

پیشگیری ساده تر از درمان است



محمّدجواد آذری جهرمی وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات

گفته‌اند: «خدا گر ز حکمت ببندد دری، ز رحمت گشاید در دیگری»

هر چند بیماری کرونا برای مردم ما و البته برای همه مردم جهان مصایب ودشواری‌های بسیاری دربر داشت اما فرصتی بود برای تفکر به مسیرها و ظرفیت‌های نویافته که از این پس زندگی ما را آسان‌تر خواهد کرد. امروز مردم ما بسیاری از امور روزمره را با استفاده از بسترهای

ارتباطی انجام می‌دهند. دانش آموزان، دانشجویان و استادان از فضای مجازی برای آموزش استفاده می‌کنند و اغلب خدمات از رهگذر فضای مجازی و زیرساخت‌های ارتباطی قابل ارائه هستند. البته این بدین معنا نیست که هیچ مشکل و کمبود و فشاری در مسیر نبوده و نیست بلکه مهم آن است که با هم کار بزرگی را آغاز کردیم و بهبود دادیم و هر روز برای بهتر شدن آن در تلاشیم. حالا فکر کنید چنین زیرساخت‌هایی در کشور ما فراهم نبود یا ضعیف بود آن موقع شرایط از آنچه الان هست بسیار دشوارتر می‌شد و مردم بیشتر در معرض ابتلا به بیماری قرار می‌گرفتند. خدا را شاکریم که به ما توفیق خدمت داد تا امروز شاهد توسعه ارتباطات و ظرفیت‌های نویافته باشیم، اما در این میان آنچه مهمتر از هر هدف و آرزویی است سلامتی تک تک مردم ایران است. به گفته پزشکان، ویروس کرونا موجودی مودی است و هر روز به رنگی در می‌آید. نمی‌توان آن را شوخی گرفت و در رعایت پروتکل‌ها کوتاهی کرد. جسم و جان تک تک شما هموطنان ارزشمند است و راه‌های شناخته شده پیشگیری از ابتلا به این بیماری سهل و ساده. وقتی می‌توان با دوری از حضور از اجتماع و رفت و آمدهای بیبوهه، استفاده از ماسک، شستن مدام دست‌ها و ضد عفونی مدام سطوح از این بیماری خطرناک و کشنده پیشگیری کرد، چرا نکنیم؟ چرا جان عزیز خودمان و نزدیکانمان را به خطر بیندازیم؟ ایران به تک تک شما هموطنان نیازمند است. باید بمانید تا آینده را با هم بسازیم. پس بیشتر مراقب خودتان و آنهایی که دوستشان دارید باشید. آرزومند سلامتی تک تک ایرانیان.

یک عطسه بدون ماسک و ۲۵ مبتلا



اسماعیل کهرمی کارشناس پیشگسوت محیط زیست

باور کردنی نیست آنچه امروز دیدم. در موج سوم کرونا و در یکی از خیابان‌های بالای شهر از هر ۱۰ نفر حداکثر سه نفر ماسک زده‌اند. جای تعجب است که چرا شهروندان کرونا

متخصص را بیادور تلویزیون تا آنها درباره مضرات ماسک نزنند، حرف بزنند. دولت با ممنوع و جریمه کردن راه به جایی نمی‌برد. باید با مردم علمی صحبت کرد. خانم مینو محرز از متخصصان شاخص عرصه سلامت دیگر باید با فرهنگ‌سازی مردم را به زدن ماسک قانع کنند. ما باید به جایی برسیم که حداقل ۸۰ درصد مردم ماسک را جدی بگیرند. حرفی هم با مردم دارم. عزیزان شما با ماسک نزدن تنها زندگی خود را به خطر نمی‌اندازید. اگر شما به ویروس مبتلا باشید آن بجای که از کنار شما رد می‌شود یا آن خانم خسته و فرسوده‌ای که از خرید روزانه برمی‌گردد، مبتلا شود شما مقصر هستید. اگر به خاطر یک ماسک ناقابل باعث ابتلای یک نفر شوید وجدان شما چطور راحت می‌شود؟ شما را به خدا بیایید به وجدان خود مراجعه کنید. همان طور که شما دوست ندارید کسی به شما ویروس بدهد کسی هم دوست ندارد این ویروس را از شما بگیرد. شاید شما کلمه پندمیک یا پاندمیک را شنیده باشید. پاندمیک یک اپیدمی و همه‌گیری بسیار وسیع است. مثلاً آنفلوآنزای پرندگان یک پاندمیک بود. انواع بیماری‌های پرندگان. به در یک وسعت عظیم اتفاق می‌افتد و امروز از چین تا ایران یک جغرافیای بزرگ را درگیر کرده اسمش پاندمیک است. این ویروس را کووید ۱۹ می‌گویند چون برای نخستین بار در سال ۲۰۱۹ شناخته شد. همه‌گیری این بیماری آنقدر زیاد است که اگر یک نفر دچار آن شود به راحتی می‌تواند ۲۵ نفر را در اطرافش درگیر کند، مثل آنفلوآنزای پرندگان. به آنفلوآنزای پرندگان، فوق حاد می‌گویند. تجربه نشان داد در آنفلوآنزای فوق حاد در میانکاله هر بال پرنده مبتلا به راحتی ۴۰ پرنده اطراف را درگیر می‌کرد. چون سرعت و اگیر آن زیاد بود و سریع پخش می‌شد. ویروس کرونا هم همین قصه را دارد. تنها چند روز طول کشید تا کرونا از چین به ایران بیاید. اگر یک مبتلا در یک اتوبوس عطسه کند می‌تواند ۲۵ نفر را مبتلا کند، اما اگر ماسک بزنند تنها افراد اطراف خود مثل خانواده‌اش را درگیر می‌کند. بنابراین ماسک بزنیم تا شب با وجدان آسوده به خانه برویم. ماسک زدن یک تکلیف ساده است که جامعه بشریت از من و تو انتظار دارد.

احترام به مردم فرهنگ‌دوست



کیبون ساکت مدرس و نوازنده تار و سه‌تار

این روزها گسترش ویروس کرونا موجب شده مردمان همه دنیا شرایط بسیار دشواری را بگذرانند و طبیعتاً کشور زیبای ما ایران و مردمانش هم از این بلا و گرفتاری مصون نمانده‌اند و شوریختانه بسیاری از هموطنان ما نیز بر اثر ابتلا به این بیماری

جهنمی فوت کرده‌اند و بسیاری دیگر از مردم همچنان با این بیماری دست و پنجه نرم می‌کنند، به این روی همه ما وظیفه داریم و باید با زدن ماسک به مردم و سلامتی هموطنانمان احترام بگذاریم و همچنین احترام گذاشتن به سلامتی خودمان تا هر چه زودتر دنیا از این بیماری نجات پیدا کند. به عنوان یک هنرمند از همه مردم کشورم و کسانی که به انسانیت علاقه‌مندند و احترام می‌گذارند و کسانی که می‌خواهند ایرانی سرسبز و مردمانی سالم و تندرست داشته باشیم این تقاضا را دارم که ماسک زدن را فراموش نکنند و در صورت امکان جز برای کارهای بسیار ضروری از منزل خارج نشوند و باز هم تاکید می‌کنم به سلامتی هموطنانمان احترام بگذاریم و بگوییم مانند گذشته چند هزار ساله‌مان مردمانی انسان دوست و فرهنگ‌دوست هستیم. بیایید دست در دست هم و با رعایت کامل همه پروتکل‌های بهداشتی اجازه ندهیم بیش از این هموطنانمان به این بلا خانمان‌سوز دچار گردند. ماسک بزنیم، فاصله اجتماعی را رعایت کنیم، جز برای کارهای ضروری بیرون نرویم و باور کنیم هر کدام از ما می‌تواند ناخواسته ناقل این بیماری باشد. برخلاف برخی مسئولان که در ابتدا می‌گفتند بیماری را جدی نگیرید آن را دست کم نگیریم و با رعایت همه نکات ایمنی به فردای ایرانی شاد و سالم بیندیشیم.

جان شما، جان ما



عکس: علی حدادی اصل / آنا

فعالان سیاسی، فرهنگی و اجتماعی از ضرورت مراعات پروتکل‌های بهداشتی می‌گویند

مه‌ار کرونا با شهروندان سبز



محمّد درویش رئیس کمیته محیط زیست در کرسی سلامت اجتماعی یونسکو

ضرورت استفاده از «ماسک» مثل نکشیدن سیگار می‌ماند. برخی از هموطنان در مقابل اعتراض دیگران می‌گویند جان و مال خودمان است بنابراین سیگاری می‌کشیم. در صورتی که علم ثابت کرده است استعمال سیگار می‌تواند محیط زیست را آلوده کند. فیلترهای سیگار می‌تواند سالانه نیاز آبی شهری به بزرگی ۷ برابر تهران را از حیز انتفاع خارج کند. راه‌کردن فیلتر در طبیعت نه تنها

به منابع آبی آسیب وارد می‌کند بلکه سلامت حیات وحش را نیز به خطر می‌اندازد، زیرا حیات وحش با خوردن آن دچار مشکلات زیادی می‌شوند. بنابراین فیلتر سیگاری می‌تواند آغاز سونامی سرطان در جوامع انسانی باشد. چون وحش و پرندگان به اشتباه از فیلترهای سیگار تعلیف می‌کنند. در فیلترهای سیگار ۳۵ ماده شیمیایی وجود دارد که بسیار خطرناک است. این مواد از طریق زنجیره غذایی وارد سبد غذایی شهروندان می‌شود و سونامی سرطان شکل می‌گیرد. داستان ماسک هم همین است. بعضی از شهروندان می‌گویند که تکران کرونا نیستند و ماسک نمی‌زنند. اما آنها توجه نمی‌کنند وقتی ماسک نمی‌زنند جان بقیه را به خطر می‌اندازند و زنجیره شکست‌ناپذیری کرونا را قطعی‌تر می‌کنند. افزایش مبتلایان همچنان که شاهد هستیم باعث می‌شود تا پرسنل و کادر درمان طاقت از تک بدهند و توان آنها از دست برود. خدمت‌های باید به بیماران دیگر که در شرایط اورژانسی قرار دارند برسد، نمی‌رسد و این بیماران قربانی بی‌مبالاتی برخی از شهروندان به دنبال بی‌توجهی به پروتکل‌های بهداشتی می‌شوند. بنابراین درمان بسیاری از بیماران مختل شود. ماسک زدن تنها یک حرکت شهروندی است که باید انجام بگیرد. باید علاوه بر ماسک زدن، پروتکل‌های بهداشتی دیگر را هم جدی گرفت. لازم است که مرتب دست‌ها را بشویم. فاصله اجتماعی را رعایت کنیم. حتی امکان در مراکز پرتردد حرکت نکنیم. جایی که امکان دارد خدمات را از طریق دولت سبز و اینترنت تأمین کنیم. کمتر در معابر و مجامع عمومی ظاهر شویم تا به کادر درمان زمانی برای تازه نفس شدن بدهیم. این حرکت و همراهی اجتماعی باید تا جایی ادامه پیدا کند که شاهد رونمایی از واکسن کرونا باشیم و آن روز را سالم و در کنار عزیزان خود جشن بگیریم.

توصیه‌های متخصصان را به شوخی نگیریم!



محمّدعلی بهمنی شاعر

این روزها به رغم شرایطی که شیوع کرونا سبب شده واز سویی با وجود آنکه شاهد افزایش گرانی‌ها در خصوص تجهیزات و میزان ابتلا به این بیماری هستیم همچنان برخی از مردم توجهی به توصیه‌های پزشکی ندارند و طبق روال قبل مشغول رفت و آمدهای روزانه‌شان هستند. آن هم بدون استفاده از ماسک و ملزوماتی که این روزها جزئی جدایی‌ناپذیر از زندگی جهانیان شده. نمی‌دانم! شاید اگر هر یک از این هموطنان شاهد ابتلای فردی از اطرافیان خود به کرونا بودند می‌دانستند که تبعات آن به هیچ وجه شوخی نیست! شاید بد نباشد بخشی از تجربه تلخی که دو- سه ماه قبل همراه خانواده‌ام پشت سر گذاشته‌ام را با خوانندگان در میان بگذارم تا بلکه نمونه وخامت ماجرا شوند. دختر من در حالی مبتلا شد که از همان ابتدا تا حد امکان ملزومات پزشکی و توصیه‌ها را رعایت می‌کرد. آنقدر نگران سلامتی دخترم بودیم که حتی جرأت نکردیم او را در بیمارستان بستری کنیم. مشکلات خانواده‌هایی که یکی از اعضای آنان مبتلا می‌شوند که یکی - دو تا نیست. تازه باید چاره‌ای برای قرطیبه فرد مبتلا بیندیشند و ما مانده بودیم چطور نوه هفت ساله‌ام را از مادرش دور نگه داریم. آن هم در شرایطی که بسیار به او وابسته بود. این چند سطر تنها بخش کوچکی از چیزی است که بر سر من و خانواده‌ام آمد. دخترم درد و عذاب زیادی متحمل شد و ما هم همراه با او روزهای بسیار سختی را پشت سر گذاشتیم. به هر حال همه مبتلایان به این بیماری از شانس زندگی دوباره بهره‌مند نمی‌شوند. ای کاش آنهایی که هنوز اتفاقات این ماه‌ها را باور نکرده‌اند، کمی در خیرها و از سویی اطرافیان خود جست‌وجو کنند و ببینند ابتلا به این بیماری چه بلایی بر سر افراد و خانواده‌های درگیر آورده است. تا دیر نشده با رعایت مواردی که توصیه شده هم از سلامت خود حفاظت کنیم و هم این که جان دیگران را به خطر نیندازیم. استفاده از ملزوماتی همچون ماسک، کمترین و ساده‌ترین اقدامی است که در قطع زنجیره کرونا از عهده‌مان ساخته است.

خطر، بیخ گوش ماست



محمّدعلی ابیطی عضو مجمع روحانیون مبارز

شاید استفاده از ماسک قبل از ابتلای دونالد ترامپ رئیس جمهوری ایالات متحده آمریکا به بیماری کرونا با بعد از آن، معنای متفاوتی پیدا کرده است. رهبر سیاسی قدرتمندترین کشور دنیا، هیچ‌گاه نمی‌پذیرفت که استفاده از ماسک ضرورت دارد و به ندرت خود را راضی به استفاده از آن می‌کرد. وقتی ترامپ به این بیماری مبتلا شد، به همه ثابت شد که کرونا جدی‌تر از آن چیزی است که فکر می‌کنیم و نزدیک‌تر از هر چیزی است که به آن می‌اندیشیم. وقتی تمام تجهیزات پزشکی دنیا آن هم در آستانه انتخابات ریاست جمهوری آمریکا در اختیار سیاستمداران این کشور باشد و شخص اول این کشور در بوضوح مبارزات انتخاباتی دچار بیماری کرونا شود، جدی‌ترین هشدار برای همه ما است و ضرورت استفاده از ماسک را بیش از پیش برای ما ثابت می‌کند. کرونا خبر نمی‌کند و هیچ محلی را هم تضمین نداده که در آن حضور نداشته باشد و مردم را گرفتار خود نسازد. نه قدرتمندان از این بیماری مصون هستند و نه ما مردم عادی. پس برای خودمان، برای جامعه‌مان و برای امید به آینده‌مان ماسک بزنیم. به نظر می‌رسد ابتدایی‌ترین یا در دست‌ترین ابزار در شرایط فعلی برای پیشگیری از ابتلا به این ویروس خطرناک رعایت همین دستورالعمل‌های پزشکی و از جمله زدن ماسک است که البته نه‌چندان هزینه‌بر است و نه در دسر ساز. در این میان یادآوری زحمات کادر درمانی که ایثارگرانه خود را در معرض احتمال ابتلا قرار داده‌اند هم ضروری است. برای پاسداشت و قدردانی از زحمات آنها هم باید تک‌تک ما مردم پروتکل‌ها را رعایت کنیم تا هم خودمان سالم بمانیم و هم کادر درمان را بیشتر به زحمت نیندازیم.

همه در یک کشتی نشسته‌ایم



امیر راد رئیس هیأت مدیره خانه تئاتر

متأسفانه این ویروس گویا قصد ندارد به این زودی‌ها از جامعه جهانی و به موازات آن ایران ما رخ ببندد و برای همیشه از بین برود و خبرها حاکی از شروع و حتی اوج موج سوم این اپیدمی در این مقطع زمانی را دارد. در چنین شرایطی که کرونا عرصه را به همه ما تنگ کرده و بسیاری از مناسبات اجتماعی را درگیر، تنها کاری که از همه ما بر می‌آید رعایت پروتکل‌های بهداشتی است و خسته نشدن از انجام آن. بر هیچ‌کس پوشیده نیست که ما در طول زندگی هم مسئول جان خود هستیم و هم دیگری و در چنین شرایطی وظیفه انسانی ما سنگین‌تر از هر زمان دیگری خواهد بود و وقتی می‌توانیم با انجام کارهایی، زنجیره انتقال کرونا را قطع یا آن را کند کنیم این وظیفه بر دوش ما خواهد بود که مثلاً با ماسک زدن، نه تنها از جان خود و عزیزان‌مان محافظت کنیم بلکه کادر درمانی نیز کمک کنیم که چندین ماه است بی‌وقفه در حال خدمت‌رسانی به مردم هستند و کافی است یک لحظه خود را به جای آنها بگذاریم تا متوجه عظمت کار آنها شویم و البته فشاری که تحمل می‌کنند. ما همه در یک کشتی نشسته‌ایم و امروز فردای همه ما به هم وابسته است و فقط در یک صورت می‌توانیم این کشتی را به ساحل امنی برسانیم و جز این راهی نیست که به هر آنچه سازمان بهداشت جهانی و مسئولان بهداشت در کشور توصیه و تاکید کرده‌اند گوش کنیم و اجرا. من درصد بسیار بالایی از مردم را می‌بینم که ماسک می‌زنند اما در محیط‌ها و ادارهای شلوغ که رفت و آمد زیاد است کنترل جمعیت واقعاً سخت است و نمی‌شود به مردمی که در آسانسور یا راهرو اداره‌ها چسبیده به هم کارهایشان را می‌خواهند انجام بدهند نظارتی داشت یا آن‌طور که باید و شاید مردم را به رعایت فواصل اجتماعی ترغیب کرد؛ اینجا دیگر مسئولان باید وارد کار شوند و اداره‌ها و تجمع‌ها را تعطیل کنند، در غیر این صورت نمی‌توان امیدوار بود به این زودی‌ها شر این ویروس از سر کشور که شود. این وضعیت در سراسر دنیا وجود دارد و مردم هم خسته شده‌اند از این محدودیت‌ها و قرنطینه‌ها، اما واقعاً چاره‌ای نیست و ویروس کرونا نشان داده که یکی از سرسخت‌ترین ویروس‌های کشنده‌ای است که بشر در طول حیات خود دیده و تا زمانی که واکسن یا درمانی برایش پیدا شود باید هم با آن کنار آمد و هم از طرفی عرصه را برای تاخت و تازش خالی نکرد. من واقعاً امیدوارم که هر چه زودتر، کشتی سلامت مردم ایران با ساحلی امن برسد و به روزهایی برسیم که هیچ مبتلایی نداشته باشیم و آمار مرگ و میر هم در تمام دنیا و علی‌الخصوص کشورمان به صفر برسد بلکه بتوانیم نفسی به راحتی بکشیم و بگوییم خدایا شکر.



علی شکوری‌راد دبیرکل حزب اتحاد ملت

حفظ حقوق مردم در گرو ماسک زدن

زدن ماسک حفظ حقوق مردم است. ما حق داریم که اگر از ابتلای خود به بیماری بیمی نداریم یا مبتلا شدنمان به کرونا از اهمیتی برایمان برخوردار نیست، ماسک بزنیم اما حق نداریم دیگران را در معرض تهدید قرار دهیم. تهدید به ابتلا به بیماری‌ای که جهان را فرا گرفته و معلوم نیست تا چه

زمانی شیوع آن ادامه خواهد داشت، با عدم استفاده ما از ماسک رقم می‌خورد. فلسفه زدن ماسک این نیست که چه کسی مبتلا است و چه کسی نیست. استفاده ما از ماسک به این معنی بوده که ممکن است ما ندانیم مبتلا به بیماری هستیم و با حضور در بین مردم، آنان را گرفتار این بیماری کنیم.

برخی به اشتباه تصور می‌کنند که ما فقط برای حفظ سلامتی خودمان از ماسک استفاده می‌کنیم و از مردم هم می‌خواهیم که برای حفظ سلامتی خودشان ماسک بزنند، اما این تنها نیمی از قضیه است. نیمی از اصرار و سختگیری‌های مسئولان به دلیل حفظ حقوق سایر مردم است تا آنانی که رعایت می‌کنند از جانب کسانی که مراعات نمی‌کنند دچار بیماری نشوند.

پس برای حفظ حقوق مردم باید به توصیه‌ها گوش بسپاریم تا با کم شدن آمار مبتلایان به این بیماری منحوس، کشور و بخصوص کادر درمان را نجات دهیم. یکی از مسائلی که ما با آن در بیمارستان‌ها روبه‌رو هستیم این است که بخشی از کادر درمان بیماری کووید ۱۹ خسته شده و بعضاً مبتلا به این بیماری شده‌اند و بار اضافی بر دوش بقیه افتاده است. به‌گونه‌ای که با بحران کمبود کادر درمان روبه‌رو شده‌ایم. حداکثر ظرفیت کادر درمان در بیمارستان‌ها در اختیار بیماران کووید ۱۹ قرار دارد و اگر تعداد ابتلای مردم بیش از این شود، وضعیت نگران‌کننده خواهد شد. پس مردم خود رعایت کنند تا در وهله اول کمتر مبتلا به بیماری شوند و در وهله دوم خستگی را درمان و عدم سرویس دهی به بیماران کرونایی مزید بر علت نشود و آمار تلفات را بالا ببرد.

نیروی انتظامی برای مه‌ار کرونا در کنار مردم است



سردار محمد شریفی جانشین معاون هماهنگ کننده ناجا

نیروی انتظامی در رابطه با بحث لزوم رعایت پروتکل‌های درمانی و استفاده از ماسک برای پیشگیری و قطع زنجیره انتقال ویروس کرونا از همان ابتدای شیوع بیماری در کنار ستاد ملی مبارزه با کرونا کام برداشته و تا پایان راه نیز از هیچ کمکی دریغ نخواهد کرد.

اما در بحث وظایف نیروی انتظامی می‌توان از دو حیث به این موضوع نگاه کرد. نخست بهره‌مندی از روش‌های ایجابی و اقناعی و آموزش آحاد مردم که علاوه بر پلیس باید همه دستگاه‌ها و سازمان‌ها با اتحاد و یکدلی در این مسیر حرکت کنند. ضمن اینکه در این میان از آگاهی‌سازی با کمک رسانه‌ها نیز نباید غافل شد این مجموعه کارها می‌توانند مردم را با خطر این پدیده آشنا کنند و این موضوع موجب توجه و مراعات مضاعف از سوی مردم خواهد شد. ضمن اینکه اکثریت مردم کشور ما افراد قانونمندی هستند و وقتی بداند که تصمیمات گرفته شده به نفع آنهاست حتماً به آن عمل خواهند کرد.

نکته دوم برخورد سلبی است. به طور قطع با روش نخست همه افراد همراه نمی‌شوند و معسود کسانی هم هستند که علاوه بر اینکه مراقتی بر رفتار خود ندارند موجب به خطر انداختن کل جامعه نیز خواهند شد و به تبع آن خسارات جدی به سلامت کشور وارد خواهند کرد که ما ناچاریم از این روش استفاده کنیم. البته تحقق این مسیر نیاز به کارشناسی دارد و باید همه جوانب آن را در نظر گرفت که آیا برخورد سلبی امکانپذیر خواهد بود یا خیر. قطعاً اگر پس از کارشناسی برخورد سلبی مصوب و قرار بر اجرای آن شد، نیروی انتظامی با تمام توان طبق قانون ورود خواهد کرد.

مرگ ارزان برای آنهایی که دوستان داریم!



پوران فرخنده قیلساز

بحث سر زندگی است. مساله جان عزیزانمان مطرح است. این مرگ خیلی ارزان است. ارزان است که به این سادگی عزیزانمان را بدرقه خانه ابدی کنیم. به سادگی آدم‌هایی که باید در کنارمان باشند، آدم‌هایی که به آنها نیاز داریم، عزیزانمان هستند که از دست می‌دهیم. تلخ است که هر روز حدود ۲۰۰ نفر از هموطنان‌مان را از دست بدهیم. مگر می‌شود نسبت به این میزان مرگ و میر بی تفاوت باشیم و هشدارها را نادیده بگیریم. باید از هم مراقبت کنیم. این یک واقعیت است که ما در مرگ عزیزانمان مسئولیم و نمی‌توانیم بی‌خیال از زیر بار این مسئولیت شانه خالی کنیم. در یک سوم کرونا هستیم، آن هم با این تغییر شکل عجیبش. این موضوعی است که نسبت به این آمار و ارقام بی‌تفاوت باشیم. همه ما مسئولیم. جای خوشحالی است اگر این مسئولیت را حس کنیم که می‌توانیم در نجات جان خود و عزیزانمان مؤثر باشیم. همه باید ماسک بزنیم، دست‌هایمان را بشویم. نسبت به رعایت فاصله اجتماعی حساس باشیم. این دور هم جمع شدن‌ها برای امروز نیست. مراسم شادی، سوگاری، مذهبی و بزرگداشت‌ها و همایش‌ها امروز دیگر معنا ندارد. این شیوع ناجانمردانه مرگ، دردناک‌ترین نوع مرگ است. سراسر ایران در وضعیت هشدار و قرمز است. به کجا می‌خواهیم پناه ببریم که در امان باشیم. امنیت را باید خودمان ایجاد کنیم. فقط با زدن ماسک، رعایت فاصله اجتماعی و شستن دست‌ها طبق موازین آموزشی. چند دقیقه فکر کنید! رعایت همین چند دستورالعمل ساده برای حفظ جان عزیزانمان هیچ سختی ندارد. بی‌تفاوتی به این دستورالعمل‌ها بی‌تفاوتی نسبت به مرگ عزیزانمان است. دوست داشتن‌هایی را که در قلمبان معنا پیدا می‌کند حفظ کنیم، به فکر همه باشیم. مراعات کنیم تا باز هم بتوانیم دور هم جمع شویم و جای عزیزانمان را خالی نبینیم. آن روز حس اینکه ما عامل انتقال بیماری و مرگ عزیزانمان بوده‌ایم سنگین‌ترین و تلخ‌ترین عذاب وجدانی است که نمی‌توانیم از زیر بارش شانه خالی کنیم. با خودمان صادق باشیم، هر کدام از ما در انتقال ویروس کرونا مسئولیم. امروز با پیشگیری‌های ساده می‌توانیم جلوی این بیماری مرموز را بگیریم. باید جلوی این مرگ را بگیریم. تک‌تک‌مان مسئولیم. ما مسئولیم که دست در دست هم کرونا را شکست بدهیم.