



## MALADI KOWONA (KOVİD-19)

Ou gen sentòm ki ka vle di ou gen Kowona oubyen ou konnen ou gen Kowona.

### IZOLMAN OBLIGATWA

Gouvènman Kanada pran mezi ijan pou ralanti rantre viris Kowona o Kanada e pou anpeche l gaye nan peyi a. Ou **DWE FE IZOLMAN POU 14 JOU, bay enfòmasyon kontak ou e verifye sentòm ou genyen** jan sa di nan dokiman ki rele *Diminwe risk Kowona o Kanada (karanten, izòlman ak lot redevans ankò)*—*An anglè: Minimizing the Risk of Exposure to COVID-19 in Canada Order (Quarantine, Isolation and Other Obligations)*

N ap gen pou verifye si w swiv egzijans ki nan dokiman sa a. Moun ki pa respekte yo ka oblije transfere nan yon sant karantèn, oubyen peye amand e menm pran prizon.

Kèk Pwovens ak Tèritwa (Ou ka jwenn lis sa yo nan do fèy la) kapab genyen lòt restriksyon toujou nan zafè vwayaj. (Pa egzanp, ou ka pa ka fè vwayaj ki pa obligatwa nan pwovens lan, gen kèk zòn ki ka gen limit nan zafè vizit, egsetera).

### IZOLMAN 14 JOU A KOMANSE JOU OU RIVE A

- ✓ **Ale dirèkteman, san pran tan, nan kote w ap fè izòlman an e rete la pou tout tan izòlman an.**
- ✓ Lè w pral nan izòlman an, ou dwe mete yon mask òdinè ki byen kenbe, amwens ke ou poukont ou nan yon machin prive.
- ✓ **Toujou bay lòt yo 2 mètr distans tout tan.**
- ✓ **Pa pran transpò piblik** (tankou avyon, transpò vil la, taksi oubyen sèvis tankou Iber). Itilize sèlman machin prive ou.
- ✓ **Pandan ou nan wout, evite kontak ak lòt moun :**
  - ✓ Rete nan machin nan
  - ✓ Pa al rete nan Otèl pandan ou pral nan izòlman an
  - ✓ Si w bezwen gaz, peye deyò nan ponp lan e si w ap achte manje itilize sèvis ovolan
  - ✓ Si w ap kanpe sou wout nan zòn repo yo, mete mask ou e veye pou w kenbe distans ou ak bonjan ijyèn tou
- ✓ **Après w fin rantre o Kanada, ou dwe al nan izòlman, ou gen 2 jou pou w fè konnen kote ou ye.** Pou sa, ou dwe al an liy nan [Canada.ca/ArriveCAN](https://Canada.ca/ArriveCAN) sou aplikasyon ArriveCAN lan osnon ou ka rele nan 1-833-641-0343





### Yon bonjan plas pou w fè izolman, se yon kote ou :

- ✓ Ka jwenn sa w **bezwen pou viv** san w pa sòti
- ✓ Gen yon **chanm separe**, si w ap viv ak zanmi osnon fanmi ki pa te vwayaje ak ou
- ✓ Ka **limite rankont ou ak lòt yo** ki nan kay la. Si n ap pataje menm espas, tankou kwizin :
  - Mete yon mask si w pa ka bay lòt yon distans 2 mètr konsa;  
Netwaye totalman e regilyèman plas n ap sèvi ansanm nan, lè nou fi n sèvi
- ✓ **P ap** viv ak lòt ki gen risk maladi ki pi grav toujou
- ✓ **Pa** an kontak pwòch ak lòt ki pa te vwayaje ak ou. Pa egzanp, **pa fè izolman** nan :
  - Gwoup ou nan yon kominote, tankou kan, dòtwa etidyan, egsetera
  - Yon kay ki gen yon gran fanmi ou ki gen anpil moun
  - Yon ti apatman oubyen yon ti kay kote tout moun ap sèvi ansanm

### Pandan ou nan izolman

- ✓ **PIGA** ou kite izolman an amwens ke se pou ijans medical, yon sèvis medikal ou yon trètman ijan, oubyen pou w al fè tès Kowona
- ✓ **PIGA** ou resevwa vizitè menm si se deyò
- ✓ **PIGA** ou itilize espas ke lòt moun itilize tou, tankou : gran sal datant, lakou, restoran, jimnazyòm oubyen pisin.
- ✓ **Kontwole** sante w e si sentòm kowona yo parèt oubyen vin pi grav (lis la nan do fèy la) kontakte otorite sante piblik ki sou plas yo.



## OU DWE KONTINYE KONTWOLE SANTE OU

Si sentòm yo vin pi grav oubyen si ou gen lòt siy ki parèt, swiv direksyon otorite sante lokal yo. Li posib ke sentòm sa yo se Kowona :

- Yon nouvo tous ou yon tous ki agrave
- Souf kout oubyen difikilte pou respire
- Kò tyèd, frison ou tanperati kò a 38 degre santigrad ou plis
- Chanjman sou po, ou gratèl (pou timoun)
- Doulè nan kò ak nan misk, fatig, ou feblès
- Ou pa pran gou ni lodè; e sa fèk parèt.
- Tèt fèmal
- Sentòm nan entesten tankou doulè vant, dyare, vomisman ou bonjan malèz.

Si w bezwen enfòmasyon pou w konnen si ou te ekspoze ak kowona (pa egzanp, nan kwazyè sou bato, nan avyon, transpò piblik, egsetera) oubyen sou kesyon risk ki genyen lè w ekspoze souvan a maladi a, ou a lòt maladi pi grav toujou, ou bezwen vizite [Canada.ca/coronavirus](https://Canada.ca/coronavirus).

### POU EDE DIMINYE PWOPAGASYON VIRIS KOWONA A

- **Telechaje e itilize aplikasyon Kanada a ki ede w swiv si w te an kontak ak viris la (COVID Alert).**
- **Lave men ou souvan** ak savon e dlo tyèd pandan 20 sekonn oubyen itilize jèl pou men ki gen omwens 60 % alkòl ladan.
- **Evite manyen figi w.**
- **Kouvri bouch ou, nen ou ak bra w** lè w ap touse ou etènse.
- **Swiv** tout lòt direksyon otorite sante yo bay nan zòn w ap vizite yo

**PANDAN TAN IZOLMAN AN, OU KA JWENN APEL NAN NIMEWO SA YO : 1-888-336-7735**

**Oubyen 1-888-200-4881 KI POU VERIFYE SI W SWIV TOUT PRENSIP YO. W ap gen pou resevwa tou rapèl sou mesaj anrejistre ak imel.**

- Pran nòt ke otorite pwovens oubyen teritwa wap viv la kapab kontakte ou tou pandan 14 jou izolman an.
- Si restriksyon pwovens lan ou byen teritwa a pa menm ak restriksyon federal la, ou dwe swiv sa ki pi estrik la.



## OTORITE SANTE PIBLIK YO

PWOVENS AK TERITWA	NIMEWO TELEFON	SIT WEB
Kolonbi Britanik	811	<a href="http://www.bccdc.ca/covid19">www.bccdc.ca/covid19</a>
Albèta	811	<a href="http://www.myhealth.alberta.ca">www.myhealth.alberta.ca</a>
Saskatchewan	811	<a href="http://www.saskhealthauthority.ca">www.saskhealthauthority.ca</a>
Manitoba	1-866-626-4862	<a href="https://manitoba.ca/covid19/restartmb/prs/orders/index.html#current">https://manitoba.ca/covid19/restartmb/prs/orders/index.html#current</a> <a href="https://www.youtube.com/user/ManitobaGovernment">https://www.youtube.com/user/ManitobaGovernment</a>
Ontario	1-866-797-0000	<a href="http://www.ontario.ca/coronavirus">www.ontario.ca/coronavirus</a>
Kebèk	1-877-644-4545	<a href="http://www.quebec.ca/en/coronavirus">www.quebec.ca/en/coronavirus</a>
Nouvo Bwonswik	811	<a href="http://www.gnb.ca/publichealth">www.gnb.ca/publichealth</a>
Nova Scotia	811	<a href="http://www.novascotia.ca/coronavirus/">www.novascotia.ca/coronavirus/</a>
Lil Prens Edwa	811	<a href="http://www.princeedwardisland.ca/covid19">www.princeedwardisland.ca/covid19</a>
Tènèv ak Labradò	811 or 1-888-709-2929	<a href="http://www.gov.nl.ca/covid-19">www.gov.nl.ca/covid-19</a>
Nounavout	1-867-975-5772	<a href="http://www.gov.nu.ca/health">www.gov.nu.ca/health</a>
Tèritwa Nòdwès yo	811	<a href="http://www.gov.nt.ca/covid-19/">www.gov.nt.ca/covid-19/</a>
Youkon	811	<a href="http://www.yukon.ca/covid-19">www.yukon.ca/covid-19</a>

**Pou plis enfòmasyon :**

**1-833-784-4397**

**[canada.ca/coronavirus](http://canada.ca/coronavirus)**

ID: 04-22-02/ DATE: 2021.01.21