

بسمه تعالی



## شیوه نامه بهداشتی برگزاری مراسم اعتکاف سال ۱۴۰۲

وزارت بهداشت ، درمان و آموزش پزشکی

معاونت بهداشت

مرکز سلامت محیط و کار

اداره بهداشت مواد غذایی و اماکن عمومی

دی ماه ۱۴۰۲

## مقام معظم رهبری (مدظله العالی): "اعتکاف یک ریاضت برای ارتقای معنویت است"

### مقدمه :

اعتکاف از سنت های ناب اسلامی است که به دلیل جامعیت آن ، عبادت های دیگر، از نماز، روزه، تلاوت قرآن کریم ، روزه داری و دعا را در دل خود دارد. لذا سهم بسزایی در گسترش معنویت و اصلاح جامعه ایفا می کند، تا بدانجا که مقام منیع ولایت در بیانیه گام دوم انقلاب اسلامی آن را نشان عیار معنویت و اخلاق در جامعه دانستند . با عنایت به این که مراسم معنوی اعتکاف طبق سنت دینی و مذهبی برای جدا شدن از دنیا و تعلقات آن و برقراری ارتباط خالصانه با خدا هر ساله در ایام البیض ( روزهای ۱۳، ۱۴ و ۱۵) رجب انجام می شود و امسال برگزاری این مراسم مصادف با روزهای پنج شنبه، جمعه و شنبه شنبه برابر با ۵، ۶ و ۷ بهمن ماه ۱۴۰۲ می باشد.

با توجه به این که مدیریت مطلوب برگزاری مراسم، رعایت دستورالعمل ها و نظارت بر رعایت پروتکل های بهداشتی جهت حفظ و ارتقاء سلامت عمومی که به عنوان یکی از وظایف نظام سلامت می باشد، از اهمیت ویژه ای برخوردار است لذا توصیه های ذیل به عنوان مفاد مهم این شیوه نامه با توجه به شرایط شیوع بیماری های تنفسی در دستور کار قرار میگیرد :

۱. مراسم در مساجدی که دارای امکانات و شرایط بهداشتی مناسب هستند برگزار شود.
۲. برای پیشگیری از بیماری های تنفسی رعایت تهویه مطلوب ضروری است.
۳. توصیه می شود افرادی که دارای علائم بیماری تنفسی هستند در مراسم و اجتماعات شرکت نکنند و یا ضمن رعایت فاصله از ماسک استفاده نمایند.
۴. برای افراد پرخطر و دارای بیماری های زمینه ای، استفاده از ماسک به طور دائم و همیشگی توصیه می شود.
۵. رعایت بهداشت فردی برای همه افراد الزامی می باشد.
۶. فرش های محل برگزاری مراسم، قبل از مراسم نظافت و گندزدایی گردد.
۷. ظروف زباله در دار به همراه کیسه زباله در صحن مسجد و سرویس بهداشتی و وضوخانه و آبدارخانه در دسترس مردم به تعداد کافی قرار گیرد.
۸. وسایل مورد نیاز برای استراحت مثل پتو و بالش و ملحفه ها توسط معتکفین آورده شود.
۹. سرویس بهداشتی مساجد دارای شرایط بهداشتی بوده و مستمر نظافت، شستشو و گندزدایی شود.
۱۰. پوستر آموزش نحوه شستن دست ها در محل وضوخانه نصب گردد.
۱۱. وجود مایع صابون در سرویس های بهداشتی و وضوخانه مساجد برای تمام سکوه های شستشو الزامی است .

۱۲. گندزدایی محل و سطوح مشترک از جمله دستگیره، در، صندلی و میکروفن با مواد گندزدای مناسب انجام شود.
۱۳. محل آبدارخانه به طور روزانه با مواد گندزدای مناسب گندزدایی شده و از آب خوری های عمومی نیز جمع آوری گردند.
۱۴. ورود افراد متفرقه به آبدارخانه ممنوع بوده و از آبدارخانه جهت گرفتن وضو استفاده نشود.
۱۵. توزیع غذا در کوتاه‌ترین زمان (قبل از دو ساعت) پس از طبخ و به شکل گرم و با بسته‌بندی بهداشتی یک نفره صورت پذیرد.
۱۶. از نگهداری مواد غذایی پخته شده در دمای محیط به مدت طولانی (حداکثر دو ساعت) خودداری گردد. در صورت الزام به نگهداری بیشتر از دو ساعت، باید مواد غذایی پخته در زیر ۴ درجه سانتی‌گراد یا در بالای ۶۳ درجه سانتی‌گراد (روی شمعک گاز) نگهداری تا درجه حرارت ماده غذایی به زیر ۶۳ درجه نرسد.
۱۷. مواد غذایی و آشامیدنی توزیع شده بایستی به صورت بسته بندی باشد.
۱۸. از توزیع نوشیدنی و چای در استکان ها و لیوان های مشترک خود داری شود.
۱۹. بهتر است از قاشق و چنگال و لیوان شخصی استفاده شود و در صورت استفاده از قاشق و چنگال و لیوان یکبار مصرف از ظروف یکبار مصرف مناسب و تجزیه پذیر استفاده شود.
۲۰. آب بطری دارای مجوزهای قانونی و دارای تاریخ مصرف مجاز به مقدار کافی توزیع شود.
۲۱. از نوشیدن چای و مایعات داغ در لیوان های یکبار مصرف شفاف خودداری کنید.
۲۲. از بسته بندی و توزیع غذا در ظروف یکبار مصرف نامناسب و پلاستیکی و فومی جلوگیری شود.
۲۳. از توزیع سبزیجات و میوه جات بدون انجام سالمسازی خودداری شود.
۲۴. میوه ها را قبل از مصرف با دقت با آب سالم شستشو دهید و حتما پوست آنها را جدا کنید.
۲۵. در صورت توزیع سبزی و سالاد، رعایت مراحل چهارگانه سالم سازی سبزی و میوه الزامی است و توصیه می شود از سالاد و سبزی بسته بندی شده با پروانه ساخت از وزارت بهداشت استفاده شود.
۲۶. تمامی افرادی که مشغول خدمت به معتکفین می باشند به ویژه افرادی که در امر تهیه و توزیع غذا دخالت دارند بایستی ضمن رعایت کامل بهداشت فردی از ماسک و دستکش مناسب به طور مستمر در حین خدمت استفاده نمایند.
۲۷. رعایت عدم استعمال دخانیات در محل مراسم به دلیل تاثیر آن بر تضعیف سیستم ایمنی بدن و مستعد نمودن افراد در ابتلا به ویروس الزامی است.
۲۸. نظارت دقیق بر اجرای پروتکل پیشگیری و مراقبت از بیماری های تنفسی توسط خدام و مسئولین برگزاری مراسم صورت پذیرد.

۲۹. معتکفین از وسایل مانند قرآن و کتب ادعیه، مهر، سجاده، تسبیح و چادر و نظایر آن به صورت شخصی استفاده نمایند.

۳۰. همه وسایل عمومی اعم از مهر و تسبیح، کتب ادعیه، قرآن، میز و صندلی سالمندان، عبا و چادر مشترک و ... جمع آوری گردند.