

Concilier les pratiques du ramadan et la sécurité des personnes lors de la pandémie de COVID-19

Orientations provisoires

15 avril 2020



Organisation
mondiale de la Santé

Contexte

Le mois sacré du ramadan est marqué par des rassemblements sociaux et religieux au cours desquels les familles musulmanes et leurs amis se réunissent pour rompre le jeûne ensemble, après le coucher du soleil lors de l'*iftar* ou juste avant l'aube lors du *suhour*. Pendant ce mois, nombre de musulmans se rendent plus fréquemment à la mosquée et se réunissent pour de longues prières, dites du *tarawih*^a et du *qiyam*.^b Certains d'entre eux passent également plusieurs jours et nuits consécutifs à la mosquée pendant les 10 derniers jours du ramadan (*i'tikaf*), pour y prier. Ces pratiques religieuses et traditions sont observées tout au long du mois. Cette année, le ramadan tombe entre fin avril et fin mai, alors que la pandémie de COVID-19 continue de sévir.

Le contact étroit entre les personnes facilite la transmission de la COVID-19, le virus se propageant par les gouttelettes respiratoires et par contact avec des surfaces contaminées. Afin d'atténuer les répercussions sur la santé publique, plusieurs pays ont mis en place des mesures de distanciation physique visant à interrompre la transmission en réduisant les interactions entre les gens. Ces mesures constituent des mécanismes essentiels pour maîtriser la propagation de maladies infectieuses, en particulier d'infections respiratoires, associée aux grands rassemblements de personnes. Les mesures visant à maintenir une distance physique, notamment la fermeture des mosquées, le contrôle des réunions publiques et les restrictions des déplacements, auront des conséquences directes sur les rassemblements sociaux et religieux au cœur du ramadan.

Finalité du document

Les pays à travers le monde ont pris différentes mesures pour endiguer la propagation de la COVID-19. Ce document contient des conseils de santé publique au sujet des pratiques sociales et religieuses et des rassemblements du ramadan, qui peuvent être appliqués dans différents contextes nationaux.

Prendre des décisions éclairées concernant les rassemblements religieux et sociaux

L'annulation des rassemblements sociaux et religieux doit être sérieusement envisagée. L'OMS recommande par conséquent de se fonder sur une évaluation standardisée des risques pour prendre toute décision tendant à restreindre, à modifier, à retarder, à annuler ou à maintenir un

rassemblement de masse.¹ Ces décisions doivent être intégrées à une approche globale engagée par les autorités nationales pour répondre à la flambée épidémique.

Si les rassemblements sociaux et religieux sont annulés, des solutions de remplacement virtuelles (télévision, radio, plateformes numériques, médias sociaux) sont possibles. Si les rassemblements du ramadan sont autorisés, des mesures pour atténuer le risque de transmission de la COVID-19 doivent être appliquées.

Les autorités sanitaires nationales doivent être considérées comme la principale source d'informations et de conseils sur la distanciation physique et les autres mesures visant à enrayer la COVID-19 dans le contexte du ramadan. Il faut veiller au respect des dispositions qu'elles ont prises. Les responsables religieux doivent être associés aux décisions en amont, afin qu'ils relaient activement toute décision susceptible d'affecter les événements liés au ramadan.

Une solide stratégie de communication est essentielle pour expliquer à la population ce qui a motivé les décisions des autorités. Il faut donner des instructions claires et insister sur l'importance du respect des politiques nationales. La stratégie de communication doit également prévoir la diffusion active de messages sur les comportements à adopter pour protéger sa santé pendant la pandémie, et utiliser différents médias.

Considérations générales

Conseils concernant la distanciation physique

- Pratiquer la distanciation physique en veillant en permanence à conserver strictement une distance d'au moins 1 mètre (3 pieds) entre les personnes.
- Utiliser les salutations culturellement et religieusement acceptées n'impliquant pas de contact physique : par exemple, salut de la main, hochement de la tête, main sur le cœur.
- Empêcher les gens de se masser dans les lieux associés aux activités du ramadan (lieux de divertissement, marchés et magasins).

Conseils concernant les groupes à risque

- Appeler fermement les personnes qui se sentent mal ou présentent des symptômes de la COVID-19 à ne pas participer aux événements et à suivre les

^a Prières volontaires faites en groupe pendant le mois sacré du ramadan. Elles ont lieu après la prière d'*isha*, pendant la première partie de la nuit.

^b Prières volontaires faites en groupe pendant le mois sacré du ramadan. Elles ont, elles aussi, lieu après la prière d'*isha*, mais pendant la troisième partie de la nuit.

recommandations nationales sur le suivi et la prise en charge des cas symptomatiques.

- Appeler fermement les personnes âgées et les personnes présentant une affection préexistante (par exemple, maladie cardiovasculaire, diabète, maladie respiratoire chronique ou cancer) à ne pas se joindre aux rassemblements, car elles risquent davantage de développer une forme sévère de la COVID-19 ou d'en mourir.

Mesures d'atténuation pour les rassemblements physiques

Les mesures suivantes doivent être appliquées pour tout rassemblement ayant lieu pendant le ramadan (prières, pèlerinage, repas en commun ou banquet).

Lieu

- Si possible, organiser l'événement en extérieur ; sinon, veiller à ce que la ventilation soit suffisante et à ce que l'air circule bien.
- Écourter le plus possible la durée de l'événement afin de limiter l'exposition potentielle.
- Plutôt que les grands rassemblements, privilégier des services de plus courte durée, plus fréquents, avec moins de personnes.
- Maintenir une distance physique entre les participants, qu'ils soient assis ou debouts, en prévoyant des emplacements fixes, notamment dans les lieux de prière, les installations communes utilisées pour les ablutions rituelles (*wudu*), et là où les personnes laissent leurs chaussures.
- Réguler le nombre de personnes et leur circulation, à l'entrée, à l'intérieur et à la sortie des lieux de culte, des lieux de pèlerinage, etc., afin de conserver en permanence des distances sûres.
- Prévoir des mesures pour le suivi des contacts au cas où un malade est identifié parmi les participants à l'événement.

Encourager une bonne hygiène

Les musulmans pratiquent des ablutions (*wudu*) avant la prière, ce qui est bon pour l'hygiène. Les mesures supplémentaires suivantes doivent être envisagées :

- Veiller à ce que les installations pour le lavage des mains soient correctement pourvues en eau et en savon et mettre à disposition des solutions hydroalcooliques (contenant au moins 70 % d'alcool) à l'entrée et à l'intérieur des mosquées.
- Mettre à disposition des mouchoirs à usage unique et des poubelles avec sacs jetables munies d'un couvercle, et veiller à ce que les déchets soient correctement éliminés.
- Encourager l'utilisation de tapis de prière personnels, posés sur les moquettes de sol.
- Afficher des conseils sur la distanciation sociale, l'hygiène des mains, l'hygiène respiratoire ainsi que des messages généraux sur la prévention de la COVID-19.

Nettoyer régulièrement les lieux de culte (espaces spécifiques, sites, édifices religieux).

- Nettoyer systématiquement les lieux où les gens se rassemblent avant et après chaque événement, au moyen de détergents et de désinfectants.
- À l'intérieur des mosquées, veiller à la propreté des lieux et des installations réservées aux ablutions (*wudu*), ainsi qu'aux bonnes conditions générales d'hygiène et d'assainissement.
- Nettoyer régulièrement les objets qui sont touchés souvent, comme les poignées de porte, les interrupteurs et les rampes d'escalier, à l'aide de détergents et de désinfectants.

Charité

Les croyants qui, pendant ce ramadan, souhaitent faire des dons (*sadaqat* ou *zakat*) aux personnes touchées doivent respecter les mesures de distanciation physique en vigueur. Pour éviter que les gens se massent lors des banquets de l'*iftar*, envisager d'utiliser des portions individuelles préemballées. Celles-ci peuvent être confectionnées par des entités ou des institutions centralisées, qui doivent respecter les règles de distanciation physique tout au long du cycle (collecte, emballage, stockage et distribution).

Bien-être

Jeûne

Aucune étude n'a été réalisée sur le jeûne et le risque d'infection par le virus de la COVID-19. Les personnes en bonne santé devraient pouvoir jeûner pendant ce ramadan, comme les années précédentes, tandis que les patients COVID-19 devraient envisager de ne pas le faire, suivant les dérogations prévues par la religion, en concertation avec leur médecin, comme pour toute autre maladie.

Activité physique

Pendant la pandémie de COVID-19, les déplacements de nombreuses personnes sont limités ; lorsque les restrictions permettent une activité, il faut pratiquer systématiquement la distanciation physique et l'hygiène des mains. L'exercice en intérieur et les cours d'activité physique en ligne sont encouragés, de préférence aux activités en extérieur.

Régime alimentaire sain et bonne nutrition

Une alimentation et une hydratation adaptées sont indispensables pendant le mois du ramadan. Les gens doivent consommer chaque jour un ensemble diversifié de produits frais et d'aliments non transformés, et boire beaucoup d'eau.

Consommation de tabac

La consommation de tabac est déconseillée quelles que soient les circonstances, en particulier lors du ramadan et pendant la pandémie de COVID-19. Il se peut que les fumeurs réguliers aient une maladie pulmonaire préexistante ou des capacités pulmonaires réduites, ce qui augmente fortement leur risque de développer une forme grave de la COVID-19. Quand on fume une cigarette, il y a contact entre les doigts (et la cigarette, peut-être elle-même contaminée) et les lèvres, ce

qui augmente la probabilité d'entrée du virus dans le système respiratoire. Les utilisateurs de pipe à eau partagent souvent embouts buccaux et tuyaux, ce qui facilite aussi la transmission du virus.

Promouvoir la santé mentale et psychosociale

Même si les pratiques sont exécutées différemment cette année, il est important de rassurer les croyants en leur expliquant qu'ils peuvent toujours réfléchir, s'améliorer, prier, faire preuve de générosité et aider les autres – tout en gardant une saine distance. Il faut veiller à entretenir les liens avec la famille, les amis et les personnes âgées, en gardant une distance physique ; il est essentiel d'encourager l'utilisation de moyens de communication de remplacement, notamment numériques. Les prières spéciales adressées aux malades et les messages d'espoir et de réconfort sont des moyens de respecter les principes du ramadan tout en protégeant la santé publique.

Agir face aux violences domestiques

Là où des restrictions de déplacements sont en vigueur, les violences domestiques (en particulier à l'encontre des femmes, des enfants et des personnes marginalisées) pourraient augmenter. Les chefs religieux peuvent prendre résolument position contre ces violences, apporter un soutien et encourager les victimes à demander de l'aide.

Remerciements

Nous tenons à remercier le Bureau régional OMS de la Méditerranée orientale pour avoir dirigé l'élaboration de ces orientations.

Références bibliographiques

1. World Health Organization. Practical considerations and recommendations for religious leaders and faith-based communities in the context of COVID-19 – publication, risk assessment tool, decision tree (<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/points-of-entry-and-mass-gatherings>)

L'OMS continue à suivre de près la situation afin de déceler tout changement susceptible d'affecter ces orientations provisoires. En cas de changements, l'OMS publiera une nouvelle mise à jour. Sinon, ce document d'orientation provisoire expirera 2 ans après la date de publication.

© Organisation mondiale de la Santé 2020. Certains droits réservés. La présente publication est disponible sous la licence [CC BY-NC-SA 3.0 IGO](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/).

WHO reference number: [WHO/2019-nCoV/Ramadan/2020.1](https://www.who.int/publications/i/item/WHO/2019-nCoV/Ramadan/2020.1)