



TAGALOG / TAGALOG

Ang coronavirus disease (COVID-19)

Mandatory quarantine requirements para sa unvaccinated na nagbibiyahen na walang mga sintomas ng COVID-19 at dumarating sa Canada by LAND, by AIR, o kaya by WATER

Ang Pamahalaan ng Canada ay naglagay sa lugar ng emergency measures sa ilalim ng *Quarantine Act* upang bagalan ang pagpasok at pagkalat ng COVID-19 at ng variants sa Canada. Ang mga sintomas ay maaring abutin nang hanggang 14 na araw upang magdibelop at ang virus ay maaring maipasa sa iba. Upang mapanatiling ligtas ang iba, inuutusan kang tuparin ang requirements sa ilalim ng *Minimizing the Risk of Exposure to COVID-19 in Canada Order (Quarantine, Isolation and Other Obligations)* [Pagbawas ng Panganib ng Pagkalantad sa COVID-19 sa Canada Order (Quarantine, Isolation, at Iba pang mga Obligasyon)].

Mandatory QUARANTINE		
DAPAT ka:		
MAG-QUARANTINE	KUMUHA NG COVID-19 TESTS tulad ng iniutos	MAGREPORT AT MAGMONITOR
<ul style="list-style-type: none"> • Dumiretso sa iyong angkop na lugar at mag-quarantine nang 14 na araw man lamang o tulad ng iniutos ng isang screening officer o kaya quarantine officer. • Ang iyong quarantine ay magtatapos pagkatapos ng ika-14 na araw kapag lamang wala kang mga sintomas AT hindi ka nakatanggap ng positive test result mula sa mga required tests. • Kung nakatanggap ka ng positive test result mula sa required testing, i-isolate mo ang iyong sarili para sa karagdagang 10 araw at sundin ang mga tagubilin tulad ng nakapahayag sa ibabâ. <p>KUNG DARATING KA BY WATER:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Kunin ang COVID-19 molecular tests tulad ng iniutos (tingnan ang hiwalay na handout para sa mga tagubilin), maliban kung mayroon kang ebidensiya ng positive COVID-19 test na ginawa 14 –180 araw bago ka dumating sa Canada. • Magtago ng kopya ng iyong COVID-19 molecular test results na may kinalaman sa iyong biyahe hanggang natapos ang iyong quarantine. • Kapag hiniling sa iyo, ibigay ang iyong test results sa Pamahalaan ng Canada o sa pamahalaan ng isang province o territory, o sa local public health authority sa panahon ng iyong quarantine. <p>KUNG DARATING KA BY WATER:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ireport ang iyong pagdating sa iyong lugar ng quarantine sa loob ng 48 oras sa ArriveCAN (kung ginamit mo ang ArriveCAN bago ka pumasok ng Canada) o kaya sa 1-833-641-0343 (kung hindi mo ginamit o hindi mo magamit ang ArriveCAN) • Ireport araw-araw ang iyong health status hinggil sa mga palatandaan at sintomas ng COVID-19 sa ArriveCAN o kaya sa 1-833-641-0343. • Imonitor ang iyong kalusugan sa panahon ng iyong quarantine.





<p>Ang iyong quarantine ay magtatapos pagkatapos ng ika-14 na araw kapag lamang wala kang mga sintomas</p>	<p>HINDI ka mapapailalim sa COVID-19 molecular tests para sa araw ng iyong pagdating at para sa Day 8 / ika-8 Araw.</p>	
--	---	--

Ang public health measures na susundin habang in transit / nagbibiyahang patungo sa iyong angkop na lugar ng quarantine

- **Maari kang gumamit ng pampublikong transportasyon** (hal., eroplano, bus, train, subway, taxi, o kaya ride-sharing service) upang makarating sa iyong lugar ng quarantine; gayunman, magmintina ng distansiya na kahit man lamang 2 metro, tuwing maaari.
- **Magsuot ng well-constructed mask na mahusay ang fit** habang nagbibiyahang, maliban kung ikaw ay mag-isa sa isang pribadong sasakyan o nagbibiyahang ka lamang kasama ng mga parehong taong kasama mo nang pumasok ka sa Canada.
- **Iwasan ang contact/pakikisalamuha sa iba at i-sanitize** ang iyong mga kamay nang madalas.
- **Kung magmamaneho ka, iwasan ang huminto kahit saan, at manatili sa sasakyan** hangga't maaari: magbayad sa pump para sa gasolina at gumamit ng drive-through kung kailangan mo tumigil para sa pagkain.

BABALA: Imomonitor, iverify, at ipapatupad ang iyong pagsunod sa Utos na ito. Kung hindi mo susunurin ang requirements, maaring ilipat ka sa isang pasilidad para sa quarantine, o maari kang multahan, bigyan ng mga ticket, at/o maari kang mabilanggo.

Tatawagan ka ng isang government representative mula sa numerong **1-888-336-7735** at maari ka niyang bisitahin upang matiyak niya na ikaw ay tumutupad sa quarantine measures.

MGA SINTOMAS

Kung nagsimula kang magkaroon ng mga sintomas, kung nakatanggap ka ng positive COVID-19 molecular test, o kung nalantad ka sa isang taong nag-test nang positive, i-isolate mo kaagad ang iyong sarili mula sa iba para sa karagdagang 10 araw na panahon, at sundin ang mga utos ng local public health authority (tingnan sa ibabâ). Ang isolation period ay pinakamaagang magsisimula sa:

- petsa kung kailan ka nagdibelop ng mga sintomas, O KAYA
- petsa kung kailan mo ginawa ang COVID test, kung ang petsa ay na-validate ng test provider, O KAYA
- petsa ng test result.



<ul style="list-style-type: none"> • bago o lumalalang ubo • pangangapos ng hininga / nahihirapang huminga • mga pananakit sa kalamnan o katawan, sobrang kapaguran, panghihina • sobrang masamâ ang pakiramdam • bagong kawalan ng pangamoy o panlasa 	<ul style="list-style-type: none"> • parang nilalagnat, nanlalamig, o may temperature na katumbas o lampas ng 38°C • mga pagbabago sa balat o rashes / singaw sa balat (sa mga bata) • pananakit ng ulo • gastrointestinal na sintomas tulad ng pananakit sa tiyan, diarrhea/pagtatae, o pagsusuka
---	--

Habang nasa Quarantine	
MGA DAPAT GAWIN	MGA HINDI DAPAT GAWIN
<p>Iwasan ang contact sa ibang hindi nagbiyahe kasama mo, at matulog sa isang hiwalay na bedroom.</p> <p>Kunin ang mga kinakailangang bagay (halimbawa tubig, pagkain, gamot, at heating) nang hindi lumalabas sa quarantine.</p> <p>Ang pagkain, mga grocery, o ibang mga kinakailangan ay dapat iwanan sa labas ng iyong pinto para sa contactless delivery.</p> <p>Laging magpanatili ng distansiya na 2 metro.</p> <p>Lumabas lamang sa isang pribadong balkon, o sa yard/hardin kasama ng mga taong kasama mo sa biyahe.</p> <p>Sundin ang mga patnubay ng local public health. Kung may pagtutunggali ang guidelines ng public health at ang handout na ito, sundin ang mas istriktang utos.</p> <p>Tumugon sa mga tawag o bisita mula sa screening officers o law enforcement.</p>	<p>Huwag gumamit ng shared spaces tulad ng mga lobby, courtyard, restaurant, gym, o pool.</p> <p>Bawal ang anumang mga bisita mula sa pamilya, mga kaibigan, o ibang mga guest.</p> <p>Huwag umalis sa iyong lugar ng quarantine maliban kung may kinakailangang medikal na serbisyo o treatment, kung ikaw ay magpapa-COVID-19 molecular test, o kung ito’y pre-authorized ng isang quarantine officer.</p>



Mga awtoridad ng public health / pampublikong kalusugan

PROVINCES AT TERRITORIES	Telepono	Website
<u>British Columbia</u>	811	www.bccdc.ca/covid19
<u>Alberta</u>	811	www.myhealth.alberta.ca
<u>Saskatchewan</u>	811	www.saskhealthauthority.ca
<u>Manitoba</u>	1-866-626-4862	https://manitoba.ca/covid19/restartmb/prs/orders/index.html#current https://www.youtube.com/user/ManitobaGovernment
<u>Ontario</u>	1-866-797-0000	www.ontario.ca/coronavirus
<u>Quebec</u>	1-877-644-4545	www.quebec.ca/en/coronavirus
<u>New Brunswick</u>	811	www.gnb.ca/publichealth
<u>Nova Scotia</u>	811	www.novascotia.ca/coronavirus
<u>Prince Edward Island</u>	811	www.princeedwardisland.ca/covid19
<u>Newfoundland and Labrador</u>	811 o kaya 1-888-709-2929	www.gov.nl.ca/covid-19
<u>Nunavut</u>	1-867-975-5772	www.gov.nu.ca/health
<u>Northwest Territories</u>	811	www.gov.nt.ca/covid-19
<u>Yukon</u>	811	www.yukon.ca/covid-19

Para sa karagdagang impormasyon: **1-833-784-4397** **Canada.ca/coronavirus**

ID 04-38-C / DATE 2021.08.09