

# Impormasyon ng COVID-19 para sa mga Albertans

Impormasyon para sa mga taong kinakailangang ihiwalay ang sarili o magkuwarentenas sa isang hotel

## Sino ang kinakailangang ihiwalay ang sarili o magkuwarentenas?

Ayon sa batas, ang mga Albertans ay kinakailangan:

- ihiwalay ang sarili sa loob ng 10 araw kung positibo ang pagsubok o kung mayroon silang mga sintomas ng COVID-19 na hindi nauugnay sa isang dati nang sakit o kondisyon sa kalusugan,
- magkuwarentenas sa loob ng 14 na araw kung malapit silang nakipag-ugnay sa sinumang may COVID-19, o naglakbay sa labas ng Canada.

karapat-dapat na makatanggap ng \$ 625 sa pagkumpleto ng kanilang pananatili sa hotel.

### Get help to isolate or quarantine

Call **211** to access isolation hotels and supports.

To access COVID testing, visit: <https://www.alberta.ca/covid-19-testing-in-alberta.aspx> or call **811**.

## Paano ako makakakuha ng tulong upang ihiwalay ang sarili o magkuwarantenas?

- Upang makagamit sa isang isolation hotel, tumawag sa **211**.
- Sa pamamagitan ng referral ng Alberta Health Services (AHS), ang mga libreng silid ng hotel ay magagamit para sa mga taong dapat ihiwalay ang sarili o magkuwarentenas ngunit hindi nila magagawa ito na ligtas sa kanilang sariling mga tahanan.
- Ang pananatili sa isang silid ng hotel ay nagbibigay-daan sa iyo upang ligtas na ihiwalay ang sarili o magkuwarantenas nang hindi inilalantad sa COVID-19 ang iba pang mga miyembro ng sambahayan.
- Ang mga matatanda na makumpleto ang paghihiwalay ng sarili sa hotel ay maaaring

## Kailan ko kailangang gumamit ng isang isolation hotel?

- Ang lahat ng mga Albertans ay karapat-dapat na gumamit ng isang libreng paghihiwalay na silid sa hotel kung hindi sila ligtas na ihiwalay sa kanilang tahanan.
- Ang pamantayan para sa ligtas na paghihiwalay ng sarili sa bahay ay kinabibilangan ng:
  - pagkaroon ng isang pribadong silid-tulugan/banyo sa bahay o ibang sambahayan; at
  - pagkaroon ng pagkain na hindi nagsasangkot ng direktang pakikipag-ugnay sa iba pa sa sambahayan (hal. isang hiwalay na kusina o kakayahang maglagay ng pagkain sa labas ng pintuan ng iyong pribadong silid)

To learn more about isolation requirements and supports, visit: [alberta.ca/isolation.aspx](https://www.alberta.ca/isolation.aspx)

©2021 Government of Alberta | Published: February 2021



- Kung ikaw ay isang manlalakbay na pang-internasyonal, hindi ka karapat-dapat sa pag-access sa programa ng paghihiwalay sa hotel ng pamahalaan ng Alberta. Bisitahin ang [travel.gc.ca/travel-covid/travel-restrictions/isolation](https://travel.gc.ca/travel-covid/travel-restrictions/isolation).

## Hindi ako residente ng Alberta. Maaari ba akong makapunta sa isang isolation hotel?

- Oo, ang mga hindi residente ng Alberta ay tutulungan, kung kinakailangan. Tumawag sa 211 para sa karagdagang impormasyon.

## Mapipili ko ba kung anong hotel ang aking tutuluyan?

- Hindi. Ang Pamahalaan ng Alberta ay maaaring may mga kontrata sa mga naaprubahang hotel na handa at maaring magbigay ng ligtas na mga serbisyo. Kung magpasya ang AHS nakailangan mong titira sa hotel, ang AHS ay makikipag-ugnay sa iyo at bibigyan ka ng address at iba pang nauugnay na impormasyon tungkol sa hotel sa paghihiwalay ng iyong sarili o/pagkuwarantenas.

## Ano ang dapat kong asahan kapag nag-iisa sa isang itinalagang hotel?

- Kakailanganin kang manatili sa iyong itinalagang silid sa hotel para sa haba ng tagal ayon sa tagubilin ng AHS, maliban kung mayroong isang emerhensiya tulad ng isang alarma sa sunog. Hindi ka pinapayagang magkaroon ng sinumang mga panauhin, kabilang ang mga kaibigan o pamilya, sa iyong silid sa hotel.
- Ang mga paghahatid mula sa labas, kabilang ang pagkain, ay hindi papahintulutan, maliban sa kinakailangang mga gamot mula sa isang parmasya.
- Ang isang pagsusuri sa kabutihan ay makukumpleto ng AHS sa loob ng unang araw ng iyong pagdating upang matulungan ka sa anumang mga isyu o alalahanin na nauugnay sa

kalusugan. Maaari ka ring makipag-ugnay sa iyong tagapagbigay ng pangunahing pangangalaga.

- Kung kailangan mo ang atensyong medikal o lumala ang iyong mga sintomas sa iyong paglagi, tawagan ang iyong duktor ng pamilya o Health Link sa 811 upang makatanggap ng direksiyong medikal, o 911 kung ito ay isang emerhensiyang medikal.
- Hindi pinapayagan ang paninigarilyo, pag-vaping at pag-smudging sa loob ng silid. Ang Nicotine Replacement Therapy ay maaaring dalhin sa iyo o maibigay sa iyo nang libre.
- Magbibigay ang hotel ng mga lubhang kailangang bagay kabilang ang tatlong maiinit na pagkain sa isang araw, kape at tsaa, malinis na mga linen at tuwalya, at mga pangunahing gamit sa banyo tulad ng sabon at shampoo. Maaaring mapagbigyan ang mga paghihigpit sa diyeta o kultura.
- Ang iyong silid ay hindi lilinisin o paglilingkuran ng mga kawani ng hotel sa panahon ng iyong pananatili. Ang mga mahahalagang suplay ay nasa iyong silid pagdating mo, o ihahatid ng mga kawani ng hotel sa labas ng iyong pintuan.
- May karapatan ang hotel na siyasin ang iyong silid tuwing 24 na oras.
- Mananagot ka para sa anumang pinsala sa silid ng hotel na dulot ng kapabayaang, maling paggamit, paninigarilyo o hindi awtorisadong gastos. Magiging responsable ka rin sa pagbabayad para sa labis na mga serbisyo, tulad ng mga pagrenta ng pelikula, mga tawag sa telepono sa malayuan at dagdag na serbisyo sa silid.
- Magkakaroon ng suporta sa wika at/o kultura at maaaring ayusin sa pamamagitan ng AHS.

## Ano ang dapat kong dalhin sa hotel?

Maaari kang mag-impake ng mga sumusunod:

### Mga Medikal na Bagay:

- Mga gamot na may reseta na kailangan sa tagal ng iyong pananatili
- Over the counter o gamot na hindi kailangan ang reseta (hal. Tylenol, Ibuprofen, lozenges)

To learn more about isolation requirements and supports, visit: [alberta.ca/isolation.aspx](https://alberta.ca/isolation.aspx)

©2021 Government of Alberta | Published: February 2021



sa lalamunan, gamot sa ubo, mga gamot sa allergy, atbp.)

- ☐ Suporta sa pagtigil sa paninigarilyo, kasama ang Nicotine Replacement Therapy, ay maaaring dalhin kung kinakailangan, o maaring ibibigay sa iyo nang libre ng AHS
- ☐ Thermometer

#### Mga Personal na Bagay at Kagamitan sa Banyo:

- ☐ Sapat na komportableng damit hanggang para sa 14 na araw
- ☐ Mga gamit sa banyo (toothpaste, sipilyo ng ngipin, hairbrush, labaha, shave cream, deodorant, mga gamit para sa kalinisan ng pambabae, atbp.)
- ☐ Mga punas sa paglilinis
- ☐ Maaari mo ring dalhin ang iyong sariling kumot at unan

#### Mga Dokumento at Komunikasyon:

- ☐ Kopya ng iyong pasaporte, segurong pangkalusugan, pitaka, credit card, atbp.
- ☐ Impormasyon sa pakikipag-ugnay ng mga kaibigan, pamilya o iba pang pangunahing mga contact (pamasyutiko, manggagamot, atbp.)
- ☐ Personal na electronics (smart phone, iPad / laptop, charger, headphone, atbp.)

#### Pagkain:

- ☐ Anumang mga hindi masisira na meryenda at/o inumin na gusto mong magkaroon sa pagitan ng pagkain.

#### Mga Aktibidad/Bagay na Gagawin:

- ☐ Mga libro, notepad, bolpen, puzzle, yoga mat, sining, atbp.

## Paano naman ang transportasyon papunta at galing ng hotel?

- Hinihikayat kang pumunta sa at mula sa hotel na gamit ang iyong sariling sasakyan, kung maaari
- Kung wala kang sariling sasakyan papunta sa o mula sa hotel at walang ibang magagamit na transportasyon, ang isang taxi ay maaaring ayusin para sa iyo nang walang gastos.

## Paano kung kailangan ko ang medikal appointment o magpasuri para sa COVID-19 sa aking paglagi?

- Pinapayagan kang umalis para sa mga appointment ng medikal at pagsusuri sa COVID. Kakailanganin mong ipagbigay-alam sa hotel na aalis ka para sa isang medical appointment. Para sa karagdagang impormasyon sa mga protocol para sa pagdalo ng mga appointment sa medikal, tumawag sa 811.
- Dapat kang bumalik kaagad sa hotel pagkatapos ng iyong appointment at sundin ang lahat ng mga protokol sa kaligtasan sa hotel at komunidad.

## Paano ko makuha ang COVID self isolation payment?

- Kapag nakumpleto mo na ang iyong paghihiwalay sa saili sa itinalagang hotel, karapat-dapat kang makatanggap ng Covid self-isolation payment sa halagang \$ 625 para sa bawat matanda.
- Ang mga detalye sa kung paano mag-apply ay ipapadala sa iyo sa pamamagitan ng email o sa pamamagitan ng telepono sa loob ng tatlong araw mula sa pag-check in sa hotel.
- Dapat mong kumpletuhin ang iyong buong panahon ng paghihiwalay sa sarili, tulad ng itinalaga ng AHS, upang maging karapat-dapat.
- Maaari kang mag-apply para sa bayad na ito sa online upang matanggap ang pondo sa pamamagitan ng elektronikong paglilipat.

## Mayroon pa bang ibang mga suportang pampinansyal na magagamit?

- Magagamit ang suportang pampinansyal kung hindi ka makapagtrabaho dahil may sakit ka, kinakailangang ihiwalay ang iyong sarili, o nag-aalaga ka ng isang taong nag-iisa.

To learn more about isolation requirements and supports, visit: [alberta.ca/isolation.aspx](https://alberta.ca/isolation.aspx)

©2021 Government of Alberta | Published: February 2021



- Upang matuto nang higit pa, bisitahin ang: <https://www.canada.ca/en/services/benefits/covid19-emergency-benefits.html>

## Paano ako makakapag-check out sa hotel?

- Inaasahan kang manatili sa iyong silid sa hotel sa kabuuan ng panahon ng paghihiwalay sa sarili, na pinagpasya ng AHS.
- Kung nagbago ang iyong sitwasyon at nais mong umalis sa hotel, dapat kang tumawag sa 811 upang muling suriin ang iyong panahon ng paghihiwalay. Kakailanganin mong sabihin sa 811 na ikaw ay bahagi ng programa ng paghihiwalay ng sarili sa hotel.
- Aabisuhan ka ng hotel tungkol sa iyong petsa at oras ng pag-check-out, batay sa pag-apruba ng AHS.

Archived

---

To learn more about isolation requirements and supports, visit: [alberta.ca/isolation.aspx](https://alberta.ca/isolation.aspx)

©2021 Government of Alberta | Published: February 2021

