



КОРОНАВІРУСНА ХВОРОБА (COVID-19)

Існує можливість того, що ви побували в контакті з вірусом, який викликає COVID-19

ОБОВ'ЯЗКОВИЙ КАРАНТИН

Уряд Канади впровадив надзвичайних заходів для уповільнення проникнення у Канаду та поширення у країні COVID-19. Ви **ПОВИННІ ВІДБУТИ КАРАНТИН протягом 14 днів, подати контактну інформацію і спостерігати за своїм станом на випадок появи ознак та симптомів**, як того вимагає *Декрет про мінімізацію ризику контакту з COVID-19 у Канаді (карантин, ізоляція та інші обов'язки)*.

Виконання вами нижченаведених правил підлягає перевірці та примусу до виконання. Порушника може бути примусово приміщено до карантинної установи, оштрафовано та/або ув'язнено.

Деякі провінції та території (див. список на звороті цієї листівки) мають додаткові обмеження на пересування (наприклад, на в'їзд до провінції без нагальної потреби, обмежений доступ до деяких районів, тощо).

ВАШ 14-ДОБОВИЙ КАРАНТИН ПОЧИНАЄТЬСЯ У ДЕНЬ ПРИБУТТЯ

- ✓ **Прямуйте до місця свого карантину без затримки і залишайтеся там на протязі всього карантину.**
- ✓ **Дотримуйтеся фізичного дистанціювання** весь час.
- ✓ У дорозі до місця карантину **уникайте зупинок та стикань з людьми:**
 - ✓ Якщо можливо, подорожуйте приватним авто
 - ✓ Не виходьте з машини без потреби
 - ✓ Якщо треба заправити машину, сплачуйте паливо біля колонки, а якщо треба поїсти, користуйтеся обслугою за кермом («drive through» / «service au volant»)
 - ✓ Весь час носіть належну немедичну маску, хіба що подорожуєте одинцем на приватній машині
- ✓ За допомогою телефонної аплікації ArriveCAN, через Інтернет на адресу Canada.ca/ArriveCAN або по телефону 1-833-641-0343 **ви повинні повідомити:**
 - ✓ **про своє прибуття на місце карантину не пізніше 48 годин** після в'їзду до Канади
 - ✓ **про результати своєї самооцінки на наявність симптомів COVID-19** щодня до кінця карантину
- ✓ Якщо ви прибуваєте літаком і від вас вимагався доказ молекулярного тесту на COVID-19, збережіть копію результатів молекулярного тесту на COVID-19.



Для відбування карантину підходить таке місце, в якому ви	
<ul style="list-style-type: none">✓ маєте доступ до всього необхідного, не виходячи з місця карантину✓ маєте окремі спальню та туалет/ ванну кімнату, якщо мешкаєте разом з ріднею/приятелями, які не подорожували разом з вами✓ маєте змогу обмежити контакти з іншими членами домогосподарства. Якщо існують простори спільного користування (напр., кухня):<ul style="list-style-type: none">✓ носіть маску, якщо неможливо витримати 2-метрову відстань✓ ретельно та регулярно очищуйте спільні простори після використання	<ul style="list-style-type: none">✓ не співмешкаєте з особами, які мають ризик суворішого захворювання✓ не маєте тісного контакту з особами, які не подорожували разом з вами. Наприклад, не відбувайте карантин у таких умовах:<ul style="list-style-type: none">✓ у груповому чи комунальному житлі, в тому числі у кемпінгах/ таборах або студентських гуртожитках, хіба що цей заклад має попередній дозвіл на проведення карантину;✓ у домогосподарстві з великою сім'єю чи багатьма мешканцями✓ у малій спільній квартирі або у подібних умовах
Під час карантину	
<ul style="list-style-type: none">✓ Не покидайте місце карантину, крім звернення по негайну медичну допомогу, невідкладні медичні послуги або для лікування, для отримання молекулярного тесту на COVID-19 або якщо маєте попередній дозвіл.✓ Не приймайте відвідувачів, навіть якщо ви надворі і стоїте у 2 м від них.✓ Користуйтеся тільки приватними зовнішніми просторами (напр., балкон)✓ Не користуйтеся спільними просторами, такими, як вестибюль, подвір'я, ресторан, гімнастична зала або басейн.	

Вам можуть подзвонити з номера 1-888-336-7735 або 1-888-200-4881, щоб перевірити виконання вами вимог 14-добового карантину. Ви отримуватимете повідомлення у звукозапису та нагади електронною поштою.

Майте на увазі, що з вами можуть зв'язатися провінційні / територіальні органи на протязі цілого 14-добового карантину. У випадку розбіжності між федеральними та провінційними/ територіальними вказівками вам слід дотримуватися найсуворіших з цих вимог.



Ви ПОВИННІ спостерігати за своїм станом протягом 14 діб

Якщо в вас з'являться якісь симптоми COVID-19:

✓ новий чи загострений старий кашель	✓ біль у м'язах, ломота, втома або кволість
✓ задишка/ утруднене дихання	✓ втрата почуття запаху чи смаку
✓ почуття гарячки, озноб або температура 38°C чи вища	✓ головний біль
✓ зміни стану шкіри, висипання (в дітей)	✓ шлунковокишкові симптоми: біль у животі, понос, блювання або дуже погане загальне самопочуття

- негайно ізолюйтеся від інших людей
- виконуйте інструкції щодо COVID-19 місцевого органу охорони здоров'я (див. нижче).

14-добовий період починається знов, якщо під час карантинного періоду у вас з'являться гарячка та кашель або гарячка та утруднене дихання, позитивний результат тесту на COVID-19 або якщо ви мали контакт з іншою особою, яка має ознаки та симптоми або мала позитивний результат аналізу на COVID-19.

По інформацію про можливий інфекційний контакт з COVID-19 у подорожі (тобто авіарейси, круїзи, громадський транспорт тощо) або про фактори підвищеного ризику контакту та/або тяжкого захворювання, відвідайте сайт canada.ca/coronavirus.

ЩОБ ДОПОМОГТИ ЗМЕНШИТИ ПОШИРЕННЯ COVID-19

- **Завантажте та використовуйте канадську аплікацію для відслідкування контакту COVID Alert.**
- **Мийте руки часто**, теплою водою з милом протягом мінімум 20 секунд або використовуйте антисептик для рук зі вмістом спирту не менше 60%.
- **Не доторкайтеся до обличчя.**
- **Прикривайте рота й носа** ліктем при кашлі та чханні.
- **Виконуйте** всі інші санітарні вказівки, що діють у регіоні вашого перебування.



ДЕРЖАВНІ ОРГАНИ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я

ПРОВІНЦІЇ ТА ТЕРИТОРІЇ	НОМЕР ТЕЛЕФОНУ	САЙТ
Британська Колумбія	811	www.bccdc.ca/covid19
Альберта	811	www.myhealth.alberta.ca
Саскачеван	811	www.saskhealthauthority.ca
Манітоба	1-866-626-4862	https://manitoba.ca/covid19/restartmb/prs/orders/index.html#current https://www.youtube.com/user/ManitobaGovernment
Онтаріо	1-866-797-0000	www.ontario.ca/coronavirus
Квебек	1-877-644-4545	www.quebec.ca/en/coronavirus
Нью-Брансвік	811	www.gnb.ca/publichealth
Нова Шотландія	811	www.novascotia.ca/coronavirus/
Острів Принца Едварда	811	www.princeedwardisland.ca/covid19
Ньюфаундленд і Лабрадор	811 або 1-888-709-2929	www.gov.nl.ca/covid-19
Нунавут	1-867-975-5772	www.gov.nu.ca/health
Північнозахідні Території	811	www.gov.nt.ca/covid-19/
Юкон	811	www.yukon.ca/covid-19

Докладніша інформація:

1-833-784-4397

Canada.ca/coronavirus