

ശുചിത്വം

നമ്മുടെ ശരീരം എപ്പോഴും വൃത്തിയായി സൂക്ഷിക്കണം . ഈ കൊറോ കാലത്ത് പ്രത്യേകിച്ച് വൃത്തിയായി സൂക്ഷിക്കണം. തുമ്മുമ്പോഴും ചുമയ്ക്കുമ്പോഴും തുവാല ഉപയോഗിച്ചു മുക്കും വായും പൊത്തുക .കൊറോണ ബാധിത പ്രദേശങ്ങളിൽ നിന്ന് എത്തുന്നവർ രോഗലക്ഷണങ്ങൾ ഒന്നും ഇല്ലെങ്കിൽ പോലും 14 ദിവസം നിർബന്ധമായും വീട്ടിനുള്ളിൽ തന്നെ കഴിയുക . പനി, തുമ്മൽ, ജലദോഷം, ചുമ, എന്നിവ ഉള്ളവർ യാത്രകൾ ഉത്സവങ്ങൾ പൊതുപരിപാടികൾ എന്നിവ നിർബന്ധമായും ഒഴിവാക്കുക .' നമ്മുടെ ആരോഗ്യം, നമ്മുടെ ഉത്തരവാദിത്വം' അതാണ് നമ്മുടെ കൊറോണ കാലത്ത് ഉള്ള ലക്ഷ്യം . നമുക്ക് ഭീകരത വേണ്ട ജാഗ്രത മാത്രം മതി . ലോക ഗൗണിന് ശേഷം ചില കാര്യങ്ങൾ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കണം . പ്രധാനമായും വ്യക്തിശുചിത്വം . അത് ജീവിതത്തിന്റെ ഭാഗമാക്കി വേണം മുന്നോട്ടു പോകാൻ . ലോക ടൗൺ കഴിഞ്ഞാലും Covid-19 ബാധയുള്ള സ്ഥലങ്ങളിലേക്ക് പോകുന്നു എന്ന ബോധ്യത്തോടെ കൃത്യമായ മുൻകരുതൽ എടുത്തു വേണം പുറത്തിറങ്ങാൻ . അകലം പാലിക്കൽ, കൈകഴുകൽ, സാനിഡൈസറിനെ ഉപയോഗം എന്നിവ ജീവിതശൈലി ആക്കണം . ഇവ ശീലമാക്കിയ രാജ്യങ്ങളിൽ Covid-19 വ്യാപനം കുറവാണെന്ന് കണക്കുകൾ വ്യക്തമാക്കുന്നു . വ്യക്തിശുചിത്വം ആണ് വൈറസിനെതിരെ ഉള്ള വലിയ പ്രതിരോധം .

LINTO JOSEPH BOBY
VII-D
S.B.H.S.S Changanacerry