

## حفاظتی ٹیکے لگوائیں۔ یہ آسان اور محفوظ ہے۔

اپنی باری آنے پر سائن آپ کریں۔

اپنی اپوائنٹمنٹ پر پہنچیں۔

اپنی دوسری خوراک کیلئے فالو آپ کریں۔

کووڈ-19 ویکسینز محفوظ، مؤثر اور جانیں بچاتی ہیں۔ وہ آپ کو انفیکشن سے بچنے میں مدد دیتی ہیں اور اگر آپ کو یہ انفیکشن ہو جائے تو آپ کو شدید بیمار ہونے سے بچاتی ہیں۔

ہر فرد جو ویکسین لگوانا چاہتا ہے اسے ویکسین لگے گی۔ لوگوں کو مختلف مراحل میں حفاظتی ٹیکے لگائے جا رہے ہیں لہذا جو لوگ ہسپتال جانے یا مرنے کے زیادہ خطرے میں ہوں انہیں پہلے لگ جاتے ہیں۔ درست اوقات ویکسین کی فراہمی پر منحصر ہیں۔

اپنا مفت ٹیکہ بک کریں

اس ویب سائٹ پر معلوم کریں کہ آپ ویکسین لگوانے کے اہل کب ہوں گے

[alberta.ca/vaccine](https://alberta.ca/vaccine)۔ جب آپ کی باری آئے، تو اپنی صورت حال کے مطابق صحیح طریقے کا استعمال کر کے اپنی اپوائنٹمنٹ بک کریں۔

• حصہ لینے والی فارمیسیاں تلاش کریں

• البرٹا ہیلتھ سروسز کے ساتھ آن لائن بک کروائیں

• ہیلتھ لنک 811 پر کال کریں

اگر آپ کے پاس البرٹا ہیلتھ کیئر کارڈ نہیں ہے، تو آپ کو لازمی طور پر البرٹا ہیلتھ سروسز کے ذریعہ آن لائن یا 811 پر کال کر کے اپنی اپوائنٹمنٹ بک کروانا ہوگی۔

مدد کی ضرورت ہے؟

811 پر فون کر کے معلوم کریں کہ آپ کب اہل ہیں اور اپوائنٹمنٹ بک کروائیں۔ یہ

خدمت 240 زبانوں میں دستیاب ہے۔

سواری کی ضرورت ہے؟

اپنی ویکسینیشن اپوائنٹمنٹ تک جانے اور آنے کیلئے سواری کی تلاش میں مدد

حاصل کرنے کیلئے 211 پر کال کریں۔

ویکسین کسے لگوانی چاہئے؟

ہر کوئی جو حفاظتی ٹیکہ لگوا سکتا ہے، اسے حفاظتی ٹیکہ لگوانا چاہئے۔

اگرچہ بزرگ افراد شدید بیماری کا زیادہ خطرہ رکھتے ہیں، ویکسینز نوجوانوں اور صحت مند لوگوں کیلئے بھی ہیں۔ یہ بیماری سے لڑنے اور اپنے آس پاس کے لوگوں کی حفاظت کیلئے آپ کے مدافعتی نظام کی تشکیل میں مدد کرتی ہیں۔

وہ لوگ جو کووڈ-19 سے صحت یاب ہو چکے ہیں انہیں بھی اپنی مدافعتی نظام کو طاقت ور بنانے کیلئے حفاظتی ٹیکے لگوانے چاہئیں۔

کسے حفاظتی ٹیکہ نہیں لگوانا چاہئے؟

اگر ویکسین یا اپنی صحت کی صورتحال کے بارے میں آپ کے سوالات ہیں تو پہلے ڈاکٹر سے رجوع کریں۔

اگر آپ کی عمر 16 سال سے کم ہے یا آپ کو ویکسین کے اجزاء میں سے کسی سے شدید الرجی ہے تو حفاظتی ٹیکے نہ لگوائیں۔ اجزاء کی مکمل فہرست اس ویب سائٹ پر

دستیاب ہے [alberta.ca/vaccine](https://alberta.ca/vaccine)

آپ کے حفاظتی ٹیکے لگوانے کے بعد کیا ہوتا ہے؟

ویکسین آپ کے بازو کے اوپری حصے میں لگائی جاتی ہے فلو شات کی طرح۔

اس کے بعد، آپ کو بلکہ ضمنی اثرات کا سامنا ہو سکتا ہے جیسے کہ سرخی، ٹیکہ لگنے والی جگہ پر سوجن یا درد، ہلکا بخار یا سردرد۔ یہ آپ کا مدافعتی نظام ہے جو اینٹی باڈیز بنانے کیلئے ویکسین کے ساتھ مل کر کام کرتا ہے۔ علامات چند دنوں میں دُور ہو جانی چاہئیں۔

زیادہ تر ویکسینز کیلئے دو خوراکیوں کی ضرورت ہوتی ہے۔ آپ کی آخری خوراک کے 14 دنوں بعد آپ کو مکمل طور پر حفاظتی ٹیکے لگوانے والا فرد سمجھا جائے گا۔

حقائق حاصل کریں

• دنیا بھر میں تعاون کی بدولت، حفاظت پر سمجھوتہ کنے بغیر کووڈ-19 ویکسینز جلد تیار کی گئیں۔ ہر منظور شدہ ویکسین حفاظت، معیار اور تاثیر کیلئے ہیلتھ کینیڈا کے سخت معیار پر پورا اترتی ہے۔ دنیا بھر میں، لاکھوں افراد پہلے ہی یہ ویکسین لگوا چکے ہیں۔

• حفاظتی ٹیکے رضاکارانہ ہیں، لیکن یہ ضروری ہے کہ اپنے ارد گرد موجود دوسروں کو بھی محفوظ رکھیں۔ حفاظتی ٹیکے لگوانے سے، آپ کمزور لوگوں کی حفاظت کر رہے ہیں اور بیماری کمیونٹی کی اس متعدی بیماری کیلئے بڑے پیمانے پر "ریوڑ قوت مدافعت" ("herd immunity") پیدا کرنے میں مدد کر رہے ہیں۔

• جتنی جلدی ہو سکے حفاظتی ٹیکے لگوائیں، اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا ہے کہ کون سی ویکسین فراہم کی گئی ہے۔ ویکسین بیماریوں سے بچنے اور ان سے لڑنے میں مدد کیلئے اینٹی باڈیز بنا کر آپ کے مدافعتی نظام کو مضبوط بناتی ہیں۔ کووڈ-19 ایک نیا وائرس ہے لہذا اس کے خلاف کسی کی قوت مدافعت فطری نہیں ہے۔ انفیکشن زدہ ہونے سے حفاظتی ٹیکے لگوانا کہیں زیادہ محفوظ اور زیادہ مؤثر ہے۔

• آپ ویکسین سے کووڈ-19 میں مبتلا نہیں ہو سکتے۔ اس میں اصل وائرس نہیں ہوتا ہے۔

• حفاظتی ٹیکے لگوانے کے بعد بھی آپ کا ٹیسٹ مثبت آ سکتا ہے۔ ویکسین سے یہ امکان کم ہوجاتا ہے کہ آپ شدید بیمار ہو جائیں گے، آپ کو ہسپتال میں داخلے کی ضرورت ہوگی یا کووڈ-19 سے مر جائیں گے۔

• ویکسین لگوانے کا مطلب یہ نہیں ہے کہ وہ بوائی بیماری ختم ہو گئی ہے۔ حفاظتی ٹیکے لگوانے کے بعد بھی پبلک ہیلتھ کے اقدامات پر عمل جاری رکھیں۔ آپ اب بھی وائرس لے سکتے ہیں اور دوسروں کو بھی انفیکشن کرسکتے ہیں جن کو ویکسین نہیں لگائی گئی۔

ترجمہ شدہ وسائل دستیاب ہیں

in Af-Soomaali, Arabic, 简体中文, 繁體中文, Español, Français, हिन्दी, 한국어, Persian, ਪੰਜਾਬੀ, Tagalog, Tiếng Việt and Urdu at [alberta.ca/CovidTranslated](https://alberta.ca/CovidTranslated), or call 811.

## حفاظتی ٹیکے لگوائیں۔ یہ آسان اور محفوظ ہے۔

### کووڈ-19 کی دیگر معاون خدمات

- اگر آپ میں کووڈ-19 کی علامات یا اس کا معروف ایکسپوزر ہے، تو آپ کو لازمی طور پر گھر ہی رہنا ہوگا اور ٹیسٹنگ کروانا ہوگی۔ اپنا ٹیسٹ آن لائن بک کریں یا 811 پر کال کریں۔
- اگر آپ کام کرنے سے قاصر ہیں کیونکہ آپ بیمار ہیں، آپ کو الگ تھلگ رہنے کی ضرورت ہے، یا آپ کسی الگ تھلگ رہنے والے فرد کی دیکھ بھال کر رہے ہیں، تو مالی مدد دستیاب ہو سکتی ہے۔
- اگر کووڈ-19 کی وجہ سے آپ کو لازمی طور پر الگ تھلگ رہنا چاہئے لیکن آپ اپنے گھر میں ایسا نہیں کر سکتے تو ہوٹل کے مُفت کمرے اور مالی مدد دستیاب ہیں۔ مزید معلومات کیلئے 211 پر کال کریں۔
- کووڈ کیئر ٹیمیں سٹی آف کیلگری اور ایڈمنٹن کے ساتھ مل کر لوگوں کو وسائل سے جوڑنے، معلومات فراہم کرنے اور ماسک، سینینائزر اور ترجمہ شدہ وسائل کی تقسیم کیلئے کام کر رہی ہیں۔