ᐁᑯᓐᓗᑦ ᐁᓯᓴᔅ ᒋᑊ ᑭᕝᑦᑕᒪᑦ ᐅᑦᒋ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᓇᑲᒋᖕᐃᑯᐃᓐᑦ.

ᐁᑯᓐᓗᑦ ᐃᖕᐃᐁ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᓇᑲᒋᖕᐃᑯᐃᓐᑦ?

ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᑲᓇᑲᒋᒋᑲᒐᔅ ᐁᑐᑕᐊᑦᑲᓐᑦ ᐊᐃᔅᔭᔅ ᑲᐃᓯᓴᓂᔅ ᒋᒐᐱᓇᒧᐊᑦ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᑭᒋ ᐊᑯᓯᐃᑦ, ᓴᑯᒻ ᐁᑲ ᕿᑯᑦ ᐁᐃᓇᐱᓐᑦᐊᑦ ᒥᓇ ᑲᔅᔭᔅ ᐁᓇᒪᑦᒋᖖᐅᑦᐊᑦ. ᐃᖕᐃᐁ ᐅᑦᒐᐅᐃᔪ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᓇᑲᒋᖖᐃᑯᐃᓐᑦ ᐱᒥᐃᒋᕿᐃᑦ ᐁᑐᒋᑲᒐᔅ ᓇᑲᒋᖖᐃᑯᐃᓐᑦ ᐱᒥᐃᒋᕿᐃᑦ ᐁᐃᑦᑕᒪᐊᑦᑲᓐᑦ ᐅᑯᐁᓂᐊᑦᔅ ᐃᓂᓂᐊᑦᔅ ᒋᑭ ᓇᑲᒋᖖᐃᑯᐃᓯᐊᑦ ᑲᐃᓯᓴᓂᔅ. ᐁᐱᒦᓯᓴᔅ ᒋᓇᑲᒋᖖᐃᑯᐃᓯᐊᑦ ᑲᑭ ᐃᒋᖖᐃᑯᑦ ᐁᑲ ᒋᐱᐱᓇᒪᑦ ᐃᖕᐃᐁ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᑭᒋ ᐊᑯᓯᐃᑦ.

ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᑭᒋ ᐊᑯᓯᐃᑦ ᐃᖕᐃᐁ ᑭᒋ ᐊᑯᓯᐃᑦ ᐃᓂᐊᐱ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ. ᐃᖕᐃᐁ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᑭᐃᔭᐃᑦᔅ ᐃᓂᐊᐱ ᑲᐃᓂ ᐲᑦᓱᒻ ᐊᐊᓂᓂᔅᑦᑦ (ᐸᒡᑭᐊᒡ) ᐁᐃᓯᓴᑭᓯᑦᔅ ᐃᒪ ᐊᑲᔅᑦᔅ (ᐊᑲᔅ ᑲᐃᓂ ᐃᑦᐱᓯᒻ). ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᑭᒋ ᐊᑯᓯᐃᑦ ᑲᐯ ᐅᑦᒌᓯᓴ ᐃᓂᓂ ᑲᐃᓂ ᐃᑦᐱᓯᒻ ᑲᓂᐲᐃᒻ (HPV). ᐃᓯᓴ **ᑲᐃᑦ** ᒋᑭᐱᐱᓇᒪᑦ ᐃᖕᐃᐁ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᑭᒋ ᐊᑯᓯᐃᑦ ᑭᐅᐱᑦ ᑯᑕᑭᔭᔅ ᑭᑎᐯᑦᒋᑭᐃᓂᑦᔅ ᐁᑭ ᐊᔭᐊᒻ ᐃᖕᐃᐁ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᑭᒋ ᐊᑯᓯᐃᑦ.

ᐁᑯᓐᓗᑦ ᐃᖕᐃᐁ ᐃᓂᓂ ᒪᑦᓱᐁᒪᓂᒍᒡ ᐊᑯᓯᐃᑦ (HPV)?

HPV ᐃᖕᐃᐁ ᒪᓂᒍᒡ ᐁᐊᓵᐁᒋᑲᓂᐊᑦᑦ ᐊᐃᔅᔭᔅ ᒣᑲᒻ ᐁᒪᑦᓱᐁᐊᒻ ᐁᓴᒥᒡᑲᑎᐊᒻ. ᒪᓱᐁ ᓴᒥᒡᑲᑎᐃᑦ ᒥᓱᓐᓗᔅ ᐅᑦᒌᓯᓴ. ᐅᒪ ᐃᑦᑕᒪᑭᐃᑦ ᐯᐸᓄᑦᔅ, ᐃᓯᓴ ᒣᑲᒻ ᐁᑐᒋᑲᒐᔅ ᐁᓴᒥᒡᑲᑎᓇᓂᐊᑦᑦ ᐃᒪ ᑭᓱᑭᐃᓂᑦᔅ (ᑲᐅᑦᒋᓱᑭᔭᑦ). ᐅᐁ ᓴᒥᒡᑲᑎᐃᑦ ᐅᑦᒌᓯᓴ ᐃᒪ ᑭᓂᑦᒌᑦᔅ, ᑭᑯᓐᓗᐁᑦᑦᔅ ᑲᓴᒪ ᑭᓱᑭᐃᓂᑦᔅ.

HPV ᒥᓯᐁ ᐊᔭᒪᑲᑦ ᒥᓇ ᐁᐅᑦᒌᓯᓴᔅ ᒋᓇᑲᒡᑲᑯᔭᑦ ᐁᑲ ᕿᑯᑦ ᒋᓱᒪᑦᓯᓴᔭᑦ.

ᐊᔭᐊᓄᑦ ᐊᐊᓱᒥ 100 ᐁᐃᓱᓇᑯᑭᑦ ᐃᓂᐁᓂᐊᑦ HPV ᒥᓇ ᐁᐃᓯᓴᔅ ᒋᐊᑦᒋᓴᑭᑦ ᑭᒥᒋᑭᑦᑦ ᐃᒪ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅᑦᔅ. ᐃᓂᐁᓂᐊᑦ **ᐊᓂᑦᑕ** HPV , ᐅᑯᐁᓂᐊᑦᔅ ᒥᒋᑭᑦ ᑲ ᐊᑦᒋᓴᑭᑦ ᐊᓂ ᐅᑦᒋᐅᓱᖖᐅᒪᑲᑦ ᐃᖕᐃᐁ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᑭᒋ ᐊᑯᓯᐃᑦ ᑭᐅᐱᑦ ᑲᐅᑦᑕᐁᖖᐃᑯᔭᑦ.

ᐁᑯᓐᓗᑦ ᐃᖕᐃᐁ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᓇᑲᒋᒋᑭᐃᑦ?

ᐃᖕᐃᐁ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᓇᑲᒋᒋᑭᐃᑦ ᓇᑲᒋᒋᑲᒐᔅ ᐊᓂᓱᓇᑯᔅ ᐃᖕᐃᐁ HPV ᐁᓂ ᐅᑦᒌᓯᓴᔅ ᐁᒐᑲᑦ ᐃᖕᐃᐁ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᑭᒋ ᐊᑯᓯᐃᑦ. ᑲᔭ ᐃᓱᓇᑲᒋᒋᑲᒐᔅ ᒋᐊᑦᒋᓴᔅ ᑭᒥᒋᑭᑦᑦ ᐃᒪ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᑲᐅᑦᒌᓯᓴᔅ ᐃᓂᐁᓂᐊᑦ HPV. ᐅᐁ ᓇᑲᒋᒋᑭᐃᑦ **ᑲᐃᑦ** ᓇᑲᒋᒋᑲᒐᔅᓱᐊᑦ ᑯᑕᑭᔭᑦ HPV.

ᐃᖕᐃᐁ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᓇᑲᒋᒋᑭᐃᑦ ᑭᓇᐸᒋᑲᒐᔅ ᐃᖕᐃᐁ ᑲᒡᑲᖕᐃᑲᑦ ᐁᒥᓄᔅᔅ ᒋᒥᑭᑲᒐᔅ ᐃᖕᐃᐁ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᑭᒋ ᐊᑯᓯᐃᑦ.

ᐊᐊᓐᓗᑦ ᐊᐁ ᕿᓇᑲᒋᖖᐊᑲᓐᓗᑦ ᒥᓇ ᐊᓃᑦ ᐁᑦᑕᓴᓐ?

ᐃᖕᐃᐁ ᐅᑦᒐᐅᐃᔪ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᓇᑲᒋᒋᑭᐃᑦ ᐃᑭᑐᒪᑲᑦ ᐃᑭᐁᓂᐊᑦᔅ ᐊᐃᔅᔭᔅ ᒋᓇᑲᒋᖖᐊᑲᓐᓗᐊᑦᑦ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᓇᑲᒋᒋᑭᐃᑦ ᒋᓇᑲᒋᖖᐊᑲᓐᓗᐊᑦᑦ ᐁᑦᑕᓯ **5 ᐊᑭᐃᑦ**.

- ᑲᓇᑲᒋᖖᐃᑯ ᑭᑦ ᑭᒡᐱᑦ:
  - ᑲᓇᕿ 25 ᐁᑕᓯ ᐊᑭᐃᓐᓗᔭᑦ, ᒥᓇ
  - ᐁᐃᕿᐃᔭᑦ, ᐁᓂᓵᐊᒐᑯᔭᑦ, ᐁᒪᖖᑲᐃᔭᑦ ᑲᓴᒪ ᐁᐊᑦᒋᓇᑯᓲᔭᑦ ᐁᑭᑭᖖᑲᐊᑦᑦ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ, ᒥᓇ
  - ᐁᑭᑐᑕᒪᑦ ᒪᑦᓱᐁᐃᑦ ᑯᑕᔅ ᐊᐃᔅᔭ, ᒥᓇ
  - ᐁᑲ ᕿᑯᑦ ᐁᐃᓇᐱᓐᓗᔭᑦ, ᑎᓄᑲᑦ ᐁᐸᓂᓇᑯᔅ ᒥᑦᑭᑦ ᑲᓴᒪ ᐁᐅᑦᑕᓱᑲᐃᔅ (ᐁᐸᔭᐅᔭᑲᒥᔅ ᑲᓴᒪ ᐁᐅᔅᔭᐊᔅ) ᐃᒪ ᑭᑖᑲᔅ (ᑭᑕᑲᔅ ᑲᐃᓱ ᐃᑦᐱᓯᒻ)
- ᑭᔭᐸᒻ ᑭᑦ ᑭᑕᓇᑲᒋᖖᐃᑯ ᑭᖖᐱᑦ:
  - ᐁᑭᒥᓂᑯᔭᑦ ᐃᖕᐃᐁ HPV ᒪᖖᑭᑭ
  - ᐁᒥᓄ ᒪᑦᒋᖖᐅᔭᑦ
  - ᐁᑭ ᓯᔭᔭᑦ ᐁᓵᐳᖖᑲᒪᑦ ᒋᒥᑦᑭᐃᔭᑦ
  - ᐁᑲ ᐊᐃᔭ ᑭᑎᐯᑦᒋᑭᐃᓂᑦᔅ ᐁᑭᐊᔭᒻ ᐲᑦᒋ ᐊᑲᔅ ᑭᒋ ᐊᑯᓯᐃᑦ
  - ᐁᑭ ᒪᑦᓱᐊᓇᒻ ᐁᑕ 1 ᐊᐃᔭ
  - ᐁᐯᓱᑯᖖᐊᒻ ᑲᒪᑦᓱᐊᓇᒻ ᑭᓐᑦᑐ
  - ᐁᑲ ᐁᒪᑦᓱᐁᔭᑦ ᑭᓐᑦᑐ
  - ᐁᐸᓱᑯ ᐃᓱᓇᑯᓯᔪᔅ ᑲᐃᒋᐊᑦ

ᑮᓐ ᐃᓯᓴ ᒋᓇᓐᑕᐅᓐᑕᒪᓐ ᐃᐅ· ᐊᓐᒋ ᐊᒃᑉ ᓇᑲᒋᒋᑫᐃᓐ ᐅᓐᑕᓱ **3 ᐊᑮᐃᓐ** ᑮᑎᐱᓐ ᐅᓐᒋ ᑎᐱᓇᒪᓐ ᐊᑯᓯᐃᓐ. ᑎᓄᑲᓐ, ᑮᑎᐱᓐ ᐅᑭᑭᑎᑲᒪᓐ ᐃᐅ· HIV/AIDS ᑲᓴᒪ ᐅᑮ ᒥᓂᑯᔭᓐ ᐃᔭᐤ ᐊᓐᑖᑭᓇ.

ᐊᓐᒋ ᐊᒃᑉ ᓇᑲᒋᒋᑫᐃᓐ ᑲᓴ ᐃᑭᑐᓇᓂᐊᓐ ᐃᑎᑲ· ᑐᑕᑯᔭᓐ ᐅᑮ ᐊᓂᒋᒋᑲᑎᑭᓐ ᑭᒥᑦᑮᑦ ᐃᒪ ᐊᓐᒋ ᐊᑲᔭᓐᑦ. ᓇᑲᒋᒋᑲᑎᑦ ᐃᐅ· ᑭᓇᓐᑕᐅᑦᐃᐅᐃᓐ, ᑭᒋᒪᑎᑭᑮᐃᓂᓃᑦ, ᑭᒋ ᒪᑎᑭᑮᐃᑫᑦ, ᒪᑎᑭᑮᐃᑫ· ᑲᓴᒪ ᑲᐅᑕᐱᓇᐊᓐᓱᒻ ᑲᑮᓐᑕᒪᑦ ᐊᓃᓐ ᑕᓴ· ᑫᐃᓯᓴᑦ ᒋᓇᑲᒋᐦᐃᑯᔭᓐ.

ᒥᑰᓐ ᐊᑮᔭᑦ ᑭᐱᒋᐊᑦ ᐊᓐᒋ ᐊᒃᑉ ᓇᑲᒋᒋᑫᐃᓐ ᑲᑕᓱᐱᐳᓐᒻ 65 ᐊᑯᓇᑦ 69. ᑭᒋᒪᑎᑭᑮᐃᓂᓃᑦ, ᑭᒋ ᒪᑎᑭᑮᐃᑫᑦ, ᒪᑎᑭᑮᐃᑫ· ᑲᓴᒪ ᑲᐅᑕᐱᓇᐊᓐᓱᒻ ᑲᑮᓐᒋᐦᐃᑦ ᒋᐅᓐᒻᑕᒪᓐ ᐊᓃᓐ ᑫᑐᑕᒪᓐ ᒋᓇᑲᒋᐦᐃᑯᔭᓐ ᐊᐊᓱᒥ ᑕᓱᐱᐳᓐᒻᑲᔭᓐ 69.

ᐊᓃᓐ ᐅᓐᑐᒋᑲᑎᑦ ᒥᑲᓐᒻ ᐊᓐᒋ ᐊᒃᑉ ᓇᑲᒋᒋᑫᐃᓐ?

ᐃᐅ· ᐊᓐᒋ ᐊᒃᑉ ᓇᑲᒋᒋᑫᐃᓐ ᐃᓱᒥᑯᑎᑭᑲᓂᐊᓐ ᑎᓄᑲᓐ ᑲᑲᑎᑲᐦᐃᑯᔭᓐ ᐊᓐᒋ ᐊᒃᑉ. ᑭᒋᒪᑎᑭᑮᐃᓂᓃᑦ, ᑭᒋ ᒪᑎᑭᑮᐃᑫᑦ, ᒪᑎᑭᑮᐃᑫ· ᑲᓴᒪ ᑲᐅᑕᐱᓇᐊᓐᓱᒻ ᐅᑲᔭᐸᒋᑐᓐ ᒋᐊᑲᓯᓂᑦ, ᐅᓄᑦ ᑲᑎᑲᐦᐃᑲᓐ ᒋᐅᑕᐱᓂᑲᒪᑦ ᐊᓐᓂᑲᔭ ᐃᒪ ᐊᓐᒋ ᐊᒃᑉ ᒋᓯᓴᑦ ᑲᓇᑲᒋᑦ ᒋᐅᑕᐱᓇᐊᓐᓱᒻ ᐊᓐᑲᔭᓐ ᐅᑦᒋ HPV ᒥᓇ ᐅᓱᐊᓐᒋᓴᑦ ᑭᐊᓐᓂᑲᔭ. ᐊᒻᐊᐅ· ᑲᑐᑕᓐᑦ ᑭᓇᑲᒋᐦᐃᑯᐃᓐ ᑲᑲᐅ· ᒥᓄᓴᑐᓐ ᒋᑭᓇᑲᒋᐦᐃᑯᔭᓐ.

ᐊᓂᓐ ᑫᐃᓯᓴᑦ ᐃᑦᑲ· ᐊᓐᒋ ᐊᒃᑉ ᓇᑲᒋᐦᐃᑯᔭᓐ?

ᑮᓐ ᑲᑎᐱᓇᓐ ᑭᓇᑲᒋᐦᐃᑯᐃᓐ ᐊᓃᓐ ᑲᐃᓱᒥᑭᑲᓂᐊᓐᑦᑦ ᐃᒪ ᐊᓐᒋ ᐊᒃᔨᓐᑦᑦ ᐅᓱᐊᐦᐃᑲᓂᓐᑦ. ᐊᒻᐊᐅ· ᑲᑮᓇᑲᒋᐦᐃᑦ ᑫᐃᓐ ᑕᐃᓱ ᓂᔅᒻᐊᒪᐊᑲᓇ ᑲᑭᓱᒥᑲᑯᔭᓐ ᒥᓇ ᒋᓇᑫᑕᓐᑦ ᑮᑎᐱᓐ ᑲᑫᑎᐃᓐ ᐊᔭᔭᓐ. ᑲᓴ ᑲ ᐊᔭᒥᐦᐃᑦ ᐊᓃᓐ ᐊᐊᓱᒥ ᑫᓂᑐᑕᑯᔭᓐ.

ᑮᑎᐱᓐ ᐅᔭᔭᓐ ᐃᐅ· HPV ᑲᓂ ᐅᓐᒋᓯᓴᑦ ᐊᓐᒋ ᐊᒃᑉ ᑭᒋ ᐊᑯᓯᐃᓐ ᑲᐃᓐ ᐃᑭᑐᓇᓂᐊᓐ ᐅᔭᔭᓐ ᐃᐅ· ᐊᓐᒋ ᐊᒃᑉ ᑭᒋ ᐊᑯᓯᐃᓐ, ᓂᑯᒻ ᑲᓇᓐᑕᐅᓐᑕᑯᑫ ᒋᑐᑕᑯᔭᓐ ᐃᐅ· ᐊᓐᒋ ᐊᒃᑉ ᐃᓇᐱᑫᓯᒋᑲᓐ (ᐅᐃᑭᑐᓇᓂᐊᓐᑦ call-*poss*-ka-pee).

ᐊᓐᒋ ᐊᒃᑉ ᐃᓇᐱᑫᓯᒋᑲᓐᓇᑲᒋᒋᑫᐃᓐ ᐅᑐᑕᓐ ᐊᒻᐊᐅ· ᒪᑎᑭᑮᐃᓂᓂ ᑲᓇᑲᒋᒻ, ᑎᓄᑲᓐ ᐊᒃᑉ ᒪᑎᑭᑮᐃᓂᓂ. ᒥᑲᓐᒻ ᐊᓐᑕᐱᑫᓂᑲᓂᐊᓐᑦ, ᐊᒻᐊᐅ· ᑲᓇᑲᒋᒻ ᐃᓇᐱ ᐊᒋ ᐊᒃᑉ ᐊᐊᓱᒥ ᒋᐸᔭᒐᓇᑯᑦ ᑲᑮᓇᑲᒋᒻᐃᑯᔭᓐ. ᐅᑕᐱᓇᒪᓐ ᐊᓐᒋᑕᐱᑫᓯᒋᑲᓐ ᓇᑲᒋᒻᐃᑯᐃᓐ ᑲᐃᓐᒋᒻᐃᑯᓐ ᐅᑲ ᒋᑐᐱᓇᒪᓐ ᐊᓐᒋ ᐊᒃᑉ ᑭᒋ ᐊᑯᓯᐃᓐ.

ᐅᑯᓐᑐᓐ ᐃᓯᓴᐃᓐ ᑫᐅᓐᒋ ᑐᐱᓇᒪᓐ ᐊᓐᒋ ᐊᒃᑉ ᑭᒋ ᐊᑯᓯᐃᓐᑦ?

ᑲᑕᐸᓯᓇᓐ ᐃᐅ· ᒋᑮᑐᐱᓇᒪᓐ ᐊᓐᒋ ᐊᒃᑉ ᑭᒋ ᐊᑯᓯᐃᓐ ᑮᑎᐱᓐ ᐱᒥ ᓇᑲᒋᒻᐃᑯᔭᓐ. ᐃᓱᓴ ᒥᓇ ᒋᑐᐱᓇᒪᓐ ᐊᓐᒋ ᐊᒃᑉ ᑭᒋ ᐊᑯᓯᐃᓐ ᐊᓂ ᑭᒋᔭᒻᐊᐃᔭᓐ, ᑮᑎᐱᓐ ᓴᑲᓴᔭᓐ ᒥᓇ ᑲᓴ ᓴᒥᑎᑲᐊᓐᒻ ᐊᐃᔭ ᐅᒪᓐᓱᐊᓇᒻ. ᐃᒪ ᐃᓂᓐ mycanceriq.ca ᐊᐊᓱᒥ ᐃᑭᑫᓐᑕᒪᓐ ᐊᓃᓐ ᑫᐃᓯᓴᑦ ᒋᑐᐱᓇᒪᓐ ᐃᐅ· ᐊᓐᒋ ᐊᒃᑉ ᑭᒋ ᐊᑯᓯᐃᓐ.

ᐊᓃᓐ ᑫᑐᑕᒪᓐ ᒋᐊᐸᒥᑯᔭᓐ ᒋᑮ ᓇᑲᒋᒻᐃᑯᔭᓐ?

ᑲᑲᓄᓇ ᑭᒋᒪᑎᑭᑮᐃᓂᓃᑦ, ᑭᒋ ᒪᑎᑭᑮᐃᑫᑦ, ᒪᑎᑭᑮᐃᑫ· ᑲᓴᒪ ᑲᐅᑕᐱᓇᐊᓐᓱᒻ ᒋᑲᑫᒋᒪᒻ ᒋᑮᓇᑲᒋᒻᐃᑦ ᓇᑲᒋᒋᑫᐃᓐ

-ᑲᓴᒪ-

ᐊᐸᒋᑑᓐ Health811 ᐊᓇᐃ ᐱᑯ ᒋᑮᒥᑲᒪᓐ ᒪᑎᑭᑮᐃᑲᒥᑦ ᑲᑐᑕᒧᐊᓐᒻ ᐊᓐᒋ ᐊᒃᑉ ᓇᑲᒋᒋᑫᐃᓐ:

- ᓇᓇᓐᑕᐊᐸᓐᑕᓐ “cervical screening test” ᐃᒻᐃᒪ ontario.ca/healthservices
- ᐃᑦᑭᑐᓐ 811 (TTY: 1.866.797.0007)
- ᐊᐸᒋᑐᓐ ᐊᐊᓱᐱᑯᓐᑲᔭᒥᐃᓐ ᐅᒪ ontario.ca/health811

ᐊᐊᓱᒥ ᐃᑭᑫᓐᑕᒪᓐ,ᐅᒪ ᐃᓂᓐ: ontariohealth.ca/cervical-test

ᓇᓐᑕᐅᓐᑕᒪᓐ ᐅᐅ· ᐃᓐᑕᒪᑫᐃᓐ ᒋᑮ ᐊᑭᓐᑕᒪᓐ?
1-877-280-8538, TTY 1-800-855-0511, info@ontariohealth.ca.
Document disponible en français en contactant info@ontariohealth.ca.