

# رمضان 2023: تقويم الصحة والسلامة

## أفضل النصائح:

كن كريمًا مع الجميع! على الرغم من أن حالة الطوارئ الصحية العامة قد أوشكت على الانتهاء، لا يزال فيروس كورونا "كوفيد" والأمراض المنقولة بالهواء مثل الإنفلوانزا مصدر قلق. حافظ على سلامتك وسلامة الآخرين عند التواجد في تجمعات لحضور مناسبات مجتمعية مهمة، مثل أداء الصلاة وتناول الإفطار والسحور.

تفقد أعراض نزلات البرد والإنفلوانزا واخضع أنت وأفراد أسرتك لاختبار "كوفيد-19" قبل حضور التجمعات الكبرى والسفر، لا سيما إن كنت مخالطًا لشخص تظهر عليه الأعراض أو إذا كانت تظهر عليك أي أعراض.

احصل على اللقاح. إن أفضل طريقة لحماية نفسك وأحبائك هي حصولكم جميعًا على اللقاحات، وتشمل اللقاح المضاد لفيروس "كوفيد-19". هل تلقيت التطعيم الكامل ضد "كوفيد-19"؟ احصل على الجرعة المعززة لكي تتمتع بحماية أفضل.

قد يجد بعض المسلمين الواعين الذين لديهم تساؤلات بشأن التطعيم وارتباطه بالأحاديث النبوية هذه الفقرة مفيدة:

"شهدت الأعراب يسألون النبي صلى الله عليه وسلم: "يا رسول الله، هل علينا جناح ألا نتداوى؟" قال: "تداووا عباد الله، فإن الله، سبحانه، لم يضع داء، إلا وضع معه شفاء، إلا الهرم."

- سنن أبي داود، رواه أسامة بن شريك

يوم	تاريخ	الفجر	المغرب
1	مارس 22		
2	مارس 23		
3	مارس 24		
4	مارس 25		
5	مارس 26		
6	مارس 27		
7	مارس 28		
8	مارس 29		
9	مارس 30		
10	مارس 31		
11	أبريل 1		
12	أبريل 2		
13	أبريل 3		
14	أبريل 4		
15	أبريل 5		
16	أبريل 6		
17	أبريل 7		
18	أبريل 8		
19	أبريل 9		
20	أبريل 10		
21	أبريل 11		
22	أبريل 12		
23	أبريل 13		
24	أبريل 14		
25	أبريل 15		
26	أبريل 16		
27	أبريل 17		
28	أبريل 18		
29	أبريل 19		
30	أبريل 20		
31	أبريل 21		