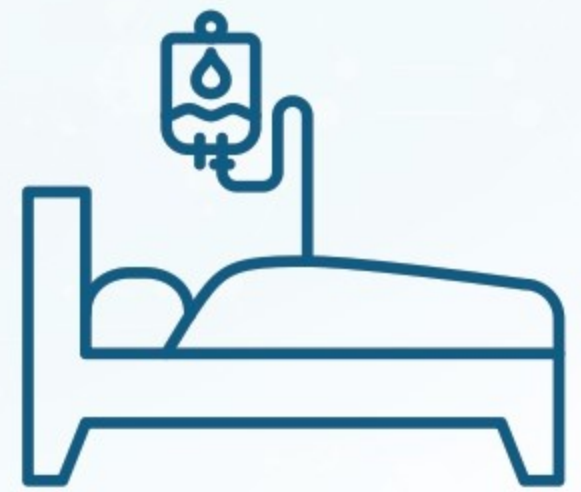


CORONAVIRUS KÁHNRA (COVID-19)

NE WATIÉ:SEN AIAKONONHWÁKTEN NE COVID-19 AONTAKARIHÓN:NI

Tsi'k nahò:ten ne káhnra enwá:ton ne Canada iená:kere enwá:ton ne eniakononhwákten, nek tsi ótia'ke ki' sénha watié:sen, ne tsi oiáshon káhnra íéhawe tóka' ní' tiakaonkwe'tá:ion. Tóka' ní:se e'tho tsátare enwá:ton ki' thénon néhshiere aonton'seronénhte ne aiesaié:na ne COVID-19.



ÓNHKA SÉNSHA WATIÉ:SEN AIAKÓ:RA'NE?

- ▶ Onkwehshón:'a ne oiáshon nahò:ten rotinonhwáhtani:
 - Raoneriá:ne
 - Ronatenekwenhsakarátá:ti
 - Otsiná:kwa iah teka'shátste
 - Tehotinekwenhsatsikhé:tare
 - Takwa'áhshon
- ▶ Onkwehshón:'a ne iah teka'shátste ne ieiá:takon aonterí:io ne káhnra, tóka' ní' teiontátsnie ne chemotherapy
- ▶ Thonnonkwe'tá:ions

SATATEWEIENÉN:TA'N

- ▶ Sateweiénst tsi nikaiérha ne COVID-19 tió:konte tsi saterien'tará:tiék, iahá:se ne www.canada.ca/coronavirus
- ▶ Iahá:se ne **provincial/territorial** tánon ne tsi nón:we nihsená:kere raotiwebsite tió:konte aesaterien'tarátie tsi niiá:wens ne COVID-19 ne sanakerahserá:kon.
- ▶ Saién:tak nahò:ten tensatenhontsóhse tóka' iah thaón:ton tóhka niahia'kserá:ke ahshiáken'ne, tsi nón:wa ní:ioht ne atenná:tshera, tóka' sanáshkwaien aotíkhwa tánon ne ienohare'tha'shón:'a.
- ▶ Tesewathá:ren ne ónhka teiesáhshnie oh náhshiere tsi ahsataten'nikón:raren, tánon tió:konte aesaiéntake ne sanonhkwa'shón:'a tóka' ní' iontstha'shón:'a.

- ▶ Seweienénta'n ónhka ne tahsthá:ren ne teietharákhwa tóka' ní' email.
- ▶ Sheri'wanón:tons ne tetsanonhsané:ken tóka' ní' satenró:sera aiesahshnié:non thénon ne kwahk kari'wanón:tha (e.g., iaié:ko sanónhkwa, aiontenna'tsherahninón:ra). Skaén:ion nahò:ten shakotienawá:se, iahatí:ien ne kákhwa káton onónhkwa ahatiiénhna tsi tisanónhsote.
- ▶ Saten'nikón:raren ne thénon ahsáttoke.

OH NÍ:IOHT TSI AONTAHSÁ'SERÓ:NENHTE AESAIÉ:NA NE COVID-19

- ▶ Tóka' aón:ton thónek tsáken' nó:nen ratetséntsne tisarí:waien tóka' kwah'k kari'wanóntha.
- ▶ É:ren í:seht ákta ne ónhka iakononhwáktani.
- ▶ Tóhsa iahá:se tsi í:iens ne akohréshon sénha tóka' ákte' nón:we ieiénskwe tóka' ní' tsi nón:we tkahnraná:kere ne virus.
- ▶ Tóka' kwah'k iah tshiásere taetsatátken ne kí:kí:ken néhshiere:
 - Iá:ia'k niwahsi:take na'tetsáteron'k tsi tesenithá:ren
 - Tesanentshatiníhon tsi ní:ioht ne taetsatatenéntsha, taetsatatenohronhkwa'nion tóka' ní' ahshehniá:sa
 - Tóhsa karihwesónhak ne skátne sené:shek
- ▶ Iotkáte sahtsóhare, onoharétha tánon ohné:kanos í:satst ará:na 20 nikatsistóhkwake nikarí:wes tóka' iah thaónton, iontahtsa'nokáshtha kí' í:satst né:ne 60% alcohol tekaiéston.



- ▶ Tóhsa ia'tsé:na ne tsitshaká:ronte, se'nionhsà:ke tánon skahrà:ke, tóka' ni' kákhwa.
- ▶ Tió:konte shawíshek ne alcohol tekaiéston iontahtsa'nokáhstha nó:nen saiakenenhátie's.
- ▶ Tóhsa ia'tsé:na ka'nón:we ne iotká:te ónhka ieieie:na's tsi kahnoká:ronte óhshia, wateenhráhratie, iakoa'takarátats ietsihkwá:rektha, tsi nón:we iokwehnehta's.
- ▶ Tóka' thénon ienhshie:na ne tsi iokwé:ne ionttsi'nionhkerátha kahiatónhsera í:satst tóka' ni' teionentshehs satia'tawí:ton ne kí' í:satst tsi ienhshie:na.
- ▶ Ará:na énska sewénhniserá serakewá:nion tsi nón:we iotkáté iehshie:na's, átste ieienhtákhwa, sanaktákta karotó:tsherote kahnóha iohshión:ton, teietharákhwa, tánon ne tkaráshstha wahtentiátha.
- ▶ Ne é:ren ahshawíhte ne kahnron:ni, ne khok í:satst ne **káhnra iórios, kakoráhsera iorihwanonhwé:'on** iohiaiatónhkwaian, Drug Identification Number (DIN) 8 nikahiatónhkwake ió:ien ne ienohare'tákhwa, ne é:ren kahawítha ne kahnron:ni. Tóka' iah thahsetsén:ri ne thénon ne iohní:ron tsi nón:we ienohare'tákhwa tsi ní:ioht ne ó:iente ionniá:ton tánon iah thénon teiotié:ren ne Canada nón:we aóntston.
- ▶ Nó:nen iah thahsetsén:ri ne iórios ne kahnron:ni enwá:ton kí' káhnra iórios kahneka'shátste (bleach) tenhsnekaiéste ne enhsatste. Tsi iohiatonhseranentá:kon kahiá:ton, tóka' ni' 5 millilitres (ml) ne bleach tánon 250ml ohné:kanos TÓKA' ni' 20ml ne bleach ne énska litre ohné:kanos. E'tho ní:ioht kí' tsi wate'nienténhston tóka' ne bleach 5% ió:ien ne sodium hypochlorite, aiá:on ne 0.1% sodium hypochlorite aón:ton. Í:tsher tsi ní:ioht tsi kahiá:ton tsi **á:iontste ne kanónhskon ne (chlorine) bleach**.
- ▶ Thé:non ne electronic ionniá:ton (e.g., teieristohrarákstha, tóka' ni' tsi nón:we tkaráshstha enwá:ton ne 70% alcohol éhshatste aiório ne kahnron:ni, ará:na énska ne sewenhniserá.
- ▶ Sheiehiaráhkwen ne rotinonhwáktani, tóka' ni' skátne rón:neskwe ne rotinonhwáktani tóhsa ákta nithón:ne.

- ▶ Tóhsa ienhénhse ne tsi iokwé:nen tóka' ni' tsi nón:we ronatia'taró:ron.
- ▶ Tóhsa iahá:se kennéka ne kahoniowá:nen ahsatí:ta tánon ne ka'nón:we niá:se ne iah akwah tekari'wanóntha, ne í:si' nonwéha ne Canada.

Tsi nénhshiere tóka' enhsanonhtonniónhwe tóka' nón:wa COVID-19

- ▶ Tsi nenká:iere ne COVID-19 né:ne:
 - Ó:ia' ní:ioht tsi enhsáhsake, tóka' ni' iah thaonteríhsi tsi sahsákha, entio'shatstén:sere'k tóka' ni'
 - Ensen'tonhkwáhrho, í:si' nón:we ne 38C, tóka' ni' ensaia'tóntawe'te, ensaia'taná:wenste tsi nensa'tarí:hen
 - Wentó:re ahsatón:rie
- ▶ Tóka' sanonhtón:nions ne taiotahsawá:tie, tsi'terón:tak ne sanónhskon tánon ia'sheiatewennátaahs tsi nón:we iehsétha taiesáhsnie'ne tóka' ni' ákta tsi tsí:teron ne tehshakotíhsnie, shehró:ri tsi ní:ioht tsi sattó:kas.
- ▶ Tiókonte tsi ia'satewenná:ta ohén:ton ne tho iáhse ne ahsheiatken'séra ne ónhka taiesáhsnie'ne, enwá:ton nen'né:'e é:ren enhonwatiia'tenháwihte ónhka tho rón:ne's.
- ▶ Ne ki tóka' e'tho neniá:wen'ne tewatsteríha'te:
 - Wé:ne tsi wentó:re ahsatón:rie (e.g., satonrió:ktha, satonrió'kte)
 - Sentskwe'nanón:waks tóka' ni' iókste
 - Tesani'tonnién:ni tóka' ni' wentó:re ne áhshie
- ▶ Tóka' né:ne teiohsteríha tsi ní:ioht tsi enhsáttoke ia'satewenná:ta ne 911 tánon shehró:ri tsi COVID-19 saié:na tánon watié:sen ne sarihwà:ke ne ó:ia ia'takaté:ni.

TETEWAIÉ:NA IONKWAIO'TEN TÓHSA TAONRÉ:NI NE COVID-19. TÓKA' ÍHSEHRE Í:SI NÓN:WE ESATÓ:KENHSE, IHÁ:SE NE

Canada.ca/coronavirus tóka' ni' ia'satewenná:ta ne 1-833-784-4397



CORONAVIRUS KÁHNHRA (COVID-19): TSI NÉNHSHERE AHSATATEHNNÓ:TON NE TÓKA' NÓN:WA IESATÉHRHON TÁNON IAH TEHSATTÓKAHS

Ón:kwe ne COVID-19 ón:wa'k enhotinonhwákten iah óhksa'k thahónttoke. Khó:ni' ne iah thé:non tehsattó:kahs enwá:ton ki' ónhka'k akó:ren enhsheiatéhrho ne COVID-19, ohén:ton ne thé:non aontahsáttoke tóka' ni' iah nonwén:ton ní:se thaesanonhwákten.

Wentá:'on 14 niwenhniserá:ke enhsatatehnnó:ton ne kén:tons (kanónhskon enhsátien), tóka':

- ▶ **ákte ne Canada** na'tontáhse (wentá:'on kanónhskon enhsátien)*
- ▶ Skátne í:seneskwe ónhka'k ne iakononhwákteni ne COVID-19, tóka' ni' ionnonhtónnions né: iakó:ien
- ▶ Iesahró:ri ne ata'karitáhtshera rotiió'te ontié:ren'k skátne í:seweskwé ne ne rotí:ien tánon wentá:'on enhsatatehnnó:ton (kanónhskon enhsátien)

Enhsatatehnnó:ton (kanónhskon enhsátien) ne kén:tons **14 niwenhniserá:ke** wentá:'on:

- ▶ **Kanónhskon enhsátien** tánon enhsataten'nikón:raren tóka' ken thé:non **sattó:kas**, khó:ni' ne nek nostónha
- ▶ **Tóhsa iénhse tsi nón:we í:iens ne onkwe'shón:'a** ahsatsnié:non tóhsa taonré:ni ne káhnhra ohén:ton enhsáttoke tsi í:wehre aesanonhwákten, tóka' ni' ón:wa'k taiotahsawátie ne aesanonhwákten
- ▶ **Satsnié:non tóhsa taonré:ni ne káhnhra**, satéweienst ne **sanónhskon í:non na'tesewáteronsk nakohréshon**

Tóka' entewatáhsawen aesanonhwákten ohén:ton iá:onwe ne 14 niwenhniserá:ke shisatatehnnó:ton wentá:'on:

- ▶ Óhksa'k **é:ren í:seht** tsi rón:ne's ne ronátia'ke kwah nek entehsáttoke
- ▶ Óhksa'k ia'sheiatewennáta'ahs ne tehóntsnie tóka' ni' **ata'karitáhtshera ronahtentiá:ton** ahshehró:ri tsi sahtentió:nen tánon í:tshehr nahò:ten eniesahró:ri

Enwá:ton ni' ó:ni **online nienhénhse í:se ensatatátken'se tsi nahò:ten éhnsatste** (tóka' ká:ien tsi nón:we nihsì:teron) aesató:kénhse tóka' kari'wanóntha ísì' nón:we aiesátken'se ne COVID-19 aorihwà:ke.

Satkáthto: Tóka' ónhka skátne sení:teron iah thaón:ton aieíá:ken'ne, ne tsi ontié:ren'k iakononhwákteni ne COVID-19, ontié:ren'k ki' ní:se tsi satatenhnnó:ten enwatóhetste ne 14 niwenhniserá:ke. Ia'sheíáttats ne **ata'karitáhtshera ronahtentiá:ton** thé:non tesathronhwà:se.

Ne ahsatatenhnnó:ton (kanónhskon áhsatien) ne kí: nénhshiere:

TASA'SERÓ:NENHT NE SKÁTNE NAKORÉNSHON

- ▶ Sanónhskon sé:sek tóka' ni' ákte' nón:we ne Canada (tóhsa káneka niahá:se).
- ▶ Thó:ne'k tsá:ken'n tóka' ratetséntsne tisarí:waien (sonhá:'ak tsi iesen'terónhna).
- ▶ Tóhsa sateweienstà:na, saio'ténhsera, tsi iokwé:ne niá:se, tóka' ni' ka'nón:we ahsatíta (e.g., iakoi'a'takarénies, taxi).
- ▶ Tóhsa ónhka tiesanatahren'sé:ra
- ▶ Tóhsa tesewatátken ne thonnonkwe'tá:ions, tóka' ni' iah tehonata'karí:te, ne watié:sen tahatíhnrakhwe kwah tokén:'en ahotinonhwákten.
- ▶ Tóhsa tesewatátken ne akohréshon, sénha ne iah káneka tshiehonnétha tánon iah ákta tetiawé:non ne káhnhra.

- ▶ Tóka' kwah'k iah tshíáhshiere e'tho kí: ná:tsehr tsi saten'nikón:raren:
 - Ià:ia'k niwahsì:take na'tetsátterek í:se tánon ne akó:ren
 - Tóhsa karihwesónhak
 - Ákte ionáktaien tasé:sek tánon ó:ia ne átste ieienhtákhwa í:satst tóka' enwá:ton
- ▶ Otiá'ke ne ónkwe enhonwanatehnrárho ne COVID-19 ronhátien ne ronónha iah thasáttoke ahotinonhwákteniheke. Ne **ahsatkonwaró:roke, tóka' ni' ktha'tahsatenia'taránhake** (i.e., **káhsón** ne ne kwah tokén:'en akarhó:roke se'nionsà:ke tánon tsitsaká:rante iah káneka tha'teioronhwén:te washarón:tak tsi tesatenontsistáhnha tóka' ni' sahonhta'keshon ia'teswáhnhak) tóka' iah tshíáhshiere ákta nenthón:ne, eniakoié:nawa'se ki' tsi satkonwaró:ron.
- ▶ Tóhsa ákta niahá:se tóka' sanáhskwaien, ótia'ke ne ón:kwe ronathró:ri tsi wahonwanatéhro ne raotitshé:nen.



TSI NAHÒ: TEN ENWÁ: TON NÉNHSHERE TSI NIKARÌ: WE'S SATATEHNHÓ: TON (KANÓNHSKON TSÌ: TERON)

Tsi nikarì: we's ne 6 niwahsì: take na'tesewátere ne ronátia'ke, enwá: ton ne:

- ▶ Tenhsanentshateníhon tsi ní:ioht ne ahshenéntsha tahshenohronhkwanion tóka' ni' ahshehniá:sa
- ▶ Sheri'wanón:tonhs kahwà:tsire, tetsanonhsané:ken tóka' ni' tsatén:ro aiesahshnié:non nahò:ten ne kwah teiotenhontsóhon (e.g., iaié:ko sanónhkwa iaiontenna'tsherahní:non)
- ▶ Í:satst ne online shakotienawá:se ahatiiénhna nahò:ten enhsní:non
- ▶ Kanónhskon tesatia'tahsharanie
- ▶ Í:satst ne waterihwateweién:tons tsi tesewathá:ren ne sahwa:tsire tánon sewatenro'shón:'a ne online tsi taiesewatskà:nhon tóka' ni' aesewátswa'te.
- ▶ Sanónhskon tasaió'ten
- ▶ Saten'én:rakon khok, ia'tsá:ken'n ahsken'nà:ke tóka' ni' ohnà:ken tewahskwén:nonte, saten'én:rakon sahtén:ti tóka' ni' nia'té:kon tsi nà:tsehr serahstá:nion tóka' ni' tesarahtáthon nia'té:kon tsi ná:tsher ahsátswa'te

SAHTSOHARÉHAK

- ▶ **Iótkate sahtsóhare**, onoharétha tánon ohné:kanos í:satst ará:na 20 nikatsistóhkwake nikarì:we's tánon kahiatónhsera ionhtsokewáththa í:satst ne ahsahtsó:kewe, tóka' onia'tará:'a éhnsatste, nó:nen enioná:nawenste tehsté:ni.
- ▶ Enwá:ton ne iohiatonhseraná:wen éhnsatste ahserá:kewe tóka' tei'ótion iá:ore, thó:ne ó:nen iontahtsa'nokháththa í:satst né:ne alcohol tekaiéston.
- ▶ Tóhsa ia'tsé:na ne skahrà:ke, se'nionhsà:ke tánon ne tsitshaká:rante
- ▶ Sáhsa'k tóka' ni' tesén'tionhst tsi tesahshákon ne senentshà:ke í:satst sróhost.

SENOHARÉNION TSI NÓN:WE IOHTKÀ:TE ÍHSES TÁNON TÓHSA ÓHNKA SHA'TÉTSATST NE SATSTA'SHÓN:'A

- ▶ Ará:na énska ne sewenhnísera senoharénion tsi nonwéhshon iotkà:te iehshié:nas, tsi nón:wa ní:ioht atste ieienhtákhwa, sanaktákta korotó:tsherote, kahnóha iohshión:ton, teietharákhwa tánon tkaráththa wahtentià:tha.
- ▶ **Thé:non tsi nón:we iohní:ron ahsenóhare (oién:te)** ne khok í:satst ne káhnhra iórios, ohné:ka, iohiatónhkwaen ne onónhkwa aohiatónhkwa (DIN). Ne DIN 8 niohiatónhkwaen Health Canada thonatká:wen, ratirihwahní:rats tsi iórios ne káhnhra tánon iah thé:non teiotié:ren ne né á:iontste ne Canada.

- ▶ Nó:nen iah thahsetshén:ri ne káhnhra iórios ienohare'tákhwa ne tsi nón:wa ní:ioht oientá:ke ne ki' ne tekahnekaiéhston bleach í:satst tsi ní:ioht tsi kahiá:ton ne katshe'tà:ke, tóka' ni' 5 mL ne bleach tánon 250 mL ohné:kanos, TÓKA' NI' 20 mL ne bleach ne énska litre ohné:kanos. Ne rónstha tóka' ne bleach ió:ien ne 5% sodium hypochlorite, aiá:'on ne 0.1% sodium hypochlorite tekaiéhston (nika'shátste). Í:tsher tsi nahò:ten kahiá:ton **ne tkarihwaié:ri tsi ahsátste ne kanónhskon ióntstha (chlorine) bleach.**
- ▶ Tóka' iah thé:non teiotié:ren áhsatste ne ohné:ka káhnhra iórios ahsérho nahò:ten ne high-touch electronic watstha'shón:'a (e.g., teieristohrarákstha, tsi tkaráththa) enwá:ton ki' káhnhra iórios enhsátste 70% alcohol ará:na énska ne sewenhnísera.
- ▶ Tóhsa ónhka sha'tétsatst thé:non tsi nón:wa ní:ioht iontenawerohare'tákhwa, iontia'tokewáththa, ienaktorókstha, iontkonwarorókstha, skonhsà:ke watehrhorókstha, taiontskà:nhon iontstha'shón:'a, tóka' ni' waterihwateweién:tons watstha'shón:'a.

SATATEN'NIKÓN:RARE THÉ:NON AONTAHSÁTTOKE

- ▶ Sataten'nikón:raren tóka' thé:non aontahsáttoke, sénha tóka' aiesen'tonhkwa'rro, tánon tsi ní:ioht tsi satónrie tsi nón:wa ní:ioht ahsáhsake tóka' ni' wentó:re tsi satónrie.
- ▶ Satatátken's tánon shiá:ton tó: nisen'tonhkwa'rros nia'tewenhniserá:ke (tsi ní:ioht tsi iesahró:ris ne **ata'karitáhtshera rotiió'te**) tóhsa éhnsatste ne tewa'seronéntha ne aiako'tonhkwa'rro (e.g., acetaminophen, ibuprofen) tsi ní:kon enwá:ton. Kí: ononhkwa'shón:'a enkahróhoste tóka' ne tá:we ne COVID-19 aesanonhwákten.



KAIO'TÉNHSERA AORIHWÀ:KE TEHONTSTIKÁWHAS WENTÁ:'ON ENHOTIÍÓ'TEN

Ótia'ke ne ón:kwe wentá:'on tehatiristí:ia'ks iotká:te iahontahsónteren ahatikaré:ni nahò:ten **kwah teiotenhontsóhon** tóka' ni' ashakotiié:nawa'se, tóka' ni' ótia'ke, ratiíé:nas, tóka' ni' thontká:was ne kwah'k teiotenhontsóhon ashakotiié:nawa's ne Canadians, iah tekari'wanóntha ne ahontatenhnhó:ten (kanónhskon ahóntien) tsi íá:we tehontstikáwhas é:ren ne Canada tsi niió:re ne (iah tehonttó:kas ahotinonhwaktaníheke ne COVID-19)

Wentá:'on:

- ▶ Enhontéweienste ne tsi (iokwé:ne) **í:non na'tahóntereske ne akohréshon.**
- ▶ Ahontaten'nikón:raren **tóka' ahotinonhwákten** (tóka' thé:non aontontáhsawen, í:tsher nahò:ten ionkhihró:ris ne **ata'karitáhtshera rotiió'te**)
- ▶ Tsi nón:we nihsí:teron sé:sek tóka' enwá:ton.
- ▶ Tóka' iesahró:ris ne ata'karitáhtshera rotiió'te ne ahsatatehnhó:ton (ne tsi ónhka'k skátne í:seneskwe né:ne iakó:ien), sehró:ri ne ata'karitáhtshera rotiió'te tsi na'a:wén'ne tánon tsi wentá:'on ensaió'ten, tho ná:tsher nahò:ten eniesahró:ri.
- ▶ Enwá:ton akwé:kon entewatsnié:non tóhsa taonré:ni ne COVID-19

TSI NAHO'TÉNSHON WENTÁ:'ON ENSAIÉN:TAKE NE SANÓNHSKON NÓ:NEN SATATEHNNHÓ:TON (KANÓNHSKON TSÌ:TERON)

- ❑ **Tsi'k ní:ioht ne iontkonwarorókstha** (i.e., ne **kahsa'áhton** kwah tokén:'en akahróhoste ne se'nionhsà:ke tánon ne tsitshaká:rante iah thé:non tha'teironhwén:te tánon washarón:tak tsi íá'tesatenontsistáhnhak tóka' ni' sahonhta'késhon íá'teswáhnhak)
- ❑ Énska khok ién:iontste kahiatónhsera ionhtsokewáhta
- ❑ Ióntstha aióntken'se tó: niiako'tonhkwáhrhos
- ❑ Iehnekatahkwátha ohné:kanos
- ❑ Ionhtsohare'táhhkwa onoharè:tha
- ❑ Alcohol ionniá:ton iontahtsa'nokáhstha ará:na 60% alcohol
- ❑ Ieksohare'táhhkwa onoharè:tha
- ❑ Ienohare'táhhkwa onoharè:tha
- ❑ Ienohare'tha'shón:'a ne taiontohtáhrho
- ❑ Káhnhra íórios ohné:ka tóka' íah tesá:ien ne onónhkwa aohiatónhkwa kahiá:ton (DIN) enkakwé:ni ki' ne (5%) bleach, tánon ákte néhseren ne ténhshieste
- ❑ Né:ne kwah ne aó:wen á:iontste aierakewánion ne electronics



TETEWAIÉ:NA IONKWAIÓ'TEN TÓHSA TAONRÉ:NI NE COVID-19. TÓKA' ÍHSEHRE ÍSI' NÓN:WE AESATÓ:KENHSE IAHÁ:SE NE

*KAIANERÉNHSERA NE AIONTATEHNNHÓ:TON

Canada aokó:ra íá'thotirihwaién:ta'se ahatiianerenhserón:ni ne thontaiawénstsi tsi naiá:wén'ne (ne Quarantine Act) kaianerénhsera ne ahontatehnhó:ton akonónhskon ne ákte' na'tenthón:ne, tekaténhsne, kaniatara'kehkó:wa, tóka' ni' ohontsà:ke, ne ahontatehnhó:ton (kanónhskon ahóntien) 14 niwenhiserà:ke, tóka' ronttókas rotinonhwáktani tánon tóhsa tahonré:niá'te ne COVID-19. 14 niwenhiserá:ke entewatáhsawen nó:nen én:tsonwe ne Canada.

Canada.ca/coronavirus
tóka' ni' íá'satewennáta
1-833-784-4397

CORONAVIRUS KÁHNHRA (COVID-19)

TSI NÉNHSHERE

AHSATATEHNNHÓ:TON NE TÓKA'

NÓN:WA SÁ:IEN NE COVID-19



Ahsatatenhó:ton ne kén:tons (kanónhskon enhsá:tien) tóka' íhsehre sanonhwáktani ne COVID-19, tánon ontié:ren'k tó:ske tóka' nón:wa ónhka'k skátne íseneskwe ne iakó:ien, tóka' ne í:se iah tshiáse ne ón:kwe tsi í:iens, enhsatsnié:nón ki' ne tóhsa taontehnraré:ni ne akohréhshon ne sanónhskon tánon ne sanakerahserá:kon.

Wentá:'on ken' néhshiere:

- ▶ **Ia'sattakwaríhshia't sasahtén:ti tánon tsi'terón:tak tóka':**
 - iesatkén:se tánon sá:ien ne COVID-19, tóka' ni' háro'k tesatokénhse oh ní:ioht tsi iesatkén:se ne COVID-19
 - tsi'k ní:ioht tsi sattó:kas, khó:ni' ne iah teio'shátste, tánon
 - tetsatatkén:nen á:iénhse tóka' nón:wa rononhwáktani ne COVID-19
 - iesahró:ri ne tehóntsnie (tóka' ni' **í:se' satatátken's**) tóka' nón:wa iéhseskwe tsi nón:we tká:ien ne COVID-19
 - ákte' ne Canada na'tontáhse tánon a:iénhse sanonhwáktani ne COVID-19 (wentá:'on)*
- ▶ teióntsnie iesahró:ri tsi ní:ioht tsi ahsataten'nikón:raren, tóka' ni' **ákte' nón:we tethóntsnie** eniesahró:ri iah ó:nen tetsótteron ne ónhka ahsheiatéhrho
- ▶ óhksa'k shehró:ri ne **ata'karitáhtshera rotiió'te** tóka' sanonhtónnions iohetken'enhátie teiesáhshnie, tánon í:tsher nahò:ten eniesahró:ri

Tasa'seró:nenht ne skátne akohréhshon

- ▶ Tho'k nikahá:wi tsá:ken'n tóka' taiesáhshnie'ne aorihwà:ke.
 - ▶ Tóhsa ne iakoa'takarénies tóka' ni' taxi tsi tesatstikáwha.
 - ▶ Serihwakwatá:ko ne satenná:tshera tánon thé:non oiáshon thatiiénhna sahnhohákta thatí:ien tóhsa kwah taesewatátken.
 - ▶ Ákte' ionáktote tsi'terón:tak tánon sonhá:'ak í:satst ne tsi iontawenstákhwa tóka' enwá:ton.
 - ▶ Tóka' wentá:'on skátne í:sewe's, satéweienst ki' ne **6 niwahsi:take** na'taesewátereske ne ronátia'ke.
 - ▶ Tóhsa nonwén:ton skátne sewéhsek ónhka ne ó:ia' nahò:ten rotinonhwáktani, watié:sen thé:non ahotí:ra'ne tánon ne thonnonkwe'tá:ion.
- ▶ Tóhsa saten'nískwat ne ónhka tensewatátken í:satst ne ioiánere iontkonwarorókstha tóka' sá:ien tóka' iah ne ki' ne ktikawenní:io tsi ní:ioht í:satst, tóka' ni' onia'tará:'a, tsi niió:re ne ahsehró:roke ne se'nionhsà:ke tánon tsitshaká:rante (i.e., tsi káhsón tóhsa teioronhwén:tek, wahsharón:tak tsi tesatenontsistáhnhak, tóka' ni' sahonhta'këshon ía'teswáhnhak) nó:nen enhsáhsa'ke, tensen'tionhstá:nion, tóka' wentá:'on ne tsi nón:we nensewéhseke ne kanónhskon.
 - ▶ Í:tsher nahò:ten rón:ton ne online **tsi ní:ioht tsi éhnsatste, ísi' iensá:ti tóka' ni' enhsenóhare ne iontkonwarorókstha**, tóka' ni' tsi ní:ioht tsi enthóntka'we ne **ohén:ton iehón:nete ne ata'karitáhtshera**.
 - ▶ Tóhsa ákte' ronnéhsek ne katshé:nen, tóhka ó:nen niionkwé:take wahonthró:ri ne ón:kwe wahonwanatéhrho raotitshé:nen ne COVID-19.



Sahtsoharéhak

- ▶ **Iótkate sahtsóhare**, onoharétha tánon ohné:kanos í:satst ará:na 20 nikatsistóhkwake nikarí:wes tánon kahiatónhsera ionhtsokewátha í:satst ne ahsahtsó:kewe, tóka' onia'tará:'a éhnsatste, nó:nen enioná:nawenste testé:ni.
- ▶ Enwá:ton ne iohiatonhseraná:wen éhnsatste ahserá:kewe tóka' teió'tion iá:ore, thó:ne ó:nen iontahtsa'nokháhstha í:satst né:ne alcohol tekaiéston.
- ▶ Tóhsa ia'tsé:na ne skahrà:ke, se'nionhsà:ke tánon ne tsitshaká:ronte
- ▶ Sáhsa'k tóka' ni' tesén'tionhst tsi tesahshákton ne senentshà:ke í:satst sróhost.

Tóhsa tsi'k nón:we tesatehnrarié:nia't

- ▶ Ará:na énska ne sewenhnísera senoharénion tsi nonwéhshon iotkà:te iehshié:nas, tsi nón:wa ní:ioht átste ieienhtá:khwa, sanaktákta korotó:tsherote, kahnhóha iohshión:ton, teietharáhkhwa tánon tkaráhstha wahtentià:tha.
- ▶ Tóhsa ónhka sha'tétsatst thé:nen, tsi nón:wa ní:ioht iotenawirohare'tákhwa, iontia'tokewátha, ienaktoróktha, taiontskà:nhon iontstha'shón:'a, tóka' ni' thé:nen ne waterihwateweién:tons watstha'shón:'a.
- ▶ Thé:nen tsi nón:we iohní:ron ahsenóhare (oién:te) ne khok í:satst ne káhnra íórios, ohné:ka, iohiatónhkwaien ne onónhkwa aohiatónhkwa (DIN). Ne DIN 8 niiohiatónhkwaien Health Canada thonatkà:wen, ratirihwahní:rats tsi íórios ne káhnra tánon iah thé:nen teiotié:ren ne né: á:iontste ne Canada.
- ▶ Énska tsi nón:we na'sé:ta thé:nen ne iah thaón:ton aonsahsenóhare, ó:ia tatsará:ta niáhkwe, kwah tokén:'en senón:tek skátne ne oiáshon watstáhshion.
- ▶ Senón:tek niáhkwe ohén:ton iahsné:kenhte ne átste ieienhtákhwa.

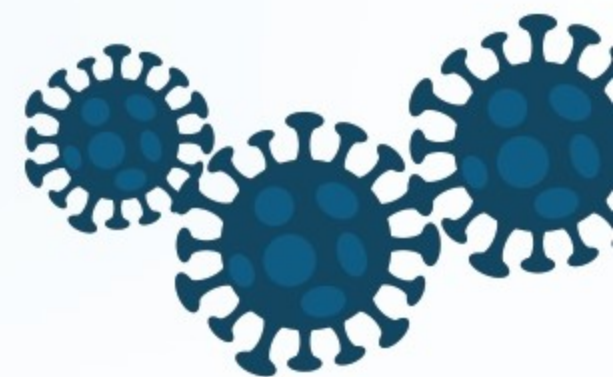
- ▶ Ne éhnsatste ne ata'karitáhtshera iontkonwarorókstha **tóka' ni' ahsatenia'taró:roke** (i.e., **kahsa'áhton** ne kwah tokén:'en akahrhó:roke ne se'nionhsà:ke tánon tsitshaká:ronte tánon iah thé:nen tha'teioronhwén:te tánon washarón:tak tsi tesatenontsistáhnhak, tóka' ni' sahonhta'keshon ia'teswáhnhak). Tóka' nón:wa enkaié:na tóka' tewanitskeró:ko, téstahst ne taonré:ni ne káhnra ne tsa'taktóntie nek tsi ahsatkonwaró:roke iah thaontaio'seró:nenhte tsi kari'wanón:tha aienoharéhseke.

Tesatátsnie'n

- ▶ Saten'nikón:raren tsi ní:ioht tsi sattó:kas tsi ní:ioht tsi iesahró:ris ne tehóntsnie tóka' ni' **ákte' nón:we tsi tetehshakotíhshnie**.
- ▶ Tóka' sénha ensanonhwákten óhksa'k ia'satewennáta ne teiesáhsnie, tóka' ni' ákte' nón:we tsi tethóntsnie, tánon tho ná:tsehr nahò:ten eniesahró:ri.
- ▶ Satoríshen, tkarihwaié:ri tsi tesatskà:nhon tesewathárhak ne akohréhshon, teietharahkwà:ke tóka' ni' waterihwateweién:tons.

*Kaianerénhsera ne Aiontatehnhó:ton

Canada Aokó:ra ia'thotirihwaién:ta'se ne ahatiianerenhserón:ni ne thontaiawénhstsi tsi na'á:wen'ne (ne Quarantine Act) Kaianerénhsera ne Aiontatehnhó:ton ne akonónhskon, ne ronwatí:ton ne ákte' na'tenthón:ne, tekatenhsne, kaniatara'kehkó:wa tóka' ni' ohontsà:ke – ne ahontatehnhó:ton 14 niwenhniserá:ke tóka' ronttó:kas rotinonhwáktani ne COVID-19, oh naiá:wen'ne tóhsa taonré:ni ne káhnra. Ne 14 niwenhniserá:ke tsi nenséhsewe ne Canada entewatáhsawen.



Naho'ténhshon teiotenhontsóhon aiesaién:take ne sanónhskon

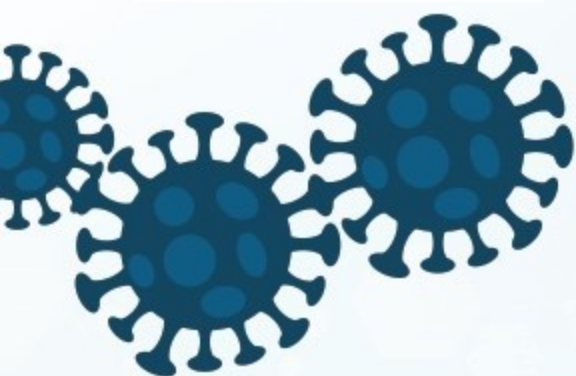
- Ata'karitáhtshera iontkonwarorókstha** tóka' enhsetshén:ri ahsátste tánon ne teiesáhshnie aióntste tóka' iah tesá:ien ne ki' ne **ktikawenní:io tsi ní:ioht tóka' ní' onia'tará:'a** (i.e., ne **kahsa'áhton** ne kwah tokén:'en ahsehrhó:roke se'nionhsà:ke tánon tsitshaká:ronte tánon iah thé:nen tha'teioronhwén:te onón:tsi tánon ohónhta tekahwáhnhen)
- Iekahrà:ke kanónhstats teiesáhshnie ióntstha
- Énska khok ién:iontste a'niá:nawen (tóhsa enséhsatste) teióntsnie én:iontste.
- Énska khok ién:iontste kahiatónhsera ionhtsokewátha
- Ionntsi'nionhkeráthta
- Watstáhshion iakotiehtákhwa ó:ia' tkaiá:ra nà:kon
- Ióntstha aióntken'se tó: niiako'tonhkwáhrhos
- Iontenonhkwa'tsherahninón:tha iensní:non ne iako'tonhkwáhrhos onékwa (e.g., ibuprofen tóka' ní' acetaminophen)
- Iehnekatahkwátha ohné:kanos
- Ionhtsohare'tákhwa onoharè:tha
- Iontahtsa'nokáhstha tekaiéston ne 60% alcohol
- Ieksohare'táhhwa onoharè:tha
- Ienohare'tákhwa onoharè:tha
- Ienohare'tha'shón:'a ne taiontohtáhrho
- Káhnra iórios ohné:ka tóka' iah tesá:ien (5%) bleach ohné:ka, tánon ákte ní:kare ne ténhshieste
- Alcohol wátston ierakewáthta aienóhare ne waterihwateweién:tons



SERIHWAHSEÓN:NI THATIÉNHNA NE SATENNÁTSHERA

TETEWAIÉ:NA IONKWAIÓ'TEN TÓHSA TAONRÉ:NI NE COVID-19. TÓKA' ÍHSEHRE Í:SI' NÓN:WE AESATÓ:KENHSE IAHÁ:SE NE

Canada.ca/coronavirus
tóka' ní' ia'satewenná:ta ne
1-833-784-4397



CORONAVIRUS KÁHNRA (COVID-19) IOTIWIRARHÁ:RE, ENIAKENNAKÉRATE OWIRÁ:'A TSI NÍ:IOHT TSI ENHONWANATEN'NIKÓN:RAREN NE OWÍ:RASE: KONWANATEN'NIKONHRÁ:WIS NE KA'NISTÉNHSERA



Iotiwirará:re

Káhnrase ne COVID-19 tánon shékon iakwateweiénstha oh niiá:wens tóka' iotiwirárhare. Iah thénon há:ro'k tewathró:ris tóka' ken sénha watié:sen ne iotiwirárhare ne kwah tokén:en aiotinonhwákten ne COVID-19 aontakarihón:ni. Iah há:ro'k tewathró:ris tóka' ken aonhétken'ne tsi aiontehiá:ron ne owirá:'a COVID-19 aontakarihón:ni.

Tsi nikarí:wes iotiwirárhare akónttoke ne thénon taontté:ni ne aotierón:ta, né aontakaienhtáhkwe óia' nahò:ten aionatehnrotáshien, tsi nón:wa ní:ioht ne **tsá:takon tekonré:nie's káhnra tsi ní:ioht tsi ahsatón:rie**. Ne ki' aorí:wa iorihowá:nen ne iotiwirárhare aotirihwá:ke, sénha ne tsi ní:ká:ien ne watié:sen thénon takontihnráhkwe ne thénon ia'takaté:ni aó:wen ne akontíhsere tsi ní:ioht tsi wathró:ris ki kahiatónhsera ne akonten'nikón:raren tóhsa aiotinonhwákten.

- ▶ **Tsi'terón:tak kanónhskon** kwah tsi ní:kon enwá:ton, tsik nikahá:wi ratetséntsne tisarí:waien tsáken'.
- ▶ **Tesewathá:ren ne rontétsents tóka' ní' iewirókwas** tóka' ken enwá:ton teietharákhwa tsi taesewathá:ren.
- ▶ **Sate'nién:ten** tóhsa ónhka í:tien ne sanónhskon ne sewatierenhkó:wa.
- ▶ **Iotká:te sáhsstóhare**, onoharétha tánon ohné:kanos í:satst ará:na 20 niotsistóhkwake nikarí:wes, tóka' iah thaón:ton tsi nón:we níhse's, ne ki' thí iontahtsa'nokhástha í:satst alcohol tekaiéston.
- ▶ **Sateweiénst** ónhka tensewatátken, í:non na'tesewáteronsk tsi tesewathá:ren, ará:na ià:ia'k niwahsí:take.
- ▶ **Tóhsa ienhshié:na** ne tsitshaká:ronte, se'nionhsà:ke tánon skahrà:ke.
- ▶ **Tóhsa iénhse** ka'nón:we tsi nikahá:wi iokwehnéhta's, tasa'seró:nenht tsi ní:kon ahsenién'te nahò:ten ne kwah teiotenhontsóhon.
- ▶ **Tóhsa enhsatí:ta tsi nón:we ne iakoia'takaré:nie's tóka' ní' tshio'kéha.**

Tóka' ákte' ne Canada nón:we iéhse'skwe aó:wen ki' nó:nen enséhsewe satatehnhó:ton 14 niwenhniserá:ke wentá:on í:se **satatehnhó:ton** tóka' ónhka'k iakó:ien ne COVID-19.

Tóka' iesahró:ri sehnrehawe ne COVID-19, tóka' ní' sahrhá:re aonsesatokéhnse tsi iesatkén:se **satatehnhó:ton** ki'.

Iotiwiraién:ta's

Há:ro'k tewé:ne tóka' ken ne ka'nisténhsera enwá:ton eniontatatéhrho ne COVID-19 tóka' ó:nen tsá:ta tsi niió:re ne tióhton niwenhni:take ní:ien.

- ▶ Tóka' tsi tetehshakotíhshnie iensawiraiénta'ne tóka' ní' tsi tkontiwiró:kwas satéweienst tsi nitkaiarenhseró:ten ne' tho.
 - É:so ne tsi tetehshakotíhshnie tánon ne tsi tkontiwiró:kwas iah thahshakotiríhon ne akó:ren e'tho aiénsheke.
 - É:so tsi nón:we ne tseiá:tak akó:ren enwá:ton.
 - Ónhka ne aiontsnié:non iah ki' nen'né:'e thaiontáshsete.
- ▶ Tóka' íhshere kanónhskon aesawiraién:ta'ne tesenithá:ren ki' ne iewiró:kwa's ne né aorihwá:ke:
 - Tóka' ken enwá:ton ne kanónhskon aesawiraién:ta'ne tsi nón:we nihsená:kere tsi nikarí:wes kí: kahnratarí:ne's;
 - Tsi nénhshiere ne sanónhskon tóhsa' thénon aonhétken'ne.
- ▶ Tóka' sanonhwáktani ne COVID-19 tesewatháren ne teiesáhshnie tsi ní:ioht tsi íhshere aesawiraién:ta'ne. Skatshon tsi ní:ioht tsi ia'taiakorihwaiénta'se tsi ní:ioht tsi será:kwas tánon nahò:ten onónhkwa kari'wanóntha.
- ▶ Ne teiesáhshnie enieri'wí:sake (ohén:ton aesawirai'én:ta'ne) tánon nó:nen (eniakennakerá:te) thénon ne káhnra tánon tóka' kari'wanóntha kwah tókenen ahshakonaten'nikón:raren, rontetsen'tskó:wa enkari'wanón:ton.

Owirá:'a taiontátsnie'ne

Tóka' sanonhwáktani tóka' ní' ontié:ren'k ensanonhwákten ne COVID-19, wentá:on'ts **satatehnhó:ton** ne sanónhskon tsi ní:kon enwá:ton, **tóhsa ákta í:seht** tóka' akó:ren e'tho ié:teron, ne khok ne owirá:'a, enwá:ton skátne sénha tóka' shestaróntha, tánon taietsatatientehrha'ne. Kwah tsi ní:kon enwá:ton sate'nién:ten tóhsa' sheiatehrho ne owirá:'a, e'tho í:kare

- ▶ **Iotká:te sáhsstóhare**, ohén:ton ahsheié:na tánon nó:nen ensehsheiátka'we, ne sháka ne ronatiá'ke ratiksa'okón:'a.
- ▶ Satkonwaró:rok ne sénha ka'shátste, tóka' iah tesá:ien ne ki' ne **tsi'k ónhka ióntstha tsi ní:ioht**, ne í:satst, kwah tokén:en sróhost ne se'nionhsà:ke tánon tsitshaká:ronte tóhsa teioronhwén:tek, senontsí:ne ia'swánerenk tóka' ní' sahonhtà:ke, tóka' akohrénschon ákta (owirá:'a ó:ni) ahshenónhstate ne aktontie rón:ne's.
- ▶ Orihwí:io són:ni aiotkweniénston tánon káhnra íorios í:satst, ne í:satst ne tsi ní:ká:ien tsi nón:we ne **iohni:ron ienohare'tákhwa**.

Iah tewatiésen ne owirá:'a ne káhnra aiakohnóntera'ne tóka' iontstaróntha ne ontate'nisténha, tsi eniontehiá:ron ne owirá:'a, **iah tehatitshén:rie's** ne COVID-19 kahnrón:ni ne ka'nisténhsera akonòn:ta.

- ▶ Tsi iá:we rotienawá:se ne owirá:'a ne ahonwatihstarón'ten tánon iah tewén:ne ahotikarón:ni ne tsi ní:ioht tsi rontón:rie's káhnra, enwá:ton ki' ieniontahsón:teren eniontatstarón:ten.
- ▶ Ok tóka' ne ka'nisténhsera iakó:ien tóka' ni' ontié:renk iéhawe ne COVID-19 tsi nikarí:wes iontatstaróntha aówen ki' aiontkonwaró:roke ne sénha ka'shátste, tóka' iah tesá:ien **tsi'k ki' níká:ien í:satst** tóka' ni' onia'tará:'a tesatwáhnhak, tánon ne owirá:'a sheiahsiró:rok tóka' ni' iontia'tokewátha sehrhó:rok
- ▶ Ne ka'nisténhsera iéhsehr ne **aiakokweniénston** ne tsi iontonriétha tánon ne ionhtsahna'këshon nó:nen skátne ne owirá:'a tánon nó:nen eniéhsa.

Tóka' iah tshiekaié:ri tsi nisata'karí:te ne tahshéshnie'ne ne owirá:'a, kwa'nikonhrá:reks ki' ne:

- ▶ Ahsheri'wanontónhse ónhka'k ne iakotehiá:ron, tánon iakota'kar'i:te aiontatenón:te tánon taiontátsnie'ne ne owirá:'a. Otia'ke ne ónkwe ienhnrehawi ne COVID-19 nek tsi iah tewé:ne
- ▶ **Satkonwaró:rok** nó:nen teshésnie ne owirá:'a tóka' ni onia'tará:'a tesatwáhnhak tóka' ónhka ne kanónhsko iakononhwáktani tóka' ni' á:ienhre ne iéhawe ne COVID-19, oh naiá:we'nne ahshenónstate ne owirá:'a tánon ne ronátia'ke aktón:tie rón:ne's.
- ▶ Shenón:tanont ne ónwa'k enhsenon'tahserón:ni tóka' ni' iontatenon'tatáhkwen ka'nisténhsera.
- ▶ Teshnekóntieht tánon saten'nikón:raren nahò:ten éhnsatste ne aiontatenon'tatáhko
- ▶ Tóhsa ónhka sha'tétsatst ne katshe'shón:'a tóka' ni' iontatenon'tatahkwátha.
- ▶ Shehró:ri ne ronátia'ke e'tho ratí:teron ahóntste ne ahontkonwaró:roke, tóka' iah thaón:ton ne iá:ia'k niwahsí:take na'taesewaterónske.

Aontaiená:ra

Ierihwá:ia'k ne ónhka aontaiená:ra tsi nikarí:wes ionkhihró:ris tóhsa ónhka ne ákta naontá:ien. Iah téhsehre ne ónhka ne iah tháienhte aiesatehrho tóka' ni ónhka ne tho iéteron aiakó:ra'ne ne COVID-19. Iorihowánen se' tóhsa ónhka sheríhon tienatá:ra, tóka' sanonhtón:nions í:se' tóka' ni' sheién:'a onti'e:ren'k seníhnrare ne COVID-19.

O'nikón:ra Aota'karitáhtshera

Ka'níhsera, ka'nisténhsera tánon ne ronwatinónhna ne ratiksaokón:'a tóka' wentá:on tenhontekhási ne ratiksaokón:'a tánon ne shakoti'nisténha tánon ne ronwá'niha, tóka' ni' tenhontekhási tsi níká:ien ne ronwatinónhna né: ne COVID-19 aontakaríhón:ni, aó:wen iahonwanattatshe ne ata'karitáhtshera rotiió'te, tóka' ni' o'nikón:ra aota'karitáhtshera rotiió'te; ahonwatiié:nawá'se. Ia'sheiatáts ne **Public Health Authority** aiesáhshnié:non.

Tóka' thé:non tesa'nikónhrhare ne COVID-19 aorihwá:ke, tesenithá:ren ne satétsen'ts, ononhkwa'shón:'a roió'te tóka' ni' iewiró:kwás.

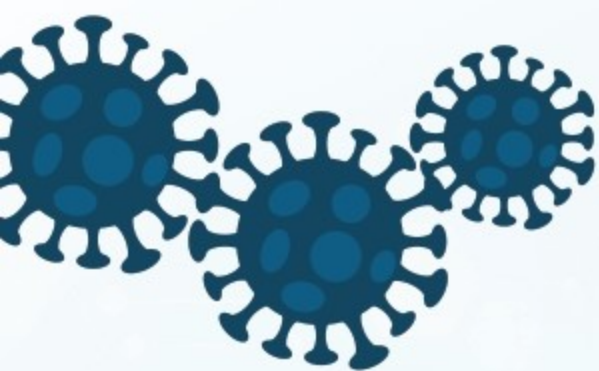
NE COVID-19 AORIHWA'SHÓN:'A TÁNON AIESÁTKEN'SE TSI SAWIRARHÁ:RE, IAHÁ:SE NE:

www.sogc.org

TÓKA' ÍHSEHRE Í:SI' NÓN:WE SÉNSHA AESATÓ:KENHSE NE CORONAVIRUS AORIHWÁ:KE:

1-833-784-4397

Canada.ca/coronavirus





TASA 'SERÓ:NENHT TSI TAONRÉ:NI NE COVID-19. SAHTSÓHARE.



1

Iohnekaná:wen í:satst
sená:nawenht
sesnonhsà:ke



2

Senohare'tsherárho



3

Ará:na 20
niotsistóhkwake
nikarí:wes orihwí:io
ahsón:ni ontenó:hare



4

Kwah tokén:'en
shnekaté:ni



5

Kwah tokén:'en
státha't kahiatónhsera
ionhtsokewátha í:satst



6

Kahiatónhsera í:satst
sashnekahnó:ton



Sahtsa'nà:ke tánon
ohnà:ken tetsarónhkwen
ne sahtsà:na



Tsi na'tekón:tere
sesnonhsa'këshon



Stsiweionhkara'këshon



Stsi'erokónhshon

📞 1-833-784-4397

@ canada.ca/coronavirus



Public Health
Agency of Canada

Agence de la santé
publique du Canada

Canada