

توصیه های بهداشتی مراسم پرفیض شب های قدر

ویژه شرکت کنندگان



◀ ترجیحا از سجاده، مهر، تسبیح، چادر نماز، کتب ادعیه و قرآن شخصی استفاده کنید.

◀ از آب بطری شده (بسته بندی بهداشتی) استفاده نمایید.

◀ از تمیز بودن دست ها قبل از مصرف مواد غذایی مطمئن شوید.

◀ مواد غذایی پخته (نذورات) را در اسرع وقت میل نمایید، زیرا بیرون ماندن بیش از دو ساعت غذای پخته شده در محیط خارج از یخچال، باعث رشد و نمو میکروب ها، افزایش سموم و فساد غذا شده که منجر به بیماری و مسمومیت می شود.

◀ از نوشیدن چای و سایر نوشیدنی های داغ در لیوان های یکبار مصرف شفاف خودداری کنید.

◀ ترجیحا از نذورات بسته بندی بهداشتی استفاده کنید.

◀ اگر مبتلا به بیماری زمینه ای (قلبی عروقی، سرطان ها، دیابت و ...) هستید، برای حضور در مراسم از ماسک استفاده نمایید و از تهویه مناسب محل برگزاری مراسم مطمئن باشید.

◀ اگر دارای علائم سرماخوردگی مثل تب، سرفه، عطسه، آبریزش بینی، درد، کوفتگی بدن و ضعف هستید، برای حفظ سلامت خود و سایر افراد از شرکت در این مراسم خودداری کرده و این مراسم را از تلویزیون و به صورت مجازی دنبال نمایید.