

Pratiques sécurisées du Ramadan dans le contexte de COVID-19 (traduction non officielle)

Orientations provisoires

15 avril 2020



Contexte

Le mois sacré du Ramadan est marqué par des rassemblements sociaux et religieux où les familles et les amis musulmans s'unissent pour entamer et/ou rompre leur jeûne ensemble, après le coucher du soleil pendant l'*iftar* ou avant l'aube pendant le *suhour*. De nombreux musulmans augmentent leur fréquentation des mosquées au cours de ce mois et se rassemblent pour des prières plus longues pour le *taraweeh*^{1 a} et le *qiyam*^{2 b}. Certains musulmans passent également des jours et des nuits consécutives dans les mosquées pendant les 10 derniers jours du Ramadan (*i'tikaf*) pour les prières. Ces pratiques traditionnelles et religieuses sont régulièrement observées tout au long du mois. Cette année, le Ramadan tombe entre la fin avril et la fin du mois de mai, alors que la pandémie COVID-19 se poursuit.

La transmission de COVID-19 est facilitée par un contact étroit entre les personnes, car le virus se propage par les gouttelettes respiratoires et le contact avec des surfaces contaminées. Pour atténuer l'impact sur la santé publique, plusieurs pays ont mis en œuvre des mesures d'éloignement physique visant à interrompre la transmission en réduisant l'interaction entre les personnes. Ces mesures sont des mécanismes de contrôle fondamentaux pour maîtriser la propagation des maladies infectieuses, en particulier des infections respiratoires, associées à de grands rassemblements de personnes. Les mesures d'éloignement physique, notamment la fermeture des mosquées, la surveillance des rassemblements publics et d'autres restrictions de mouvement, auront des répercussions directes sur les rassemblements sociaux et religieux qui se tiennent au cœur du Ramadan.

Objet

Les pays du monde entier prennent différentes mesures pour contrôler la propagation de COVID-19. Ce document présente des conseils de santé publique pour les pratiques et les rassemblements sociaux et religieux pendant le Ramadan, qui peuvent être appliqués dans différents contextes nationaux.

Décisions informées pour la tenue de rassemblements religieux et sociaux

L'annulation des rassemblements sociaux et religieux doit être sérieusement envisagée. L'OMS recommande donc que toute décision de restreindre, de modifier, de reporter, d'annuler ou de procéder à la tenue d'un rassemblement de masse soit fondée sur un exercice normalisé d'évaluation des risques¹. Ces décisions devraient faire partie d'une approche globale adoptée par les autorités nationales pour répondre à l'épidémie.

Si l'annulation des rassemblements sociaux et religieux est possible, des alternatives virtuelles utilisant des plateformes telles que la télévision, la radio, le numérique et les médias sociaux peuvent être utilisées à la place. Si les rassemblements du Ramadan sont autorisés, des mesures visant à atténuer le risque de transmission de COVID-19 devraient être mises en œuvre.

Les autorités sanitaires nationales doivent être considérées comme la principale source d'informations et de conseils concernant l'éloignement physique et les autres mesures liées à la COVID-19 dans le contexte du Ramadan. Le respect de ces mesures établies devrait être assuré. Les chefs religieux devraient être impliqués à un stade précoce dans la prise de décision, afin qu'ils puissent participer activement à la communication de toute décision affectant les événements liés au Ramadan.

^{1 a} Prières volontaires effectuées par les musulmans la nuit après la prière d'Isha pendant la première partie de la nuit. Elles sont organisées en congrégation pendant le mois sacré du Ramadan.

^{2 b} Prières volontaires effectuées par les musulmans la nuit après la prière d'Isha mais pendant le dernier tiers de la nuit. Elles sont organisées en congrégation pendant le mois sacré du Ramadan.

Une stratégie de communication solide est essentielle pour expliquer à la population les raisons des décisions prises. Des instructions claires doivent être données et l'importance de suivre les politiques nationales doit être renforcée. La stratégie de communication doit également inclure des messages proactifs sur les comportements sains pendant la pandémie et utiliser différentes plateformes médiatiques.

Considérations générales

Conseils sur l'éloignement physique

- Pratiquez la distanciation physique en maintenant strictement une distance d'au moins 1 mètre entre les personnes en tout temps.
- Utilisez des salutations culturellement acceptées et qui évitent le contact physique, comme faire signe de la main, hocher la tête ou placer la main sur le cœur.
- Empêchez un grand nombre de personnes de se rassembler dans les lieux associés aux activités du Ramadan, tels que les lieux de divertissement, les marchés et les magasins.

Conseils aux groupes à haut risque

- Exhorte les personnes qui ne se sentent pas bien ou qui présentent des symptômes de COVID-19 à éviter d'assister aux événements et à suivre les directives nationales sur le suivi et la gestion des cas symptomatiques.

Exhorte les personnes âgées et toute personne souffrant d'une maladie préexistante (telle qu'une maladie cardiovasculaire), diabète, maladie respiratoire chronique et cancer) de ne pas assister aux rassemblements, car elles sont considérées comme vulnérables aux maladies graves et aux décès dus à COVID-19.

Mesures d'atténuation pour les rassemblements physiques

Les mesures suivantes doivent être appliquées à tout rassemblement ayant lieu pendant le Ramadan, comme les prières, les pèlerinages et les repas ou banquets communs.

Lieu :

- Envisager de tenir l'événement à l'extérieur si possible ; sinon, veiller à ce que le lieu intérieur soit suffisamment ventilé et que l'air y circule
- Réduire au maximum la durée de l'événement afin de limiter l'exposition potentielle
- Préférer la tenue de petits services avec moins de participants plus souvent, plutôt que d'organiser de grands rassemblements
- Respecter la distance physique entre les participants, tant en position assise que debout, en créant et en attribuant des places fixes, y compris pour la prière, en effectuant des *wudu* (ablutions rituelles) dans les installations communes de toilette, ainsi que dans les zones consacrées au stockage des chaussures.
- Réglementer le nombre et le flux de personnes qui entrent dans les lieux de culte, les lieux de pèlerinage ou d'autres lieux, y assistent et en sortent, afin de garantir une distance de sécurité à tout moment
- Envisager des mesures pour faciliter la recherche des contacts dans le cas où une personne malade serait identifiée parmi les participants à l'événement.

Encourager une hygiène saine

Les musulmans pratiquent le *wudu* avant les prières, ce qui contribue à maintenir une hygiène saine. Les mesures supplémentaires suivantes doivent être envisagées:

- Veiller à ce que les installations de lavage des mains soient correctement équipées en eau et en savon et prévoir un désinfectant pour les mains à base d'alcool (au moins 70 % d'alcool) à l'entrée et à l'intérieur des mosquées.
- Assurer la disponibilité de mouchoirs jetables et des poubelles avec des doublures et des couvercles jetables, et garantir l'élimination sûre des déchets.
- Encourager l'utilisation de tapis de prière personnels à placer sur les tapis.

- Fournir des affichages visuels de conseils sur la distanciation physique, l'hygiène des mains, l'étiquette respiratoire et des messages généraux sur la prévention des COVID-19.

Nettoyer fréquemment les lieux de culte, les sites et les bâtiments

- Faire appliquer le nettoyage de routine des lieux où les gens se rassemblent avant et après chaque événement, en utilisant des détergents et des désinfectants.
- Dans les mosquées, il faut veiller à la propreté des locaux et des installations *wudu*, ainsi qu'à l'hygiène générale et à l'assainissement.
- Nettoyez fréquemment les objets souvent touchés tels que les poignées de porte, les interrupteurs et les rampes d'escalier avec des détergents et des désinfectants.

Charité

Lorsque les fidèles accordent une attention particulière à ceux qui peuvent être affectés négativement lors de la distribution de leur *sadaqat* ou *zakah* pendant ce Ramadan, il faut tenir compte des mesures d'éloignement physique mises en place. Pour éviter les rassemblements de foule associés aux banquets de l'*iftar*, envisagez d'utiliser des boîtes ou des portions de nourriture individuelles préemballées. Celles-ci peuvent être organisées par des entités et des institutions centralisées, qui doivent respecter la distance physique tout au long du cycle (collecte, emballage, stockage et distribution).

Bien-être

Jeûne

Aucune étude sur le jeûne et le risque d'infection par COVID-19 n'a été réalisée. Les personnes en bonne santé devraient pouvoir jeûner pendant ce Ramadan comme les années précédentes, tandis que les patients COVID-19 peuvent envisager des licences religieuses concernant la rupture du jeûne en consultation avec leurs médecins, comme ils le feraient pour toute autre maladie.

Activité physique

Pendant la pandémie COVID-19, de nombreuses personnes sont limitées dans leurs mouvements ; mais, si les restrictions le permettent, il faut toujours pratiquer l'éloignement physique et une bonne hygiène des mains, même pendant toute activité physique. Au lieu de pratiquer des activités de plein air, on encourage les mouvements physiques à l'intérieur et les cours d'activité physique en ligne.

Alimentation et nutrition saines

Une bonne nutrition et une bonne hydratation sont essentielles pendant le mois de Ramadan. Les gens doivent manger chaque jour une variété d'aliments frais et non transformés et boire beaucoup d'eau.

Consommation de tabac

La consommation de tabac est déconseillée en toutes circonstances, en particulier pendant le Ramadan et la pandémie de COVID-19. Les fumeurs fréquents peuvent déjà être atteints d'une maladie pulmonaire, ou avoir une capacité pulmonaire réduite, ce qui augmente considérablement le risque de maladie COVID-19 sous sa forme grave. Lorsqu'on fume des cigarettes, les doigts (et éventuellement les cigarettes contaminées) touchent les lèvres, ce qui augmente la probabilité que le virus pénètre dans le système respiratoire. Lorsque l'on utilise des pipes à eau, il est probable que les embouts et les tuyaux soient partagés, ce qui facilite également la transmission du virus.

Promouvoir la santé mentale et psychosociale

Malgré les différences d'exécution dans les pratiques cette année, il est important de rassurer les fidèles qu'ils peuvent encore réfléchir, s'améliorer, prier, partager et prendre soin - le tout à une distance saine. Il faut veiller à ce que la famille, les amis et les aînés soient toujours engagés en vue du maintien de la distance physique ; il est primordial d'encourager les plateformes d'interaction numériques et alternatives digitales. Offrir des prières spéciales pour les malades, ainsi que des messages d'espoir et de réconfort, sont des méthodes à observer par les pratiquants du Ramadan tout en préservant la santé publique.

Répondre aux situations de violence domestique

Dans les milieux où des restrictions de mouvement sont en place, les incidents de violence domestique, en particulier contre les femmes, les enfants et les personnes marginalisées sont susceptibles d'augmenter. Les chefs religieux peuvent s'exprimer activement contre la violence et apporter leur soutien ou encourager les victimes à chercher de l'aide.

Remerciements

Merci au Bureau régional de l'OMS pour la Méditerranée orientale d'avoir dirigé l'élaboration de ces orientations.

Référence

1. Organisation mondiale de la santé. Considérations pratiques et recommandations à l'intention des chefs religieux et des communautés religieuses dans le cadre de COVID-19 - publication, outil d'évaluation des risques, arbre de décision

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/points-d'entrée-et-rassemblements-de-masse>

L'OMS continue à suivre de près la situation pour tout changement qui pourrait affecter cette orientation provisoire. Si certains facteurs devaient changer, l'OMS publierait une nouvelle mise à jour. Dans le cas contraire, ce document d'orientation provisoire expirera deux ans après la date de publication.
