

ንስኻ ከም ዝተወከለ ቤተሰብ/ናይ ደገፍ ሰብ መጠን ንኣካላውን ኣእምሮኣውን ጥዕና ናይ ፈታዊኻ ኣገዳሲ ኢኻ። ከምኡውን ኣብ ድሕነት ኩሉ ኣብ'ቲ ትካል ሕክምና ዝርከብ ሰብ ወሳኒ ተራ ኢኻ ትጻወት። ካብ'ቲ ትካል ሕክምና ወጻኢ ትገብሮ ዝኾነ ነገር፣ ናብ'ቲ ትካል ሕክምና ኮቪድ-19 ተሰኪምካ ናይ ምምጻእ ተኸእሎ ዮብዝሐ እዩ። ናትካ ተኸእሎ ናይ ተቃላዕነትን ተላባዕነትን ኮቪድ-19 ንምግምጋም ዝሕግዙ ንጥፈታትን ጠባያትን ኣብ'ዚ ፓምፍላት/ወረቀት ተዘርዚሮም ይርከቡ።

ኣብ ልዑል ተቃላዕነት ናይ ኮቪድ-19 እንተለኻ፣ ነዚ ሕማም ንፈታዊኻ፣ ካልኣት ተሓከምቲ፣ ተቐማጦን ኣባላት ሕክምናን ከምኡውን ኣብ ገዛኻን ከባቢኻን ዘለዉ ናይ ምምሕልላፍ ተኸእሎ ከም ዘሎ ምርዳእ ኣገዳሲ እዩ።



ከም ተወሳኺ ነቲ ኣብ እዋን ኮቪድ-19 ዘሎ ተኸእሎ ናይ ሕማም ፍለጥ ዝብል ወረቀት/ፓምፍላት ተመልከት።

ምልክታት ኣለኒ ዝብል ጥርጣረ እንተለኻ፣ ቅድሚ ናብ'ቲ ቦታ ምብጻሕ ነቲ ናይ ኣንላይን [ኮቪድ-19 ነብሰ-ገምጋም ንኣልባርታውያን](#) ዝብል ምላእ።



ንዝያዳ ናይ ድሕነት ሓበሬታ፣ ኣብ እዋን ኮቪድ-19 ንውክልና ዘለዎም ቤተሰብ/ደገፍቲ ዝተዳለዉ AHS [Tip ዝብል ወረቀት ተመልከት](#)



ምስ ፈታዊኻ ብኣካል ምኃን ዘድልዎኻ እንተኾይኑ ወይ ድማ ብሸርቲል ምርኻብ ዘዋጽእ እንተኾይኑ ምስ ፈታዊኻ ተዘራረብ።



ንውክልና ዘለዎም ቤተሰብ/ደገፍቲ ዝምልከቱ ምንጭታት ከምኡውን ዝኾነ ክልኩል ቦታ እንተሎ ንምፍላጥ፣ ነቲ [ahs.ca/visitation](#) ዝብል ዌብፔጅ ተመልከት።



ዝተወከሉ ቤተሰብ ከምኡውን ናይ ደገፍ ሰባት (Designated Family and Support Persons)

ከጋጥመካ ዝኸእል ሓደጋ ምፍላጥ ኣብ እዋን ኮቪድ-19 (Know Your Risk During COVID-19)



**ናይ ዘይርኡይ ተቃላዕነት ዘለካ ተኸእሎ ፍለጥ
(Know your risk of unknown exposure)**

ቅድሚ ናብ ሓይ ትካል ጥዕና ምእታውካ፣ ምብጻሕ ከተደናገዱ ንምውሳኔ ኣብ ናይ ዝሓለፈ ዞ መዓልታት ዝገበርኩዎ ንጥፈታት ተሞርኩስካ ናትካ ተኸእሎ ናይ ተቃላዕነት ኮቪድ-ፆ ገምግም።

ኣብ **ትሑት ሓይጋ** ናይ ተቃላዕነት ኣለኻ ንምባል፣ ነዘም ስዒብም ዝተጠቅሱ ኩሎም ረቋሒታት ከተማልእ ኣለካ።

- ❖ ካብ ገዛ ኢኻ ትሰርኡ፣ ወይ ድማ ኣብ ልዑል ተቃላዕነት ናብ ኮቪድ-ፆ ዘለዎም ቦታታት ኣይትሰርኡን ወይ ኣይትነብርን ኢኻ (ወይ ኣብ ከምዚኣም ቦታታት ዝሰርኡ ሰብ ምሳኻ ኣይቅመጥን)።
- ❖ ብብዝሒ ትረኽቦም ሰባት ቁጽሮም ካብ ፮ ዘይበዝሕ ኮይኑ ካብ'ዚ ጉጅለ ወጻኢ ርክብ ኣብ ዝህልወሉ እዋን ኣካላዊ ምርሕሓቅን ማስክ ምልባስን ይዘውትሩ እዮም።
- ❖ ካብ'ዘም ጉጅለ ወጻኢ ናብ ገዛኻ ዝተዓደመ ጋሻ ኣይነበረን።
- ❖ ንስኻን ምሳኻ ዝነብሩ ሰባትን ብውሕዱ ናይ ክልተ (2) ሜትሮ ርሕቀት ካብ ካልኣት ኣካላዊ ምርሕሓቅ ይተግብሩን ካብ ገዛ ወጻኢ ድማ ማስክ ይለብሱን።
- ❖ ኣእዳውካ ቀጻሊ ትሕጽብ ወይ ተጽርዮን።
- ❖ ኣብ ኣገዳሲ እዋናት ጥራይ ንደገ ምውጻእ ተዘውትር።
- ❖ ኣብ ውሽጢ ሓይ መዓልቲ ንካልኣት ኣብ ሕክምና ዘለዉ ኣይትበጽሑን ወይ ኣይትሕግዝን።
- ❖ ካብን ናብን ካልእ ክልላት ወይ ሃገራት ኣይገደብኩን።

ኣብ **ልዑል ሓይጋ** ናይ ተቃላዕነት ኮቪድ-ፆ ዘውድቁኻ ንጥፈታት ብፍለይ ድማ ኣብ ዝሓለፉ ዞ መዓልታት ነዚኣም ይጠቃልሉ።

- ❖ ኣብ ልዑል ቁጽሪ ሕሙማት ኮቪድ-ፆ ዘለዎ ወይ ለብዒ ዝተኣወጀ ቦታ ትሰርኡ ወይ ትቕመጥ ኢኻ (ወይ ኣብ ከምዚኣም ቦታታት ዝሰርኡ ሰብ ምሳኻ ይነብር እዩ)።
- ❖ ካብ ገዛኻ ወጻኢ ኣብ ኣካላዊ ርሕቀት ምሕላውን ማስክ ምግባርን ዘይትግበረሉ ቦታታት ትሰርኡ ወይ ትዘናጋዕ ኢኻ።
- ❖ ካብ ገዛኻ ወጻኢ ኣብ ማእኸል ካልኣት ሰባት ኣካላዊ ምርሕሓቅን ማስክ ምግባርን ቀጻሊ ኣይተገብርን ኢኻ።
- ❖ ካብ መቅርብትኻ ወጻኢ ኣብ ገዛኻ ኣጋይሽ ትዕንግድ ኢኻ።
- ❖ ኣካላዊ ምርሕሓቅን ማስክ ምግባርን ቀጻሊ ተግባራዊ ዘይኮነሉ ህዝባዊ መጻዕዲ ወይ ካርፕሊንግ ትጥቀም ኢኻ።
- ❖ ኣእዳውካ ቀጻሊ ኣይትሕጽብን ወይ ኣይተጽርን ኢኻ።
- ❖ ኣብ ውሽጢ ሓይ መዓልቲ ንብዙሓት ተሓክምቲ ወይ ተቐማጦ ኣብ ብዙሓት ትካላት ጥዕና ትበጽሑ ኢኻ።
- ❖ ካብን ናብን ካልእ ክልላት ወይ ሃገራት ገይሽካ ነይርካ።

ኣብ ልዑል ሓይጋ እንተለኻ፣ ብኸብረትካ ነዚ ሓይጋ/ተኸእሎ ንምጉዳል ፈትን ወይ ድማ ንካልእ ሰብ ወክል።

ኣብ ውሽጢ ትካል ሕክምና ንነብስኻን ንፈተውትኻን ንምክንኻን ከተገብርኩም ንደልዩካ ነገራት። (To protect yourself and your loved one while inside of a facility, we need you to:)

- ❖ ቅድሚ ናብ'ቲ ቦታ ምእታውካ፣ ሓፈሻዊ ጥዕናዊ ምርመራ ግበር። ብዘዕባ ኩነታትካ ሓቀኛ ሓበሬታ ብኸብረትካ ሃብ።
- ❖ ብኣባላት/ሰራሕተኛታት ዝወሃቡ ኩሎም መምርሒታት ተኸተል።
- ❖ ኣብ'ቲ ቦታ/ትካል ዝወሃብካ ማስክ ቀጻሊ ኣብ ልዕሊ ኣፍካን ኣፍንጨኻን ግበር።
- ❖ ኣብ ውሽጢ እቲ ትካል ሕክምና ትገብር ምንቅስቃሳት ኣገድል።
- ❖ ካብን ናብን ክፍሊ መደቀሲ ፈታዊኻ ምስ ትንቀሳቀስ፣ ካብን ናብን እቲ ትካል ሕክምና ምስ ትንቀሳቀስ፣ ከምኡ'ውን ማስክኻ ቅድሚ ምትንካፍካን ድሕሪኡን ጽሬት ኣእዳውካ ሓልው።
- ❖ ናይ ዝተመደበ ቤተሰብ/ድጋፍ ወሃቢ መፍለዪ ባጅ ምግባር።

ዝኾነ ሕቶ ወይ ርእይቶ እንተለካ፣ ምስ ዝኾነ ኣባል ናይቲ ጉጅለ ሕክምናዊ ክንክን ብኸብረትካ ተዘራረብ።

