



VERAPOLY

ARCHDIOCESAN GAZETTE

വരാപ്പുഴ അതിരൂപതാ ഗസറ്റ്

Vol. LIV - JK 40

2020 MARCH 10

No. 4

PASTORAL LETTER

കോവിഡ് 19

ചില മുൻകരുതലുകൾ

യേശുവിൽ പ്രിയ സഹോദര വൈദികരേ,
സന്യാസസഹോദരന്മാരേ, സഹോദരിമാരേ, വത്സലമക്കളേ,

കോവിഡ് 19 വ്യാപനം നിയന്ത്രിക്കുന്നതിന്റെ ഭാഗമായി കെ.സി.ബി.സിയും കേരള സർക്കാറും നൽകിയിട്ടുള്ള നിർദ്ദേശങ്ങൾ കർശനമായി പാലിക്കണമെന്ന് സ്നേഹപൂർവ്വം ഞാൻ ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു.

ഈ പശ്ചാത്തലത്തിൽ മാർച്ച് 19-ാം തീയതിയിലെ വി. യൗസേപ്പിതാവിന്റെ തിരുനാളിനോടനുബന്ധിച്ചുള്ള നേർച്ചസദ്യ മെയ് 1-ാം തീയതിയിലേക്ക് (അന്ന് സാഹചര്യം അനുകൂലമാണെങ്കിൽ) മാറ്റിവയ്ക്കണമെന്ന് അറിയിക്കുന്നു. കൂടാതെ, ദേവാലയത്തിലെ തിരൂക്കർമ്മങ്ങൾ ഒഴികെയുള്ള മറ്റു ആഘോഷങ്ങളും ഒത്തുചേരലും നേർച്ചകഞ്ഞി വിതരണവും ഇനി ഒരു അറിയിപ്പ് ഉണ്ടാകുന്നതുവരെ ഒഴിവാക്കേണ്ടതാണ്.

നേരത്തെ അറിയിച്ചിട്ടുള്ളതുപോലെ, ദിവ്യകാരുണ്യം കൈയിൽ സ്വീകരിക്കേണ്ടതാണെന്നും ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു. പള്ളികളിലെ ഭിത്തികളിൽ പാത്രങ്ങളിൽ വിശുദ്ധജലം സൂക്ഷിക്കുന്ന പതിവ് തൽക്കാലത്തേക്ക് ഒഴിവാക്കേണ്ടതാണ്.

വിശുദ്ധവാരതിരുക്കർമ്മങ്ങൾക്കിടയിൽ കുരിശുരുപചുംബനം, തിരുസ്വരൂപചുംബനം എന്നിവയ്ക്കു പകരം കുരിശിന്റെ പൊതുവായ ആശീർവാദം, പൊതുവായ തിരുസ്വരൂപവണക്കം എന്നിവയ്ക്ക് ജനങ്ങളെ പോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നതായിരിക്കും ഉചിതം.

പനി, ചുമ, ശ്വാസതടസം മുതലായ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ ഉള്ളവർ പൊതുവായ തിരുക്കർമ്മങ്ങളിലും ചടങ്ങുകളിലും സംബന്ധിക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കേണ്ടതാണ്. കെ.സി.ബി.സിയും കേരള സർക്കാറും നൽകിയിട്ടുള്ള മറ്റു നിർദ്ദേശങ്ങളും കർശനമായി പാലിച്ചുകൊണ്ട് നമുക്ക് ആരോഗ്യമുള്ള ഒരു സമൂഹമായി നിലനില്ക്കാം. അതിന് സ്നേഹപിതാവായ ദൈവം നമ്മെ എല്ലാവരെയും സഹായിക്കട്ടെയെന്നും നമ്മുടെ നാടിനെയും ലോകത്തെയും സംരക്ഷിക്കട്ടെയെന്നും പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു.

എനിക്ക് നിങ്ങളോടുള്ള പൈതൃകസ്നേഹത്തിന്റെ അടയാളമായി പിതാവിന്റെയും പുത്രന്റെയും പരിശുദ്ധാത്മാവിന്റെയും നാമത്തിൽ നിങ്ങളെ ഹൃദയപൂർവ്വം ഞാൻ ആശീർവദിക്കുന്നു.

എറണാകുളത്ത് നമ്മുടെ അതിമെത്രാസന മന്ദിരത്തിൽനിന്ന് 2020 മാർച്ച് 10-ാം തീയതി,

✠ ജോസഫ് കളത്തിപ്പറമ്പിൽ
വരാപ്പുഴ അതിരൂപത മെത്രാപ്പോലീത്ത

N.B.: ഈ ഇടയലേഖനം താമസംവിനാ ജനങ്ങളുടെ അറിവിലേക്കായി ദിവ്യബലി മധ്യേ വായിക്കേണ്ടതാണ്.

കോവിഡ് 19

കെ.സി.ബി.സി. ഹെൽത്ത് കമ്മീഷന്റെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ പി.ഒ.സിയിൽ ചേർന്ന ആരോഗ്യരംഗത്തെ വിദഗ്ദ്ധരുടെ സമ്മേളനത്തിനുശേഷം നൽകുന്ന ജാഗ്രതാ നിർദ്ദേശങ്ങൾ

പൊതുനിർദ്ദേശങ്ങൾ

- ◆ പരീക്ഷയ്ക്ക് പോകുന്ന കുട്ടികൾ കൂട്ടംകൂടി നിൽക്കാതെയും പരീക്ഷ കഴിഞ്ഞാൽ എത്രയും വേഗം വീട്ടിൽ എത്താനും ശ്രമിക്കുക. കുടിവെള്ളം കൊണ്ടുവന്ന കുപ്പികൾ, ഗ്ലാസുകൾ, സ്കെയിൽ, റബ്ബർ, പേന തുടങ്ങിയവ കുട്ടികൾ തമ്മിൽ കൈമാറാതിരിക്കാൻ ശ്രമിക്കുക.
- ◆ പനി, ശ്വാസതടസ്സം, മുക്കൊലിപ്പ്, തൊണ്ടവേദന, ചുമ തുടങ്ങിയ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ ഉള്ളവർ അടുത്തുള്ള ആശുപത്രിയിൽ ഡോക്ടറെ കാണുവാൻ ശ്രമിക്കുക.
- ◆ ചുമയ്ക്കുമ്പോഴും തുമ്മുമ്പോഴും തുവാല ഉപയോഗിച്ചു വായും മുഖവും മൂടുക. തുവാല ഇല്ലാത്ത സന്ദർഭങ്ങളിൽ കൈമുട്ടുകൾ മടക്കി വായ് മൂടേണ്ടതാണ്. കൈപ്പത്തി കൊണ്ടു മുഖവും വായും മൂടുന്നത് പ്രയോജനകരമല്ല.
- ◆ രോഗലക്ഷണമുള്ളവർ മാസ്ക് നിർബന്ധമായും ഉപയോഗിക്കുക. അവരെ പരിചരിക്കുന്നവരും നിർബന്ധമായും മാസ്ക് ധരിക്കുക.
- ◆ കരൾ, വൃക്ക, ശ്വാസകോശം എന്നിവ സംബന്ധമായി രോഗമുള്ളവരും ഹൃദ്രോഗികൾ, പ്രമേഹരോഗികൾ എന്നിവരും പൊതുപരിപാടികളിലേക്കും പള്ളിയിലേക്കുമുള്ള സന്ദർശനം ഒഴിവാക്കി വീട്ടിൽ വിശ്രമിക്കുകയും പ്രാർത്ഥിക്കുകയും ചെയ്യുക. പ്രായമായവരും കുട്ടികളും ഗർഭിണികളും കഴിയുന്നത്ര പൊതുപരിപാടികൾ ഒഴിവാക്കുക.
- ◆ അണുനാശിനികൾ ഉപയോഗിച്ച് മുറികളും മുറിയിലെ വസ്തുക്കളും അണുവിമുക്തമാക്കുക.
- ◆ നനവുള്ളതും ഈർപ്പമുള്ളതുമായ പ്രതലത്തിൽ വൈറസിനു അനുകൂല സാഹചര്യം ആയതിനാൽ, അത്തരം സ്ഥലങ്ങളുമായി സമ്പർക്കം ഒഴിവാക്കുക.
- ◆ കോവിഡ്-19 ബാധിത രാജ്യങ്ങളിൽ നിന്നും യാത്രാചരിത്രമുള്ളവർ അല്ലെങ്കിൽ അത്തരം രാജ്യങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള യാത്രക്കാരുമായി സമ്പർക്കം പുലർത്തിയിട്ടുള്ള വ്യക്തികൾ, നിശ്ചിതസമയം നിരീക്ഷണത്തിൽ തുടരുകയും, മറ്റുള്ളവരുമായുള്ള സമ്പർക്കം പരമാവധി ഒഴിവാക്കുകയും ചെയ്യുക.
- ◆ തിരക്കുള്ള സ്ഥലങ്ങളിൽ പോകാതിരിക്കുകയും, പൊതുസമ്മേളനങ്ങൾ, വിവാഹ ആഘോഷങ്ങൾ, സിനിമാശാലകൾ, വിനോദയാത്രകൾ മുതലായവ ഒഴിവാക്കുകയും ചെയ്യുക. നേർച്ചസദ്യ, പൊതുദക്ഷണ പരിപാടികൾ, പൊതുഇടങ്ങളിൽ നിന്നുള്ള

ഭക്ഷണം എന്നിവ കഴിയുന്നത്ര ഒഴിവാക്കുക. അനാവശ്യ ആശുപത്രി സന്ദർശനങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുക.

- ◆ പൊതുഇടങ്ങളിലെ ഹാൻഡ് റെയിലുകൾ, ഡോർ ഹാൻഡിലുകൾ, ദിത്തികൾ തുടങ്ങിയവയിൽ കഴിയുന്നിടത്തോളം തൊടരുത്. ഈ സ്ഥലങ്ങളിൽ സ്പർശിക്കാനിടയായാൽ അതിനുശേഷം കൈ കഴുകുക.
- ◆ ആലിംഗനം അല്ലെങ്കിൽ ഹാൻഡ്ഷേക്ക് പോലുള്ള സാമൂഹിക ആശംസകൾ ഒഴിവാക്കുക.
- ◆ സ്വന്തം മുഖം, മുക്ക്, കണ്ണുകൾ എന്നിവ ഇടയ്ക്കിടെ സ്പർശിക്കുന്നത് കഴിയുന്നത്ര ഒഴിവാക്കുക.
- ◆ ഇടയ്ക്കിടെയ്ക്കു കൈകൾ നന്നായി സോപ്പും വെള്ളവും ഉപയോഗിച്ചോ, സാനിറ്റൈസർ ഉപയോഗിച്ചോ വൃത്തിയാക്കുക. പൊതുഇടങ്ങളിലെ ടവലുകൾ ഒഴിവാക്കുക.
- ◆ യാത്രകൾ പരമാവധി നിയന്ത്രിക്കുകയും കഴിയുന്നതും പൊതു ശുചാലയങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കുകയും ചെയ്യുക.

ദേവാലയങ്ങളിലും കുടുംബങ്ങളിലും പാലിക്കേണ്ട പ്രത്യേകനിർദ്ദേശങ്ങൾ

- ◆ ആരാധനാലയങ്ങളിൽ തിരുസ്വരൂപങ്ങളിൽ തൊട്ടുമുത്തുകളയോ ചുംബിക്കുകയോ ചെയ്യുന്ന പ്രവണത ഒഴിവാക്കുക.
- ◆ ദൈവാലയങ്ങളിലുൾപ്പെടെ ആളുകൾ കൂട്ടംചേരുന്നത് പരമാവധി കുറയ്ക്കുക.
- ◆ തിരുനാളുകൾ, തീർത്ഥാടനങ്ങൾ, കൺവെൻഷനുകൾ എന്നിവ മാറ്റിവയ്ക്കുകയോ ആൾക്കൂട്ടം ഒഴിവാക്കാൻ കഴിയുംവിധം പരിപാടികളിൽ മാറ്റം വരുത്തുകയോ ചെയ്യുക.
- ◆ പള്ളി സന്ദർശന വേളയിൽ മുന്നിൽ നിന്നും പിന്നിൽ നിന്നുമുള്ള വ്യക്തികളിൽ നിന്നും ഒരു കൈ അകലം എങ്കിലും പാലിക്കുവാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക.
- ◆ മുതദേഹങ്ങളിലുള്ള ചുംബനങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുക.
- ◆ വ്യക്തിപരമായ പ്രാർത്ഥനകളിലും കുടുംബപ്രാർത്ഥനയിലും ഇടവകയിൽ ക്രമീകരിക്കുന്ന ആരാധന ശുശ്രൂഷകളിലും, പകർച്ചവ്യാധികളിൽനിന്നുള്ള വിടുതലിനും പ്രത്യേകസംരക്ഷണത്തിനുമായി പ്രാർത്ഥിക്കുകയും പരിശുദ്ധ മാതാവിന്റെയും മറ്റു വിശുദ്ധരുടെയും സംരക്ഷണം അപേക്ഷിക്കുകയും ചെയ്യുക.

ആരോഗ്യവകുപ്പിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ സംസ്ഥാന ഗവൺമെന്റ് നടത്തിവരുന്ന രോഗ പ്രതിരോധ പ്രവർത്തനങ്ങളുമായി സഹകരിച്ചു പ്രവർത്തിക്കാൻ എല്ലാ കത്തോലിക്കാ സ്ഥാപനങ്ങളെയും വിദ്യാലയങ്ങളെയും കെ.സി.ബി.സി. ആഹ്വാനം ചെയ്യുന്നു.

കേരള കാത്തലിക് ബിഷപ്പ് കൗൺസിൽ സെക്രട്ടേറിയറ്റ്
പി.ഒ.സി.