ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᓂᓕᕆᔨᒃᑯᑦ
Department of Education
Ilinniaqtuliqiyikkut
Ministère de l’Éducation

2020-21

RESTORE ᐃᓕᓐᓂᐊᕈᑎᒃᓴᑦ ᐃᓕᓴᐃᔨᐅᑉ ᐊᑐᕈᓐᓇᖅᑕᖏᑦ ᓄᓇᕗᒻᒥ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᓂ

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
1

ᐃᓗᓕᖏᑦ
ᐃᓅᖃᑎᒌᑦᓯᐊᕐᓂᖅ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕖᑦ …….....................……..………………………….………………………. 2 RESTORE ᐱᓕᕆᔾᔪᓯᖅ ……………….................………..………………………….………………………. 4 ᖃᓄᖅ ᐊᑐᓕᖅᑎᑦᑎᔪᓐᓇᕐᒪᖔᑦ RESTORE ᐱᓕᕆᔾᔪᓯᕐᒥᒃ………………….….………………………. 5 RESTORE ᐅᖓᓗᙳᐊᕐᕖᑦ ………..……….……………................………………………………………. 6 ᐅᖃᒪᔭᒡᕖᑦ ᐅᖓᓗᙳᐊᕐᕖᑦ.. 8 ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔪᒥᒃ ᑐᑭᓯᔪᓐᓇᕐᓂᖅ ……….……….…………………………………………..………………. 12 ᐊᑦᑕᕐᓇᖅᑕᐃᓕᒪᓂᖅ …….……………......……………………………………..….………………………. 14 ᖁᐋᖅᓵᖅᓯᒪᓂᖅ …………..……….………...............…….………………………..………………………. 18 ᐱᕕᒃᓴᖅ ………………….…………….................…......................…….……………………………………. 21 ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᖕᓃᑦ ……………….……..........................…………………..…………………………………. 24 ᐃᓚᐅᑎᑦᑎᓂᖅ ……….…………….…….…...........................………………………………………..……. 28

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
2

RESTORE ᐃᓕᓐᓂᐊᕈᑎᒃᓴᑦ ᐃᓕᓴᐃᔨᐅᑉ ᐊᑐᕈᓐᓇᖅᑕᖏᑦ ᓄᓇᕗᒻᒥ

ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᓂ

ᐃᓅᖃᑎᒌᑦᓯᐊᕐᓂᖅ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕖᑦ

ᑐᕌᒐᕆᔭᐅᔪᖅ ᐃᓅᖃᑎᒌᑦᓯᐊᕐᓂᕐᒧᑦ ᖃᐅᔨᒪᔾᔪᑎᒃᓴᑦ ᐃᑲᔪᖅᓱᖅᐸᒡᓗᒋᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕖᑦ ᐃᓱᒪᒃᓴᖅᓯᐅᖅᑎᓪᓗᒋᑦ ᖃᓄᖅᑑᕈᑎᒃᓴᓂᒃ ᐊᒻᒪ ᐸᕐᓇᐃᓂᕐᒥᒃ ᐊᐅᓚᑕᒃᓴᓂᒃ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᒃ ᒪᒃᐱᓛᖅᑐᒧᑦ. ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒥ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒧᑦ ᐅᑎᖅᐸᑕ, ᑐᐊᕕᕐᓇᖅᑐᒥᒃ ᐊᒻᒪ ᐱᒻᒪᕆᐅᓪᓗᓂ ᖃᐅᔨᖃᑦᑕᐅᑎᓗᑎᒃ ᖃᐅᔨᖃᑦᑕᖅᓯᒪᔭᖏᓐᓂᒃ

ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕖᑦ ᒪᑐᒑᖓᑕ. ᐃᓚᖏᓐᓄᑦ ᐃᓄᖕᓄᑦ, ᓇᓗᓇᖅᑐᒦᑎᓪᓗᑕ ᐱᕕᖃᑦᑎᐊᓵᖅᐳᑦ ᐃᓚᒌᑦ ᐊᒃᑐᐊᓕᖅᐹᓪᓕᖅᖢᑎᒃ ᐱᓕᕆᖃᑕᐅᖃᑦᑕᕐᓂᑰᒃᐸᑕᓘᓐᓃᑦ ᐳᐃᒍᓇᙱᑦᑐᓂᒃ
ᑲᒪᒋᔭᐅᑦᑎᐊᖅᑐᓂᒡᓗ.

ᐃᓚᖏᓐᓄᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓄᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᓄᑦ, ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᓇᐅᔪᓐᓃᕌᖓᑦ ᐊᒃᓱᕈᕐᓇᖅᓯᖃᑦᑕᖅᓯᒪᖕᒪᑦ, ᖁᐋᖅᓵᕐᓇᖃᑦᑕᖅᓯᒪᕗᕐᓗ. ᐃᓚᒌᑦ ᓂᙵᖃᑦᑕᖅᑐᒃᓴᐅᕗᑦ ᐊᑲᐅᙱᓪᓕᐅᕈᑎᖃᖃᑦᑕᖅᓯᒪᕗᓪᓘᓐᓃᑦ. ᐊᒻᒪᓗ, ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᐊᒃᓱᕈᕐᓇᖅᑐᖅᓯᐅᑐᐃᓐᓇᕆᐊᖃᖅᐳᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒥ ᓂᕆᐅᒋᔭᐅᔪᓄᑦ ᓈᒻᒪᖅᑰᑦᑎᓇᓱᒡᓗᑎᒃ ᖃᕆᑕᐅᔭᒃᑯᑦ ᐱᓕᕆᐊᖑᔪᓂᒃ ᓈᒻᒪᒃᑐᓂᒃ ᐃᑲᔪᖅᓱᐃᔾᔪᑎᖃᖅᐸᑕ ᐊᒻᒪ ᐱᖁᑎᓂᒃ.

ᐃᓄᐃᑦ ᖃᐅᔨᒪᔭᑐᖃᖏᑦᑕ ᑐᙵᕕᖏᑦ, ᐃᓚᓕᐅᔾᔭᐅᓯᒪᓪᓗᑎᒃ ᐋᖅᑭᑦᑎᐊᕐᓗᒍ ᖃᓄᐃᑦᑑᓂᖓ, ᐃᑲᔫᑕᐅᔪᓐᓇᕐᓂᐊᖅᐳᑦ ᐋᖅᑭᒃᓯᔾᔪᑕᐅᓗᑎᒃ ᐃᓅᖃᑎᒌᑦᓯᐊᕐᓂᖅ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᓂ, ᑕᒪᐃᓐᓄᑦ ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᑦᑎᐊᖅᓯᒪᓗᓂ ᐊᑐᓕᖅᑕᐅᓗᑎᒃ ᐊᑦᑕᕐᓇᙱᑦᑐᑦ, ᑲᒪᒋᔭᐅᑦᑎᐊᖅᑐᑦ, ᐊᒻᒪ ᖃᓄᐃᙱᑦᑎᐊᖅᑐᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕖᑦ ᐊᒻᒪ ᓄᓇᓖᑦ. ᐅᑎᖅᑎᑦᑎᓂᕐᒧᑦ ᐱᓕᕆᐊᑦ ᐱᒻᒪᕆᐅᔪᑦ ᑐᙵᕕᒋᔭᐅᓪᓗᑎᒃ ᐊᒻᒪ ᐱᔭᐅᔭᕆᐊᓕᑦ ᐊᐅᓚᑕᐅᓪᓗᑎᒃ. ᓇᓗᓇᐃᖅᓯᖕᒪᑦ ᐱᒻᒪᕆᐅᓂᖓᓂᒃ ᑲᒪᒋᔭᖃᕐᓂᐊᕐᓗᓂ ᐊᒻᒪ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒍᓯᑦ ᐋᖅᑭᑦᑎᐊᕐᓂᐊᕐᓗᒋᑦ ᐃᒃᐱᒋᔭᒃᑯᑦ ᖃᓄᐃᙱᑦᑎᐊᕈᓯᕐᒧᑦ ᐃᓱᒪᒃᓴᖅᓯᐅᕈᑕᐅᔪᓐᓇᖅᐳᕐᓗ ᒪᓕᖕᓂᐊᕐᓗᒋᑦ ᑕᓪᓕᒪᑦ ᑐᙵᕕᓪᓗᐊᑕᖏᑦ:

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
3

• ᐱᓕᒻᒪᒃᓴᕐᓂᖅ ᑐᙵᕕᒋᔭᐅᕗᑦ ᐊᔪᖅᑕᐅᙱᑦᑐᑦ ᐊᒻᒪ ᖃᐅᔨᒪᓂᕆᔭᐅᔪᑦ. ᑲᒪᒋᑦᑎᐊᖅᐸᒡᓗᒋᑦ

ᐊᓯᑦᑕ ᑕᐅᑐᖅᑰᖅᑕᖏᑦ, ᖃᐅᔨᔪᓐᓇᖅᐳᒍᑦ ᐃᑲᔪᖅᓱᐃᓂᕐᒥᒃ ᐊᑦᑕᕐᓇᕈᓐᓇᕐᓂᖓᓂᒃ ᐊᒃᓱᕈᕈᓐᓇᕐᓂᖏᓐᓂᒡᓗ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓄᑦ. ᑭᒃᑯᓕᒫᑦᑎᐊᑦ ᐊᔾᔨᒌᙱᑦᑐᓂᒃ
ᑕᐅᑐᖅᑰᖅᑕᖃᖅᐳᑦ.

• ᐃᓅᖃᑎᒌᑦᓯᐊᕐᓂᖅ ᑐᙵᕕᒋᔭᐅᕗᖅ ᐃᒃᐱᒋᔭᖃᖅᑐᒧᑦ ᐱᑦᑎᐊᖅᑐᓄᑦ
ᐱᖃᓯᐅᔾᔭᐅᔭᕆᐊᖃᖅᖢᑎᒃ ᐃᓄᓕᒫᑦᑎᐊᖅ ᓄᓇᖅᑲᑎᒌᓂᒃ, ᐃᓄᓕᒫᑦᑎᐊᓪᓗ
ᐱᒻᒪᕆᐅᓪᓗᑎᒃ ᐃᑲᔪᖅᑎᐅᕗᑦ ᓄᓇᖅᑲᑎᒌᓄᑦ. ᐃᓱᒪᒋᔭᕗᑦ ᐃᒃᐱᒋᔭᕗᓪᓗ ᐊᒃᑐᐃᔾᔪᑎᒋᓲᕆᕙᕗᑦ ᐱᐅᓯᑦᑎᓐᓄᑦ.

• ᖃᓄᖅᑑᕈᓐᓇᕐᓂᖅ ᑐᙵᕕᐅᔪᖅ ᐃᓱᒪᓕᐅᕈᓐᓇᕐᓂᕐᒧᑦ ᓄᓇᖅᑲᑎᒌᓂᑦ.
ᖃᓄᐃᓕᐅᕆᐊᖃᕐᓂᐊᖅᑐᓕᒫᑦ ᑭᒃᑯᑐᐃᓐᓇᑦ ᐃᓱᒪᓕᐅᕆᓗᑎᒃ ᓈᒻᒪᒃᑐᓂᒃ ᐱᓪᓚᕆᒃᑐᓂᒃ ᖃᓄᖅ ᐅᑎᑦᑎᐊᕋᔭᕐᓂᖏᓐᓂ ᐊᑦᑕᕐᓇᙱᑦᑐᒧᑦ, ᐃᒃᐱᒍᓱᑦᑎᐊᖅᑐᒧᑦ ᖃᓄᐃᙱᑦᑎᐊᖅᑐᒧᓪᓗ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᓄᑦ. ᐱᓕᕆᐊᕗᑦ ᐃᖏᕐᕋᑦᑎᐊᖅᐳᖅ.

• ᑐᙵᓇᕐᓂᖅ ᑐᙵᕕᒋᔭᐅᕗᖅ ᐊᒃᑐᐊᓂᖃᖅᑐᓄᑦ: ᐊᒃᓱᕈᕐᓇᖅᑐᒃᑰᕐᓂᒃᑯᑦ
ᑐᙵᓇᕋᓱᐊᖅᖢᓂ ᐃᓚᓕᐅᔾᔨᓂᒃᑯᓪᓗ ᐃᒡᓗᕈᓯᓕᒫᓂᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᑦᑎᓐᓂᑦ.
ᐱᔭᕆᐊᖃᖅᑕᕗᑦ ᑕᒪᔾᔭᐅᖕᒪᑕ ᐊᒃᑐᐊᓂᖃᖃᑎᕗᑦ ᐃᓅᖃᑎᑦᑎᓐᓄᑦ ᐊᒻᒪ ᐱᔾᔪᑎᖏᓐᓄᑦ.

• ᐱᔨᑦᓯᕐᓂᖅ ᑐᙵᕕᒋᔭᐅᓪᓗᓂ ᒐᕙᒪᒃᑯᑦ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᖏᓐᓄᑦ − ᐱᔾᔪᑕᐅᔪᖅ
ᐃᓕᑉᐸᓪᓕᐊᓗᒍ ᐱᓕᕆᔾᔪᑎᒃᓴᓄᓪᓗ ᐸᕐᓇᐃᓗᑎᒃ ᐱᔾᔪᑕᐅᔪᖅ ᑲᒪᒋᓂᐊᕐᓗᒍ. ᐃᓄᐃᑦ ᖃᓄᖅᑑᒐᒃᓴᓂᒃ ᖃᐅᔨᓇᓱᒋᐊᖃᓲᑦ ᐊᑲᐅᙱᓪᓕᐅᕈᑎᓄᑦ ᐃᓄᐃᑦ ᐊᒃᑐᖅᑕᐅᓲᑦ ᐊᑲᐅᙱᓪᓕᐅᕈᑕᐅᔪᒧᑦ.

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

4

RESTORE ᐱᓕᕆᔾᔪᓯᖅ

ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕖᑦ ᐋᖅᑭᒋᐊᖅᑕᐅᑦᑎᐊᕆᐊᓕᖕᓄᑦ, ᐅᑯᐊ ᑲᒪᒋᔭᐅᒋᐊᖃᓗᐊᙳᐊᖅᑐᑦ:

R − ᐃᓕᑕᕆᓗᒍ

ᐃᓕᑕᕆᓗᒍ ᖃᓄᐃᓐᓂᐅᓚᐅᖅᑐᖅ, ᖃᐅᔨᔭᐅᓚᐅᖅᑐᓪᓗ ᓄᓇᕗᒻᒥ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕖᑦ ᒪᑐᓚᐅᖅᑎᓪᓗᒋᑦ ᑕᒪᕐᒥᐊᓗᒃ ᐊᔾᔨᒌᒃᑐᖃᓚᐅᙱᑦᑐᑦ − ᐃᓅᓯᕐᒧᑦ ᐊᓯᔾᔨᕈᑕᐅᓪᓗᓂ ᐃᓄᒐᓴᕐᔪᐊᓄᑦ, ᐅᔾᔨᕐᓇᕐᔪᐊᖅᖢᓂᓗ
ᐅᕙᑦᑎᓐᓄᓕᒫᖅ. ᖃᓄᕐᓕ ᑭᒃᑯᓕᒫᑦ ᑎᓕᐅᕈᓐᓇᕋᑦᑎᒍᑦ ᖃᓂᒻᒪᒍᑕᐅᔪᖅ ᐱᔾᔪᑎᒋᓪᓗᒍ ᒫᓐᓇᒧᑦ ᑎᑭᖦᖢᒍ?

E − ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔪᒥᒃ
ᑐᑭᓯᐊᔪᓐᓇᕐᓂᖅ

ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔪᒥᒃ ᑐᑭᓯᐊᔪᓐᓇᕐᓂᖅ ᐊᔾᔨᒌᙱᑦᑐᑦ ᐃᒃᐱᒋᔭᕗᑦ ᑭᐅᔾᔪᑎᒋᓂᐊᕐᓗᒋᑦ ᐊᐃᓯᒪᓗᑕ ᖃᓄᐃᓐᓂᐅᓲᓄᑦ, ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒥ, ᓄᓇᓕᖕᓂ, ᐊᒻᒪ ᓄᓇᕐᔪᐊᕐᒥ. ᖃᓄᖅ ᑭᐅᔪᓐᓇᖅᐱᑕ ᑐᑭᓯᐊᔭᑦᑎᓐᓄᑦ, ᓇᒡᓕᒍᓱᖕᓂᕐᒧᑦ, ᐊᒻᒪ ᐃᒻᒥᒧᑦ ᑲᒪᒋᔭᖃᕐᓂᕐᒧᑦ, ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᐅᒐᓗᐊᕈᑦᑕ, ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᐅᒐᓗᐊᕈᑦᑕ, ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐃᓚᒌᒃᑎᒍᑦ?

S −
ᐊᑦᑕᕐᓇᖅᑕᐃᓕᒪᓂᖅ

ᐊᑦᑕᕐᓇᖅᑕᐃᓕᒪᓂᖅ ᐱᕐᔪᐊᖑᓛᖑᓂᐊᖅᐳᖅ, ᐱᓗᐊᖅᑐᒥᒃ ᐃᒃᐱᒋᔭᒃᑯᑦ ᐊᒻᒪ ᑎᒥᒃᑯᑦ. ᖃᓄᕐᓕ ᐋᖅᑭᒋᐊᖅᓯᒃᑲᓐᓂᕈᓐᓇᕋᑦᑕ ᐊᑦᑕᕐᓇᙱᑦᑐᓐᓇᕐᓂᕐᒥᒃ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕈᓐᓇᕐᓂᐊᕐᒪᑕ ᑕᒪᕐᒥᐊᓗᒡᓗ ᐱᕈᕈᓐᓇᕐᓂᐊᖅᐸᑦ? ᖃᓄᕐᓕ ᐃᑲᔪᕈᓐᓇᕋᑦᑎᒍᑦ ᑕᐃᒃᑯᐊ ᐊᑦᑕᕐᓇᖅᑐᒦᖃᑦᑕᖅᓯᒪᔪᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᐅᑉ ᓯᓚᑖᓃᑎᓪᓗᒋᑦ ᖃᓄᐃᑦᑐᓐᓃᖅᑎᒃᑲᓐᓂᕐᓗᒋᑦ?

T -

ᖁᐊᖅᓵᖅᓯᒪᓂᖅ

ᖁᐊᖅᓵᖅᓯᒪᓂᖅ ᑭᒃᑯᓕᒫᓄᑦ ᐊᑐᖅᑕᐅᔪᓐᓇᖅᐳᖅ
ᐃᓄᑑᒐᓗᐊᖅᐸᑕᓘᓐᓃᑦ. ᖃᓄᕐᓕ ᓄᓇᓕᖕᓂ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒥ ᑕᒪᓐᓇ ᐱᓕᕆᐊᖑᓲᖑᕙ? ᖃᓄᕐᓕ ᐃᑲᔪᖅᓱᕈᓐᓇᕋᑦᑎᒍᑦ ᑕᐃᒃᑯᐊ ᖃᐅᔨᕈᓘᔭᖃᑦᑕᖅᓯᒪᔪᑦ ᖁᐊᖅᓵᕐᓇᖅᑐᓂᒃ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᑦ ᒪᑐᓯᒪᑎᓪᓗᒋᑦ, ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᓯᕗᓂᒃᓴᒧᑦ ᓇᓗᓇᖅᑐᒦᓗᐊᒃᑲᓐᓂᖅᑐᑦ?

O − ᐱᕕᒃᓴᖅ ᐱᕕᒃᓴᖅᑕᖃᕆᐊᖃᖅᐳᖅ ᐊᓯᔾᔨᖅᑕᐅᔭᕆᐊᓕᑦ

ᐊᓯᔾᔨᖅᑕᐅᔪᓐᓇᖁᓪᓗᒋᑦ, ᑲᒪᒋᖔᓕᕐᓗᒋᑦ ᓱᖁᑕᐅᒋᔭᕗᑦ

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

5

ᐃᒪᐃᒃᑲᓗᐊᖅᑎᓪᓗᒍ ᐱᓕᕆᐊᖑᔪᓕᒫᑦ ᑕᐃᒎᓯᖅᑕᒥᒃ RESTORE ᐊᒃᑐᐊᓂᖃᖅᑐᐃᓐᓇᐅᕗᑦ ᓈᒻᒪᒃᑐᐃᓐᓇᐅᓪᓗᑎᒡᓗ, ᑎᑎᖅᑲᑦ ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ ᓇᐃᒡᓕᑎᖅᓯᒪᔪᑦ ᒪᕐᕉᖕᓄᑦ ᐊᑐᖅᑕᐅᐊᔭᕆᓖᖕᓄᑦ ᐊᖅᑯᑎᖃᓲᖑᕗᖅ:

• ᖃᖓᑦᑎᐊᓕᓴᑦ ᐊᑐᖅᑕᐅᕌᓂᒃᑐᑦ ᖃᐅᔨᖃᑦᑕᖅᓯᒪᔭᕗᓪᓗ:

o ᓯᕗᓪᓖᑦ ᑎᑎᖅᑲᑦ (R − ᐱ, E − ᐃ, S − ᐊ ᐊᒻᒪ T − ᖁ), ᐊᒃᑐᐊᓂᓖᑦ
ᐃᓕᑕᖅᓯᓂᕐᒧᑦ, ᐊᒃᑐᐊᓂᓕᖕᓄᑦ, ᐊᑦᑕᕐᓇᖅᑕᐃᓕᒪᓂᕐᒧᑦ ᐊᒻᒪ ᖁᐊᖅᓵᖅᓯᒪᓂᕐᒧᑦ, ᐊᒃᑐᐊᓂᖃᖅᑐᐃᓐᓇᐅᕗᑦ ᖃᓄᐃᓐᓂᐅᓚᐅᖅᑐᒧᑦ ᖃᓄᕐᓗ ᐊᒃᑐᐃᔾᔪᑎᒋᖕᒪᖔᑦᑎᒍᑦ.

ᖃᓄᐃᓕᐅᕐᓗᒍᓗ ᐱᓕᕆᔪᒪᓇᔭᕐᒪᖔᑦ. ᖃᓄᖅ ᖃᐅᔨᔾᔪᑎᒋᔪᓐᓇᕋᑦᑎᒍᑦ ᖃᐅᔨᕈᓘᔭᖃᑦᑕᖅᓯᒪᔭᕗᑦ, ᒫᓐᓇ ᖃᐅᔨᒪᓕᖅᑎᓪᓗᑕ ᐊᐱᖅᑯᑎᖃᕈᓐᓇᕐᓂᑦᑎᓐᓂ ᐋᖅᑭᑦᑎᐊᖅᓯᒪᖅᑰᔨᔫᒐᓗᐊᓂᒡᓘᓐᓃᑦ
ᓄᓇᕐᔪᐊᕐᒥ?

R − ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᑦ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᑦ ᑐᙵᕕᒋᔭᐅᓪᓚᕆᓲᑦ, ᑕᐃᒪᐃᖏᓐᓇᐅᔭᖅᖢᓂᓗ. ᖃᓄᖅ ᐊᑦᑕᑕᒃᑲᓐᓂᕈᓐᓇᕋᑦᑕ, ᐋᖅᑭᒃᓯᒃᑲᓐᓂᕈᓐᓇᕋᑦᑕᓗ ᐃᓚᓕᐅᔾᔨᓂᕐᒥᒃ,
ᑭᐅᔪᓐᓇᖅᑐᓂᒃ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᓂᒃ ᐃᓕᓐᓂᐊᕈᑎᓕᖕᓂᒃ ᓇᓕᐊᖕᓂᑐᐃᓐᓇᖅ?

E − ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔪᒥᒃ
ᑐᑭᓯᐊᔪᓐᓇᕐᓂᖅ

ᐃᓚᐅᑎᑦᑎᓂᖅ ᐃᓅᑦᑎᐊᕈᓯᑦᑎᓐᓂ ᖃᓄᐃᙱᑦᑎᐊᕈᓯᑦᑎᓐᓂᓪᓗ

ᐱᔾᔪᑕᐅᓲᓪᓗ ᐊᒃᑐᐃᔾᔪᑎᒋᓲᕗᑦ: ᐃᓕᓴᐃᓂᕆᔭᕗᑦ, ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᓂᕗᑦ, ᐊᒻᒪ ᓄᓇᖅᑲᑎᕗᑦ. ᖃᓄᖅ ᐊᑐᓕᖅᑎᑦᑐᓐᓇᕋᑦᑎᒍᑦ ᐃᓕᖅᑯᓯᕆᔭᐅᔪᖅ ᐊᔪᙱᔾᔪᑕᐅᔪᖅ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᓄᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓄᑦ ᓇᖕᒥᓂᖃᖅᑎᐅᓕᕐᓗᑎᒃ ᐱᓕᕆᐊᖏᓐᓄᑦ ᐃᓅᓯᖏᓐᓄᓪᓗ ᐊᒻᒪ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑕᖏᓐᓄᑦ?

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
6

• ᓯᕗᓂᒃᓴᕗᑦ ᖃᓄᐃᓕᖓᓛᕈᒪᖕᒪᖔᑦᑕ ᖃᓄᐃᓐᓂᖅᑕᖄᓪᓚᓚᐅᖅᑎᓪᓗᒍ:

o ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᑦ ᑎᑎᖅᑲᑦ (O - ᐱ, R - ᐱ ᐊᒻᒪ E − ᐃ), ᐊᒃᑐᐊᓂᓖᑦ
ᐱᕕᒃᓴᒧᑦ, ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᓄᑦ, ᐊᒻᒪ ᐃᓚᐅᑎᑦᑎᓂᕐᒧᑦ, ᑐᙵᕕᒋᕙᕗᑦ
ᓯᕗᒻᒧᐊᕈᑎᒃᓴᑦᑎᓐᓄᑦ.

ᖃᓄᖅ ᐊᑐᓕᖅᑎᑦᑎᔪᓐᓇᕐᒪᖔᑦ RESTORE ᐱᓕᕆᐊᖅ

Restore ᐅᖓᓗᙳᐊᕐᕖᑦ

ᐅᖓᓗᙳᐊᕐᕖᑦ ᐅᐸᒡᕕᒃᓴᑦᑎᐊᕙᐅᕗᑦ ᐃᓄᖕᓄᑦ.

ᓴᙱᒃᑎᒋᐊᖅᑎᖦᖢᒋᑦ ᐱᒻᒪᕆᐅᓂᖏᑦ ᐱᐅᔪᑦ ᓴᐃᒪᓃᑦ, ᐊᔾᔨᒌᒃᑎᑦᑎᓂᖅ, ᓇᓕᒧᒌᒃᑎᑦᑎᓂᖅ, ᐃᒃᐱᒍᓱᑦᑎᐊᕐᓂᖅ, ᐱᑦᑎᐊᓕᓂᖅ, ᐊᒻᒪ ᐃᓚᓕᐅᔾᔨᒐᔪᖕᓂᖅ, ᐃᓂᒃᓴᓕᐅᕈᓐᓇᖅᑐᑦ ᑲᑎᕝᕕᐅᔪᓐᓇᖅᑐᓂᒃ ᐊᒻᒪ ᓄᓇᖅᑲᑎᒌᓂᒃ. ᐅᖓᓗᙳᐊᕐᕖᑦ ᐊᑐᖅᑕᐅᔪᓐᓇᖅᑐᑦ ᑲᑎᒪᔪᓄᑦ, ᖃᐅᔨᔪᒪᔪᓄᑦ, ᑲᑎᒪᓂᐅᔪᓄᑦ, ᐊᒻᒪ ᐅᖓᓗᙳᐊᕐᕕᖕᒦᑦᑕᕆᐊᖃᖅᑐᓄᑦ. ᐊᑐᖅᑕᐅᔪᓐᓇᕐᒥᔪᑦ ᐊᑕᖏᕐᓗᒋᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᐊᕈᓯᕐᒥᐅᑕᐅᖃᑎᒌᓄᑦ ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᑲᑎᙵᔪᑦ ᖃᔅᓯᐊᕐᔪᖕᓄᑦ. ᐅᖓᓗᙳᐊᕐᕖᑦ ᐃᑲᔪᖅᑐᐃᔾᔪᑕᐅᓲᖑᕗᑦ ᐱᕙᓪᓕᐊᓂᕆᔭᐅᔪᒥᒃ ᓴᐃᓕᓂᕐᒥᒃ ᐊᔪᕈᓐᓃᖅᓴᐅᑕᐅᓲᓄᑦ ᓲᕐᓗ ᓈᓚᖕᓂᒃᑯᑦ, ᐊᖏᖃᑎᒌᙱᔾᔪᑕᐅᔪᓂᒃ ᐋᖅᑭᒃᓯᓂᒃᑯᑦ, ᑲᑐᔾᔨᖃᑎᒌᖕᓂᒃᑯᑦ, ᐅᖃᓕᒫᕈᓐᓇᕐᓂᒃᑯᑦ, ᐊᒻᒪ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᖕᓂᒃᑯᑦ. ᐃᓂᖃᖅᑎᑦᑎᓂᖅ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ, ᐊᒻᒪ ᐃᓐᓇᐃᑦ ᐊᔪᕈᓐᓃᖅᓴᖅᐸᒡᓗᑎᒃ ᒪᒃᑯᓂᖓ ᐊᔪᖅᑕᐅᙱᑦᑐᓂᒃ ᐱᓕᕆᐊᖑᔪᖅ ᐊᑐᓕᖁᔭᐅᕗᖅ.

ᐃᑲᔫᑎᒃᓴᑦ

• ᖃᐅᔨᒪᔾᔪᑎᒃᓴᑦ ᐃᓄᑭᑦᑐᓄᑦ ᑲᑎᙵᔪᓄᑦ ᐱᓕᕆᑎᑕᐅᓂᐊᖅᑐᓄᑦ (2016) ᐊᒻᒪ
ᐊᑭᓐᓇᒥᐅᑕᑦ ᐱᔭᒃᓴᐅᔪᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᓕᒫᓂᒃ.
• ᓄᓇᓕᕋᓛᑦ ᐃᓕᓴᖅᑕᐅᔪᑦ ᐊᒻᒪ ᓄᓇᖅᑲᑎᒌᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑐᑦ (www.tribes.com)
ᐃᑲᔫᑎᒃᓴᑦ ᐅᖃᓕᒫᒐᑦ ᓄᑲᖅᖠᕐᓄᑦ, ᐊᑯᓪᓕᕐᒥᐅᓄᑦ, ᐊᒻᒪ ᐊᖓᔪᒃᖡᑦ

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
7

ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒥᐅᓄᑦ. ᐅᑯᐊ ᐃᑲᔫᑎᒃᓴᑦ ᖃᓄᖅᑑᕈᑎᒃᓴᓂᒃ ᐊᑐᐃᓐᓇᐅᑎᑦᑎᕗᑦ
ᓴᖅᑭᓐᓂᐊᕐᓗᒋᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕈᑎᒃᓴᑦ ᑲᑐᔾᔨᖃᑎᒌᒍᑕᐅᓗᑎᒃ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦᑎᔾᔪᑎᒃᑯᑦ.
• ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᐊᕈᓯᕐᒦᖃᑎᒌᑦ ᓇᓕᒧᒌᑦ ᐅᑭᐅᖅᑕᖅᑐᒥᐅᑕᑦ (K-2, 3-5, ᐊᒻᒪ 6-8)
ᖃᔅᓰᓐᓇᓄᑦ ᐃᑲᔫᑎᒃᓴᑦ ᐊᑐᐃᓐᓇᐅᔪᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂᒃ ᐅᖃᐅᓯᖅᑕᒃᑯᑦ, ᐃᓚᓕᐅᑎᓯᒪᔪᓪᓗ ᐅᑭᐅᖅᑕᖅᑐᕐᒥᐅᓄᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕈᑎᒃᓴᑦ.

ᐅᖓᓗᙳᐊᕐᕖᑦ ᐋᖅᑭᑦᑎᐊᕐᓗᒋᑦ ᐱᓕᕆᕝᕕᒃᓴᓄᑦ ᐱᕕᒃᓴᕆᔭᐅᔪᑦ ᐃᑲᔪᖅᓱᕐᓗᒋᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᑕᖃᖅᑎᓪᓗᒍ

ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᐊᕈᓯᕐᒦᖃᑎᒋᔭᑎᑦ, ᐊᖏᖃᑎᒋᔪᓐᓇᖅᐸᑎᑦ ᑭᓱᒥᒃᑭᐊᖅ ᑎᒍᔭᐅᒑᖓᑦ ᑎᒍᒥᐊᖅᑐᖅ ᐅᖃᓪᓚᓕᖅᐸᒡᓗᓂ. ᐃᓚᐅᔪᑦ ᐊᒡᒐᑎᒃ ᖁᒃᑐᕋᕐᒥᓄᐊᕐᓗᓂᒋᑦ ᐃᓄᒡᓗ ᑎᒍᒥᐊᖅᑐᖅ 'ᐃᒋᑦᑎᓗᓂ' ᑎᒍᒥᐊᖅᑕᒥᓂᒃ ᐃᒋᑦᑎᕝᕕᒋᔭᖓ ᐊᑎᐊ ᑕᐃᓗᓂᐅᒃ.

ᐱᒋᐊᕐᓗᒍ

ᑎᒍᒥᐊᖅᑕᐅᔪᖅ ᐃᓅᑉ ᐊᓯᒥᓄᑦ ᑐᓂᕙᒡᓗᓂᐅᒃ. ᖃᐅᔨᒋᐊᕐᕕᒋᔭᑦ ᐊᔪᕐᓇᙱᑦᑐᑯᓘᑏᓐᓇᕐᓗᒍ. ᓲᕐᓗ: ᓰᕐᓇᖅᑐᓂᒃ ᒪᒪᕆᓛᑦ, ᐱᙳᐊᒐᒃᓴᓂᒃ ᐊᓕᐊᓇᐃᒋᓛ, ᖃᓄᖅ ᐃᒃᐱᒍᓱᓲᖑᖕᒪᖔᖅᐱᑦ ᑭᓇᒧᒃᑭᐊᖅ ᖁᖓᑕᐅᒑᖓᕕᑦ, ᐊᓯᕈᓘᔭᖏᓪᓗ. ᑕᐃᒪᐃᑦᑐᒃᑰᓕᖅᑎᓪᓗᑎᑦ, ᑲᑎᙵᔪᑦ ᑕᐃᒪ ᐋᖅᑭᒃᓱᖅᐸᓪᓕᐊᕙᑎᑦ. ᐊᐱᖅᑯᑕᐅᖅᑲᐅᔪᖅ ᐃᓱᒪᒋᑦᑎᐊᕐᓗᒍ ᑭᒃᑯᓕᒫᓄᑦ ᓈᒻᒪᒃᑑᓂᐊᕐᒪᑦ.

ᐱᙳᐊᖅᑕᐅᔪᒃᓴᑦ/ᐱᓕᕆᐊᒃᓴᑦ

ᐊᔪᕐᓇᙱᑦᑐᑯᓗᖕᒥᒃ ᓂᕈᐊᕐᓗᑎᑦ, ᖁᕕᐊᓇᖅᑐᒥᒃ, ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᖕᓇᖅᑐᒥᒡᓗ. ᓲᕐᓗ:

• ᐅᖓᓗᙳᐊᖃᑕᐅᔪᑦ ᖁᖓᖃᑦᑕᐅᑎᓗᑎᒃ.

• ᑕᕐᕋᖅᑑᑎᒃᑯᑦ ᑕᐅᑐᙳᐊᖃᑎᒌᖕᓂᖅ − ᐱᖃᑖ ᐃᓄᒃ ᐊᒡᒐᖏᑦ/ᐃᓯᒐᖏᑦ/ᑎᒥᐊ
ᓱᒃᑲᐃᓵᕐᓗᓂᒋᑦ ᐊᐅᓚᔾᔭᒃᑎᑉᐸᒡᓗᓂᒋᑦ ᐱᓕᕆᖃᑎᒋᔮ ᐃᔾᔪᐊᖅᓯᑲᑕᒡᓗᓂ/ᑕᐅᑐᒃᑕᖏᓐᓂᒃ ᑕᕐᕋᖏᑦᑎᒍᑦ.
• 1,2,3 - ᐃᓚᒌᒃᑕᕐᓗᑎᒃ, ᓯᕗᓪᓕᖅ ᐅᖃᕐᓗᓂ 1, ᐊᐃᑉᐸᖓ ᐅᖃᕐᓗᓂ 2,
ᓯᕗᓪᓕᐅᖅᑲᐅᔪᖅ ᐅᖃᒃᑲᓐᓂᓕᕐᒥᓗᓂ 3, ᓈᓴᐃᕙᓪᓕᐊᓗᑎᒃ ᑕᐃᒪᐃᓕᐅᓚᐅᑲᒡᓗᑎᒃ. 1−ᓚᖅᑲᐅᒍᕕᑦ 1-ᓚᖏᙶᕐᓗᑎᑦ ᐸᑦᑕᒃᑐᕐᓗᑎᑦ ᖃᔅᓰᖅᓱᐊᕐᔪᒡᓗᓯ ᑕᐃᒪᐃᓕᐅᕐᓗᓯ.

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
8

1−ᓚᙱᖔᕐᓗᑎᑦ ᐸᑦᑕᒃᑐᖔᕐᓗᑎᑦ ᐊᒻᒪ 2-ᓚᙱᖔᕐᓗᑎᑦ ᐃᓯᒐᐃ ᑐᑎᑳᓪᓚᒡᓗᒍ − ᖃᔅᓰᖅᓱᐊᕐᔪᒡᓗᑎᑦ ᑕᐃᒪᐃᓕᐅᕐᓗᑎᑦ.
• ᑐᓴᕐᓈᖅᑕᑦ ᒪᓕᒃᑐᖅ ᐊᐅᓚᓂᕆᔭᕐᓄᑦ.
• ᖃᐅᔨᖃᑦᑕᐅᑎᓗᑎᒃ ᐊᓯᖏᓐᓂᒃ ᐱᓕᕆᓗᑎᒃ ᓲᕐᓗ ᐅᓂᒃᑳᖅᑐᐊᕈᕕᑦ ᑐᑭᖓᓐᓂᒃ
ᑐᑭᓯᖃᑎᒋᓗᒋᑦ ᐊᑏᑦ ᐅᖓᑖᓃᓪᓗᒍ, ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐃᓚᒌᒃᑕᕐᓗᑎᒃ ᐱᓕᕆᑎᓪᓗᒋᑦ.
• ᐊᓯᖏᑦ ᓵᓚᒃᓴᕋᓱᖕᓇᙱᑦᑐᑦ ᐱᙳᐊᕈᓯᑦ.

RESTORE

ᑲᑎᙵᔪᑦ ᐅᖃᐅᓯᖃᕐᓂᐊᖅᑐᑦ RESTORE−ᓚᓯᒪᔫᑉ ᑕᐃᒎᓯᕐᓂᒃ ᐱᓕᕆᔾᔪᓯᕐᓄᑦ: ᐃᓕᑕᕆᓗᒍ, ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔪᒥᒃ ᑐᑭᓯᔪᓐᓇᕐᓂᖅ, ᐊᑦᑕᕐᓇᖅᑕᐃᓕᒪᓂᖅ, ᖁᐊᖅᓵᖅᓯᒪᓂᖅ, ᐱᕕᒃᓴᖅ, ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᑦ, ᐊᒻᒪ ᐃᓚᐅᑎᑦᑎᓂᖅ. ᐊᑖᓃᑦᑐᑦ ᑕᑯᓗᒋᑦ ᐃᓱᒻᒪᒃᓴᖅᓯᐅᕈᑎᒋᓗᒋᑦ ᑕᒪᐃᓐᓄᑦ ᐱᓕᕆᐊᖑᔪᒃᓴᓄᑦ.

ᐱᐊᓂᒡᓗᒍ

ᐅᖓᓗᙳᐊᕐᕕᖕᒧᐊᒃᑲᓐᓂᕐᓗᓯ. ᐊᐱᖅᑯᒻᒥᒃ ᐊᑕᐅᓯᕐᒥᒃ ᓂᕈᐊᕐᓗᓯ, ᓲᕐᓗ: ᐊᓕᐊᓇᐃᒋᔭᖃᖅᑲᐅᕕᑦ ᐅᓪᓗᒥ ᐅᖓᓗᙳᐊᖅᓯᒪᓪᓗᑕ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒃᑎᓪᓗᑕ? ᑭᓱᒥᒃ ᖃᐅᔨᖅᑲᐅᔭᕐᓂᒃ ᖃᐅᔨᑎᑦᑎᓛᖅᐱᑦ ᑭᖑᓪᓕᕐᒥ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᓕᕐᒥᒍᔅᓯ? ᑭᓱᒥᒡᓕ ᓂᕆᐅᒃᐱᑦ ᐅᓪᓗᒥ ᐱᓕᕆᓂᐊᖅᑕᔅᓯᓐᓂᒃ?

ᐅᖃᒪᔭᒡᕖᑦ ᐅᖓᓗᙳᐊᕐᕖᑦ

ᐃᓕᑕᕆᓗᒍ

ᐃᓕᑕᕆᓗᒍ ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ ᒪᕐᕉᖕᓂ ᑐᑭᖃᕐᒪᑦ ᐅᑯᓂᖓ:

• ᓇᓗᓇᐃᕐᓗᒍ ᑭᓇᑭᐊᖅ ᐅᕝᕙᓗᑭᐊᖅ ᑭᓱᑭᐊᖅ, ᖃᖓᑦᑎᐊᖅ ᖃᐅᔨᓴᓚᐅᖅᑕᕐᓄᑦ,
ᑐᑭᖃᖅᑎᓪᓗᒍ ᐊᔾᔨᐸᓗᐊᓄᑦ ᐊᖏᖃᑎᒋᓂᐊᕐᓗᒍ ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᖃᐅᔨᕙᓪᓕᐊᓗᒍ.

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
9

• ᐱᐅᒋᓗᒍ ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐱᒻᒪᕆᐅᒋᓗᒍ ᑭᓱᑭᐊᖅ, ᑐᑭᖃᕐᓗᓂ ᖁᔭᓕᓂᐅᑉ
ᐊᔾᔨᐸᓗᖓᓐᓄᑦ ᐊᒻᒪ ᐅᖃᐅᓯᕆᓂᐊᖅᑕᒧᑦ.

ᑕᒪᕐᒥᒃ ᐃᒃᐱᖕᓇᖅᑐᑦ ᖁᓛᓂ ᑎᑎᕋᖅᓯᒪᔪᑦ, ᐃᓄᐃᑦ ᐃᓕᑕᖅᓯᔪᓐᓇᕐᒪᑕ ᐃᒻᒥᓂᒃ ᐊᓯᒥᓂᒡᓗ.

ᖃᓄᕐᓕ ᓯᕗᓕᖅᑎᑦ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᑦ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᓪᓗ ᐱᕙᒌᔭᕈᓐᓇᖅᐸᑦ?

• ᖃᓄᐃᓕᐅᖃᑦᑕᕐᓂᐊᖅᐱᑦ ᐃᓕᑕᖅᓯᓂᐊᕌᖓᕕᑦ ᐊᒃᑐᐃᔾᔪᑎᒋᓚᐅᖅᑕᕐᓄᑦ?
• ᖃᓄᖅ ᖃᐅᔨᒪᑎᑦᑎᓂᐊᖅᐱᑦ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᓕᒫᑦ ᐱᔪᓐᓇᕐᓗᑎᒃ
ᐃᖅᑲᖅᑑᑎᒃᓴᖅᓯᐅᙱᓪᓗᑎᒃ ᓈᓚᒃᐸᒡᓗᑎᒃ ᐱᔭᕆᐊᖃᖅᑕᖏᑦ
ᖃᐅᔨᔭᐅᖃᑦᑕᕐᓂᐊᕐᒪᑕ, ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒧᓪᓗ ᐅᑎᕈᓐᓇᕐᓂᐊᕐᒪᑕ ᐊᔪᙱᓐᓂᓕᒫᒥᓂᒃ
ᐱᓕᕆᓗᑎᒃ?
• ᑭᓲᕙᓕ ᓈᓚᑦᑎᐊᕆᐊᖃᕐᓂᖅ ᑖᒃᑯᓄᖓ ᐃᓕᑕᖅᓯᔾᔪᑎᓄᑦ? ᐊᑕᐅᓯᐅᑦᑕᕐᓗᑎᒃ
ᓈᓚᖃᑦᑕᐅᑎᓗᑎᒃ/ᑲᔪᖏᖅᓴᐃᔨᖃᕐᓗᑎᒃ, ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐅᖓᓗᙳᐊᖅᓯᒪᓗᑎᒃ/ᑲᑎᙵᓗᑎᒃ?
• ᖃᓄᕐᓕ ᑎᓕᐅᕆᓂᐊᖅᐱᑦ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᓄᑦ ᐃᓕᑕᖅᓯᖃᑦᑕᖁᓗᒋᑦ
ᐱᒋᐊᒃᑲᓐᓂᕆᐊᖃᕐᓂᐊᕐᓂᖏᓐᓂᒃ ᐋᖅᑭᒃᓱᐃᓗᑎᒃ ᐱᓕᕆᐊᒃᓴᓂᒃ ᐊᒻᒪ ᓂᕆᐅᒋᔭᐅᔪᓂᒃ − ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᖏᑦ ᐱᓕᕆᖃᑎᒋᓗᒋᑦ ᐋᖅᑭᖃᑎᒋᓗᒋᑦ ᖃᓄᐃᓕᖓᓂᐊᕐᒪᖔᑕ ᐱᓕᕆᐊᖑᔪᒃᓴᑦ?
• ᖃᓄᕐᓕ ᑎᓕᐅᕆᔪᓐᓇᕋᕕᒋᑦ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᓕᒫᑦ ᑭᐅᖃᑦᑕᖁᙱᓪᓗᒋᑦ
ᓈᒻᒪᙱᑦᑐᓄᑦ ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐱᔪᒪᓗᐊᖅᖢᑎᒃ ᐱᐅᓯᖃᖅᑐᓄᑦ, ᐃᓕᑕᕆᖔᕐᓗᒋᑦ ᑖᒃᑯᐊ ᐱᐅᓯᕆᔭᐅᔪᑦ ᓇᓗᓇᐃᒃᑯᑕᐅᑐᐃᓐᓇᕆᐊᖃᕐᓂᖏᓐᓂᒃ ᐊᒃᓱᕈᕐᓇᖅᑐᖅᓯᐅᕐᓂᖏᓐᓂᒃ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᑲᒪᔪᓐᓇᕐᓗᑎᒃ ᐊᖅᑯᓵᖅᓯᒪᔭᖏᓐᓂᒃ ᐊᖅᑯᓵᖅᐸᓪᓕᐊᔭᖏᓐᓂᒡᓗ?

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
10

ᖃᓄᐃᓕᐅᕐᓗᓂ ᐱᕙᒌᔭᕆᐊᖃᕐᒪᖔᑦ ᐃᑲᔪᖅᓱᕐᓂᐊᕐᓗᒋᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ

• ᖃᓄᕐᓕ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓕᒫᑦ ᐃᑲᔪᖅᓱᖅᑕᐅᔪᓐᓇᖅᐸᑦ ᐃᓕᑕᖅᓯᔪᓐᓇᖅᓯᑎᑕᐅᓗᑎᒃ
ᐱᕙᓪᓕᐊᓂᕆᔭᒥᓂᒃ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᓇᖅ ᒪᑐᓯᒪᑎᓪᓗᒍ, ᐱᐅᑦᑎᐊᕋᓗᐊᖅᐸᑦ ᐊᒃᓱᕈᕐᓇᕋᓗᐊᖅᐸᓪᓘᓐᓃᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓄᑦ?
• ᖃᓄᕐᓕ ᐃᑲᔪᖅᓱᖅᑕᐅᔪᓐᓇᕐᒪᑕ ᑎᑎᕋᕐᓗᒋᑦ ᑖᒃᑯᐊ ᐱᕚᓪᓕᖅᓯᒪᔪᑦ ᐊᔨᒌᙱᑦᑐᓂᒃ
ᐱᓕᕆᔾᔪᓯᒃᑯᑦ?
• ᖃᓄᕐᓕ ᓇᖕᒥᓂᖅ ᓈᓚᒍᓯᖏᑦ ᐋᖅᑭᒃᓯᒪᓕᕈᓐᓇᖅᐸᑦ ᐃᒻᒥᓂᒃ
ᐃᓕᑕᖅᓯᖃᑦᑕᐅᑎᔪᓐᓇᖅᓯᓗᑎᒃ?
• ᖃᓄᕐᓕ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᐃᓚᐅᔪᓐᓇᕐᒪᑕ ᓴᖅᑭᑦᑎᓂᐊᕐᓗᑎᒃ
ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒥ/ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᐊᕈᓯᕐᒥ ᓄᓇᓕᖕᓂ?

ᖃᓄᐃᓕᐅᕐᓗᓂ ᐱᕙᒌᔭᕆᐊᖃᕐᒪᖔᑦ ᐃᓚᐅᑎᖃᑦᑕᕐᓂᐊᕐᓗᒋᑦ ᐊᖓᔪᖅᑳᕆᔭᐅᔪᑦ

• ᐅᑯᐊ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᑦ ᑎᓕᐅᖅᑕᐅᔪᓐᓇᖅᐸᑦ ᐃᑲᔪᖅᓱᐃᖃᑦᑕᐅᑎᖁᔭᐅᓗᑎᒃ?
• ᐱᐅᓯᖃᕈᓐᓇᖅᐸ ᐃᓕᑕᖅᓯᓂᐊᕐᓗᓂ ᖃᓄᐃᑦᑐᒃᑰᖅᓯᒪᓵᕐᓂᖏᓐᓂᒃ?
• ᐊᖓᔪᖅᑳᕆᔭᐅᔪᓕᒫᖑᙱᑦᑑᒐᓗᐊᑦ ᐃᑲᔪᖅᓱᐃᔪᓐᓇᓚᐅᖅᐳᑦ ᕿᑐᕐᖓᒥᓂᒃ
ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓪᓗᒋᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒥᐅᓄᓪᓗ ᑕᐃᒪᓐᓇᑦᑎᐊᖅ ᐃᓕᓐᓂᐊᕆᐊᖃᕆᔭᐅᑎᓪᓗᒋᑦ. ᐊᖓᔪᖅᑳᕆᔭᐅᔪᓕᒫᖑᙱᑦᑐᑦ
ᐃᑲᔪᖅᓱᐃᖅᑰᔨᒋᔭᐅᔾᔮᙱᑦᑐᑦ ᐃᒪᓐᓇ ᐃᑲᔪᖅᓱᖅᑎᒋᔭᐅᓂᐊᕋᓱᒋᔭᐅᓚᐅᕋᓗᐊᕐᓗᑎᒃ. ᑭᓯᐊᓂ, ᖃᔅᓯᑲᓪᓛᓗᐃᑦ ᐃᓱᒪᑐᔪᒻᒪᕆᐊᓘᔪᒃᓴᐅᔫᒐᓗᐊᑦ. ᖃᓄᕐᓕ ᐃᓕᑕᕆᔭᐅᔪᓐᓇᕐᒪᑕ ᑭᒃᑯᑐᐃᓐᓇᑦᑎᐊᑦ − ᑭᓱᑐᐃᓐᓇᑦᑎᐊᑦ ᐊᓂᒍᖅᑎᑕᐅᑎᓪᓗᒋᑦ? ᖃᓄᕐᓕ ᐃᓕᓴᕈᑕᐅᔪᓕᒫᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑕᐅᔪᓕᒫᑦ ᐃᓕᑕᕆᔭᐅᔪᓐᓇᕐᒪᑕ ᑕᒪᐃᓐᓂᒃ ᐅᖃᐅᓯᖅᑖᒃ ᐃᒃᐱᒋᓪᓗᒋᑦ?
• ᖃᓄᐃᓕᐅᓲᖑᕙᑦ ᖃᓄᕐᓗ ᐱᓕᕆᓲᖑᕙᑦ ᐊᖓᔪᖅᑳᑦ ᑖᒃᑯᓂᖓ
ᐃᓕᑕᖅᓯᓂᐊᖅᑎᓪᓗᒋᑦ?

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
11

ᐱᓕᕆᐊᒃᓴᑦ

• ᓴᓇᙳᐊᒐᒃᓴᓂᒃ ᑕᑯᔭᒐᖃᕐᕕᒃ: ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᐊᐱᕆᓗᒋᑦ ᑎᑎᕋᐅᔭᖁᓗᒋᑦ
ᑕᑯᒃᓴᐅᑎᑦᑎᔪᓂᒃ ᖃᐅᔨᖃᑦᑕᓚᐅᖅᑕᖏᓐᓂᒃ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕖᑦ ᒪᑐᓯᒪᑎᓪᓗᒋᑦ. ᐱᕕᖃᖅᑎᑉᐸᒡᓗᒋᑦ ᐃᒻᒪᖄ 15 ᒥᓂᑦᓯᒥᒃ ᑐᓴᕐᓈᒐᒃᓴᒥᒡᓗ ᓂᓪᓕᐊᑎᑦᑎᓗᑎᑦ. ᐋᖅᑭᑦᑎᐊᖅᓯᒪᓂᖅᓴᓂᒃ ᐊᑐᐃᓐᓇᕈᖅᑎᑦᑎᔪᓐᓇᖅᑐᑎᑦ; ᓲᕐᓗ, ᑭᑉᐹᕆᒃᑐᓕᐅᖅᑳᕐᓗᑎᑦ ᑎᑎᕋᕐᓗᒋᓪᓗ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᓇᐅᙱᑎᓪᓗᒍ ᖁᕕᐊᒋᓚᐅᖅᑕᓕᒫᑎᑦ ᑭᑉᐹᕆᒃᑑᑉ
ᐃᓗᐊᒍᑦ, ᑭᖑᓂᖃᓈᓚᐅᖅᑕᓕᒫᑎᓪᓗ ᐊᒃᓱᕈᕐᓇᓈᓚᐅᖅᑕᑎᓪᓗ ᑭᑉᐹᕆᒃᑑᑉ ᓯᓚᑖᒍᑦ. ᑐᑭᓯᑎᓪᓗᒋᑦ ᐊᔾᔨᖁᑎ ᑕᐅᑐᒃᑕᖓ ᑖᔅᓱᒥᖓᑐᐊᖅ ᐅᖃᐅᓯᖃᕐᓂᐊᕐᓂᖏᓐᓂᒃ ᑕᐃᒪᐃᑦᑐᒪᒃᐸᑕ. ᐊᔾᔨᖁᑎ ᑕᐃᒎᓯᖅᑖᖅᑎᖁᓗᒍ − ᓲᕐᓗ ᓴᓇᙳᐊᒐᕐᓄᑦ ᑕᑯᔭᒐᖃᕐᕕᖕᒥ ᑕᐃᒪᐃᓕᖓᓲᖑᖕᒪᑕ ᑕᐃᒪᓐᓇᑦᑕᐅᖅ. ᐱᐊᓂᒃᐸᑕ ᑕᒪᕐᒥᒃ ᐅᑎᖅᑎᓪᓗᒋᑦ ᑲᑎᑎᒃᑲᓐᓂᕐᓗᒋᑦ. ᑕᐃᒃᑯᐊᓗ, ᐊᔾᔨᙳᐊᒥᒃ ᐅᖃᐅᓯᖃᕈᒪᔪᑦ ᐅᖃᐅᓯᖃᖅᑎᓪᓗᒋᑦ.

• ᓈᓚᑦᑎᐊᕐᓂᖅ, ᐆᒻᒪᑎ ᐊᒻᒪ ᑕᕐᓂᖅ: ᐊᑯᓂᐅᓂᖅᓴᖅ ᐱᓕᕆᖃᑎᒋᔪᒪᓗᒋᑦ
ᐅᖃᖃᑎᒋᓂᐊᕐᓗᒋᑦ ᓈᓚᑦᑎᐊᖁᓗᒋᓪᓗ ᑕᒪᕐᒥᑦᑎᐊᖅ ᖃᐅᔨᖅᑲᐅᔭᖏᓐᓂᒃ. ᒪᓕᒐᓕᐅᕐᓗᒋᑦ − ᐅᖃᓪᓚᒍᒪᙱᒃᑯᕕᑦ ᐅᖃᓪᓚᙱᑦᑐᓐᓇᖅᑐᑎᑦ, ᑭᓯᐊᓂ ᐊᓯᖔᖓᓂ ᐃᓱᒪᖃᕈᕕᑦ ᐱᓕᕆᑎᒥᐊᕈᓐᓇᕐᒪᑕ, ᑕᒪᕐᒥᑦᑎᐊᖅ ᐱᕕᖃᖅᑐᐃᓐᓇᐅᓂᐊᖅᑐᑦ. ᐅᖃᐅᓯᕆᖅᑲᐅᔭᑎᑦ ᐅᖃᐅᓯᒃᓴᖃᕐᕕᐅᔾᔮᙱᑦᑐᑦ, ᓈᓚᒃᑕᐅᑐᐃᓐᓇᕐᓂᐊᖅᑐᑎᑦ. ᑕᒪᕐᒥᑦᑎᐊᖅ ᐃᓄᐃᑦ ᐱᐊᓂᒃᑐᐃᓐᓇᐅᒃᐸᑕ,
ᑕᒪᕐᒥᑦᑎᐊᖅ ᑎᓕᓗᒋᑦ ᑯᓪᓗᑎᒃ ᖁᒻᒧᒃᑎᖁᓗᒋᑦ ᐅᖃᓪᓚᒃᑐᖅ ᓈᓚᒃᑕᐅᑦᑎᐊᖅᑲᐅᒐᓗᐊᕐᒪᖔᑦ.

• ᐃᖅᑲᐅᒪᔭᕆᐅᖅᓴᓂᕐᒧᑦ ᐱᓕᕆᐊᖅ: ᐱᓕᕆᔪᑦ ᐊᐱᕆᓗᒋᑦ ᐅᓂᒃᑲᐅᓯᖃᕈᒪᖕᒪᖔᑕ
ᑐᓴᖅᑲᐅᔭᒥᓂᒃ ᖃᓂᒻᒪᒍᑕᐅᕙᓪᓕᐊᔪᒥᒃ (ᐅᖃᓪᓚᒍᒪᑐᐃᓐᓇᕆᐊᖃᖅᑐᑦ ᐅᖃᓪᓚᒍᒪᙱᑐᐃᓐᓇᕆᐊᖃᖅᑐᓪᓗ). ᐱᒻᒪᕆᐅᕙ ᓴᖅᑭᑦᑎᓂᐊᕐᓗᓂ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᓄᑦ ᐅᓂᒃᑳᒥᒃ ᒫᓐᓇᒃᑯᑦ? ᖃᓄᕐᓕᑭᐊᖓᐃ ᐅᑭᐅᑦ ᐊᕙᑎᑦ ᐊᓂᒍᖅᐸᑕ ᑖᒃᑯᓂᖓ ᐱᓕᕆᐊᕆᔭᑦᑎᓐᓂ ᑕᑯᒋᐊᒃᑲᓐᓂᕈᓐᓇᓛᖅᐱᑕ? ᑭᓱᓂᒃᑭᐊᖅ ᐃᖅᑲᐃᔪᒪᓇᔭᖅᐱᑕ?

ᐅᖃᐅᓰᑦ ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐊᔾᔨᖁᑎᑦ ᐃᑲᔫᑕᐅᓇᔭᖅᑰᖅᐸᑦ, ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᑕᒪᕐᒥᒃ?

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
12

ᑲᑎᙵᔪᑦ ᐊᔾᔨᓕᐅᖅᑕᐅᔪᓐᓇᖅᐸᑦ? ᑕᒪᕐᒥᒃ ᐃᓄᐃᑦ ᑎᑎᕋᐅᔭᕐᓗᑎᒃ ᖃᐅᔨᓚᐅᖅᑕᒥᖕᓂᒃ ᐊᑕᐅᓯᕐᒧᑦ ᑎᑎᕋᕐᕕᒃᓴᒃᑯᑦ, ᑭᔾᔭᖅᑐᖅᑕᐅᓂᐊᖅᖢᑎᒡᓗ
ᐊᑕᐅᓯᕐᒥᒃ ᐊᔾᔨᖁᑎᒥᒃ ᑕᑯᒃᓴᐅᔪᖃᓕᕐᓗᓂ. ᑲᑕᐅᔭᙳᐊᓕᐅᖅᑐᖃᕈᓐᓇᖅᑐᖅ.
ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐱᑐᖃᕐᓄᑦ ᐴᒃᓴᐅᑎᒥᒃ ᑐᖅᑯᖅᑕᐅᓯᒪᓗᓂᓗ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓄᑦ
ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᒃ ᒪᒃᐱᓛᓕᖅᐸᑦ 2040-ᒥ.

ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔪᒥᒃ ᑐᑭᓯᔪᓐᓇᕐᓂᖅ

ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔪᒥᒃ ᑐᑭᓯᔪᓐᓇᕐᓂᖅ ᐃᒪᐃᑦᑑᕗᖅ "ᐊᓯᕕᑦ ᐃᒃᐱᒋᔭᖏᓐᓂᒃ ᐃᒃᐱᒍᓱᖃᑕᐅᔪᓐᓇᕐᓗᓂ, ᐃᓚᓕᐅᑎᓗᒍ ᐱᔪᓐᓇᕐᓂᕆᔭᐅᔪᖅ ᐃᓱᒪᒋᔪᓐᓇᕐᓗᒍ ᑭᓇᑭᐊᖅ ᖃᓄᑭᐊᖅ ᐃᓱᒪᓇᔭᕐᒪᖔᑦ ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐃᒃᐱᒍᓱᒐᔭᕐᒪᖔᑦ."

Brené Brown ᐅᖃᐅᓯᕆᖅᑲᐅᔭᖓᑎᑐᑦ, "ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔪᒥᒃ ᑐᑭᓯᔪᓐᓇᕐᓂᖅ ᑐᓴᐅᒪᖃᑎᒌᖕᓂᐅᕗᖅ ᐱᕕᒡᔪᐊᕌᓘᓪᓗᓂ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᖅ ᒪᒥᓴᕈᑕᐅᔪᓐᓇᖅᑐᖅ 'ᐃᓄᑑᙱᑦᑐᑎᑦ.'"

ᐱᓕᕆᑎᑦᑎᖃᑦᑕᕐᓂᖅ ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔪᒥᒃ ᑐᑭᓯᔪᓐᓇᕐᓂᕐᒥᒃ ᑭᒃᑯᓕᒫᓄᑦ ᐊᑦᑕᕐᓇᖅᑐᒧᐊᕐᓇᙱᑉᐳᖅ ᓄᖅᑲᖅᑎᖃᑦᑕᕐᓗᒋᑦ ᓈᒻᒪᙱᓪᓕᐅᕈᑕᐅᕙᒃᑐᑦ ᐅᓄᖅᓯᕙᓪᓕᐊᓂᖏᑦ. ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔪᒥᒃ ᑐᑭᓯᔪᓐᓇᕐᓂᖅ ᐱᒻᒪᕆᐅᖕᒥᔪᖅ ᐃᓕᑕᖅᓯᓂᐊᕐᓗᓂ ᐊᒻᒪ ᑭᐅᓯᓂᐊᕐᓗᓂ ᖁᐊᖅᓵᕐᓇᖅᑐᒃᑰᖅᓯᒪᔪᒥᒃ. ᐅᔾᔨᕈᓱᒋᐊᖃᕐᒥᔪᒍᑦ ᐃᓅᑉ ᐊᒃᓱᕉᑎᒋᔭᖏᓐᓂᒃ ᓇᓗᓇᐃᖅᓯᖃᑦᑕᓕᕐᒪᖔᑦ.

ᖃᓄᕐᓕ ᓯᕗᓕᖅᑎᑦ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᑦ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᓪᓗ ᐱᕙᒌᔭᕈᓐᓇᖅᐸᑦ?

• ᑲᑎᒪᑎᑦᑎᖃᑦᑕᕈᓐᓇᖅᐱᑦ ᐱᒋᐊᖅᑎᓪᓗᒋᑦ ᐊᑎᖏᑦ ᑎᑎᕋᖅᐸᒡᓗᒋᑦ ᐊᐱᕆᕙᒡᓗᒋᓪᓗ ᐃᓄᐃᑦ ᖃᓄᖅ ᐃᒃᐱᒍᓱᖕᒪᖔᑕ ᐃᓕᑕᖅᓯᖕᒪᖔᑕᓗ ᑭᓱᓂᒃ ᐱᒻᒪᕆᐅᒋᔭᖃᕐᒪᖔᑕ ᑲᑎᒪᔾᔪᑎᒃᓴᓂᒃ ᐋᖅᑭᒃᓱᐃᓯᒋᐊᓚᐅᙱᓐᓂᖏᓐᓂᒃ?
• ᑭᓱᑦ ᐱᓪᓚᕆᒃᑐᑦ ᐊᒻᒪ ᐱᔭᒃᓴᑐᐃᓐᓇᐃᑦ ᖃᕆᑕᐅᔭᒃᑯᑦ ᐋᖅᑭᒃᓯᒪᕙᒌᖅᐸᑦ ᐃᑲᔫᑎᒃᓴᑦ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᓄᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓄᑦ ᐊᒃᓱᕈᕈᑎᖃᑐᐃᓐᓇᕆᐊᖃᖅᑐᓄᑦ? ᐃᓂᒃᓴᓕᐅᖅᑕᐅᒃᑲᓐᓂᕆᐊᖃᖅᐸᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒥ ᐱᐅᓯᕆᔭᐅᕙᒃᑐᖅ ᐱᓕᕆᖃᑎᖏᓐᓄᑦ ᐃᑲᔪᖅᓱᖅᑕᐅᔪᒪᒃᐸᑦ?

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
13

• ᖃᓄᖅ ᐃᓕᑕᖅᓯᔪᓐᓇᖅᐱᑦ ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔪᒥᒃ ᑐᑭᓯᔪᓐᓇᕐᓂᖅ ᑕᖃᔾᔪᑕᐅᔪᓐᓇᕐᓂᖓᓂᒃ?
ᑭᓱᑦ ᑐᕌᕆᔭᐅᔪᑦ ᐃᑲᔪᖅᓱᖅᑕᐅᔪᒃᓴᑦ ᐃᑲᔪᖅᓱᖅᑕᐅᕙᑦ?
• ᖃᓄᖅ ᑐᓴᖅᑎᑦᑎᔪᓐᓇᖅᐱᑦ 'ᖃᓄᐃᙱᑦᑐᖅ ᖃᓄᐃᒃᑲᓗᐊᕐᓗᓂ?' ᖃᓄᖅ
ᐸᕐᓇᐃᒋᐊᖃᖅᐸᑦ ᐊᔪᕐᓇᙱᑐᐃᓐᓇᕆᐊᓕᖕᓂᒃ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᓄᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓄᑦ ᐱᕕᖃᕆᐊᖃᖅᐸᑕ/ᐃᑲᔪᖅᓱᓯᒋᐊᖃᖅᐸᑕ ᐱᔭᐅᔭᕆᐊᓕᑦ ᓇᓗᓇᐃᖅᑕᐅᑲᑕᓕᖅᐸᑕ?
• ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒥ ᖃᓄᖅ ᐃᓕᓴᖅᑕᐅᕌᓂᒃᓯᒪᓕᖅᐸᑦ ᐱᒻᒪᕆᐅᓂᖓᓂᒃ ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔪᒥᒃ
ᑐᑭᓯᔪᓐᓇᕐᓂᖅ ᖃᓄᕐᓗ ᐋᖅᑭᒃᑕᐅᔪᓐᓇᕐᓂᖓᓄᑦ? ᑖᓐᓇ ᐅᐸᒃᑕᐅᒃᑲᓐᓂᕈᓐᓇᓛᖅᐸ ᐋᖅᑭᒃᑕᐅᔪᓐᓇᓛᖅᐸᓗ ᐃᓚᒋᔭᐅᓗᓂ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒧᑦ ᐅᑎᕐᓂᐊᖅᑐᓄᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕈᑎᒃᓴᓄᑦ?

ᐱᓕᕆᐊᒃᓴᑦ

• ᐃᓚᒌᒃᑕᕐᓗᑎᒃ/ᐱᖓᓲᑦᑕᕐᓗᑎᒡᓘᓐᓃᑦ ᓇᓕᐊᖕᓄᑐᐃᓐᓇᖅ ᐱᓕᕆᐊᓄᑦ,
ᑲᑎᒃᑲᓐᓂᕐᓗᑎᒃ ᐋᖅᑭᒃᓱᐃᖃᑎᒌᒡᓗᑎᒃ ᐃᓱᒪᒋᔭᐅᔪᓂᒃ, ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔪᓂᒃ, ᐊᒻᒪ ᖃᓄᐃᓐᓂᐊᕋᓱᒋᔭᐅᔪᓂᒡᓗ. ᐋᖅᑭᒃᓯᒫᓂᒡᓗᑎᒃ, ᖃᓄᖅ ᑐᓴᖅᑎᑕᐅᕕᑕ ᑕᒪᒃᑯᓂᖓ ᐊᖅᑯᓵᖅᓯᒪᔭᑦᑎᓐᓂ? ᓇᓕᐊᒃ ᐊᔾᔨᖁᑎᑦ ᐱᑕᖃᙱᓚᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᐊᕈᓯᔅᓯᓐᓂ? ᑭᓱ ᐅᖃᐅᓯᐅᓯᒪᙱᓚᖅ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑕᑎᑦ ᐃᓱᒪᒋᔭᖏᑦ ᐊᔾᔨᖁᑎᖃᕐᓗᓂ ᖃᐅᔨᓚᐅᖅᑕᖓᑕ ᐊᔾᔨᐊᓂᒃ?

• ᐃᒃᐱᒋᔭᓄᑦ ᐅᖃᐅᓰᑦ ᑐᑭᖏᑦ: ᐱᒻᒪᕆᐅᓪᓗᓂ ᐃᒃᐱᒋᔭᒧᑦ ᐅᖃᐅᓰᑦ
ᐅᖃᕆᐅᖅᓴᑎᑦᑎᔾᔪᑎᑦ ᐃᒃᐱᒋᔭᑦ ᐅᖃᐅᓯᕆᔪᓐᓇᖅᓯᓗᒋᑦ, ᐊᒻᒪᓗ ᐃᓕᑕᕆᔪᓐᓇᖅᓯᓗᒋᑦ ᐊᓯᕗᑦ ᐃᒃᐱᒋᔭᖃᕐᒪᖔᑕ. ᐅᖃᐅᓰᑦ ᑐᑭᖏᓐᓂᒃ ᐋᖅᑭᒃᓱᐃᓗᓯ ᐃᒃᐱᒋᔾᔪᓯᕐᒧᑦ ᑕᐃᒎᓯᕐᓂᒃ ᐅᑯᓄᖓ ᐃᒃᐱᒋᔭᑦᑎᓐᓄᑦ − ᖁᕕᐊᓱᒃᑐᖅ, ᓄᒫᓱᒃᑐᖅ, ᖁᓱᔪᖅ, ᓂᙵᐅᒪᔪᖅ. ᐃᒃᐱᒋᔭᕗᑦ ᑎᑎᕋᖅᓯᒪᓗᑎᒃ ᑲᐃᓪᓗᐊᕈᑎᖃᕐᓗᓂ ᑎᒃᑯᐊᖅᑑᑎᖃᕐᓗᓂᓗ − ᐊᑐᐃᓐᓇᕈᖅᑎᑦᑎᓗᑎᑦ ᑎᓴᒪᓂᒃ ᑎᑎᕋᕐᕕᒃᓴᕐᔪᐊᓂᒃ. ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓕᒫᑦ ᑎᑎᕋᐅᓯᔭᕐᓗᑎᒃ ᑎᑎᕋᕐᓗᑎᒡᓗ ᑐᑭᖃᖃᑎᖏᓐᓂᒃ ᑎᑎᕋᕐᕕᒃᓴᕐᔪᐊᒃᑯᑦ. ᑐᓴᕐᓈᖅᖢᓂ ᐃᒃᐱᒋᔭᒧᑦ ᐊᔾᔨᒌᙱᑦᑐᓄᑦ ᐋᓐᓂᕈᑎᒋᓚᐅᖅᓯᒪᔭᓄᑦ ᐃᖅᑲᐃᓯᓐᓇᖃᑦᑕᖅᐸ? ᓇᓕᐊᒃ ᑕᐃᒎᓯᑦ ᓇᓂᔭᒃᓴᐅᕙᑦ

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
14

ᖃᓄᐃᑦᑑᓂᖏᑦ ᐊᑕᐅᓯᐊᙱᖦᖢᑎᒃ? ᖃᐅᔨᖃᑦᑕᖅᓯᒪᕕᑕ ᐊᑕᐅᓯᐅᙱᑦᑐᒥᒃ ᐃᒃᐱᒋᔭᖃᖅᑎᓪᓗᑕ? ᐅᖃᐅᓯᕆᔪᓐᓇᕈᖕᓂ, ᐅᖃᐅᓯᕆᓂᖅᓴᐅᓗᒍ ᓂᙵᐅᒪᓃᑦ ᐊᐃᑉᐸᕆᓗᓂᐅᒃ ᐃᒃᐱᒋᔭᒧᑦ. ᑭᓱᒃᑲᓐᓃᑦ ᐃᒃᐱᒋᔭᑦ ᐃᒃᐱᒋᔭᒦᖃᑕᐅᕙᑦ, ᓲᕐᓗ ᑲᑉᐱᐊᓱᖕᓂᖅ, ᓯᕘᕋᓂᖅ, ᐃᖢᐃᓪᓕᕐᓂᖅ?

• ᐃᒃᐱᒋᔭᕗᑦ ᑕᖅᓴᖃᕐᓂᖏᑦ: ᐃᓚᒌᒃᑕᕐᓗᑎᒃ, ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᐊᐱᕆᓗᒋᑦ ᓂᕈᐊᖁᓗᒋᑦ ᐱᖓᓱᓂᒃ ᐅᖃᐅᓯᖅᑕᓂᒃ ᑎᑎᕋᖅᓯᒪᔪᓂᙶᖅᑐᓂᒃ ᐅᖃᐅᓯᖃᑦᑎᐊᓛᓂᒃ ᖃᓄᖅ ᐃᒃᐱᒋᔭᖃᕐᒪᖔᑕ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕖᑦ ᒪᑐᑎᓪᓗᒋᑦ ᖃᐅᔨᓚᐅᖅᑕᖏᓐᓂᒃ. ᑭᓱᓂᒃᑭᐊᖅ ᑕᖅᓴᓂᒃ ᓂᕈᐊᕐᓂᐊᖅᐸᑦ ᑕᑯᒃᓴᐅᑎᓐᓂᐊᖅᑕᖏᓐᓂᒃ ᐃᒃᐱᒋᔭᖏᓐᓂᒃ? ᐆᒻᒪᑎᙳᐊᓕᐅᖁᓗᒋᑦ ᑖᒃᑯᓂᖓ ᑕᖅᓴᓂᒃ ᐊᑐᕐᓗᑎᑦ. ᓂᕈᐊᕐᓗᒋᓪᓗ ᐱᖓᓱᑦ ᐅᖃᐅᓯᖅᑕᑦ ᖃᓄᐃᒃᓴᕐᒪᖔᑕ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒧᑦ ᐅᑎᖅᑎᓪᓗᒋᑦ. ᐆᒻᒪᑎᙳᐊᓕᐅᒃᑲᓐᓂᖅᑎᓪᓗᒋᑦ ᐊᓯᐊᓂᒡᓘᓐᓃᑦ ᑕᐅᑦᑐᖃᕐᓗᒍ ᑕᖅᓴᖃᖅᑎᓪᓗᒋᑦ ᓇᓗᓇᙱᑎᑦᑎᔪᓂᒃ ᑖᒃᑯᓄᖓ.

• ᐊᔾᔨᖁᑎᒦᖃᑕᐅᙳᐊᕐᓗᑎᑦ: ᖃᓂᒻᒪᒍᑕᐅᕙᓪᓕᐊᑎᓪᓗᒍ ᐊᔾᔨᖁᑎᒥᒃ ᓂᕈᐊᖅᑎᓪᓗᒋᑦ. ᓂᕈᐊᕆᓗᒋᑦ ᐃᓄᙳᐊᓖᑦ ᑕᑯᒃᓴᐅᑎᒋᐊᕐᓗᒋᓪᓗ ᐃᓄᒋᐊᑦ ᐃᓄᐃᑦ ᖃᐅᔨᖃᑦᑕᖅᓯᒪᔭᖏᓪᓗ. ᐃᓚᒌᒃᑕᕐᓗᑎᒃ ᐱᖓᓲᑦᑕᕐᓗᑎᒡᓘᓐᓃᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᐊᐱᕆᓗᒋᑦ ᐃᓱᒪᙳᐊᖁᓗᒋᑦ ᖃᓄᖅ ᐊᔾᔨᖁᑎᒦᑦᑐᑦ ᐃᓄᐃᑦ ᐃᓱᒪᖕᒪᖔᑕ ᐊᒻᒪ ᐃᒃᐱᒍᓱᖕᒪᖔᑕ. ᐊᔾᔨᖁᑎᒦᑉᐸᑕ, ᓇᒧᙵᖅᑎᓐᓇᔭᖅᐸᒃᑭᐊᖅ ᐃᒻᒥᓂᒃ ᖃᓄᕐᓗᑭᐊᖅ
ᐃᓱᒪᕙᑦ ᐃᒃᐱᒋᔭᖃᖅᐸᓪᓗ? ᐊᔪᕐᓇᙱᑉᐸᑦ, ᑎᑎᕋᕐᕕᒃᓴᒥᒃ ᐊᑐᕐᓗᑎᑦ 8.5 x 11−ᒧᑦ ᐊᔾᔨᖁᑎᓂᒃ ᐊᒻᒪ ᓂᐱᑎᒐᕐᓂᒃ ᑎᑎᕋᕐᕕᒃᓴᕋᓛᓕᕐᓗᒋᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᑎᑎᕋᕐᕕᒋᓂᐊᖅᑕᖏᓐᓂᒃ ᐃᓱᒪᒋᔭᖏᓐᓂᒃ, ᐃᒃᐱᒋᔭᖏᓐᓂᒃ, ᐊᒻᒪ
ᐃᓄᙳᐊᖃᕐᓗᑎᒡᓗ ᐃᒻᒥᓂᙳᐊᖅ.

ᐊᑦᑕᕐᓇᖅᑕᐃᓕᒪᓂᖅ

ᐊᑦᑕᕐᓇᙱᑦᑐᑦ ᐅᐸᒡᕕᒋᓯᒪᔭᑦ ᐊᑦᑕᕐᓇᙱᖦᖢᓂ ᐋᓐᓂᖅᑕᐅᓐᓇᙱᖦᖢᓂᓗ. ᐊᑦᑕᕐᓇᖅᑐᒦᑦᑕᕆᐊᖃᙱᓐᓂᕗᑦ ᓴᖅᑭᑕᐅᔪᓐᓇᖅᐳᖅ ᐃᓕᑕᕆᑐᐊᕈᑦᑎᒍᑦ ᑖᓐᓇ ᐱᔭᕆᐊᖃᖅᑕᕗᑦ ᐅᕙᑦᑎᓐᓂᒃ, ᐊᓯᑦᑎᓐᓄᓪᓗ ᐅᖃᐅᓯᕆᓗᒋᑦ ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔪᒥᒃ ᑐᑭᓯᔪᓐᓇᕐᓂᖅ,

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
15

ᐅᖃᐅᓯᕆᓗᒋᓪᓗ ᖃᓄᖅ ᐱᐅᓯᖃᖅᑐᐃᓐᓇᐅᔪᓐᓇᕐᒪᖓᑦᑕ ᑕᐃᒪᐃᒃᑯᑦᑕ ᑕᒪᑦᑕ ᐊᑦᑕᕐᓇᖅᑐᒧᐊᕆᐊᖃᙱᓐᓂᑦᑎᓐᓂᒃ ᓴᖅᑭᑕᒃᓴᐅᓕᕋᔭᖅᐳᖅ. ᑲᒪᒋᙱᒃᑯᑦᑎᒍᑦ ᐊᐱᖅᑯᑎᑦ ᐊᒃᓱᕈᕐᓇᖅᑐᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᒃᐱᒋᔭᕗᑦ, ᑕᑯᒃᓴᐅᑎᑦᑎᑐᐃᓐᓇᕆᐊᖃᖅᐳᑦ 'ᓴᐅᓯᒪᔪᓂᒃ,' ᓲᖑᓴᖃᑦᑕᖅᑐᓄᑦ, ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐃᓄᑑᑎᑕᐅᒃᐸᑕ ᐃᓄᐃᑦ ᑐᑭᓯᓂᕐᓗᖕᓂᒃᑯᑦ.

ᖃᓄᕐᓕ ᓯᕗᓕᖅᑎᑦ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᑦ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᓪᓗ ᐱᕙᒌᔭᕈᓐᓇᖅᐸᑦ?

• ᖃᓄᖅ ᐋᖅᑭᒃᓯᔪᓐᓇᖅᐱᑕ ᐱᕕᒃᓴᒥᒃ ᐊᒻᒪ ᐃᓂᒃᓴᒥᒃ ᐃᓚᐅᑎᑦᑐᓐᓇᕐᓗᒋᑦ
ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᑐᓴᖅᑎᑦᑎᖃᑦᑕᕐᓂᐊᕐᒪᑕ ᐃᓱᒫᓘᑎᒋᔭᖏᓐᓂᒃ ᖃᓄᐃᓕᐅᓲᖑᕕᑕᓗ ᐃᓱᒫᓘᑕᐅᔪᓂᒃ ᑐᓴᖅᑎᑕᐅᒑᖓᑦᑕ?
• ᖃᓄᕐᓕ ᐱᕕᒃᓴᖃᖅᑎᑦᑎᓂᐊᖅᐱᑕ ᐃᓂᖃᖅᑎᑦᑎᓂᐊᖅᐱᑕᓗ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᑦ
ᐃᓚᐅᔪᓐᓇᖁᓪᓗᒋᑦ ᑐᓴᖅᑎᑦᑎᓗᑎᒃ ᐃᓱᒫᓘᑎᖏᓐᓂᒃ ᑭᐅᔭᐅᕙᒡᓗᑎᒡᓗ?
• ᑭᓱᓂᒃ ᑎᑎᖅᑲᓂᒃ ᐊᑐᖃᑦᑕᖅᐱᑕ ᓇᓗᓇᐃᖅᓯᓂᐊᕌᖓᑦᑕ ᐱᔭᕆᐊᖃᓪᓚᕆᒃᑐᓂᒃ?
ᓇᑭᑦ ᑎᑎᖅᑲᓂᒃ ᐱᕙᓪᓕᐊᒐᑦᑕ? ᐊᖓᔪᖅᑳᑦ, ᑐᑦᑕᕐᕖᑦ, ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ,
ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᑦ?
• ᖃᓄᕐᓕ ᐋᖅᑭᒃᓯᒃᑲᓐᓂᕐᓂᐊᖅᐱᑕ ᐱᐅᓯᕆᔭᐅᔪᒃᓴᓂᒃ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓄᑦ
ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᓄᓪᓗ ᑎᒥᒃᑯᑦ ᐃᒃᐱᒋᔭᒃᑯᓪᓗ ᐊᑦᑕᕐᓇᖅᑐᒦᙱᔾᔪᑎᒃᓴᓂᒃ?

ᖃᓄᐃᓕᐅᕐᓗᓂ ᐱᕙᒌᔭᕆᐊᖃᕐᒪᖔᑦ ᐃᑲᔪᖅᓱᕐᓂᐊᕐᓗᒋᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ

• ᖃᓄᕐᓕ ᐃᑲᔪᕈᓐᓇᖅᐱᑦ ᐊᑦᑕᕐᓇᖅᑐᒦᑎᑦᑕᐃᓕᓂᕐᒥᒃ ᑎᒥᒃᑯᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᒃᐱᒋᔭᒃᑯᑦ?
• ᖃᓄᐃᓕᐅᕈᓐᓇᖅᐱᑦ ᐃᓕᖕᓂᒃ ᐃᑲᔪᕐᓂᐊᕈᕕᑦ?
• ᖃᓄᐃᓕᐅᕈᓐᓇᖅᐱᑦ ᐊᓯᑎᑦ ᐃᑲᔪᕐᓂᐊᕐᓗᒋᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒦᑏᓐᓇᕐᓗᒋᑦ ᓄᓇᓕᖕᓂ?
• ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᓂᖅ ᖃᓄᖅ ᐃᑲᔫᑎᖃᕈᓐᓇᖅᐸ? ᖃᓄᕐᓕ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒥᐅᑕᑦ
ᐃᑲᔪᕈᓐᓇᖅᐸᑦ?

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
16

ᐱᓕᕆᐊᒃᓴᑦ

• ᐅᖃᐅᓯᕆᓗᒍ ᑕᐃᒎᓯᖅ ᐊᑦᑕᕐᓇᖅᑕᐃᓕᒪᓂᖅ, ᐅᔾᔨᕐᓇᖅᓯᕚᓪᓕᕐᓂᐊᖅᑐᖅ. ᑖᒃᑯᓇᓂ
ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦᑎᑎᓪᓗᑎᑦ ᐅᖃᐅᓯᖃᖅᑐᒍᑦ ᑎᒥᒃᑯᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᒃᐱᒋᔭᒃᑯᑦ ᐊᑦᑕᕐᓇᖅᑕᐃᓕᒪᓂᕐᒥᒃ. ᐊᑐᕐᓗᒋᑦ ᐋᖅᑭᒃᓱᖅᓯᒪᔪᑦ ᐊᑐᖅᑕᐅᒋᐊᓕᑦ ᐸᑦᑕᑯᓗᐃᑦ (ᐃᓚᓕᐅᑎᓯᒪᔪᑦ ᑖᒃᑯᓄᖓ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ) ᐊᑦᑕᕐᓇᖅᑕᐃᓕᒪᓂᖅ ᑕᐃᒎᓯᖅ ᐲᕐᓗᒍ ᑖᒃᑯᓇᙵᑦ. ᐃᑲᔫᑎᖃᓈᑐᐃᓐᓇᕆᐊᖃᖅᐸᑦ ᑐᑭᓯᓇᖅᓯᑎᓪᓗᒋᑦ ᐊᔾᔨᒌᙱᓐᓂᖏᑦ ᐱᔭᐅᔭᕆᐊᓕᑦ ᐱᔭᐅᔪᒪᔪᓪᓗ ᑖᒃᑯᓇᙵᑦ.

• ᐸᑦᑕᐃᑦ ᒪᑭᑦᑕᕐᓗᒋᑦ ᐊᖕᒪᓗᖅᓯᓯᒪᔪᒧᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓪᓗ ᐊᐱᕆᓗᒋᑦ: ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒥ

ᐊᑦᑕᕐᓇᖅᑐᒦᙱᓐᓂᕐᓄᑦ ᐃᒃᐱᒍᓱᒋᐊᖃᖅᐱᑦ ᒫᓐᓇ − ᐅᓪᓗᒥ, ᑕᒪᑐᒪᓂ ᐱᓇᓱᐊᕈᓯᕐᒥ, ᑕᒪᑐᒪᓂ ᐊᕐᕌᒍᒥ (ᓇᓕᐊᖕᓂᑐᐃᓐᓇᖅ ᓂᕈᐊᕈᓐᓇᖅᑐᑎᑦ)?

• ᐸᑦᑕᑯᓗᖕᓂ ᑎᑎᕋᕐᕕᒋᓯᒪᙱᑦᑐᓂᒃ ᖃᔅᓯᐊᕐᔪᖕᓂ ᒪᑭᑦᑕᖃᓯᐅᑎᓗᒋᑦ
ᐊᖕᒪᓗᖅᓯᓯᒪᔪᒧᑦ ᐱᔭᐅᔭᕆᐊᓕᑦ ᑎᑎᕋᖅᓯᒪᙱᑦᑐᑦ ᑎᑎᕋᖅᑕᐅᔪᓐᓇᕐᓂᐊᕐᒪᑕ. ᐃᕝᕕᓪᓗ, ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᐊᐱᕆᓗᒋᑦ ᓂᕈᐊᖁᓗᒋᑦ ᐱᒻᒪᕆᐅᒋᓛᕆᔭᖏᓐᓂᒃ. ᓂᕈᑭᓐᓂᖅᓴᓂᒃ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᐊᕈᓯᖃᕈᔅᓯ ᑲᑎᙵᔪᓪᓘᓐᓃᑦ ᐅᓄᙱᑦᑑᑕᐅᒃᐸᑕ, ᐃᓚᒌᒃᑕᖁᓗᒋᑦ. ᑭᐅᔾᔪᑕᐅᔪᓂᒃ ᐊᑐᕈᓐᓇᖅᐳᑎᑦ ᓴᖅᑭᑦᑎᓂᐊᕐᓗᑎᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᓂᕐᒧᑦ ᐊᖏᖃᑎᒌᒍᑎᒥᒃ, ᓲᕐᓗ: "ᐃᓕᑕᖅᓯᐅᒪᒐᑦᑕ ᖃᔅᓯᑲᓪᓚᒃᑎᒍᑦ ᐱᖃᓐᓇᕆᔭᖅᑖᕆᐊᖃᕐᓂᑦᑎᓐᓂ ᒫᓐᓇ. ᑕᑯᒃᓴᐅᑎᑦᑎᓂᐊᖅᐳᒍᑦ ᐱᖃᓐᓇᕇᖕᓂ ᐅᖃᓪᓚᖃᑎᒋᓗᒋᑦ ᐃᓄᐃᑦ ᐱᖃᑎᒋᒐᔪᙱᑕᑦᑎᓐᓂ." ᑲᑐᑎᓗᒍ ᓴᖅᑭᓪᓗᒍ ᐃᓕᓐᓂᐊᖃᑎᒌᑦ ᐊᖏᖃᑎᒌᒍᑎᒥᒃ ᓇᖕᒥᓂᖃᖅᑰᔨᓕᕐᓂᐊᕐᒪᑕ.

• ᑎᒥᒃᑯᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᒃᐱᒋᔭᒃᑯᑦ ᐊᑦᑕᕐᓇᖅᑕᐃᓕᒪᓂᖅ ᐊᒃᑐᐊᓂᖃᕐᒪᑦ. ᓲᕐᓗ,
ᐊᑲᖅᓴᙱᒃᑯᒪ, ᓂᙵᒃᑯᒪ ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᓴᐃᒪᔪᓐᓃᕈᒪ ᖃᓂᒋᓗᐊᖅᑕᓐᓄᑦ ᓇᖏᑐᐃᓐᓇᓕᖅᐸᑦ, ᑖᓐᓇ ᐱᓕᕆᐊᕆᑎᓪᓗᒍ ᐃᑲᔪᖅᑕᐅᔭᕆᐊᖃᕋᔭᖅᑐᒃᓴᐅᕗᖓ ᐊᒻᒪ/ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔪᒥᒃ ᑐᑭᓯᔪᓐᓇᕐᓂᕐᒥᒃ.

• ᐅᓂᒃᑳᕐᓂᐊᕐᓗᓂ ᐃᑎᓖᑦ (ᐃᓕᓐᓂᐊᕈᑎᒃᓴᓄᑦ ᐃᓚᓕᐅᑎᓯᒪᔪᑦ). ᑲᑎᙵᔪᑦ
ᐅᓄᙱᓪᓗᑎᒃ, ᐃᑎᓕᖕᓄᑦ ᒪᑭᑦᑕᕐᓗᑎᒃ ᐅᓂᒃᑳᕐᓗᑎᒡᓗ ᐊᔾᔨᖁᑎᑦ ᑕᑯᒃᓴᐅᔪᑦ

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
17

ᑐᙵᕕᒋᓗᒋᑦ. ᐊᓯᐊᒍᖔᖅ, ᒪᑭᑦᑎᓗᑎᑦ ᐊᑕᐅᑦᑎᒥᒃ ᑲᑎᙵᔪᓂᒃ
ᐃᓕᓐᓂᐊᖃᑎᒌᓕᒫᓄᑦ ᑕᒪᕐᒥᒡᓗ ᑲᑎᙵᔪᑦ ᐅᓂᒃᑳᓕᐅᕐᓗᑎᒃ ᑖᒃᑯᓂᖓ
ᑐᙵᕕᖃᖅᑐᓂᒃ. ᑕᒪᕐᒥᒃ ᑲᑎᙵᔪᑦ ᐊᔾᔨᑦᑎᐊᖏᓐᓂᒃ ᐊᔾᔨᖁᑎᓂᒃ ᐱᓯᒪᓂᐊᖅᑐᑦ
ᑭᓯᐊᓂ ᐊᓯᐊᓂᖔᖅ ᐅᓂᒃᑳᓕᐅᕈᓐᓇᖅᑐᑦ. ᑲᑎᙵᔪᑦ ᐊᖕᒪᓗᖅᑕᐅᑉ ᐃᓗᐊᓂ
ᐅᓂᒃᑳᖁᓗᒋᑦ.

ᖁᐋᖅᓵᖅᓯᒪᓂᖅ

ᖁᐋᖅᓵᖅᓯᒪᓂᖅ ᐃᓄᖕᓄᑦ ᓱᕋᒍᑕᐅᔪᓐᓇᖅᐳᑦ ᓄᓇᖅᑲᑎᒌᓄᓪᓗ ᐋᓐᓂᐊᕐᓇᖅᑐᓂᒃ ᓴᖅᑭᔮᖅᑎᑦᑎᓗᓂ.

ᖃᔅᓯᑲᓪᓚᑦ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᑦ ᓱᖏᐅᙵᖕᒪᑕ ᓄᑕᕋᐅᑎᓪᓗᒋᑦ ᓂᙵᐅᒪᔪᓂᒃ ᖃᐅᔨᖃᑦᑕᖅᓯᒪᔪᑦ

ᐊᒃᑐᐃᔾᔪᑕᐅᓲᓪᓗ ᖁᐋᖅᓵᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓄᑦ, ᖃᓄᕐᓕ ᑭᒃᑯᕈᓘᔭᑦ ᖁᐋᖅᓵᖅᓯᒪᖕᒪᑕ? ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔪᓐᓇᕐᒥᔪᖅ ᓴᔪᐱᓪᓚᒃᑐᓂᒃ ᐊᑯᓂᐅᔪᓐᓇᖅᖢᓂᓗ.

ᐃᒃᐱᖕᓇᕐᓂᖓ ᓇᑭᙶᕈᓘᔭᖅᑐᓂᒃ ᖁᐋᖅᓵᖅᓯᒪᓐᓇᖅᐳᖅ: ᓇᒡᓕᒋᔭᑎᒃ ᑲᑉᐱᐊᓲᑎᒋᓗᒋᑦ, ᓇᒡᓕᒋᔭᕐᓄᑦ ᕿᒪᒃᑕᐅᓗᑎᑦ, ᒪᑭᒪᔾᔪᑎᑦ ᓇᓗᓇᖅᑐᒦᓕᕐᓗᑎᒃ, ᑲᑉᐱᐊᓱᒡᓗᑎᒡᓗ ᑕᑯᓚᐅᖅᓯᒪᙱᑕᒥᓂᒃ ᐊᑭᕋᒥᓂᒃ ᓇᓂᑭᐊᖅ ᓯᓚᒥ, ᐃᓄᑑᓂᖅ ᐊᒻᒪ ᐊᕕᓯᒪᓂᖅ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕖᑦ ᒪᑐᓯᒪᑎᓪᓗᒋᑦ, ᑐᑭᓯᓇᖅᓯᑎᓪᓗᒍ ᓯᕘᕋᓂᖅ, ᐃᒡᓗᐃᑦ ᐊᑦᑕᕐᓇᕈᓐᓇᖅᑐᑦ, ᐱᕙᓪᓕᐊᔪᑦ ᐃᓄᖕᓄᓪᓗ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᑦ ᑐᓴᕐᓂᙱᓗᐊᕌᓗᒃᑎᓪᓗᒋᑦ, ᐊᒻᒪ ᐃᓅᓯᕐᒧᑦ ᐊᓯᔾᔨᕐᓂᖅ ᓲᕐᓗ ᓯᑯᙱᑐᐃᓐᓇᓚᐅᑲᒡᓗᓂ.

ᐅᔾᔨᕆᓗᒋᑦ ᐃᓕᑕᕆᓗᒋᓪᓗ ᑖᒃᑯᐊ ᐊᒃᑐᐃᔾᔪᑕᐅᓲᑦ ᖁᐋᖅᓵᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᐱᒻᒪᕆᐅᖕᒪᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒧᑦ ᐅᑎᕐᓂᐊᖅᑎᓪᓗᑕ. ᐃᒃᐱᒍᓱᒃᑐᐃᓐᓈᓘᔪᒍᑦ ᑭᓱᑐᐃᓐᓇᑦ ᓈᒻᒪᒃᑐᒦᓕᖅᑎᓪᓗᒋᑦ ᐅᕙᑦᑎᓐᓄᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓄᑦ, ᐅᑎᕐᕕᒋᑲᐅᑦᑐᕐᓗᒍ ᓱᖏᐅᙵᔭᖅ, ᐱᓇᓱᐊᑦᑎᐊᕐᓗᑎᒃ. ᓲᖃᐃᒻᒪ, ᑖᒃᑯᐊ ᐱᒻᒪᕆᐅᖕᒪᑕ, ᑭᓯᐊᓂ ᓴᖅᑭᑕᐅᙱᑉᐸᑕ, ᐱᓕᕆᐊᖑᔪᖅ ᐊᒻᒪ ᖁᐋᖅᓵᕐᓇᖅᑐᖅᓯᐅᕈᑕᐅᔪᖅ ᑕᑯᒃᓴᐅᙱᑦᑐᓐᓇᖅᑐᖅ ᐃᒡᓗᕈᓯᕐᒦᖃᑕᐅᓗᓂ. ᐊᒃᑐᐃᔾᔪᑕᐅᔪᓐᓇᕐᒥᔪᖅ ᖃᓄᐃᙱᑦᑎᐊᕈᓯᕐᒧᑦ, ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᓂᕐᒧᑦ, ᐃᓕᑦᑎᓂᕐᒧᑦ, ᐊᒻᒪ ᑎᒥᒃᑯᑦ, ᐃᒃᐱᒋᔭᒃᑯᑦ, ᐊᒻᒪ ᐃᓅᖃᑎᒌᓄᑦ ᐱᕙᓪᓕᐊᓂᕆᔭᐅᔪᒧᑦ.

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
18

ᖃᓄᕐᓕ ᓯᕗᓕᖅᑎᑦ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᑦ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᓪᓗ ᐱᕙᒌᔭᕈᓐᓇᖅᐸᑦ?

• ᖃᓄᖅ ᐱᕙᒌᔭᕆᐊᖃᖅᐸᑦ/ᐃᓕᓐᓂᐊᕆᐊᖃᖅᐸᑦ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᑦ
ᐃᓕᑕᖅᓯᓂᐊᖅᐸᑕ ᑲᒪᒋᔭᖃᕐᓗᑎᒡᓗ ᓇᖕᒥᓂᖅ ᐱᓕᕆᐊᕆᔭᑐᐊᖏᓐᓂᐅᙱᑦᑐᖅ

ᖁᐋᖅᓵᖅᓯᒪᔭᑐᐊᖏᓐᓂᐅᙱᑦᑐᕐᓗ, ᑭᓯᐊᓂ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓂᒃ? ᖃᓄᖅ ᐊᐱᕆᔪᓐᓇᖅᐱᒋᑦ? ᑭᒃᑯᓐᓂ ᐊᐱᖅᓱᖅᑕᐅᔪᓐᓇᖅᐸᑦ ᐊᒻᒪ ᖃᓄᖅ?

• ᖃᓄᖅ ᓇᓕᒧᒌᒃᑐᒥᒃ ᐱᓕᕆᑎᑦᑎᔪᓐᓇᖅᐱᑕ ᐱᓇᓱᐊᑦᑎᐊᖅᑎᑦᑎᓂᕐᒥᒃ,
ᐃᒃᐱᒍᓱᒃᑎᑦᑎᓂᕐᒥᒃ ᓈᒻᒪᒃᑐᒥᒃ ᐃᓕᑕᖅᓯᓂᕐᓗ ᐊᔪᕐᓇᖅᑐᓂᒃ ᐊᒻᒪ ᐋᓐᓂᐊᕈᑕᐅᔪᓂᒃ?
• ᖃᓄᖅ ᐃᑲᔪᕈᓐᓇᖅᐸᕗᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ (ᐅᕙᑦᑎᓐᓂᓪᓗ) ᐱᓕᕆᐊᓂᓵᖅᑎᓪᓗᑕ,
ᑲᒪᒋᓪᓚᑦᑖᙱᖦᖢᒋᑦ ᖃᐅᔨᕈᓘᔭᖃᑦᑕᖅᓯᒪᔭᕗᑦ?
• ᑭᓱᑦ ᐃᓅᓯᕐᒧᑦ−ᐃᒃᐱᖕᓇᖅᑐᓂᒃ ᐃᓕᓐᓂᐊᓚᐅᖅᐱᑕ ᖃᓂᒻᒪᒍᑕᐅᕙᓪᓕᐊᔪᖅ
ᓴᖅᑭᓚᐅᙱᑎᓪᓗᒍ? ᑭᓱᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑕᐅᔪᒃᓴᑦ ᐊᒻᒪ ᐊᑐᐊᒐᒃᓴᑦ ᐃᑲᔪᖅᓱᐃᔾᔪᑎᑦᑎᐊᕙᐅᓛᖑᕙᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓄᑦ ᐱᓕᕆᐊᕆᓯᒫᓂᒃᑕᖏᓐᓂᒃ (ᐃᓱᒪᒋᓗᒋᑦ ᐊᔾᔨᒌᙱᑦᑐᑦ ᐱᒋᐊᕐᕖᑦ ᐊᒻᒪ ᐱᔪᓐᓇᕐᓂᕆᔭᐅᔪᑦ)?
• ᑭᓲᕙᑦ ᐱᕕᒃᓴᐃᑦ, ᐋᖅᑭᒍᑕᐅᔪᓐᓇᕐᓗᑎᒃ ᐊᑦᑕᕐᓇᙱᓪᓗᓂ ᑭᒃᑯᓕᒫᓄᑦ
ᖃᐅᔨᔭᐅᖃᑦᑕᖅᓯᒪᔪᑦ ᐃᒃᐱᒍᓱᓗᐊᙱᔾᔪᑎᒃᓴᑦ ᐃᓄᑑᓂᕐᒥᒃ ᐊᒻᒪ ᐊᕕᓯᒪᓂᕐᒥᒃ (ᑐᓴᕐᓈᒐᒃᓴᑦ, ᐊᐅᓚᔮᕐᓃᑦ, ᑎᑎᕋᐅᔭᕐᓂᖅ, ᐱᙳᐊᕐᓂᖅ, ᐱᓕᕆᔾᔪᓯᑦ, ᐊᓯᖏᓪᓗ)?
• ᐊᓯᒃᑲᓐᓂᖏᓐᓂᒃ ᐃᑲᔪᖅᓱᐃᒋᐊᖃᖅᐱᑕ ᐸᕐᓇᐃᓂᐊᕈᑦᑕ ᐃᒪᐃᑦᑐᓄᑦ,
ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓄᑦ ᖃᐅᔨᕈᓘᔭᖃᑦᑕᖅᓯᒪᔪᑦ ᐃᓄᑐᐊᓂᒃ ᖁᐋᖅᓵᖅᓯᒪᔪᓂᒃ ᖄᒃᑲᓐᓂᐊᒍᑦ ᖃᐅᑕᒫᑦ ᖃᐅᔨᕈᓘᔭᖃᑦᑕᖅᑕᑎᒍᑦ?

ᐱᓕᕆᐊᒃᓴᑦ

• ᐱᓕᕆᔾᔪᓯᑦ: ᐃᓕᓐᓂᐊᖃᑎᒌᑦ ᐱᓕᕆᔾᔪᑎᒃᓴᖃᕆᐊᖃᖅᐸᑦ. ᐱᓕᕆᔾᔪᓰᑦ
ᓂᐸᐃᑦᑑᔪᓐᓇᖅᑐᑦ, ᓲᕐᓗ ᖃᐅᑕᒫᖅᓯᐅᑎᓂᒃ ᑎᑎᕋᖅᑎᓪᓗᒋᑦ. ᑎᑎᕋᐅᓯᖃᕈᓐᓇᖅᑐᑦ ᐃᖅᑲᐅᒪᔭᒥᓂᒃ ᑎᑎᕋᕐᕕᒃᓴᖅᑕᖃᕐᓗᓂ ᐃᖅᑲᐅᒪᔾᔪᑎᒃᓴᓂᒃ ᐊᔾᔨᖁᑎᓂᒃ
ᑎᑎᖅᑲᓂᒡᓗ ᐃᓕᐅᖅᑲᐃᕕᐅᔪᓐᓇᕐᓗᓂ ᓂᕕᙵᖅᑕᐅᓗᑎᒡᓘᓐᓃᑦ. ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
19

ᐱᓕᕆᑎᑦᑎᑎᓪᓗᒋᑦ ᑐᓴᕐᓈᖅᑎᑦᑎᔪᓐᓇᖅᑐᑦ, ᐸᑦᑕᒃᑐᕈᓐᓇᖅᑐᑦ, ᐊᒻᒪ/ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᒧᒥᕈᓐᓇᖅᑐᑦ. ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒡᓗᑎᒃ ᓂᖅᖠᐅᕈᓐᓇᖅᑐᑦ ᓂᕆᖃᑎᒌᒍᓐᓇᖅᑐᓪᓗ.
• ᐊᐅᓚᔾᔭᒋᐊᕐᓗᒍ: ᑖᔅᓱᒧᖓ ᐱᓕᕆᐊᒧᑦ ᐱᕙᒌᔭᕐᓂᐊᕐᓗᓂ, ᐃᑲᔫᑎᖃᕈᓐᓇᖅᐳᖅ
ᑐᑭᓯᐊᓗᒍ ᖃᕋᓴᖅ ᖃᓄᐃᑉᐸᓪᓕᐊᖕᒪᖔᑦ. ᐱᕐᔪᐊᕌᓗᖕᓂ ᐃᒃᐱᒋᔭᖃᓕᕌᖓᑦᑕ ᐅᖃᐅᓯᕆᑦᑎᐊᕆᐊᒃᓴᕐᓗ ᐱᒡᒐᓇᕐᓗᑎᒃ, ᑎᒥᒃᑯᑦ ᐊᐅᓚᓂᕆᔭᑦᑎᒍᑦ ᓇᓗᓇᙱᑦᑐᓐᓇᖅᐳᖅ. ᐊᐅᒪᔮᕈᓐᓇᖅᐳᒍᑦ, ᑎᒡᓕᕐᓂᕗᑦ ᓱᒃᑲᒃᑎᑦᑐᓐᓇᖅᐳᖅ, ᐊᐅᓚᔾᔭᒍᓐᓇᐃᓪᓕᔪᓐᓇᖅᐳᒍᑦ, ᐃᕆᐊᓛᕈᓐᓇᖅᐳᒍᑦ, ᕿᒫᔪᓐᓇᖅᐳᒍᓪᓘᓐᓃᑦ. ᑕᒪᒃᑯᓂᖓ ᐃᒃᐱᖕᓇᖅᑐᓂᒃ ᐊᖅᑯᓵᖅᓯᑎᓪᓗᑕ, ᐱᓕᕆᖃᑦᑕᕆᐊᖃᕋᑦᑕ ᑐᙵᑦᑎᐊᕈᑎᒋᔪᓐᓇᖅᑕᑦᑎᓐᓂ ᐃᑲᔫᑎᒋᔪᓐᓇᖅᑕᑦᑎᓐᓂᓪᓗ ᑎᒥᑦᑎᓐᓄᑦ, ᐃᒃᐱᒋᔭᕗᑦ ᐊᐅᓚᔾᔭᒋᐊᕐᓗᒋᑦ ᐃᓱᒪᒋᔭᕗᑦ ᐅᖃᐅᓯᕆᕙᓪᓕᐊᓗᑎᒍᑦ ᖃᕋᓴᑦᑎᓐᓂ ᖃᕆᑕᐅᔭᕐᒧᑦ ᐅᑎᕐᓗᑕ. ᐊᔪᕈᓐᓃᖅᓴᖅᐸᒡᓗᓯ ᑐᑦᑎᐊᕐᓇᖅᑐᓂᒃ ᐱᓕᕆᔾᔪᓯᕐᓂᒃ ᐅᑯᓄᖓ ᐃᑲᔪᕈᓐᓇᖅᑐᓂᒃ:

o ᐊᒡᒐᐃ ᐃᒡᓗᐊ ᐊᕙᑖ ᐃᒡᓗᐊᒍᑦ ᐊᒡᒐᖕᓄᑦ ᑎᑎᕋᕐᓗᒍ
o ᒧᒥᕐᓂᖅ
o ᐊᑦᑕᕐᓇᙱᑦᑐᖅ ᐃᓂᒃᓴᐃᑦ ᐃᓱᒪᒋᙳᐊᕐᓗᒍ
o ᓂᓪᓕᐊᑎᑕᐅᔪᖅ ᐃᒃᑐᒃᑕᕐᓂᖓ ᒪᓕᒡᓗᒍ
o ᐃᙱᖃᑕᐅᓗᑎᑦ, ᐸᑦᑕᒃᑐᕐᓗᑎᑦ
o ᑎᑎᕋᐅᔭᕐᓗᑎᑦ, ᑎᑎᕋᕈᓘᔭᕐᓗᑎᑦ, ᐊᒥᐊᕐᓗᑎᑦ
o ᐃᓗᒻᒧᑦ ᓂᐅᓚᐅᕐᓗᑎᑦ 4−ᓄᑦ ᑎᑦᑕᑯᓗᖕᓄᑦ ᓯᓚᒻᒧᓪᓗ ᐊᓂᖅᓵᕐᓗᑎᑦ 6-ᓄᑦ ᑎᑦᑕᑯᓗᖕᓄᑦ

• ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᐊᐱᕆᓗᒋᑦ ᐊᓯᖏᓐᓂᒃ ᐃᓱᒪᒋᔭᖃᕐᒪᖔᑕ ᐃᑲᔫᑎᒋᔪᓐᓇᖅᑕᖏᓐᓂᒃ
ᒫᓐᓇ ᐅᖃᐅᓯᐅᔪᒧᑦ, ᖃᓄᕐᓗ ᐃᑲᔪᖃᑎᒌᔪᓐᓇᕐᒪᖔᑕ ᖃᐅᔨᒑᖓᑕ ᑕᒪᒃᑯᓂᖓ ᑭᐅᔾᔪᑕᐅᔪᓂᒃ.

• ᐊᒃᑐᐊᓂᓖᑦ: ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᐅᖃᓪᓚᒍᓐᓇᕐᓂᖓ ᖃᓄᐃᑦᑐᖃᖅᑎᓪᓗᒍ ᒪᓕᓲᖑᕗᖅ
ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒍᓯᕐᓄᑦ ᓴᙱᓂᕆᔭᐅᔪᒥᒃ ᖃᓂᒋᔭᖅᖠᕐᒥᓄᑦ. ᐊᖕᒪᓗᖅᑕᖅ ᓇᖕᒥᓂᖅ ᐃᓄᖕᓂᒃ ᑲᑎᑎᔾᔪᑕᐅᓇᓱᒃᑑᒐᓗᐊᖅ ᐋᖅᑭᒃᓯᔾᔪᑕᐅᓗᓂ ᐊᒻᒪ ᓴᙱᒃᑎᒋᐊᕈᑕᐅᓗᓂ

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
20

ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒍᓯᕐᓄᑦ. ᐱᙳᐊᕈᓰᑦ ᐃᑲᔫᑕᐅᔪᓐᓇᖅᐳᑦ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒍᓯᕐᓂᒃ ᐋᖅᑭᒃᓯᔾᔪᑕᐅᓗᓂ. ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᒥᒃ ᖃᐅᔨᒑᖓᔅᓯ ᐊᔪᕐᓇᖅᑐᖅᓯᐅᖅᑐᒥᒃ ᑖᒃᑯᓂᖓ ᐱᙳᐊᕈᑕᐅᔪᓂᒃ, ᐱᕕᒃᓴᑦᑎᐊᕙᐅᕗᖅ ᓴᙱᒃᑎᒋᐊᕈᑎᒋᓗᒍ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒍᓯᕐᓄᑦ ᑖᔅᓱᒧᖓ ᐃᓄᖕᒧᑦ. ᐃᓱᒪᖅᓱᖅᑎᓪᓗᒋᑦ ᐃᓚᐅᔪᒪᔪᓐᓃᖅᐸᑕ ᐃᓚᐅᔪᓐᓃᖅᑎᑉᐸᒡᓗᒋᑦ ᑕᕝᕙᙵᔅᓴᐃᓐᓇᖅ. ᑭᖑᓂᐊᒍᓪᓗ ᐅᖃᐅᓯᕆᑦᑎᐊᒃᑲᓐᓂᕐᓗᒍ. ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔪᑦ ᐃᒃᐱᖕᓂᐊᓂᕆᔭᐅᔪᓪᓗ ᐋᖅᑭᑦᑎᐊᖅᓯᒪᑎᓪᓗᒋᑦ ᐊᖕᒪᓗᖅᑐᒦᑦᑐᓕᒫᓄᑦ ᐋᖅᑭᒃᓯᓗᓯᓗ ᐃᓕᖅᑯᓯᕆᔭᐅᔪᒥᒃ ᑎᓕᐅᕆᔪᒥᒃ ᖃᓄᐃᑦᑑᓂᕆᔭᖏᓐᓄᑦ ᓈᒻᒪᒋᓗᒋᓪᓗ ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔪᑦ.

• ᐱᔾᔪᑖ: ᐃᓕᓐᓂᐊᖃᑕᐅᔪᓕᒫᑦ ᐊᖕᒪᓗᖅᓯᓯᒪᔪᒦᑦᑐᐃᓐᓇᐅᓕᖅᐸᑕ, ᐅᖃᐅᓯᖃᕈᓐᓇᖅᑐᑦ ᖃᓄᐃᓕᓲᖑᓂᖏᓐᓂᒃ ᐊᔪᕐᓇᖅᑐᖅᓯᐅᓕᕌᖓᑕ. ᐅᖃᐅᓯᖃᖅᐸᒡᓗᓯ ᐱᒋᐊᕈᑎᖃᕐᓗᓯ ᐅᕙᖓ ᑐᑭᓯᓇᖅᑐᒥᒃ ᐋᖅᑭᒃᑕᐅᒌᖅᓯᒪᔪᒥᒃ, ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑐᑦ ᑐᑭᓯᔪᓐᓇᕐᒪᑕ ᓇᖕᒥᓂᖅ ᐃᒃᐱᒋᔭᖏᓐᓂᒃ, ᑲᒪᒋᓗᒋᓪᓗ (ᐊᖓᔪᖅᑲᐅᓯᕐᕕᒋᙱᓪᓗᒋᑦ). ᐃᒃᐱᒋᔭᑎᒃ ᐊᓯᒥᓄᑦ ᐅᖃᐅᓯᕆᖃᑦᑕᖅᐸᖏᑦ, ᓈᓚᒃᑕᐅᑦᑎᐊᕐᓂᖅᓴᐅᔪᓐᓇᖅᐳᑦ ᑭᐅᔭᐅᔪᓐᓇᕐᓂᖅᓴᐅᕗᓪᓗ ᓴᐃᓕᓂᖅᓴᐅᓲᖑᕗᓪᓗ ᐱᔪᓐᓇᕐᓂᖃᕐᓂᖅᓴᐅᓲᖑᕗᓪᓗ.

o ᐃᒃᐱᒍᓱᓲᖑᕗᖓ (ᓂᙵᒃᑳᖓᒪ, ᓴᐃᒪᔪᓐᓃᕌᖓᒪ)
o ᐃᒪᐃᒃᑳᖓᑦ (ᐅᖃᐅᓯᕆᓗᒍ ᖃᓄᐃᓐᓂᐅᓚᐅᖅᑐᖅ)
o ᓲᖃᐃᒻᒪ (ᖃᓄᐃᒻᒪᑦ ᓴᐃᒪᔪᓐᓃᕈᑎᒋᔪᓐᓇᖅᐱᐅᒃ)
o ᐃᒪᐃᑦᑐᒪᕗᖓ (ᖃᓄᐃᑕᐅᖁᔭᑦ ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐊᓯᔾᔨᖅᑕᐅᖁᔭᑦ)

ᓲᕐᓗ: ᓴᐃᒪᔪᓐᓃᓲᖑᔪᖓ ᐃᓚᓕᐅᔾᔭᐅᙱᒃᑳᖓᒪ ᐃᑲᔪᕈᒻᒪᐅᓗᐊᕋᒪ. ᐱᓕᕆᔪᓂᒃ ᐃᓚᐅᔪᒪᔪᖓ.

• ᑕᐅᑐᙳᐊᖅᑎᓪᓗᒋᑦ ᑲᑎᙵᔪᑦ ᖃᔅᓰᓐᓈᕐᔪᑦ ᐆᒃᑐᕋᕐᓗᑎᓪᓗ ᑐᑭᓯᔭᖏᑦᑎᒍᑦ
ᐆᒃᑐᕋᖁᓗᒋᑦ. ᖃᓄᐃᑦᑑᓂᖓ ᐅᑯᐊ ᐊᑐᖅᑕᐅᓂᖏᑦ
ᐅᕙᓐᓂᒃ ᐱᒋᐊᕈᑎᖃᖅᑐᓂᒃ ᑎᑎᖅᑲᑦ ᐅᐃᒪᔭᙱᓪᓗᓯ ᓂᐲᓪᓗ ᐊᑕᐅᓯᕕᒃᓱᖅᑎᓪᓗᒍ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑕᑎᑦ ᓈᓚᖁᓗᒋᑦ ᐊᑐᖁᓗᒋᓪᓗ
ᐅᕙᖓ ᐱᒋᐊᕈᑎᖃᕐᓗᑎᒃ ᑎᑎᕋᐅᓯᑦ. ᑐᑭᓯᒋᐊᒃᑲᓐᓂᕈᒪᒍᔅᓯ ᐊᑐᕐᓂᐊᕌᖓᔅᓯ
ᑎᑎᕋᐅᓯᕆᓗᓯ ᐃᓕᔅᓯᓐᓂᒃ ᐱᒋᐊᕈᑎᖃᕐᓗᓯ 'ᐅᕙᖓ', ᑕᑯᒋᐊᕈᓐᓇᖅᐳᓯ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᓄᑦ ᐱᓕᕆᔾᔪᓯᕐᒧᑦ ᓯᕗᓕᖅᑎᐅᓗᑎᒃ (2016).

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
21

ᐱᕕᒃᓴᖅ

ᐱᕕᒃᓴᖅ ᑐᑭᖃᖅᐳᖅ ᐱᑦᑎᐊᓕᓂᖅ, ᓈᒻᒪᒡᓗᑎᒃ, ᐱᓕᕆᓐᓇᕐᓗᑎᒃ. ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19 ᐊᑦᑕᕐᓇᖅᑐᓂᒃ ᓴᖅᑭᑦᑎᔪᓐᓇᖅᐳᖅ, ᓴᖅᑭᑦᑎᔪᓐᓇᕐᒥᔪᖅ ᐱᕕᒃᓴᓂᒃ.

ᐱᕕᒃᓴᖅᑕᖃᑦᑎᐊᖅᐳᖅ ᒫᓐᓇ ᐅᕙᑦᑎᓐᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓄᑦ ᐃᓱᒪᒋᒃᑲᓐᓂᕐᓗᒋᑦ ᓱᖁᑕᐅᔪᑦ ᐋᖅᑭᒋᐊᒃᑲᓐᓂᕐᓗᒋᓪᓗ ᐱᓕᕆᔾᔪᓯᖅᐳᑦ ᖃᓄᕐᓗ ᐱᓕᕆᐊᕆᓲᕆᖕᒪᖔᑦᑎᒍ. ᓈᒻᒪᙱᓪᓕᐅᕈᑕᐅᔪᖅ ᖃᐅᔨᕈᓘᔭᖅᑕᕗᑦ 'ᐃᓅᓯᕐᒥ ᖃᓄᐃᙱᑦᑎᐊᖅᑐᒥᒃ'

ᐱᕕᒃᓴᑦᑎᐊᕙᐅᒋᓵᖅᐸᕗᑦ ᑲᒪᒋᔪᓐᓇᖅᖢᒋᑦ: ᓱᖁᑕᐅᒋᓪᓚᕆᒃᑕᕗᑦ ᑲᒪᒋᓗᒋᑦ, ᑲᒪᒋᓗᒋᓪᓗ ᐱᓕᕆᐊᕆᓲᕗᑦ ᖃᓄᐃᒻᒪᓪᓗ ᐱᓕᕆᐊᕆᓲᕆᖕᒪᖔᑦᑎᒍᑦ, ᐃᓱᒪᒃᓴᖅᓯᐅᕈᑎᒋᑦᑎᐊᒃᑲᓐᓂᕐᓗᒋᑦ ᑭᓱᑐᐃᓐᓇᑦ ᐊᑲᕐᕉᑎᒋᓗᒋᑦ.

ᖃᓄᕐᓕ ᓯᕗᓕᖅᑎᑦ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᑦ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᓪᓗ ᐱᕙᒌᔭᕈᓐᓇᖅᐸᑦ?

• ᖃᓄᖅ ᐱᐅᕋᕈᓐᓇᕐᓂᐊᕋᑦᑎᒍᑦ ᓇᖕᒥᓂᖅ ᑲᒪᒋᔭᒃᓴᕗᑦ?

• ᖃᓄᖅ ᐃᓱᒪᒋᔭᐅᖃᑦᑕᖅᓯᒪᕙ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᒃᐳᑦ, ᑭᓱᑦ ᓱᖁᑕᐅᖕᒪᖔᑕ, ᖃᓄᕐᓗ
ᐱᓕᕆᓲᖑᖕᒪᖔᑦᑕ?
• ᖃᓄᕐᓕ ᐅᔾᔨᕈᓱᓕᖅᐱᑕ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᑦᑎᓐᓂ ᐱᒻᒪᕆᐅᒋᓛᑦᑎᓐᓂ, ᐃᖅᑲᓇᐃᔮᑦᑎᓐᓂ,
ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖃᑎᑦᑎᓐᓂ, ᐃᓕᓐᓂᐊᖃᑎᑦᑎᓐᓂ, ᐊᒻᒪ ᐃᓚᑦᑎᓐᓂ?
• ᐱᒻᒪᕆᐅᒋᔭᕗᑦ ᑐᙵᕕᒋᓪᓗᒋᑦ, ᓇᐅᒃᑯᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒥ ᐃᓅᓯᕆᕙᒃᑕᑦᑎᓐᓂ
ᐊᓯᔾᔩᔪᓐᓇᖅᐱᑕ ᐱᐅᓂᖅᓴᐅᓕᖅᑎᓪᓗᒍ?
• ᑭᓱᓂᒃ ᐱᕕᒃᓴᕆᔭᓯ ᐃᓕᓐᓂᐊᕈᑎᒃᓴᓂᒃ ᐃᑲᔫᑎᖃᕈᓐᓇᖅᐱᓯ ᓄᓇᖅᑲᑎᒌᒃᑎᓪᓗᓯ
ᐊᕕᓯᒫᓪᓚᓚᐅᖅᖢᓯ?
• ᖃᓄᕐᓕ ᐅᔾᔨᕈᓱᓕᖅᐱᑦ ᑭᓱᑦ ᐱᒻᒪᕆᐅᖕᒪᖔᑕ ᐃᓕᓐᐊᕈᑎᒃᓴᓕᐊᕆᓯᒪᔭᔅᓯᓐᓂ?
ᖃᓄᕐᓕ ᐸᕐᓇᐃᓯᒪᕕᓯ ᐊᓯᔾᔩᔪᒪᓂᐊᕈᔅᓯ ᐃᓕᓴᐃᔾᔪᓯᔅᓯᓐᓂᒃ ᖃᓄᕐᓗ ᐃᓕᓴᐃᕙᖕᒪᖔᓯ?

ᐱᓕᕆᐊᒃᓴᑦ

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
22

• ᑭᓱᓂᒃ ᖁᕕᐊᒋᔭᖃᖅᑲᐅᕕᑦ ᐊᔾᔨᒌᙱᑕᖏᓐᓂᒃ ᐱᓕᕆᐊᕆᔾᔪᓯᖅᓯᓐᓂ,
ᐃᓕᑦᑎᕝᕕᒋᒋᐊᖃᖅᑕᑦᑎᓐᓂ?

• ᐃᓕᓐᓂᐊᕈᑎᓂᒃ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒥ ᑭᓱᒥᒃ ᑭᙴᒪᒋᔭᖃᖅᐱᑦ?

• ᑭᓱᑦ ᐱᒻᒪᕆᐅᒋᕕᒋᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᑦᑎᓐᓂ?

• ᐱᒻᒪᕆᐅᒋᔭᑎᑦ ᑐᙵᕕᒋᓗᒋᑦ, ᖃᓄᐃᓕᐅᕐᓗᒍ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᒃᐳᑦ
ᐱᐅᓯᒋᐊᖅᑎᒋᐊᓪᓚᒍᓐᓇᖅᐸᕗᑦ?

• ᐃᓱᒪᒋᔭᒃᓴᑦ, ᐃᒃᐱᒋᔭᕗᑦ, ᐊᒻᒪ ᐃᓱᒪᒋᔭᕗᑦ ᑖᒃᑯᐊ ᐊᐱᖅᑯᑎᑦ ᐱᔾᔪᑎᒋᓪᓗᒋᑦ
ᐊᓯᔾᔨᓛᖅᑐᑦ ᖃᑯᒍᙳᖅᐸᓪᓕᐊᓗᓂ. ᐱᓕᕆᐊᑦ ᐊᑐᖅᑕᐅᔪᓐᓇᖅᐳᑦ
ᐃᓚᒋᔭᐅᓗᑎᒃ ᐅᖃᐅᓯᐅᖏᓐᓇᖅᑐᓄᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓄᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᓄᑦ. ᐃᓱᒪᒋᔭᒃᓴᑦ ᐊᑐᖅᑕᐅᔪᓐᓇᖅᑐᑦ, ᐊᒻᒪ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒥ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᑲᑎᒪᔨᖏᑦ ᐃᓱᒪᒃᓴᖅᓯᐅᖃᑕᐅᔪᓐᓇᕐᓂᐊᖅᐳᑦ.

• ᐅᖃᐅᓯᖃᕐᓂᐊᕐᓗᑎ ᑲᐃᓪᓗᐊᕆᐊᓕᒃ: ᐃᓚᒌᒃᑕᕐᓗᓯ, ᐊᔪᙱᒃᑯᕕᓪᓗ,
ᑲᐃᓪᓗᐊᖅᑐᒥᒃ ᐋᖅᑭᒃᓯᓗᑎᑦ ᐅᖃᐅᓯᐅᓂᐊᖅᑐᒥᒃ. ᐃᒃᓯᕙᐅᑕᑦ ᐊᖕᒪᓗᖅᑕᐅᑉ ᐃᓗᐊᓄᐊᖔᕐᓗᒋᑦ ᐃᓚᖏᓪᓗ ᓯᓚᑖᓄᐊᕐᓗᒋᑦ, ᐃᒃᓯᕙᐅᑕᐃᑦ ᓵᖓᖃᑦᑕᐅᑎᓗᑎᒃ. ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᐃᓗᐊᓃᓐᓂᖅᓴᑦ ᐃᒃᓯᕚᑐᐃᓐᓇᕐᓗᑎᒃ. ᓯᓚᑖᓂ ᐃᒃᓯᕙᐅᑕᕐᒦᑦᑐᑦ ᖃᐅᔨᓴᐅᑦ ᒪᓕᒡᓗᒍ ᐊᑕᐅᓯᕐᒧᑦ ᐃᒃᓯᕙᐅᑕᕐᒧᑦ ᓅᑉᐸᒡᓗᑎᒃ ᐊᐱᕆᐊᓂᒃᑳᖓᑕ ᐊᓯᐊᓄᑦ ᐃᓄᖕᒧᑦ ᐅᖃᓪᓚᖔᖃᑦᑕᕐᓂᐊᕐᒪᑕ. ᑕᒪᕐᒥᒃ ᐃᓄᐃᑦ 1 ᒥᓂᑦ−ᒥᒃ ᐅᖃᖃᑎᒌᒃᑎᓪᓗᒋᑦ ᐃᓱᒪᒋᔭᖏᓐᓂᒃ, ᖁᓛᓃᑦᑐᑦ ᐊᐱᖅᑯᑎᑦ ᐊᐱᖅᓲᑎᒋᓗᒋᑦ. ᐅᑎᕐᓗᑎᒃ ᐊᖕᒪᓗᖅᓯᓗᑎᒃ ᑭᐅᔭᐅᕙᓪᓕᐊᔪᓂᒃ ᓈᓚᒡᓗᑎᒃ.

• ᑲᑕᐅᔭᙳᐊᖅ ᐱᕕᒃᓴᖅ: ᑲᑕᐅᔭᙳᐊᓕᐅᕐᓗᑎᑦ ᑭᐅᔾᔪᑎᖃᖅᑐᓂᒃ ᐊᐱᖅᑯᑎᓄᑦ
ᑕᖅᓴᖃᐅᕐᓗᑎᒃ ᐊᔾᔨᒌᙱᑦᑐᑦ ᐊᐱᖅᑯᑎᑦ. ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᑦ ᑐᙵᓱᒃᑎᓪᓗᒋᑦ ᐊᓯᖏᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒦᖃᑕᐅᔪᑦ ᑭᐅᑎᓪᓗᒋᑦ ᐊᐱᖅᑯᑎᓄᑦ. ᓂᕈᐊᕆᓗᒋᓪᓗ ᐃᓱᒪᒋᔭᐅᔪᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᖁᓪᓚᕆᒃᑕᖏᑦ.

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
23

• ᕿᓚᒃ ᑐᖑᔪᖅᑐᖅ ᐃᓱᒪᒃᓴᖅᓯᐅᕈᑎᑦ: ᐊᖕᒪᓗᖅᑕᖅ ᓯᓚᒧᐊᕐᓗᒍ. ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᓂᐸᐃᓪᓗᑎᒃ ᓇᖏᖁᓗᒋᑦ. ᐊᐱᖅᑯᑎᑦ ᐃᓚᖓᓐᓂᒃ ᐅᖃᓕᒫᕐᓗᑎᑦ
ᖁᓛᓂᙶᖅᑐᒥᒃ ᐅᑕᖅᑭᕙᒡᓗᒋᓪᓗ ᑭᐅᓂᐊᖅᑐᑦ. ᐊᐱᖅᓱᕐᓇᐅᑎᓪᓗᒍ ᐅᖃᓪᓚᑐᐃᓐᓇᙱᓪᓗᓯ. ᖃᔅᓯᐊᕐᔪᐃᑦ ᒥᓂᑦᓯ ᐊᓂᒍᖅᐸᑦ ᐅᖃᓕᒫᒃᑲᓐᓂᕐᓗᑎᑦ ᐊᐱᖅᑯᑎᒃᑲᓐᓂᕐᒥᒃ ᐊᒻᒪᐃᓛᒃ ᐱᖓᔪᖓᑦ. ᐊᒻᒪᐃᓛᒃ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᐅᐃᖁᓗᒋᑦ
ᓄᕗᔭᓂᒡᓗ ᖁᙱᐊᖁᓗᒋᑦ ᐊᖅᑯᓵᖅᐸᓪᓕᐊᔪᓂᒃ − ᑭᓱᓂᒃᑭᐊᖅ
ᐃᓱᒪᒋᔭᒃᓴᑦᑎᐊᕙᖕᓂᒃ ᐃᓱᒪᒋᔭᖃᒃᑲᓐᓂᓕᖅᐱᑦ − ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᔅᓯᓐᓄᑦ,
ᐃᓕᔅᓯᓐᓄᑦ? ᐅᑎᕐᓗᑎᒃ ᐊᖕᒪᓗᖅᓯᓗᑎᒃ ᑭᐅᔭᐅᕙᓪᓕᐊᔪᓂᒃ ᓈᓚᒡᓗᑎᒃ.

ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᖕᓃᑦ

ᐊᒃᑐᐃᔾᔪᑕᐅᔪᑦ ᐃᓅᖃᑎᒌᓄᑦ ᐅᖓᓯᒌᒃᑕᕆᐊᖃᕐᓂᖅ ᐊᒻᒪ ᐃᓄᑑᒋᐊᖃᕐᓂᖅ ᐅᔾᔨᕈᓱᓕᕈᑎᕚᓪᓕᕈᑎᒋᒐᑦᑎᒍᑦ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒍᓯᑦ ᐱᒻᒪᕆᐅᓂᖏᓐᓂᒃ. ᓯᕗᓪᓕᐅᔾᔭᐅᒋᐊᓕᒃ, ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕖᑦ ᒪᒃᐱᖅᑎᓪᓗᒋᑦ, ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᓂᒃ ᐋᖅᑭᒃᓯᓇᔭᖅᐳᑦ ᐋᖅᑭᒃᓱᐃᓗᑎᒡᓗ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒍᓯᕐᓂᒃ ᐋᓐᓂᖅᑕᐅᔪᖃᕐᓂᖅᑎᓪᓗᒍ.

ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒍᓯᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒥ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᓄᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓄᑦ, ᐊᒻᒪ ᐃᓕᓐᓂᐊᖃᑎᒌᓄᑦ, ᐃᖏᕐᕋᔾᔪᑕᐅᓂᐊᖅᐳᑦ ᑐᓴᐅᒪᖃᑎᒌᒍᓯᕐᒧᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᐊᕈᓯᕐᓂᒃ, ᓱᓪᓗᑯᑖᖕᓂ, ᐊᒻᒪ ᓄᓇᓕᖕᓂ. ᑭᓯᐊᓂ, ᐃᓕᑕᖅᓯᒋᐊᖃᕋᑦᑕ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒍᓯᓕᒫᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᓄᑦ ᑕᑎᒋᔭᐅᔪᑦ ᒪᓕᖕᓂᐊᖅᐳᑦ ᐊᒃᑐᖅᑕᐅᓯᒪᔪᓄᑦ. ᓲᕐᓗ, ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᐅᑎᓛᕐᒪᑕ ᐊᔾᔨᒌᙱᑦᑐᓂᒃ ᓯᕘᕋᔾᔪᑎᖃᕐᓗᑎᒃ ᐃᓕᓐᓂᐊᖃᑎᒌᑦ ᓴᖅᑭᒃᑲᓐᓂᖅᐸᓪᓕᐊᓕᖅᑎᓪᓗᒋᑦ, ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᑦ ᐃᓐᓇᐃᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᓂ ᐋᖅᑭᒃᑕᐅᒃᑲᓐᓂᕐᓗᑎᒃ, ᐃᓕᑕᕆᔭᐅᓗᑎᒡᓗ ᐱᓕᕆᐊᖑᕙᓪᓕᐊᔪᑦ ᐊᒃᑐᐊᓂᓖᑦ ᐊᓯᖏᓐᓄᑦ ᓴᖅᑭᑉᐸᓪᓕᐊᔪᓄᑦ.

ᖃᓄᕐᓕ ᓯᕗᓕᖅᑎᑦ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᑦ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᓪᓗ ᐱᕙᒌᔭᕈᓐᓇᖅᐸᑦ?

• ᖃᓄᕐᓕ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒍᓯᑦ ᐊᓯᔾᔨᖅᓯᒪᓕᖅᐸᑦ? ᐃᓚᖏᖅᑲᐃ ᑲᑎᙵᔪᑦ ᖃᐅᔨᖅᑲᐅᕙᑦ ᐱᐅᓯᕚᓪᓕᖅᓯᒪᔪᓂᒃ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒍᓯᕐᓂᒃ ᓴᖅᑭᑦᑎᓂᐊᖅᑎᓪᓗᒋᑦ?

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
24

• ᖃᓄᕐᓕ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒍᓯᑦ ᐱᐅᔪᓐᓃᖅᑎᑕᐅᖃᑦᑕᖅᓯᒪᕙᑦ? ᑭᒃᑯᑦ
ᐃᓄᑑᔭᕆᐊᖃᓚᐅᖅᐸᑦ ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᐃᓚᓕᐅᔾᔭᐅᓚᐅᙱᓚᑦ ᑐᓴᐅᒪᖃᑎᒌᒃᑐᓂᒃ/ᐃᓄᖕᓄᑦ ᐱᕙᓪᓕᐊᔪᓕᕆᔨᓂᒃ?
• ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᖃᕆᑕᐅᔭᒃᑯᑦ ᓲᖑᓴᒃᑐᓂᒃ ᖃᐅᔨᖃᑦᑕᖅᓯᒪᕙᑦ? ᖃᓄᕐᓕ
ᑭᐅᓯᒪᓕᖅᐱᑕ?
• ᓇᓕᐊᒡᓕ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᐊᒃᑐᖅᑕᐅᓴᕋᐃᓛᖑᓂᐊᖅᐸᑦ ᐅᑎᖅᓯᒪᓕᕈᑦᑕ?
• ᑭᓲᓂᐊᖅᐸᑦ ᐱᓪᓗᐊᑕᑦ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒍᓯᑦ ᐊᑑᑎᖃᑦᑎᐊᖅᑐᓂᒃ ᐊᒻᒪ ᓱᒃᑲᔪᓂᒃ
ᐃᓚᓕᐅᔾᔨᒃᑲᓐᓂᕐᓂᐊᖅᐸᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓄᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᓄᑦ?

• ᐃᓚᖏᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ/ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᑦ ᐊᓯᖏᓐᓂᒃ ᐱᓕᕆᖃᑎᑖᒃᑲᓐᓂᕆᐊᖃᖅᐸᑦ?
ᐱᔪᓐᓇᕐᓂᕆᔭᐅᔪᑦ ᓴᖅᑭᑕᐅᒃᑲᓐᓂᕆᐊᖃᕐᓂᐊᖅᐸᑦ ᑲᒪᒋᓗᒋᑦ ᓇᓗᓇᐃᖅᑕᐅᓯᒪᔪᑦ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᑦ? ᖃᓄᕐᓕ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᑦ ᓇᓗᓇᐃᖅᑕᐅᓂᐊᕐᒪᑕ?
• ᖃᓄᕐᓕ ᐱᓕᕆᔾᔪᓯᑦ ᐱᐅᓯᕐᒥᒃ ᐊᐅᓚᑦᑎᓂᕐᒧᑦ ᑭᐅᔾᔪᑕᐅᖃᑦᑕᕐᓂᐊᖅᐸᑦ
ᐱᕚᓪᓕᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᐃᒃᐱᒋᔭᒧᑦ ᐊᒃᓱᕈᕐᓇᖅᑐᑦ ᐱᓕᕆᐊᑦ ᐊᒻᒪ ᓂᕆᐅᒋᔭᐅᔪᑦ ᐋᖅᑭᒃᑕᐅᒃᑲᓐᓂᖅᑎᓪᓗᒋᑦ?
• ᖃᓄᕐᓕ ᐃᓂᒃᓴᕆᔭᐅᔪᖅ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓄᑦ ᐋᖅᑭᒃᑕᐅᓂᐊᖅᐸ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒍᓯᕐᓂᒃ
ᐋᖅᑭᒃᓯᓂᐊᖅᑎᓪᓗᒋᑦ? ᖃᓄᕐᓕ ᐃᓕᓐᓂᐊᕈᑎᒃᓴᑦ ᐃᑲᔫᑕᐅᓂᐊᖅᐸᑦ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᑦ ᐋᖅᑭᒃᑕᐅᔪᑦ ᓯᕗᓪᓕᐅᔾᔭᐅᖁᒃᐸᑕ?
• ᑭᓱᑦ ᐱᓕᕆᐊᖑᕙᓪᓕᐊᔪᒪᔪᑦ ᐃᑲᔪᖅᓱᐃᔾᔪᑕᐅᓂᐊᖅᐸᑦ ᐋᖅᑭᒋᐊᕐᓂᐊᕐᓗᒋᑦ
ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᑦ?
• ᖃᓄᕐᓗ ᐅᑎᖅᑎᑦᑎᓂᕐᒧᑦ ᐱᓕᕆᔾᔪᓰᑦ ᐊᑐᖅᑕᐅᓂᐊᖅᐸᑦ ᓴᖅᑭᓐᓂᐊᕐᓗᒍ
ᐱᓂᕐᓗᒍᑕᐅᔪᖅ?

• ᖃᓄᕐᓕ ᐃᓕᓐᓂᐊᖃᑎᒌᑦ (ᐅᐸᒍᑎᓯᒪᔪᑦ) ᐱᕙᒌᔭᖅᑕᐅᓂᐊᖅᐸᑦ ᐃᑲᔪᖅᓱᖅᑕᐅᓂᕐᒧᑦ?

ᐱᓕᕆᐊᒃᓴᑦ

• ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒍᓯᕐᒧᑦ ᐃᑲᔫᑎᒃᓴᑦ: ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᖕᓂᐊᖅᐳᑦ
ᐃᓚᒌᒃᑕᕐᓗᑎᒃ ᖃᐅᔨᓇᓱᒡᓗᑎᒃ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒍᓯᕐᒧᑦ ᐃᑲᔫᑎᒃᓴᓂᒃ. ᑭᓱᑐᐃᓐᓇᑦᑎᐊᓂᒃ ᐃᓚᒃᓴᖃᕆᐊᖃᕐᓂᐊᖅᐳᑦ ᒪᒪᕆᔭᖏᓐᓂᒃ ᐃᓱᒪᓕᐅᕈᑎᒋᔪᓐᓇᖅᑕᖏᓐᓂᒡᓗ ᓇᖕᒥᓂᖅ

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
25

ᐆᒃᑐᖅᓯᒪᔭᖏᓐᓂᒃ. ᓲᕐᓗ, ᐃᕐᖑᓯᖅ ᐊᑕᐅᓯᖅ ᐱᑦᑎᐊᕐᓂᕐᒥᒃ, ᒥᑭᑦᑐᒻᒪᕆᑯᓗᖕᒥ ᑐᑭᓯᐊᓂᕐᒥᒃ, ᐊᒻᒪ ᒪᕐᕉᒃ ᐊᓘᑎᕐᔪᐊᒃ ᓇᒡᓕᖕᓂᕐᒥᒃ. ᐊᐅᒃᑕᔫᕐᒥ ᕼᐅᓚ ᕼᐆᑉ−ᒍᑎᒥᒃ ᐃᖑᓚᕐᕕᙳᐊᖃᕈᓐᓇᖅᑐᑎᑦ. ᐃᓚᒌᒃᑕᖅᑐᑦ ᐊᑯᓐᓂᖓᓄᐊᕐᓗᒍ ᐃᓚᒃᓴᖏᓐᓂᒃ ᐴᖅᑲᐃᙳᐊᖁᓗᒋᑦ ᐱᙳᐊᕐᓗᑎᒃ, ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᓯᓚᒥ ᐱᓕᕆᑎᑦᑎᓂᐊᕈᕕᑦ, ᐅᔭᕋᑯᓗᖕᓂ ᐴᖅᑲᐃᔪᓐᓇᖅᐳᑦ 'ᐃᖑᓚᕐᕕᖕᒥᓄᑦ' ᑕᑯᒃᓴᐅᑎᓪᓗᒋᑦ ᑕᒪᕐᒥᒃ ᐃᓚᒃᓴᕆᓂᐊᖅᑕᖏᑦ. ᐋᖅᑭᒃᓯᓗᓯ, ᐊᑐᐃᓐᓇᕈᖅᑎᑦᑎᓗᓯ, ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ
ᐃᓱᒪᙳᐊᕐᓗᓯ ᕿᔪᖕᒥᒃ ᐊᓘᑎᕐᔪᐊᕌᓗᖕᒥ ᐃᓚᒃᓴᖏᓐᓄᑦ ᐃᖑᓚᐅᑎᒃᓴᒥᒃ. ᐅᑎᖅᑐᐃᓐᓇᐅᒍᔅᓯ, ᐃᓚᒌᒃᑕᖅᑐᑦ ᓂᖅᖠᐅᙳᐊᖁᓗᒋᑦ. ᓇᓕᐊᒃ ᐃᓚᒃᓴᑦ ᓇᓗᓇᐃᖅᑕᐅᕙᑦ ᐱᒻᒪᕆᐅᓛᖑᓂᖏᓐᓂᒃ ᐅᓄᓛᖑᓪᓗᑎᒃ? ᐃᓕᓐᓂᐊᖃᑎᒌᑦ ᓂᖅᖠᐊᒐᒃᓴᒧᑦ ᑭᓱᓂᒃ ᐃᓚᒃᓴᖏᓐᓂᒃ ᓴᖅᑭᑦᑎᔪᓐᓇᖅᐸᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᖁᔭᒥᓂᒃ ᐊᓯᒥᓄᑦ?

• ᐱᙳᐊᕈᓰᑦ ᐃᑲᔫᑕᐅᔪᓐᓇᖅᐳᑦ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒍᓯᕐᓂᒃ ᐋᖅᑭᒃᓯᔾᔪᑕᐅᓗᓂ. ᐱᙳᐊᕈᓯᕐᓂᒃ ᐅᓂᒃᑲᐅᓯᖃᖅᖢᓂ ᖁᕕᐊᓇᑦᑎᐊᕐᒥᔪᖅ, ᐱᓗᐊᖅᑐᒥᒃ ᓯᓚᒥ ᐊᖕᒪᓗᖅᓯᓯᒪᒃᐸᑕ. ᐅᖃᐅᓯᕐᒥᒃ ᐱᒋᐊᕈᑎᖃᕐᓗᑎᑦ (ᓲᕐᓗ: "ᓄᑲᑉᐱᐊᖅ ᕙᓯᒥᒃ ᓂᐅᕗᖅ...") ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑏᓪᓗ ᐅᖃᐅᓯᕐᒥᒃ ᐃᓚᓯᒃᑲᓐᓂᖅᐸᒡᓗᑎᒃ
ᐃᓚᓯᔪᒪᓕᑐᐊᕌᖓᑕ. ᐊᑐᕈᓐᓇᖅᑕᓯ ᐊᑕᐅᓯᐅᙱᑦᑐᒥᒃ ᐅᖃᐅᓯᓕᖕᓄᑦ Meme ᐸᑦᑕᑯᓗᐃᑦ ᐋᖅᑭᒃᑕᐅᓂᑯᑦ ᓄᓇᕗᒻᒥ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓄᑦ (ᑕᑯᓗᒍ ᐊᔾᔨᓕᐅᖅᓯᒪᔪᖅ) ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᓕᒫᓂᒃ ᐱᔭᒃᓴᐅᔪᑦ. ᐊᒻᒪᓗ, ᐊᔾᔨᒦᑦᑐᑦ ᐅᖃᓪᓚᙳᐊᖅᑕᖏᑦ ᑎᑎᕋᕆᐊᓕᑦ ᑎᑎᕋᖅᐸᒡᓗᒋᑦ (ᑖᒃᑯᓇᓂ ᐃᓚᓕᐅᑎᓯᒪᔪᑦ).

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
26

ᐃᓚᐅᑎᑦᑎᓂᖅ

ᐃᓚᐅᑎᑦᑎᓂᖅ ᑐᑭᖃᖅᐳᖅ 'ᐃᓚᐅᖃᑦᑕᕐᓂᖅ, ᐱᓕᕆᖃᑕᐅᓂᖅ' − ᐃᓚᐅᕝᕕᒋᕙᒡᓗᑎᒍᑦ ᐃᓅᑦᑎᐊᕈᓯᑦᑎᓐᓂ ᖃᓄᐃᙱᑦᑎᐊᕈᓯᑦᑎᓐᓂᓪᓗ ᐱᔾᔪᑕᐅᓲᓪᓗ ᐊᒃᑐᐃᔾᔪᑎᒋᓲᕗᑦ: ᐃᓕᓴᐃᓂᕆᔭᕗᑦ, ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᓂᕗᑦ, ᐊᒻᒪ ᓄᓇᖅᑲᑎᕗᑦ. ᖃᓄᖅ ᐊᑐᓕᖅᑎᑦᑐᓐᓇᕋᑦᑎᒍᑦ ᐃᓕᖅᑯᓯᕆᔭᐅᔪᖅ ᐊᔪᙱᔾᔪᑕᐅᔪᖅ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᓄᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓄᑦ ᓇᖕᒥᓂᖃᖅᑎᐅᓕᕐᓗᑎᒃ ᐱᓕᕆᐊᖏᓐᓄᑦ ᐃᓅᓯᖏᓐᓄᑦ ᐊᒻᒪ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑕᖏᓐᓄᑦ?

ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒥ ᓯᕗᓕᖅᑎᑦ ᐱᓕᕆᔾᔪᓯᕆᕙᓚᐅᖅᑕᒥᓄᑦ ᐅᑎᕆᐊᖃᕐᓂᐊᖅᑐᑦ ᐱᓕᕆᔾᔪᓯᕆᕙᓚᐅᖅᑕᒥᑐᓪᓗ ᑭᖑᓂᖔᑦᑎᓐᓂ. ᑖᒃᑯᐊ ᐅᑎᕐᕕᒋᓚᐅᙱᓐᓂᑦᑎᓐᓄᑦ ᐱᓕᕆᔾᔪᓯᑦ ᐱᔭᕆᐊᖃᓪᓚᕆᖕᓂᐊᖅᑐᖅ ᐃᓚᐅᑎᑉᐸᒡᓗᒋᑦ ᓄᓇᓕᖕᓂ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒥᐅᑦ ᐱᕕᖃᖅᑎᓪᓗᒋᓪᓗ ᐃᓄᐃᑦ ᐅᓂᒃᑳᖅᑐᐊᒥᓂᒃ ᓈᓚᒃᑎᑦᑎᕙᒡᓗᑎᒃ. ᐃᓕᑕᖅᓯᓂᖅ ᐊᒻᒪ ᑐᑭᓯᐊᓂᖅ 'ᒫᓐᓇ' ᐱᓕᕆᐊᓂᒃ − ᐃᓚᐅᑎᓪᓗᒋᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᓄᑦ ᐱᓕᕆᑎᑦᑎᓂᖅ ᐊᔪᕐᓇᑲᓴᑦᑎᐊᕋᔭᕐᒪᑦ.

ᖃᓄᕐᓕ ᓯᕗᓕᖅᑎᑦ ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᑦ ᐃᖅᑲᓇᐃᔭᖅᑎᓪᓗ ᐱᕙᒌᔭᕈᓐᓇᖅᐸᑦ?

• ᖃᓄᕐᓕ ᐱᒻᒪᕆᐅᒋᖃᑦᑕᕐᓂᐊᖅᐱᒋᑦ ᐃᓄᐃᑦ ᐃᓚᐅᓂᕆᔭᖏᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒥ
ᓯᕗᓕᖅᑎᐅᑎᓪᓗᑎᑦ?
• ᐊᑦᑕᕐᓇᖅᑐᑦ ᑕᕝᕙᐅᒐᓗᐊᖅᑎᓪᓗᒋᑦ ᐊᓯᖕᓂᒃ ᓯᕗᓕᖅᑎᐅᑎᑦᑎᖃᑦᑕᕐᓂᐊᖅᐱᑦ?
• ᖃᓄᕐᓕ ᖃᐅᔨᒪᓇᓱᖃᑦᑕᕐᓂᐊᕋᕕᒋᑦ ᐱᖃᖅᑎᐅᖃᑕᐅᔪᑦ ᐃᓚᓕᐅᔾᔭᐅᓯᒪᒐᓗᐊᕐᒪᖔᑕ?
• ᖃᓄᕐᓕ ᐅᔾᔨᕆᔭᐅᓕᖅᑎᓐᓂᐊᖅᐱᐅᒃ ᐊᔾᔨᒌᒃᑎᑦᑎᙱᓗᐊᕌᖓᑕ?
• ᑭᓲᕙᓕ ᓈᓚᑦᑎᐊᕆᐊᖃᕐᓂᖅ ᑖᒃᑯᓄᖓ ᐃᓕᑕᖅᓯᔾᔪᑎᓄᑦ? ᑲᑎᒪᑎᑦᑎᕙᒡᓗᓯ,
ᑲᒪᔨᐅᕙᒡᓗᓯ, ᐅᖃᒪᔭᒃᑎᑦᑎᕙᒡᓗᓯ, ᐊᖕᒪᓗᖅᑐᒥ ᐱᓕᕆᑎᑦᑎᕙᒡᓗᓯ, ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᖕᒥ ᑲᑎᒪᔨᑦ ᑲᑎᒪᑎᑉᐸᒡᓗᒋᑦ?
• ᖃᓄᕐᓕ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᑐᓴᐅᒪᑎᑦᑎᖃᑦᑕᕐᓂᐊᖅᐸᑦ ᐱᔭᕆᐊᖃᖅᑕᖏᓐᓂᒃ?
• ᖃᓄᕐᓕ ᑕᒪᓐᓇ ᐋᖅᑭᒃᑕᐅᔪᓐᓇᖅᐸ ᐃᓚᒋᔭᐅᓪᓗᐊᑕᓕᕐᓗᓂ ᑭᐅᔾᔪᑎᓄᑦ
ᐃᓕᓐᓂᐊᕈᑎᒃᓴᓕᐅᕐᓂᕐᒧᑦ?
• ᖃᓄᕐᓕ ᐱᓕᕆᐊᖅ ᓇᓗᓇᐃᕐᓂᐊᖅᐱᐅᒃ, ᐊᓯᖕᓄᑦ ᐱᓕᕆᐊᑦ ᓈᒻᒪᒋᕙᒡᓗᒋᑦ,
ᓇᓗᓇᐃᕐᓗᒋᓪᓗ ᐅᑎᖅᑎᑕᐅᓂᕐᒧᑦ ᐸᕐᓇᐅᑎᒃᓴᑦ?

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
27

ᖃᓄᕐᓕ ᐃᓚᓕᐅᔾᔨᖃᑦᑕᕐᓂᐊᖅᐱᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕈᑎᒃᓴᓄᑦ

• ᖃᓄᕐᓕ ᓴᖅᑭᖃᑦᑕᕐᓂᐊᖅᐱᒋᑦ ᐱᔭᐅᒋᐊᖃᖅᑐᑦ ᐃᓄᖃᑎᒌᓄᑦ−ᐃᒃᐱᒋᔭᒧᑦ
ᐱᕙᓪᓕᐊᑎᑦᑎᓂᕐᒥᒃ?
• ᖃᓄᕐᓕ ᖃᐅᔨᔭᐅᑎᑦᑎᖃᑦᑕᕐᓂᐊᖅᐱᑦ ᑐᑭᓯᖕᒪᖔᖅᐱᑦ ᐊᓯᖕᓄᑦ ᕿᒃᓵᒍᑕᐅᓲᓂᒃ?
• ᖃᓄᕐᓕ ᑕᒪᓐᓇ ᑕᑯᒃᓴᐅᑎᑕᐅᓂᐊᖅᐸ ᐃᓕᓐᓂᐊᕈᑎᒃᓴᓂᒃ?

ᐱᓕᕆᐊᒃᓴᑦ

• ᐅᖃᓪᓚᒡᕕᒋᓗᒋᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑕᑎᑦ ᖃᓄᐃᓕᐅᖅᑎᑦᑎᔪᒪᖕᒪᖔᖅᐱᑦ − ᑕᒪᑐᒪᓂ
ᐱᓇᓱᐊᕈᓯᕐᒥ, ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᓇᒥ, ᐊᕐᕌᒍᒥ − ᐊᖕᒪᓗᖅᓯᓯᒪᔪᓂᒃ ᐱᓕᕆᐊᖑᔪᒃᓴᓂᒃ. ᑭᓱᓂᒃ ᐱᒻᒪᕆᐅᒍᓱᒃᐱᓯ ᑕᒪᔅᓯ, ᓲᕐᓗ, ᑭᖑᒻᒧᖔᖅ ᑕᑯᙳᐊᕐᓗᓂ, ᑲᑎᙵᓗᓯ, ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᓗᓯ, ᐱᓕᕆᖃᑎᒌᒡᓗᓯ, ᑕᑯᓛᕈᒪᔭᓯ, ᐊᒃᑐᐊᓂᖃᖅᑐᑦ, ᖃᓄᐃᙱᑦᑎᐊᕐᓂᕐᒧᑦ? ᖃᓄᕐᓕ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑕᑎᑦ ᐃᒻᒥᓂᒃ ᓴᖅᑭᑦᑎᔪᒪᓲᖑᕙᑦ − ᑐᓴᕐᓈᕐᓂᒃᑯᑦ, ᒧᒥᕐᓂᒃᑯᑦ, ᑎᑎᕋᕐᓂᒃᑯᑦ, ᓴᓇᙳᐊᕐᓂᒃᑯᑦ, ᑭᓱᓕᐅᕐᓂᒃᑯᑦ, ᐅᖃᓪᓚᖕᓂᒃᑯᑦ? ᐱᓕᕆᐊᖑᔪᒃᓴᖅ ᐊᖏᖃᑎᒌᒍᑎᒋᓗᒍ ᐊᐅᓚᔾᔭᒋᐊᕈᑕᐅᔪᓐᓇᖅᑐᖅ ᑐᕌᒐᕆᔭᐅᔪᓄᑦ, ᐊᑐᕐᓗᒋᑦ ᖁᓛᓂ ᐱᓕᕆᐊᒃᓴᑦ ᐱᓕᕆᑲᐅᖅᑐᕈᑎᒃᓴᐅᓗᓂ ᑎᓕᐅᕐᓗᒋᓪᓗ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᑭᐅᔪᓐᓇᖅᑎᓪᓗᒋᑦ ᓇᓕᐊᖕᓂᑐᐃᓐᓇᑦᑎᐊᖅ ᓂᕈᐊᕆᔭᖏᓐᓂᒃ ᑐᓴᐅᒪᔪᓕᕆᔾᔪᑎᒋᔪᒪᔭᖏᓐᓂᒃ. ᐊᖕᒪᓗᖅᑐᒧᐊᕐᓗᓯ ᑲᑎᙵᓗᓯ ᐸᕐᓇᐃᓂᐊᓕᕈᔅᓯ, ᐃᓱᒪᒋᔭᔅᓯᓐᓂᒃ ᑐᓴᖅᑕᐅᑎᑦᑎᓂᐊᓕᕈᔅᓯ, ᐸᕐᓇᐅᑎᓂᒃ ᐋᖅᑭᒋᐊᖅᓯᓂᐊᓕᕈᔅᓯ, ᐃᓛᓐᓂᒃᑯᑦ ᐃᓕᓐᓂᐊᕐᕕᐊᕈᓯᕐᒥ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑐᑦ ᐊᑕᖏᖅᐸᒡᓗᑎᒃ, ᐃᓛᓐᓂᒃᑯᓪᓗ ᐃᓚᒌᒃᑕᖅᐸᒡᓗᑎᒃ ᐅᕝᕙᓘᓐᓃᑦ ᑲᑎᙵᕙᒡᓗᑎᒃ.

• ᖃᓄᖅ ᑐᑭᖃᖅᐸ ᓂᕈᐊᕆᔭᒥᒃ ᑐᑦᑕᕐᕕᖃᕆᐊᒃᓴᖅ? ᐊᑲᐅᙱᓪᓕᐅᕈᑎᓂᒃ
ᖃᓄᖅᑑᕈᓐᓇᕐᓂᖅ ᓲᕐᓗ ᐃᑳᕐᕕᓕᐅᙳᐊᕐᓗᒍ ᐱᕙᓪᓕᐊᔪᕐᓂᒃ ᐅᖃᓕᒫᒐᒃᓴᓂᒃ ᓂᐱᐅᑎᓂᒡᓗ ᐊᑕᐅᓯᕐᒥᒃ ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᒥᒃ ᐃᒃᓯᕚᖅᑐᖃᕐᓗᓂ ᐱᖃᑖᓂᒡᓗ ᐊᓯᐊᓂᖔᖅ ᐃᒃᓯᕚᖅᑐᖃᕐᓗᓂ. ᐱᓕᕆᕙᓪᓕᐊᑎᓪᓗᒋᑦ, ᐃᓕᓐᓂᐊᖅᑎᑦ ᐊᐱᕆᓗᒋᑦ ᖃᓄᐃᑦᑑᓚᐅᕐᒪᖔᑦ ᐊᑲᐅᙱᓪᓕᐅᕈᑎᓂᒃ ᖃᓄᖅᑑᖅᐸᓪᓕᐊᑎᓪᓗᒋᑦ ᐃᓐᓇᕐᓂᒃ ᐃᑲᔪᖅᑕᐅᙱᖦᖢᑎᒃ? ᖃᓄᕐᓕ ᐃᓱᒪᒋᔭᖃᖅᐸᑦ ᐱᓕᕆᐊᒥᓂᒃ ᐊᓂᒍᖅᑕᒥᓂᒃ 1-ᒥ 5-ᒧᑦ ᓈᓴᐅᓯᖅᓱᕐᓗᒋᑦ 1 ᓈᒻᒪᙱᓛᖑᓗᓂ ᐊᒻᒪ 5 ᐱᐅᓛᖑᓗᓂ? ᓈᓴᐅᓯᖅᓱᖅᑕᒥᓄᑦ

ᑭᖑᓪᓕᖅᐹᖅᓯᐅᑎᓄᑦ ᓄᕙᒡᔪᐊᕐᓇᖅ-19−ᒧᑦ ᑐᓴᖅᑕᐅᔪᒃᓴᓄᑦ ᓄᓇᕗᓪᓗ ᒐᕙᒪᖓᑕ ᐱᓕᕆᕝᕕᒋᔭᖏᓐᓄᑦ ᓄᑖᙳᕆᐊᖅᓯᒪᔪᓄᑦ ᑕᒪᐃᓐᓂ ᐅᖃᐅᓯᕐᓂ:
https://www.gov.nu.ca/health; https://www.gov.nu.ca
ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ

ᐃᓄᒃᑎᑐᑦ | ᖃᓪᓗᓈᑐᑦ |
ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ | ᐅᐃᕖᑐᑦ
28

ᐱᔾᔪᑎᖏᓐᓂᒃ ᐅᖃᐅᓯᖃᕈᓐᓇᖅᐸᑦ? ᖃᓄᕐᓕ ᓇᖕᒥᓂᖅ ᑲᒪᔪᓐᓇᖅᐸᑦ ᒫᓐᓇᒃᑯᑦ? ᐱᓕᕆᐊᒃᓴᒥᒃ ᐊᔪᕐᓇᓈᖅᓯᒃᐸᑕ, ᐊᐱᕆᓗᑎᑦ ᖃᑯᒍ ᓈᒻᒪᒐᔭᕐᒪᖔᑦ ᐃᑲᔪᖅᑕᐅᒋᐊᒃᓴᖅ? ᑭᒃᑯᓐᓄᓪᓕᑭᐊᖅ ᐃᑲᔪᖅᑕᐅᔪᒪᔪᒪᓇᔭᖅᐱᑦ? ᐅᖃᓪᓚᑲᑕᒃᑎᓪᓗᓯ, ᐅᖃᐅᓯᕆᖃᓯᐅᑎᓗᒍ ᑲᒪᔭᕆᐊᖃᕐᓂᕐᒥᒃ ᑎᓕᐅᕆᔭᕆᐊᖃᕐᓂᖅ, ᐃᓕᑕᕆᐅᒪᓗᒋᑦ ᐃᓐᓇᐅᑎᓪᓗᑕ
ᑕᒫᓃᓐᓂᑦᑎᓐᓂ ᐃᑲᔪᕆᐊᖅᑐᖅᓯᒪᓪᓗᑕ.

ᐊᖓᔪᖅᑳᑦ ᑲᒪᔩᓪᓗ ᐃᓚᐅᓗᑎᒃ

• ᖃᓄᕐᓕ ᐃᒃᐱᒋᔭᐅᔪᒥᒃ ᑐᑭᓯᓇᓱᔪᓐᓇᖅᐱᑕ ᐊᒻᒪ ᖃᖓᒃᑯᑦ ᓈᓚᒍᓐᓇᖅᐱᑕ?
• ᑕᐃᒪᐃᓕᐅᖅᑎᓪᓗᑕ, ᖃᓄᕐᓕ ᖃᐅᔨᒪᓇᓱᒍᓐᓇᖅᐱᑕ ᐃᒃᐱᖕᓂᖅᓴᕋᐃᓐᓂᑦᑎᓐᓂ ᐊᑕᐅᓯᕐᒧᑦ ᐃᓚᒌᓄᑦ ᖃᓄᐃᓐᓂᕆᔭᐅᔪᓄᑦ, ᐃᓕᖅᑯᓯᖏᑦ ᓇᑭᙶᕐᒪᖔᑕ, ᐊᓯᒃᑲᓐᓂᖏᓪᓗ ᐱᔭᕆᐊᖃᖅᑕᖏᑦ?