ཚ་བ་ >37.8°C དང་/ཡང་ན་གྲང་
ཤུར་རྒྱག་པ།

གློ་རྒྱག་པ། དབུགས་གཏོང་དཀའ་བ།

1. གུ་/སློབ་ཕྲུག་ལ་གཤམ་གྱི་ནད་རྟགས་གང་རུང་གསར་པ་ཐོན་པའམ་ཇེ་སྡུག་འགྲོ་བཞིན་པའི་གནས་ཚུལ་འདུག་གམ།?**

TORONTO.CA/COVID19

མིང་།: ཟླ་ཚེས།: དུས་ཚོད།:

བྲོ་བ་དང་དྲི་ཉམས་པའམ་ཉམས་བཞིན་པ། ཞེ་མེར་བ།སྐྱུག་པའམ་ཡང་ན་བཤལ་བ།

ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་ལ་ COVID-19 ཞིབ་འཇུགཕྲུ་གུ་ལྟ་སྐྱོང་སློབ་གྲྭའི་/JK-12ནང་མ་འཛུལ་སྔོན་ལ་ལེགས་གྲུབ་གནང་རོགས།

2. ཁྱེད་ཀྱི་ནང་མིའི་ནང་དུ་COVID-19ནད་རྟགས་གཅིག་གམ་དེ་ལས་མང་བ་ཡོད་པ་དང་/ཡང་ན་ནད་རྟགས་ཡོད་པ་གང་ཞིག་བརྟག་དཔྱད་གྲུབ་འབྲས་སྒུག་བཞིན་ཡོད་དམ།?
• གལ་སྲིད་ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་དེ་བཞིན་སྔོན་འགོག་ཡོངས་སུ་བརྒྱབས་ཟིན་*པའམ་ཡང་ན་འདས་པའི་ཉིན་གྲངས་90ནང་ཚུན་COVID-19ཕོག་ནས་དྲག་སྐྱེད་གཙང་སེལ་བྱུང་ཡོད་ན།“མེད།”འདེམས་རོགས།

3. འདས་པའི་ཉིན་གྲངས་10ནང་ཚུན། ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་ཁྱིམ་དུ་མྱུར་བརྟག་ཡོད་བྱད་སྤྱད་དེ་ཏོག་དབྱིབས་རིམས་ནད་ཕོག་ཡོད་པ་ཐོན་སོང་ངམ།?
• གལ་སྲིད་དེ་རིགས་སྨན་ཁང་PCRབརྟག་དཔྱད་ཁང་བརྒྱུད་ཏོག་དབྱིབས་ཕོག་མེད་པ་ཐོན་ཚེ།“མེད་”འདེམས་རོགས།

4. ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་COVID-19ཡོད་པ་དང་ཉེ་ས་ནས་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་བའི་བརྡ་ལན་འབྱོར་བའམ་ཡང་ན་ཁྱིམ་དུ་ཟུར་སྡོད་རྒྱུའི་བཀའ་འབྱོར་ཡོད་གྲས་ཡིན་ནམ།?
• གལ་སྲིད་ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་དེ་བཞིན་སྔོན་འགོག་ཡོངས་སུ་བརྒྱབས་ཟིན་པ་*ཡང་ན་འདས་པའི་ཉིན་གྲངས་90ནང་ཚུན་COVID-19ཕོག་ནས་དྲག་སྐྱེད་གཙང་སེལ་བྱུང་ཟིན་ཡོད་པའམ་ཡང་ན་མི་དམངས་འཕྲོད་བསྟེན་ཁང་ནས་ཕྲུ་གུ་/
སློབ་ཕྲུག་དེ་ཉིད་ཟུར་བཀག་སྡོད་དགོས་ཀྱི་མེད་པའི་བཀའ་འབྱོར་ཡོད་ན།“མེད་”

5. འདས་པའི་ཉིན་གྲངས་14ནང་ཚུན། ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་ཁེ་ན་ཌ་ནས་ཕྱིར་འགྲུལ་བཞུད་བྱས་ཡོད་པ་དང་གཤམ་གསལ་གཞུང་གི་དགོས་མཁོ་བཞིན་ཟུར་བཀག་སྡོད་དགོས་པའི་བཀའ་འབྱོར་ཡོད་དམ། དབུས་གཞུང་ཟུར་བཀག་དགོས་མཁོ།?

ཡོད།
མེད།

ཡོད།
མེད།

ཡོད།
མེད།

ཡོད།
མེད།

སྤྱི་ལོ་2021ཟླ་9ཚེས་1ཉིན་བསྐྱར་སྣོན་ཞུས།

• གལ་སྲིད་ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་སྐྱོང་བས་འཕྲོད་བསྟེན་དཀའ་ངལ་བརྒྱུད་ནད་རྟགས་དེ་རིགས་ཡོད་པ་ར་སྤྲོད་བྱུང་ཡོད་ཚེ།གལ་སྲིད་ནད་རྟགས་གསར་པ་ཡིན་ཚེ།“མེད་”འདེམས་དགོས།གལ་སྲིད་ནད་རྟགས་མི་འདྲ་བའམ་ཇེ་སྡུག་ཏུ་འགྲོ་བཞིན་འདུག་ན་“ཡོད་”འདེམས་དགོས།

ཡང་ན། གལ་སྲིད་ནད་རྟགས་གང་རུང་ལ་

“ཡོད་”འདེམས་ཡོད་ཚེ།: ཁྱིམ་དུ་སྡོད་རྒྱུ།དང་།ཟུར་

བཀག་སྡོད་དགོས།

བརྟག་དཔྱད་

བྱེད་དགོས། འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་རྟོགས་པར་འབྲེལ་བ་བྱོས།

གལ་སྲིད་དྲི་བ་ཁག 2, 3, 4 ཡང་ན 5 བཅས་
ལ་ “ཡོད་”འདེམས་ཡོད་ཚེ།:

ཁྱིམ་དུ་སྡོད།དང་།ཟུར་བཀག་
སྡོད།

མི་དམངས་འཕྲོད་བསྟེན་ལམ་སྟོན་ལག་
བསྟར་བྱེད་དགོས།

ཡོད། མེད། ཡོད། མེད། ཡོད། མེད། ཡོད། མེད། ཡོད། མེད།

* སྔོན་འགོག་ཚང་མ་བརྒྱབས་ཟིན་ཞེས་པའི་དོན་ནི་སྔོན་འགོག་རིམ་པ་གཉིས་པ་དེ་ཉིད་བརྒྱབས་ནས་ཉིན་གྲངས་14དང་དེ་ལས་མང་སོང་ཟིན་པའམ་སྔོན་འགོག་ཐེངས་གཅིག་མ་གཏོགས་དགོས་རིགས་རྣམས་སྔོན་བརྒྱབས་ནས་ཉིན་གྲངས་བཅུ་བཞི་འདས་ཟིན་པ་ཞིག་དགོས།
**སུ་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ན་བའམ་ཡང་ན་ནད་རྟགས་ཐོན་ཡོད་རིགས་རྣམས་ངེས་པར་དུ་ཁྱིམ་དུ་སྡོད་དགོས་པ་དང་དགོས་ངེས་བྱུང་ཚེ་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་རྟོགས་པའི་རོགས་རམ་ཞུ་དགོས།

• ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་དེ་ཉིད་ངེས་པར་དུ་ནད་རྟགས་ཐོན་པའི་ཉིན་ནས་
ཉིན་གྲངས་10རིང་ཁྱིམ་དུ་ཟུར་བཀག་སྡོད་དགོས་པ་དང་། ཉིན་གྲངས་
11ཉིན་ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་དེའི་ནད་རྟགས་དྲག་སྐྱེད་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་གི་
འདུག་ཚེ་ཕྱིར་ཕྲུ་གུ་ལྟ་སྐྱོང་/སློབ་གྲྭ་ལོག་ན་འགྲིགས་ཀྱི་རེད།

• འདས་པའི་ཉིན་གྲངས་90ནང་ཚུན་ཁྱིམ་ཚང་ནང་དུ་གང་ཟག་སུ་ཞིག་
སྔོན་འགོག་ཆ་ཚང་མ་བརྒྱབས་པ་དང་*ཡང་ན་COVID-19བརྟག་
དཔྱད་བརྒྱུད་ནད་ཐོན་པ་མེད་པ་དང་གཙང་སེལ་བྱུང་ཡོད་མོད།
ངེས་པར་དུ་ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་དེའི་ཏོག་ནད་ཕོག་མེད་པའི་COVID-
19བརྟག་དཔྱད་གྲུབ་འབྲས་མ་ཐོན་བར་དུའམ་ཉིན་གྲངས་10འདས་
མཚམས་བར་དུ་ཁྱིམ་དུ་ཟུར་བཀག་སྡོད་དགོས།

• གལ་སྲིད་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་སྐྱོང་བས་དཀའ་ངལ་གནས་སྟངས་དེ་ཉིད་
COVID-19དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་བརྟག་དཔྱད་གཏན་འཁེལ་
བྱུང་ཚེ།ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་དེ་ཉིད་ནད་རྟགས་དྲག་སྐྱེད་བྱུང་བའི་ཆུ་ཚོད་
24རྗེས་ལ་ཕྱིར་ལོག་ཡོང་ན་འགྲིགས་ཀྱི་རེད།(ཆུ་ཚོད་48རིང་ཞེ་མེར་
བ།སྐྱུག་པ།ཡང་ན་བཤལ་བ།) ཁྱིམ་ཡོད་ནང་མི་གཞན་རྣམས་ཀྱང་
ཟུར་བཀག་སྡོད་དགོས་ཀྱི་མེད།

• ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་ལ་COVID-19ནད་ཕོག་ཡོད་པ་ཕྲུ་གུ་ལྟ་སྐྱོང་
བ་/སློབ་གྲྭར་བརྡ་ལན་སྤྲོད་དགོས།

• ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་དེ་ཉིད་ངེས་པར་དུ་ནད་རྟགས་ཐོན་པའི་ཉིན་
ནས་ཉིན་གྲངས་10རིང་ཁྱིམ་དུ་ཟུར་བཀག་སྡོད་དགོས། ཉིན་
གྲངས་11ཉིན་ནས་ཁོང་ཚོ་ཕྱིར་ཡོང་ཆོག་ཅིང་ལྷག་པར་དུ་ཁྱིམ་
དུ་མི་གཞན་ལ་ནད་རྟགས་ཐོན་རུང་ཡོང་ཆོག

• ཁྱིམ་ཚང་ནད་སྡོད་མི་རྣམས་དང་ལྷག་པར་COVID-19སྔོན་
འགོག་ཆ་ཚང་མ་བརྒྱབས་པ་རྣམས་*ཉེ་ས་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་རྗེས་
ཉུང་མཐར་ཉིན་གྲངས་10རིང་ཟུར་བཀག་སྡོད་དགོས་ཤིང་ངེས་
པར་དུ་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་དགོས།

• ཊོ་རོན་ཊོ་མི་དམངས་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཁང་གིས་ཁྱེད་ལ་འབྲེལ་
བ་བྱས་ནས་བརྟག་དཔྱད་ཇི་ལྟར་བྱ་དགོས་མིན་དང་འབྲེལ་ཡོད་
གནས་ཚུལ་འཕར་མ་རྣམས་མཁོ་སྤྲོད་གནང་གི་རེད།

ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་གང་ཉིད་འདས་པའི་ཉིན་གྲངས་10ནང་ཚུན་COVID-19ཕོག་པའི་མི་དང་ཉེ་ས་ནས་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་ཡོད་དམ།

ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་དེ་ཉིད་ནད་རྟགས་དྲག་སྐྱེད་བྱུང་བའི་ཆུ་ཚོད་24རྗེས་ལ་ཕྱིར་ལོག་ཡོང་ན་འགྲིགས་ཀྱི་རེད།(ཆུ་ཚོད་ 48རིང་ཞེ་མེར་བ།སྐྱུག་པ།ཡང་ན་བཤལ་བ།)

གལ་སྲིད་ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་དེ་ཉིད་སྔོན་འགོག་ཆ་ཚང་བརྒྱབས་མེད་ན།*:ཏོག་དབྱིབས་རིམས་ནད་ཕོག་པའི་མི་དང་འབྲེལ་འདྲིས་བྱུང་རྗེས་ཉིན་གྲངས་10རིང་རང་ཉིད་ཟུར་བཀག་སྡོད་དགོས།

གལ་སྲིད་ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་དེ་ཉིད་སྔོན་འགོག་ཆ་ཚང་བརྒྱབས་ཟིན་ཡོད་ན།*: ཁོང་ཚོས་ནད་རྟགས་དྲག་སྐྱེད་བྱུང་བའི་ཆུ་ཚོད་24རྗེས་ལ་ཕྱིར་ལོག་ཡོང་ན་འགྲིགས་ཀྱི་རེད།(ཆུ་ཚོད་48རིང་ཞེ་མེར་བ།སྐྱུག་པ།ཡང་ན་བཤལ་བ།)

གལ་སྲིད་ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་དེ་ཉིད་COVID-19ཕོག་པ་དང་འདས་པའི་ཉིན་གྲངས་90ནང་ཚུན་དྲག་སྐྱེད་གཙང་སེལ་བྱུང་ཡོད་ཚེ།: ཁོང་ཚོས་ནད་རྟགས་དྲག་སྐྱེད་བྱུང་བའི་ཆུ་ཚོད་24རྗེས་ལ་ཕྱིར་ལོག་ཡོང་ན་འགྲིགས་ཀྱི་རེད།(ཆུ་ཚོད་48རིང་ཞེ་མེར་བ།སྐྱུག་པ།ཡང་ན་བཤལ་བ།)

གལ་སྲིད་ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་ལ་COVIDདོགས་གཟོན་མཉེན་ཆས་བརྒྱུད་ཏོག་དབྱིབས་དང་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་བའི་བརྡ་
ལན་འབྱོར་ཚེ།: ཁོང་ཚོས་ནད་རྟགས་དྲག་སྐྱེད་བྱུང་བའི་ཆུ་ཚོད་24རྗེས་ལ་ཕྱིར་ལོག་ཡོང་ན་འགྲིགས་ཀྱི་རེད།(ཆུ་ཚོད་48རིང་ཞེ་མེར་བ།སྐྱུག་པ།ཡང་ན་བཤལ་བ།)

གཅེན་གཅུང་དང་ཁྱིམ་ཚང་གི་མི་རྒན་གྲས་སུ་ཞིག་ཕྲུ་གུ་ལྟ་སྐྱོང་ཁང་/སློབ་གྲྭར་བསྐྱོད་རྗེས་ནང་མི་གཞན་སུ་ལའང་
ཇི་སྲིད་བར་དུ་ནད་རྟགས་ཐོན་བཞིན་མེད་ཚེ་ལམ་སེང་ཕྱིར་ལོག་ཆོག་གི་རེད།

ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་དེ་ཉིད་ཁྱིམ་དུ་སྡོད་དགོས། ཟུར་བཀག་སྡོད་དགོས་པ་དང་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་དགོས།

ཁོང་ཚོར་ནད་རྟགས་ཐོན་ཡོད་པ་ཕྲུ་གུའི་ལྟ་སྐྱོང་བ་/སློབ་གྲྭར་བརྡ་ལན་སྤྲོད་དགོས།

COVID-19 བརྟག་དཔྱད་བྱས་པའི་གྲུབ་འབྲས་ག་རེ་རེད་དམ།

གལ་སྲིད་ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་དེ་ཉིད་འདས་པའི་ཉིན་གྲངས་14ནང་ཚུན་ཁེ་ན་ཌའི་ཕྱིར་འགྲུལ་བཞུད་བྱས་ཡོད་ཚེ།:
• ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ངེས་པར་དུ་དབུས་གཞུང་གི་ཟུར་བཀག་ལམ་སྟོན་སྲུང་བརྩི་ཞུ་རྒྱུ་དང་རྒྱལ་སྤྱིའི་འགྲུལ་བཞུད་ཟིན་མཚམས་ཚུར་ལོག་རྗེས་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་དགོས།

• གལ་སྲིད་ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་དེ་ཉིད་སྔོན་འགོག་ཡོངས་སུ་བརྒྱབས་ཟིན་ཡོད་ཚེ་ཟུར་བཀག་ལ་སྡོད་རྒྱུར་དམིགས་བསལ་ཐོབ་སྲིད།གལ་སྲིད་ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་དེ་ཉིད་སྔོན་འགོག་ཡོངས་སུ་བརྒྱབས་ཟིན་མེད་ཚེ། ཁོང་ཚོ་ཉིན་གྲངས་14རིང་སློབ་གྲྭ་/ཕྲུ་གུ་ལྟ་སྐྱོང་ཁང་དུ་
ཡོང་ཆོག་གི་མེད་ཅིང་།ལྷག་པར་ཁོང་ཚོ་སྔོན་འགོག་བརྒྱབས་ཟིན་པའི་རོགས་པ་ལྷན་དུ་ཕྱིན་ཡང་དམིགས་བསལ་མེད།

• དབུས་གཞུང་གི་འགྲུལ་བཞུད་པའི་དགོས་མཁོའི་ལམ་སྟོན་རྣམས་སྲུང་བརྩི་ཞུ་དགོས།

ངའི་ཕྲུ་གུ་/སློབ་ཕྲུག་ལ་COVID-19ཡི་ནད་རྟགས་1གམ་དེ་ལས་མང་བ་འདུག

TORONTO.CA/COVID19

ནད་ཡོད་པ། ནད་མེད་པ། བརྟག་དཔྱད་བྱས་མེད།

མེད།

ཡོད།

ཡོད།

ཡོད།

ཡོད།

*སྔོན་འགོག་ཚང་མ་བརྒྱབས་ཟིན་ཞེས་པའི་དོན་ནི་སྔོན་འགོག་རིམ་པ་གཉིས་པ་དེ་ཉིད་བརྒྱབས་ནས་ཉིན་གྲངས་14དང་དེ་ལས་མང་སོང་ཟིན་པའམ་སྔོན་འགོག་ཐེངས་གཅིག་མ་གཏོགས་དགོས་རིགས་རྣམས་སྔོན་བརྒྱབས་ནས་ཉིན་གྲངས་བཅུ་བཞི་འདས་ཟིན་པ་ཞིག་དགོས།