



## کرونا و رمضان

به خاطر شیوع ویروس کرونا تعدیلات در اجرای کار و تعلیم و تربیه انجام شده. انجام دادن اکثر فعالیت ها ممنوع شده است. طور مثال تجلیل کردن عید پاک (په سن) بصورت دسته جمعی در کلیسا ، تجلیل جشن های روز پادشاه ، سپورت و برپا کردن محافل دسته جمعی البته که تعدیلات متذکره در ماه مبارک رمضان هم قابل تطبیق است. یعنی امسال نمیتوانیم رمضان را مثل سالهای گذشته تجلیل کنیم. نماز های شام و تراویح ، صرف کردن غذا بصورت دسته جمعی بعد از افطار و تجلیل عید رمضان باید به شکل متفاوت صورت بگیرد. خوشبختانه میتوانید این فعالیت ها را با در نظر داشت تعدیلات انجام بدهید.

### اگر شما صحتمند استید؟ پس میتوانید:

- روزه بگیرید قسمی که همیشه در رمضان انجام میدادید
- صرف غذا همراه با اشخاصی در یک خانه با شما زندگی میکنند یعنی خانواده یا هم اطاقی تان
- اجاز دارید حد اکثر سه نفر را به خانه تان دعوت کنید در صورتیکه مسافه یک و نیم متر را مراعات کرده و از قبل با هم به توافق برسید که مراعات کردن این موضوع حتمی است.
- عبادت های که لازم است در شب های رمضانادا شوند ، میتوانید از طریق انترنت در خانه تان اجرا کنید
- شما میتوانید از طریق انترنت یکجا با فامیل و دوستان تان در عین زمان افطار کرده و غذای تانرا صرف کنید ( البته با تماس ویدیویی بواسطه فیسبوک ، سکپ و وستاسپ)

پس تا حد امکان در خانه بمانید.

### کدام فعالیت ها ممنوع است:

- پذیرفتن زیادتر از سه نفر مهمان را به خانه
- مهمان رفتن به خانه شخصی که سه مهمان دارد
- نزدیک شدن به دیگران ، همیشه از دیگران به اندازه یک و نیم متر فاصله بگیرید
- دست دادن ، بوسه یا به آغوش گرفتن همدیگر
- رفتن به مسجد بصورت گروهی به خاطر ادای نماز تراویح

از امکانات انترنت استفاده کنید.

## فرموده های امام ها راجع به رمضان :

- در قرآن ذکر شده است که اشخاص بیمار از گرفتن روز معاف استند چون روزه گرفتن در حالت بیماری باعث صدمه زدن به صحت انسان میشود. شما میتوانید بعد از اینکه صحتیاب شدید قرضی روزه را بگیرید. (سوره آل-بقره ۲:۱۸۴).

در قرآن واضحاً تذکر داده شده که شما حق ندارید که زندگی تانرا در معرض خطر قرار بدهید و یا باعث مرگ خود شوید. (سوره آل-بقره ۲:۱۹۵). پس فقد در حالی روزه بگیرید که وجودتان توانمندی کامل داشته باشد.

- توجه جدی به خود داشته باشید اگر صحت تان کاملاً خوب نیست ، اگر بیمار استید و یا کدام بیماری مزمن دارید اجازه ندارید که صحت تانرا با خطر مواجه سازید.

- با داکتر خانگی تان مشوره کنید اگر بالای مقاومت وجود تان شک دارید و مطمئن نیستید که توان روزه گرفتن را دارید و در صورت ضرورت طریق استفاده دارو های تانرا تغییر بدهید.

**به خاطر محافظت تان در برابر کرونا به عقل سلیم و قضاوت درست احتیاج دارید.**

برای شما و تمام دوستان تان روز های خوش رمضان را آرزو میکنیم

