



КОРОНАВИРУСНАЯ БОЛЕЗНЬ (COVID-19)

**Возможно, у вас имел место контакт с вирусом,
вызывающим COVID-19**

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЙ КАРАНТИН

Правительство Канады приняло экстренные меры, чтобы замедлить проникновение и распространение COVID-19 в Канаде. Вы **ДОЛЖНЫ ПРОЙТИ 14-ДНЕВНЫЙ КАРАНТИН, предоставить контактную информацию и следить за своим состоянием на случай появления признаков и симптомов** в соответствии с Декретом о минимизации риска заражения COVID-19 в Канаде (карантин, изоляция и другие обязанности). Все лица в возрасте 5 лет и старше, прибывающие в Канаду воздушным путём, должны также представить доказательство отрицательного результата молекулярного теста на COVID-19. Лица, не предоставившие такое доказательство, могут быть помещены в карантинное учреждение или иное подходящее место, по усмотрению карантинного инспектора.

Выполнение вами приведенных ниже требований подлежит проверке и принуждению. Нарушителям грозит помещение в карантинное учреждение, а также штраф и / или тюремное заключение.

В некоторых провинциях и территориях действуют (см. список в конце этой листовки) дополнительные ограничения на поездки (например, никаких поездок в провинцию, кроме первой необходимости, ограниченный доступ к определенным регионам и т.д.).

ВАШ 14-ДНЕВНЫЙ КАРАНТИН НАЧИНАЕТСЯ В ДЕНЬ ВАШЕГО ПРИБЫТИЯ

- ✓ **Немедленно отправляйтесь прямо к месту карантина и оставайтесь там на все время карантина.**
- ✓ **Постоянно соблюдайте физическое дистанцирование.**
- ✓ **Избегайте остановок и контактов с другими людьми** во время поездки к месту карантина:
 - ✓ Если возможно, используйте частный автомобиль
 - ✓ Как можно реже выходите из автомобиля
 - ✓ Платите за бензин у колонки и пользуйтесь обслуживанием за рулем, когда вам нужна еда
 - ✓ Носите подходящую немедицинскую маску, если только вы не находитесь один в частном автомобиле.
- ✓ **Вы должны сообщать о следующем** через приложение ArriveCAN, онлайн на сайте Canada.ca/ArriveCAN или позвонив по телефону 1-833-641-0343:
 - ✓ **своем прибытии к месту карантина в течение 48 часов** после въезда в Канаду
 - ✓ **самооценку своих симптомов COVID-19** ежедневно до конца своего карантина





Если вы прибываете воздушным путём и от вас требуют доказательство молекулярного теста на COVID-19:

- храните копию результатов молекулярного теста на COVID-19 в течение всего 14-дневного периода, считая со дня въезда в Канаду
- предъявляйте это доказательство, по требованию, любому представителю канадских федеральных или провинциальных властей или местным органам здравоохранения по месту пребывания

Если вы прибываете воздушным путём и освобождены от выполнения требования

прохождения теста до поездки, но при этом от вас потребовалось пройти тест в Канаде:

- вам будет необходимо поступить в карантинное учреждение или в иное подходящее место, по усмотрению карантинного инспектора, в ожидании результатов теста;
- в случае получения отрицательного результата теста вам может быть позволено отправиться отбывать остаток 14-дневного срока по вашему обычному месту отбывания карантина.

Если вы откажетесь пройти требующийся тест, от вас потребуют выполнять инструкции карантинного инспектора и поступить в карантинное учреждение или иное подходящее место на 14 дней.

Подходящее место карантина - это то место, где вы:

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">✓ имеете доступ к предметам первой необходимости, не покидая этого места✓ имеете отдельную спальню, если помещение делится с семьей / друзьями, которые не путешествовали с вами✓ можете ограничивать взаимодействие с другими членами домохозяйства. Если помещения, такие как кухня, являются общими:<ul style="list-style-type: none">✓ носите маску, если невозможно соблюдать расстояние в 2 метра;✓ тщательно и регулярно очищайте места общего пользования | <ul style="list-style-type: none">✓ не живете с людьми, подверженными риску более тяжелого заболевания✓ не находитесь в тесном контакте с другими людьми, которые не путешествовали с вами. Например, не проходите карантин:<ul style="list-style-type: none">✓ в группе с коммунальным проживанием, включая лагеря или студенческие общежития, кроме разрешённых заранее мест✓ в домохозяйстве с большой семьей или большим количеством людей✓ в общей маленькой квартире или подобном месте |
|--|--|



Во время карантина

- ✓ **НЕ** покидайте место карантина, за исключением случаев, когда это необходимо для получения неотложной медицинской помощи, необходимых медицинских услуг или лечения, для получения молекулярного теста на COVID-19 или когда это разрешено заранее.
- ✓ **НЕ** принимайте гостей, даже если находитесь на улице и соблюдаете расстояние в 2 метра
- ✓ Пользуйтесь только частными открытыми пространствами (например, балконом)
- ✓ **НЕ** пользуйтесь общими пространствами, такими как вестибюли, дворы, рестораны, тренажерные залы или бассейны.

Вам могут позвонить с телефонов 1-888-336-7735 или 1-888-200-4881, чтобы проверить выполнение вами требований 14-дневного карантина. Вы будете получать предварительно записанные сообщения и напоминания по электронной почте.

Обратите внимание, что на протяжении 14-дневного карантина с вами могут связываться провинциальные или территориальные власти. Если федеральные и провинциальные или территориальные правила различаются, вы должны соблюдать более строгие из них.

Вы должны наблюдать за своим состоянием 14 дней

Если вы начнете испытывать какие-либо симптомы COVID-19:

- ✓ новый или усиливающийся кашель
- ✓ одышка /затрудненное дыхание
- ✓ ощущение жара, озноб или температуры 38°C и выше
- ✓ изменения кожи или высыпания (у детей)
- ✓ боли в мышцах или теле, усталость или слабость
- ✓ новая потеря запаха или вкуса
- ✓ головная боль
- ✓ желудочно-кишечные симптомы, такие как боль в животе, диарея, рвота, или очень плохое самочувствие



вы должны:

- немедленно изолироваться от других людей на 14-дневный период, начиная с момента появления симптомов или положительного результата исследования на COVID-19
- следовать инструкциям по COVID-19 местного органа здравоохранения (см. ниже)
- 14-дневный период изоляции начинается, если в течение карантинного периода у вас появились жар и кашель или жар и затруднённое дыхание, был положительный анализ на COVID-19 или если вы контактируете с другим человеком, у которого имеются признаки и симптомы COVID-19. Сохраняйте результаты молекулярного теста на COVID-19 в течение 14-дневного периода.

Для получения информации о возможном воздействии COVID-19 во время путешествий (например, на круизных лайнерах, авиарейсах, в общественном транспорте и т.д.) или о факторах риска повышенного воздействия и / или более тяжелых заболеваний, посетите сайт canada.ca/coronavirus.

ДЛЯ СНИЖЕНИЯ РАСПРОСТРАНЕНИЯ COVID-19

- **Загрузите и используйте канадское приложение для отслеживания контактов (COVID Alert).**
- **Часто мойте руки** теплой водой с мылом в течение не менее 20 секунд или используйте дезинфектор для рук на спиртовой основе, содержащий не менее 60% спирта.
- **Не прикасайтесь к лицу.**
- **Прикрывайте рот или нос** рукой, когда кашляете или чихаете.
- **Соблюдайте** все прочие правила, установленные органами здравоохранения в районе, который собираетесь посетить.



ГОСУДАРСТВЕННЫЕ ОРГАНЫ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

ПРОВИНЦИИ И ТЕРРИТОРИИ	НОМЕР ТЕЛЕФОНА	САЙТ
Британская Колумбия	811	www.bccdc.ca/covid19
Альберта	811	www.myhealth.alberta.ca
Саскачеван	811	www.saskhealthauthority.ca
Манитоба	1-866-626-4862	https://manitoba.ca/covid19/restartmb/prs/orders/index.html#current https://www.youtube.com/user/ManitobaGovernment
Онтарио	1-866-797-0000	www.ontario.ca/coronavirus
Квебек	1-877-644-4545	www.quebec.ca/en/coronavirus
Нью-Брансуик	811	www.gnb.ca/publichealth
Новая Шотландия	811	www.novascotia.ca/coronavirus/
Остров Принца Эдуарда	811	www.princeedwardisland.ca/covid19
Ньюфаундленд и Лабрадор	811 или 1-888-709-2929	www.gov.nl.ca/covid-19
Нунавут	1-867-975-5772	www.gov.nu.ca/health
Северо-Западные Территории	811	www.gov.nt.ca/covid-19/
Юкон	811	www.yukon.ca/covid-19

Для дополнительной информации:

1-833-784-4397

canada.ca/coronavirus