கொரோனா விழிப்புணர்வு

கர்மேல் வெளியீடு

'பாழாக்கும் கொள்ளைநோய்க்குத் தப்புவிப்பார்'
- திருப்பாடல் 91

பீதி வேண்டாம்! எச்சரிப்பு வேண்டும்!
விழிப்புணர்வு அடைவோம்!

கொரோனா வைரஸ்

- கொரோனா வைரஸ் பற்றிய முழுமையான, சரியான விழிப்புணர்வு அடைதல் வேண்டும்.
- நமக்கு கொரோனா வைரஸ் தொற்று ஏற்படாதவாறு எச்சரிக்கையாக இருத்தல் வேண்டும்.
    - அத்தியாவசியத் தேவையில்லாமல் பொதுஇடங்களுக்குப் போவதை தவிர்க்க வேண்டும்.
    - பிறர் தொடும் வாய்ப்புடைய மேற்பரப்புக்களைத் தொடுவதை தவிர்க்க வேண்டும்.
    - இயலாவிடின், மிகுந்த எச்சரிக்கை வேண்டும்.
    - தும்மல், இருமல், சளி உள்ளவர்களிடம் நெருக்கமாயிராமல் இடைவெளிவிட்டு இருத்தல் வேண்டும்.
    - நெருக்கமாக இருக்கவேண்டிய நிலை வருமானால் பாதுகாப்பு அம்சங்களில் மிகவும் கவனம் செலுத்தல் வேண்டும்.
    - அடிக்கடியாக கைகளை சோப்பு போட்டு தண்ணீரில் சரியான முறையில் கழுவவேண்டும்.
    - நம்மையும், நாம் பயன்படுத்தும் பொருட்களையும், நம்மைச் சுற்றியுள்ள இடங்களையும் சுத்தமாக வைத்துக்கொள்வது மிகவும் முக்கியம்.
    - மூக்கு, வாய் கண் போன்ற உறுப்புக்களை கழுவாத கைகளுடன் தொடுவதை கண்டிப்பாகத் தவிர்க்க வேண்டும்.
    - பிறருடன் மேற்கத்திய முறையில் கைக்குலுக்கி வாழ்த்துதல் சொல்லுவதைவிடுத்து, நமது பாரம்பரிய முறையில் கைகூப்பி வணக்கம் சொல்லுகிற பழக்கத்தை வளர்த்துக் கொள்ளவேண்டும்.
    - ஆரோக்கியமான உணவு பழக்கங்களை கடைபிடித்தல் நல்லது.

- தொற்று பாதிப்பிற்கான அறிகுறிகள் இருக்குமானால்
  - பிறருக்கு பரவாமலிருக்க பாதுகாப்பு நற்பண்புகளை உடனடியாக மேற்கொள்ள வேண்டும்.
  - தயக்கமின்றி மருத்துவரை அணுகவேணடும்.
  - மருத்துவ பரிசோதனைக்கும், சிகிச்சைக்கும் உடனடியாக உடன்படவேண்டும்.
- பொதுவாக,
  - நமது அரசாங்கம் கட்டளையிடும் ஒழுங்குமுறைகள் அனைத்திற்கும் கீழ்ப்படிந்து ஒத்துழையுங்கள்.
  - மருத்துவ நிபுணர்கள் சொல்லும் ஆலோசனைகளை ஏற்றுக்கொண்டு, அவைகளைக் கைக்கொள்ளுங்கள்.
  - பிறருக்கு விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துங்கள்.
  - நம்மைப் படைத்த எல்லாம் வல்லவரை அண்டிக்கொண்டு அவரையே நோக்கிப்பாருங்கள்.
  - விவிலியம் விளம்புகிறது: ‘உன்னதமும் எல்லாமுமான இறைவனிடம் நாம் அடைக்கலமாயிருந்தால், அவர் நம்மை பாழாக்கும் கொள்ளைநோய்க்கும் தப்புவிப்பார்’ (திருப்பாடல் 91)

அறிவு பெறுவோம்! அச்சம் தவிர்ப்போம்!

நம் பாரதநாடு சுகித்திருக்கட்டும்!
உலகை மிரட்டும் கொடிய அச்சுறுத்தல் நீங்கட்டும்!

நாம் அனைவரும் நலத்துடன் - நல்லிணக்கத்துடன் - வாழ
எல்லாம் வல்ல இறைவன் அருள்புரிவாராக!

பொதுநலன் கருதி வெளியிடுவோர்:

கர்மேல் ஊழியங்கள்

103, பிரிக்லின் ரோடு, புரசைவாக்கம்,
சென்னை – 600007
9944222022