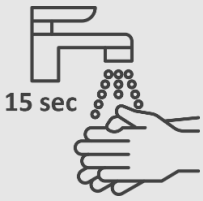

COVID-19: How to self-isolate 1 of 2

ᐊᑭᐠ ᐊᑯᓯᐏᐣ 2019 (COVID 19)

ᐊᓂᐣ ᑫᑐᑕᒪᐣ ᑭᐸᐦᐅᑎᓱᔭᐣ

ᐃᑭᑐᓇᓂᐘᐣ ᒋᑭᐸᐦᐅᑎᓱᔭᐣ ᑭᐡᐱᐣ ᐊᔭᔭᐣ COVID 19 ᐊᐦᑯᓯᐏᓇᐣ ᑲᔦᒪ ᑭᐡᐱᐣ ᐁᑭᓴᒥᐡᑲᒪᐣ COVID 19᙮
ᑭᐡᐱᐣ ᐊᐘᔑᒣ ᐊᓂᒪᓇᒪᒋᐦᐅᔭᐣ, ᑲᑲᓄᓇ ᑭᒪᐡᑭᑭᐏᓂᓂᒼ ᑲᔦᒪ ᑭᑐᐏᓂᐠ ᒪᐡᑭᑭᐏᑲᒥᐠ (1-866-797-0000)᙮

ᑲᐃᔑᑲᐯᔑᔭᐣ ᐊᔭᐣ
• ᑲᐏᐣ ᐊᐸᒋᑐᑫᐣ ᑲᐃᔑ ᒪᒪᐤ ᐱᒥᔭᓂᐘᐠ, ᑕᑭᓯ ᑲᔦᒪ ᑲᐅᑯ ᐱᒥᔭᓂᐘᐠ᙮
• ᑲᐏᐣ ᐊᐣᑌ ᐊᓄᑭᑫᐣ, ᒋᐡᑯᓂᔭᐣ ᑲᔦᒪ ᑲᐃᔑ ᒪᐘᑐᐡᑲᓂᐘᐠ᙮

ᑲᐏᐣ ᔭᐏᔭᐠ ᐘᐸᒪᑫᐣ
• ᑲᐏᐣ ᔭᐏᔭ ᑲᐱᑭᐅᑕᒪᐏᐠ ᔭᐦᐊᐠ ᐁᑕ ᑲᐃᓯᓭᓂᐠ ᐅᑕᓄᑭᐏᐣ (ᑎᓄᑲᐣ, ᑲᐸᒥᐦᐃᐍᐘᐨ)
• ᑲᐏᐣ ᐘᐸᒪᑫᐣ ᑭᒋᔭᐦᐊᐠ ᒥᓇ ᑲ ᐊᑯᓯᐘᑎᓱᐘᐨ (ᑎᓄᑲᐣ, ᑲᔓᑲᐘᐱᓀᐨ, ᑲᐅᐸᓇᐱᓀᐘᐨ,
ᑲᓄᑲᑎᓯᐘᐨ)᙮
• ᑲᐃᓯᓭᐠ, ᑲᐃᔑ ᐱᑭᓯᓴᑲᐠ ᐃᔑᐊᐱᐣ ᐁᑲ ᒋᐘᐸᒪᐨ ᑯᑕᐠ ᔭᐏᔭ ᐃᐃᒪ ᑲᐃᔑ ᑲᐯᔑᒧᔭᐣ ᒥᓇ
ᒋᐊᐸᒋᑐᔭᐣ ᑯᑕᐠ ᓂᐯᐏᑲᒥᐠ ᑲᐃᔑᑕᔭᐣ᙮
• ᓇᑲᒋᑐᐣ ᒋᓴᑭᑕᓇᒧᒪᑲᐠ ᓂᐯᐏᑲᒥᐠ (ᑎᓄᑲᐣ, ᒋᐸᑭᑌᓇᒪᐣ ᐘᓭᒋᑲᓇᐣ)᙮
• ᑭᐡᐱᐣ ᐁᑲ ᑭᑐᑕᒪᐣ, ᑯᑖᓱᒥᓯᐟ ᐊᐱᒋ ᐃᑲᑌᐠᐡᑲᐣ ᑲᑭᓇ ᔭᐏᔭ ᑲᐘᐸᒪᐨ᙮

ᐃᑲᑌᐡᑲᐣ
• ᑭᐡᐱᐣ ᔭᐏᔭᐠ ᐏᒋᐘᐨ ᑲᐃᔑᐸᑫᓴᑲᐠ, ᐃᑲᑌᐡᑲᐣ ᒥᓂᑯᐠ ᑯᑖᓱᒥᓯᐟ ᒥᓇ ᑭᑭᐡᑲᐣ ᐊᑯᒐᐸᐱᓱᐣ
ᑲᔦᒪ ᒋᐊᑯᒐᐸᐱᓱᔭᐣ ᑭᑯᐟ ᒥᓇ ᑭᑐᐣ᙮
• ᑭᐡᐱᐣ ᐁᑲ ᑭᑭᑭᐡᑲᒪᐣ ᐊᑯᒐᐸᐱᓱᐣ, ᑯᑕᑭᔭᐠ ᔭᐏᔭᐠ ᐅᑲᑭᑭᐡᑲᓇᐘ ᐊᑯᒐᐸᐱᓱᓇᐣ ᑭᐡᐱᐣ
ᐏᒋᐘᐨ ᐃᐃᒪ ᐸᑫᓴᑲᐠ᙮

ᑲᑲᓯᓂᒋ
• ᑲᓯᓂᒋᐣ ᒥᔑᓌ ᒋᐊᐸᒋᐦᐊᐨ ᔓᑊ ᒥᓇ ᓂᐱ ᑲᔦᒪ ᑲᓯᓂᒐᐣ ᐁᑲ ᐸᑲᐣ ᔭᐏᔭ ᑲ ᐊᐸᒋᐦᐊᐨ᙮
• ᑲᓯᐦᐊᐣ ᑭᓂᒋᐣ ᒋᐊᐸᒋᑐᔭᐣ ᐯᐸᐣ ᑲᔦᒪ ᑲᓯᐣᑿᐣ ᑲᑲ ᐊᐸᒋᐦᐊᑲᓀᐨ ᐸᑲᐣ ᔭᐏᔭ᙮
• ᐊᐸᒋᑐᐣ ᑲᐃᐡᑯᑌᐘᐳᐘᐠ ᑲᓯᓂᒐᐣ ᑭᐡᐱᐣ ᐁᑲ ᐊᔭᐨ ᔓᑊ ᒥᓇ ᓂᐱ᙮

ᑲᐡᑭᑭᓇᓂᐣ ᑲᐘᓴᓱᑕᒪᐣ ᒥᓇ ᐁᐳᑕᒋᑫᔭᐣ

• ᑲᐡᑭᓇᐣ ᑭᑯᐟ ᒥᓇ ᑭᑐᐣ ᐘᓴᓴᑕᒪᐣ᙮
• ᐃᔑᐘᓴᓴᑕᐣ ᐃᐃᒪ ᑭᓂᑭᐠ ᒥᓇ ᑭᑭᑭᐡᑲᒋᑲᓂᐠ, ᑲᐏᐣ ᐃᐃᒪ ᑭᓂᒋᐠ᙮
• ᐍᐱᓇᓂᐣ ᑲ ᐊᐸᒋᑐᔭᐣ ᑲᐃᔑ ᓯᓂᐢᑭᑯᒣᔭᐣ ᐍᐱᓂᑲᓂᐠ, ᒥᓇ ᑲᓯᓂᒋᐣ ᑿᔭᐠ᙮
• ᐊᐸᒋᑐᐣ ᑭᐍᐱᓂᑫᐏᐣ ᒋᐱᓇᐦᐃᑲᑌᐠ ᐍᐱᓂᑫᐘᔑᐠ᙮
• ᑿᔭᐠ ᑲᓯᓂᒋᐣ ᐃᐡᑿ ᓄᒋᑐᔭᐣ ᑭᐍᐱᓂᑫᐏᐣ᙮

ᑭᑭᐡᑲᐣ ᑲᐡᑲᓄᒐᐸᐱᓱᐏᐣ ᒋᐊᑯᓇᐦᐊᒪᐣ ᑭᑯᔾ ᒥᓇ ᑭᑐᐣ

• ᑭᑭᐡᑲᐣ ᐊᑯᓄᒐᐸᐱᓱᐣ ᑭᐡᐱᐣ ᐏᒪᒐᔭᐣ ᑲᐃᔑᑲᐯᔑᔭᐣ ᒋᐘᐸᒪᐨ ᑭᒪᐡᑭᑭᐏᓂᓂᒼ ᒥᓇ
ᐏᓇᓇᑐᑭᑫᓂᒥᑯᔭᐣ COVID 19᙮
• ᑭᑭᐡᑲᐣ ᐊᑯᓄᒐᐸᐱᓱᐣ ᑭᐡᐱᐣ ᔭᐏᔭ ᐏᐘᐸᒪᐨ ᐯᔓᐣᐨ ᑯᑖᓱᒥᓯᐟ ᑲᔦᒪ ᐸᑲᐣ ᐸᑫᓴᑲᐠ ᐃᔑᔭᔭᐣ᙮
• ᑭᐡᐱᐣ ᐁᑲ ᐊᔭᔭᐣ ᐊᑯᓄᒐᐸᐱᓱᐣ, ᑯᑖᓱᒥᓯᐟ ᐊᐱᒐᐸᒼ ᔭᐏᔭᐠ ᒥᓇ ᒋᑭᐱᑎᓇᒪᐣ ᑲᐘᓴᓴᑕᒪᐣ᙮
ᐘᐸᑕᐣ ᓇᑲᐡᑭᑫᐏᐣ᙮

ᐊᓂᐣ ᑫᑐᑕᒪᐣ ᑭᐡᐱᐣ ᐊᓂ ᐊᐦᑯᓯᔭᐣ?
• ᑭᔑᑐᐣ ᐃᐃᐍ COVID 19 ᓇᓇᑲᒋᐦᐃᑎᓱᐏᐣ᙮
• ᐃᐃᒪ ᐃᔑᑭᑐᐣ ᑭᑐᐏᐣ ᐊᑯᓯᐏᑲᒥᐠ (1-866-797-0000) ᑲᔦᒪ ᑭᒪᐡᑭᑭᐏᓂᓂᒼ᙮
• ᑲᑭᓇ ᔭᐏᔭ ᑲᑭᐘᐸᒪᐨ (ᑎᓄᑲᐣ, ᑲᐃᔑᑲᐯᔑᔭᐣ) ᐃᐃᐍ ᓂᔓᑭᔑᑲ ᑲᑭᒪᑕᐱᓀᔭᐣ ᐁᐃᓀᑕᒪᐣ ᑲᔦᒪ ᐁᑭᒪᑕᐱᓀᔭᐣ
ᑲᑭᓇ ᔭᐏᔭ ᒋᑭᐸᐦᐅᑎᓱᐘᐨ᙮ ᑭᐡᐱᐣ ᐏᑲᑵᑌᔭᐣ ᐅᐅᐍ ᐅᐣᒋ, ᑲᑭᑲᓄᓇ ᑭᒪᐡᑭᑭᐏᑲᒥᑯᐠ᙮
• ᑲᑭᐸᐦᐅᑎᐢ 14 ᑕᓱ ᑭᔑᑲ ᑭᐡᐱᐣ ᒪᑕᐱᓀᔭᐣ᙮
• ᐃᐡᑿ 14 ᑕᓱᑭᔑᑲ, ᑲᑭᐱᑎᓇᐣ ᑲᑭᐸᐦᐅᑎᓱᔭᐣ ᑭᐡᐱᐣ ᐁᑲ ᑭᓯᓱᔭᐣ ᒥᓇ ᑭᒪᑕᐱᓀᐏᓇᐣ ᐁᑲ ᓇᑯᑭᐣ, ᑲᑭᐱᒥᑐᑕᐣ
ᑲᐃᑲᑌᐡᑲᓂᐘᐠ ᑐᑕᒧᐏᓇᐣ᙮
• ᑭᐡᐱᐣ ᐁᑲ ᐏᒥᓄᔭᔭᐣ 14 ᑕᓱᑭᔑᑲ ᐃᐡᑿ ᑐᑕᒪᐣ ᑭᐸᐦᐅᑎᓱᐏᐣ, ᑲᑲᓄᓇ ᑭᑐᐏᓂᐠ ᒪᐡᑭᑭᐏᑲᒥᐠ ᑲᔦᒪ
ᑭᒪᐡᑭᑭᐏᓂᓂᒼ᙮

ᑭᑭᓄᒪᐏᑎᓱᐣ ᐅᐅᐍ ᐊᑯᓯᐏᐣ

COVID 19 ᐅᐡᑭ ᐊᐦᑯᓯᐏᐣ᙮ ᐅᐣᒋ ᒪᒐᒪᑲᐣ ᑲᓂᐱᐘᐠ ᑭᐘᓴᓴᑕᒧᐏᐣ ᑭᐡᐱᐣ ᔭᐏᔭ ᑭᑭᐡᑲᐠᒥᓇ ᑯᑕᑭᔭᐣ ᔭᐏᔭᐣ ᐁᐏᒋᐘᐨ ᒥᓇ ᐁᐏᒋᑲᐯᔑᒪᐨ ᐃᐃᒪ ᐘᑲᐦᐃᑲᓂᐠᒥᓇ ᐁᐸᒥᐦᐊᐨ ᑲ ᐊᐦᑯᓯᓂᐨ᙮

ᑲᑭᑌᐱᓇᐣ ᐏᑕᒪᑫᐏᓇᐣ ᐅᐣᒋ COVID 19 ᐃᐃᒪ ᐅᐣᑌᕒᐃᔪ ᐅᑭᒪᐏᐣ ᐊᐦᑯᓯᐏᐣ ᐱᐘᐱᑯᐠ ᐅᐅᒪ ontario.ca/coronavirus

ᐊᐘᔑᒣ ᐏᑭᑫᑕᒪᐣ ᐅᐅᒪ ᐃᔑᓇᓇᑐᐡᑲᐣ: ____ ᐅᐅᐍ ᐏᑕᒪᑫᐏᐣ ᐅᐅᒪ ᑲᒪᓯᓇᐦᐃᑲᑌᐠ ᐃᔑᑎᐸᒋᒧᓇᓂᐘᐣ ᐊᑯᓇᐠ ᒍᓬᐊᔾ 31, 2020
©ᐅᑭᒪᑵ ᐅᒪᓯᓇᐦᐃᑲᐣ ᐅᐣᑌᕒᐃᔪ, 2020