



نکات آموزشی پیشگیری از کرونا ویروس

برای مراجعه به مکان های زیارتی

(دستورالعمل شماره ۳۵/۲)

نکاتی که باید در مراجعه به مکان های زیارتی رعایت کنیم.

انجام فرایض و آدابی همچون زیارت مکان های مقدس موجب ارتقاء سلامت معنوی و آرامش روحی ما می گردد. اما باید باور داشته باشیم که ایمان به خداوند متعال و عشق و ارادت نسبت به حضرت رسول (ص) و ائمه اطهار (ع)، وابسته به زمان و مکان نیست و هر لحظه ای که بخواهیم می توان این ارتباط معنوی را برقرار کرد و قطعاً ثواب کافی را خواهیم برد.

از طرف دیگر هر یک از ما نسبت به عزیزان، دوستان، برادران و خواهران دینی خود حقوق متقابل داشته و در قبال این حقوق، وظایفی بر ما مترتب است. یکی از این حقوق و از جمله مهم ترین آن ها، حفظ سلامت خود و دیگران است. در موضوع زیارت اماکن مقدسه در این شرایط، علاوه بر آنکه ممکن است سلامت خودمان در معرض خطر ابتلا به ویروس کرونا قرار گیرد، این احتمال وجود دارد که ما به عنوان یک ناقل به ظاهر سالم، دیگر زائران را آلوده به ویروس نماییم و البته این امر مسئولیت سنگین انسانی و شرعی را متوجه ما خواهد کرد.

لذاست که در این شرایط و در صورت باز شدن اماکن زیارتی، برای حضور در اماکن مقدس و زیارتی توجه به نکات ذیل موجب سلامت هرچه بیشتر شما، خانواده، دوستان و دیگر شهروندان خواهد گردید.

۱- در درجه اول، در شرایط همه گیری و شیوع بیماری کرونا، برای پاک نگه داشتن اماکن مقدس از ویروس کرونا، تا حد امکان از رفتن به مکان های زیارتی خودداری کنید و در صورت حضور به هیچ عنوان بدون ماسک نباشید و حتماً ماسک بزنید.

۲- در صورت داشتن علائم تب، سرفه، عطسه موکداً از حضور در مکان های زیارتی خودداری کنید.

۳- در صورت مواجهه با فرد مبتلا به بیماری کرونا در چند روز گذشته، موکداً از حضور در مکان های زیارتی خودداری کنید.

۴- وجود بیماری های زمینه ای مانند بیماری قلبی، تنفسی و دیابت خطر فوت بر اثر ابتلا به ویروس کرونا را افزایش می دهد؛ کسانی که سابقه چنین بیماری هایی دارند می بایست مطلقاً از حضور در مکان های عمومی و زیارتی خودداری کنند.

۵- سالمندان تا آنجا که می توانند از حضور در اماکن زیارتی، خودداری نمایند.



نکات آموزشی پیشگیری از کرونا ویروس

برای مراجعه به مکان های زیارتی

(دستورالعمل شماره ۳۵/۲)

- ۶- همانگونه که در اذن دخول اماکن متبرکه بیان می شود؛ امامان ما را می بینید و کلام ما را می شنوید. لذا نیازی به نزدیک شدن به ضریح مقدس نبوده و زیارات می تواند با رعایت فاصله گذاری فیزیکی خوانده شود.
- ۷- مطلقاً بدون ماسک صورت و پوشیدن دستکش به اماکن مقدس وارد نگردید و برای ضدعفونی لوازم شخصی ژل الکلی به همراه داشته باشید.
- ۸- برای پیشگیری از انتقال ویروس، از کیسه نایلونی تمیز جهت قرار دادن کفش خود استفاده کنید.
- ۹- از بردن کیسه کفش در رواق، شبستان و اماکن متبرکه خوداری شود و آن را به کفشداری بسپارید.
- ۱۰- کفشداری ها در مکان های زیارتی می توانند یکی از عوامل انتقال ویروس گردند. با رعایت نکات بهداشتی، سلامت خود و کفشداران را حفظ کنید.
- ۱۱- کفش های خود را در کیسه نایلونی نو قرار داده و در صورت وجود کفشداری به کفشداری تحویل گردد.
- ۱۲- پس از دریافت کفش از کفش داری، نایلون آن را در زباله دان های درب دار قرار دهید و دستان خود را با آب و صابون شسته و یا با محلول ضدعفونی حاوی الکل ضدعفونی کنید.
- ۱۳- حتی المقدور از کفش های بدون بند استفاده نمایید زیرا خود بندها می تواند عامل انتقال ویروس گردند.
- ۱۴- بعد از در آوردن و پوشیدن کفش، با محلول ضدعفونی حاوی الکل دستان خود را ضدعفونی و یا بلافاصله دستان خود را بشویید.
- ۱۵- تا حد امکان از دستشویی و وضوخانه های عمومی استفاده نکنید.
- ۱۶- اعمال مربوط به تطهیر و وضو در منزل انجام گردد تا نیازی به استفاده از دستشویی عمومی در اماکن مذهبی نباشد.
- ۱۷- با خود بطری آب به همراه داشته باشید و از تماس دست به شیرآلات وضوخانه و آبخوری ها پرهیز نمایید.
- ۱۸- در صورت احساس علائم تب و کوفتگی بلافاصله از آن مکان زیارتی خارج شوید.
- ۱۹- هنگام سرفه و عطسه در مکان های زیارتی بلافاصله از دیگران فاصله بگیرید، جلوی دهان و بینی خود را با آرنج یا دستمال بگیرید و از آن مکان خارج و سریعاً دست های خود را بشویید.
- ۲۰- در مکان های زیارتی از نزدیک شدن با هر کسی که سرفه یا عطسه می کند، خودداری کنید.
- ۲۱- از دست دادن یا مصافحه با دیگران خودداری کنید.
- ۲۲- از لمس ضریح و درب ها و دیوارهای مکان زیارتی موکدا خودداری کنید.



انجمن علمی آموزش بهداشت
و ارتقای سلامت ایران

نکات آموزشی پیشگیری از کرونا ویروس

برای مراجعه به مکان های زیارتی

(دستورالعمل شماره ۳۵/۲)

- ۲۳- حتما برای انجام فریضه نماز از مهر و سجاده شخصی استفاده کنید و مواظب باشید دست های خود را روی سجاده خودتان قرار دهید.
- ۲۴- بانوان از منزل، چادر نماز شخصی به همراه بیاورند.
- ۲۵- پس از بازگشت به خانه، بلافاصله چادر نماز و سجاده خود را در یک کیسه پلاستیکی قرارداده و حتما در اولین فرصت بشویید. زیرا ممکن است کلیه سطوحی که در تماس با چادر شما بوده است آلوده به ویروس باشند.
- ۲۶- مطلقا از چادر های نماز موجود در اماکن مذهبی استفاده نکنید.
- ۲۷- فقط از قرآن کریم و کتب ادعیه ی شخصی که به همراه می برید استفاده کنید.
- ۲۸- قرآن کریم و مفاتیح شخصی خود را در منزل در کیسه مخصوص قرار داده و سعی نمایید در هنگام استفاده از آنها با هیچ گونه سطحی در تماس نباشند و پس از استفاده مجددا در کیسه قرار دهید.
- ۲۹- در صحن اماکن مذهبی با افراد دیگر بخصوص از روبرو صحبت نکنید و از تماس چهره به چهره با دیگران خودداری کنید.
- ۳۰- ترجیحا در ساعات خلوت حرم، برای انجام فرایض دینی - زیارتی به مکان های زیارتی مراجعه نمایید.
- ۳۱- از پخش نذورات در صحن ها و شبستان ها خودداری کنید.
- ۳۲- تا حد امکان از خوردن مواد خوراکی در مکانهای عمومی و زیارتی خودداری کنید .
- ۳۳- فاصله دو متری از دیگران را حتما رعایت کنید.
- ۳۴- حضور خود در مکان های زیارتی را تا حد امکان کوتاه نمایید.
- ۳۵- دست های خود را قبل از ورود به مکان های زیارتی و بلافاصله بعد از خروج، با آب و صابون بشویید و در فاصله بین ورود و خروج از دست زدن به چشم و بینی و دهان اکیدا خودداری کنید .
- ۳۶- از رها کردن ماسک، دستکش و دستمال خود در مکان های زیارتی خودداری کنید و آن را در ظرف زباله (دربدار) به همراه کیسه زباله در گوشه ای از صحن و شبستان قرار دهید.



نکات آموزشی پیشگیری از کرونا ویروس

برای مراجعه به مکان های زیارتی

(دستورالعمل شماره ۳۵/۲)

۳۷- در صورت نیاز به صندلی و ویلچر در این اماکن حتی المقدور صندلی و ویلچر با خود برده در غیر اینصورت با مواد ضدعفونی همراه کاملا صندلی و ویلچر را ضدعفونی نموده و استفاده نمایید تا لباس و دستان شما بر اثر تماس آلوده نگردد.

۳۸- حتما دستمال کاغذی به همراه داشته باشید و از دریافت دستمال کاغذی از دیگران خوداری نمایید.

۳۹- در صورت برگزاری نماز جماعت، با رعایت حداکثر فاصله گذاری فیزیکی، جهت اطمینان از اتصال صفوف نماز از راهنمایی امام جماعت استفاده فرمایید.

ورودی اماکن مذهبی

- ۱- کلیه زائرین با تب سنج کنترل شوند.
- ۲- از افراد سالمند درخواست نمایید که از انجام زیارت منصرف شوند.
- ۳- در ورودی اماکن مذهبی تابلوهای بزرگی که حاوی نکات لازم بهداشتی است نصب گردد.
- ۴- نصب استیکرهای فاصله گذاری در تمامی اماکن: رواق ها، شبستان ها، سالن های تجمع پذیرش، صندلی های محوطه باز
- ۵- آموزش مباشرین زائرین پیرامون رعایت موارد بهداشتی جهت مراقبت از خود و دیگران
- ۶- آموزش مداحان و زیارت خوانندگان پیرامون تذکر رعایت موارد بهداشتی
- ۷- آموزش نگهبانان و بازدید کنندگان ورودی اماکن، جهت تذکرات ارشادی لازم به زائران
- ۸- نصب بنر های بسیار بزرگ با پیام های تاثیرگذار در محوطه
- ۹- در صورت امکان نشر پیام ها در تابلوهای الکترونیکی در محوطه
- ۱۰- تهیه پادکست و پیام های صوتی و پخش نمودن از بلند گوه های داخل محوطه (در صورت امکان پخش رادیویی)
- ۱۱- در صورت امکان پیام های بهداشتی به تلفن های همراه زائرین ارسال گردد.



نکات آموزشی پیشگیری از کرونا ویروس

برای مراجعه به مکان های زیارتی

(دستورالعمل شماره ۳۵/۲)

نگهبانان و خادمین حرم

- ۱- در زمان حضور در حرم، همیشه از ماسک و دستکش استفاده شود.
- ۲- افراد دارای علائم سرفه، عطسه را به خارج از حرم یا زیارتگاه راهنمایی کنند.
- ۳- زائران را نسبت به حفظ رعایت فاصله بهداشتی متذکر گردند.
- ۴- نگهبان با اسپری ضدعفونی کننده به صورت متناوب دست های خود را ضدعفونی نماید
- ۵- نگهبانان از ورود افراد بدون ماسک و دستکش جلوگیری نمایند.

کفشداری ها

- ۱- کفشداری ها هر کفشی را در یک جا کفشی قرار داده و از تحویل گرفتن کفش بدون نایلون خودداری شود.
- ۲- کفشداری ها و قفسه های آن ها بصورت مرتب ضدعفونی شود.
- ۳- کیسه نایلونی نو در اختیار زائرین قرار گیرد.
- ۴- همیشه از ماسک و دستکش در زمان حضور در کفشداری استفاده شود.
- ۵- در محل کفشداری محلول ضدعفونی برای استفاده زائرین قرار داده شود.

انجمن علمی آموزش بهداشت
و ارتقای سلامت ایران