www.yukon.ca/covid-19	811	یوکان

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد نحوه جمع‌آوری، استفاده و افشای اطلاعات شخصی شما توسط نهاد بهداشت عمومی کانادا برای اداره و اجرای قانون قرنطینه و دستورات اضطراری صادره تحت پوشش آن، به این مطلب مراجعه کنید:

<https://www.canada.ca/en/public-health/corporate/stay-informed-stay-connected/canarrive-privacy-notice.html>