

Stop Covid-19 | 

Se protéger du COVID-19 pendant le mois saint du Ramadan



Engagement avec les leaders religieux et la communauté musulmane en l'Afrique de l'Ouest

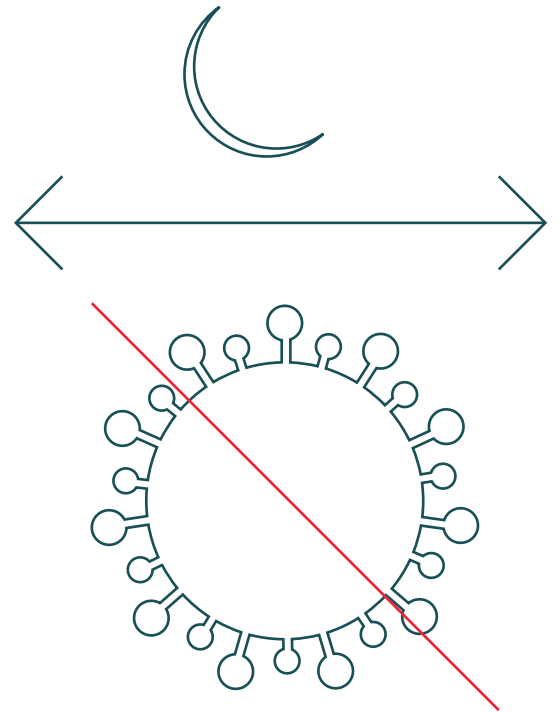
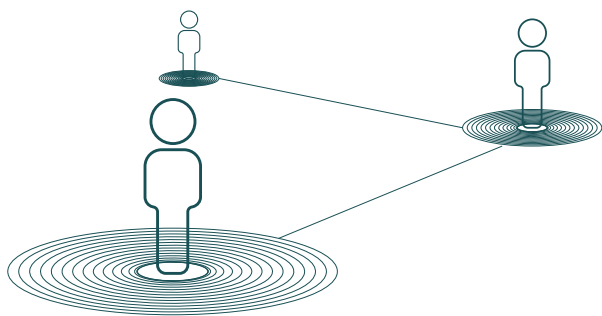
Le jeûne constitue l'un des cinq piliers de l'Islam. En cette période de COVID-19, plusieurs fidèles se posent des questions et ont des incertitudes par rapport à la meilleure façon de pratiquer leur foi, tout en se protégeant du virus.

Ce guide est destiné aux Relais et sensibilisateurs communautaires des organisations non-gouvernementales et internationales actives dans la réponse au COVID-19. Il donne des recommandations sur comment trouver ensemble et au sein de la communauté musulmane des solutions de prévention et des moyens de protéger les plus vulnérables, pendant la période du jeûne.

Les recommandations formulées dans ce guide ne remplacent aucunement les mesures officielles mises en place par les autorités du pays dans lequel il est utilisé.

Comment le COVID-19 affecte les pratiques

Les autorités sanitaires de tous les pays ont pris des mesures sanitaires pour empêcher la propagation du virus. Tout le monde, sans distinction d'origine, de sexe, de religion et de couleur de peau, est à risque d'attraper le COVID-19. C'est pourquoi il est important de prendre des précautions pour se protéger : la distanciation physique (1 mètre au minimum), une bonne hygiène des mains, la limitation des mouvements et une bonne hygiène respiratoire.



Principes de base à suivre par le relais communautaire :

Le dialogue avec les leaders religieux est primordial pour s'assurer de la bonne compréhension des gestes de prévention. Avec respect et écoute de leurs opinions, le Relais peut encourager ces leaders à jouer un rôle de soutien auprès de la communauté musulmane dans la réponse COVID-19. Les messages des leaders religieux peuvent réconforter et informer les personnes confinées, et encourager d'autres à respecter les mesures préventives.

En tant que Relais, n'oubliez pas de :

- Discuter avec les leaders religieux de leur perception du virus - Répondez à leurs questions et calmez leurs craintes
- Expliquer la raison derrière les mesures prises par les autorités (ex: l'arrêt des rassemblements)
- Solliciter l'opinion des leaders et membres de la communauté sur les moyens les plus appropriés pour favoriser le respect des mesures préventives
- Rappeler que le lavage de mains avec du savon, l'hygiène respiratoire et la distanciation physique permet de protéger tout le monde contre le virus, y compris les plus vulnérables
- Expliquer les modes de transmission y compris en cas de décès et discuter ensemble d'un plan de rituels funéraires/d'enterrement

Ce guide donne des exemples des mesures de prévention prises par des guides spirituels et religieux ici et à travers le monde, qui peuvent aider les différentes communautés à bien se protéger pendant la période du Ramadan.

La prière



Que disent mesures sanitaires?



La distanciation physique :
Mettre une distance d'1 mètre (au moins) entre les personnes permet d'éviter les risques de contamination.

L'interdiction de rassemblement :
La fermeture des mosquées (et tout lieu public) dans certains pays est imposée pour éviter les contacts étroits entre personnes qui peuvent potentiellement être contaminées

Le lavage des mains :
Le lavage des mains avec de l'eau propre et du savon aide à stopper la transmission du virus



Alors, que faire?

Le leader religieux peut suggérer de prier en nombre restreint (famille ou entre amis) en gardant une distance d'1 mètre (au moins). Il peut également encourager l'utilisation de tapis de prière personnels.

L'imam peut suggérer de garder un espace de prière adaptée à la maison qui est nettoyée régulièrement et ventilée.

En gardant vos distances, vous protégez aussi les autres des risques d'exposition.

L'imam peut discuter avec ses fidèles et les encourager à se laver les mains avec du savon régulièrement

- Avant de prier
- Avant de manipuler les aliments ou manger
- Après avoir éternué ou toussé
- Après être allé aux toilettes
- Après avoir touché les surfaces communes
- Après avoir jeté les ordures

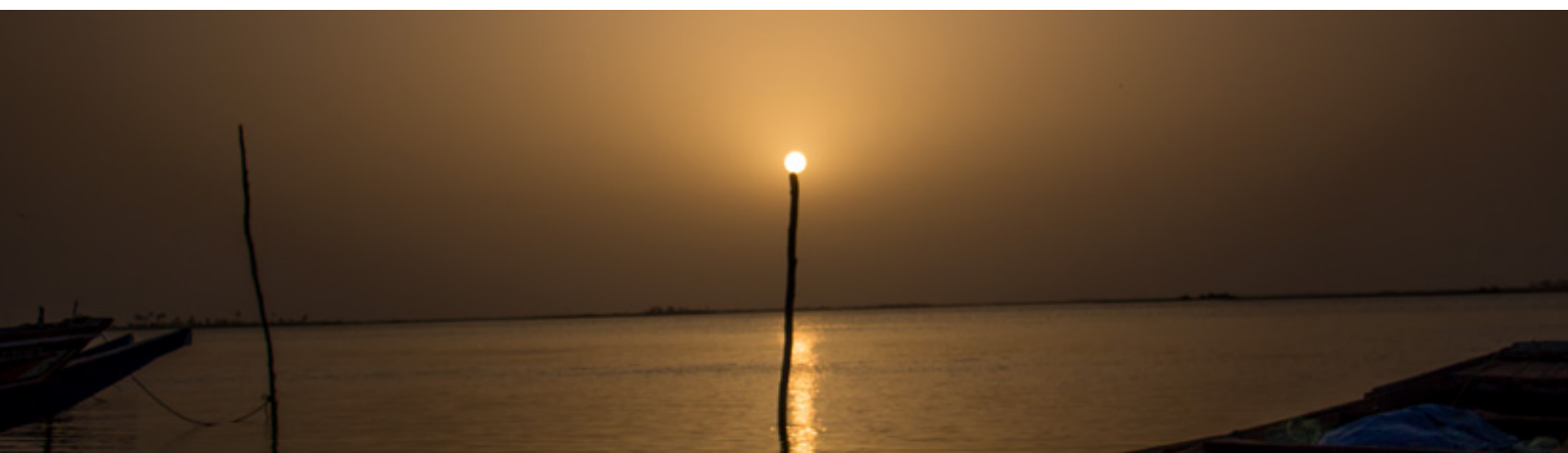
> À retenir

Le coronavirus peut survivre sur les surfaces touchées par une personne infectée – comme un tapis de prière, un chapelet – pendant plusieurs jours. Il serait donc prudent de :

- **Lavez régulièrement le tapis de prière et chapelet avec de l'eau et du savon**
- **D'éviter le contact physique pour saluer les autres personnes venues pour prier**

N'oublions pas que les personnes sans ou avec de légers symptômes peuvent aussi transmettre le virus même. Demandez conseils à votre imam ou guide religieux pour plus d'informations.

Le jeûne et la coupure



Que disent mesures sanitaires?



La distanciation physique :
Manger dans la même assiette avec votre main augmente le risque de propagation du virus qui se transmet par contact avec les gouttelettes et postillons de personnes potentiellement infectées

L'interdiction de rassemblement :
En évitant le contact, surtout dans des endroits confinés, il est possible de limiter la propagation du virus

Le lavage des mains :
Les individus touchent instinctivement leur visage plusieurs fois par jour. Il est possible d'attraper le COVID en touchant des surfaces contaminées avec les mains et en touchant après le visage (yeux, bouche, nez)

La protection des personnes vulnérables :
Les personnes les plus à risque de développer la forme sévère de maladie sont plutôt les personnes âgées (+ de 60 ans), les personnes atteintes de maladies existantes ou chroniques, les personnes immunodéficientes.



Alors, que faire?

L'imam peut expliquer que manger les uns à côté des autres reste possible, s'il y a un espace entre les personnes (1 mètre au moins). Idéalement, il faut éviter de partager les verres, assiettes, ustensiles et bien les laver avec du savon avant de les utiliser.

Le guide religieux pourrait expliquer que ceux qui recevront du monde chez eux ou qui vont au restaurant pour la coupure s'exposent à des risques d'infection.

Avec l'aide de l'imam, il est possible d'expliquer que le lavage des mains avec de l'eau propre et du savon avant de manipuler les aliments, préparer le repas de la coupure ou manger permet de sauver des vies.

Il est important de prêter attention au sentiment d'inconfort. Le leader religieux peut suggérer de ne pas jeûner si la personne est fragile de santé, âgée ou atteinte de certaines maladies. N'oubliez pas que tout le monde, même les plus jeunes peuvent être contaminés.

> À retenir

La coupure du jeûne est un moment de joie. Il est possible de profiter de cette période de partage en pratiquant la distanciation physique pour ne pas vous exposer ou potentiellement contaminer les autres.

Si vous vous sentez mal et vous développez certains symptômes (maux de tête, essoufflement, douleurs généralisées, fièvre, toux, etc.) prenez le temps d'observer comment votre corps réagit.

Au moment de la coupure, favoriser une alimentation plus saine et buvez plus d'eau.

L'aumône et le soutien aux plus démunis



Que disent mesures sanitaires?

La distanciation physique

Pendant l'interaction entre des individus, il est démontré que les gouttelettes contaminées peuvent être expulsées et atteindre une personne. Une mesure simple pour éviter cela est de mettre une distance

Le lavage des mains :

Pour éliminer toutes traces potentielles de virus sur vos mains, il suffit de les frotter avec du savon et de les rincer avec de l'eau propre

L'hygiène respiratoire

Une mesure simple que tout un chacun peut prendre pour ralentir la progression du virus est de couvrir sa bouche et son nez avant de tousser ou éternuer



Alors, que faire?

L'imam peut suggérer de limiter le contact et d'éviter de donner de l'argent ou des cadeaux directement à quelqu'un. À la place, faites des achats et déposez les sans donner la main.

L'imam peut expliquer que peu importe l'action de générosité faite, il est important de se laver les mains avant et après avoir fait le don pour se protéger ou éviter de contaminer d'autres.

L'imam peut rappeler à tous que si on tousse ou qu'on a des symptômes légers de grippe, il serait préférable de donner la zakat Al Fitr en évitant tout contact étroit ou direct avec l'autre.

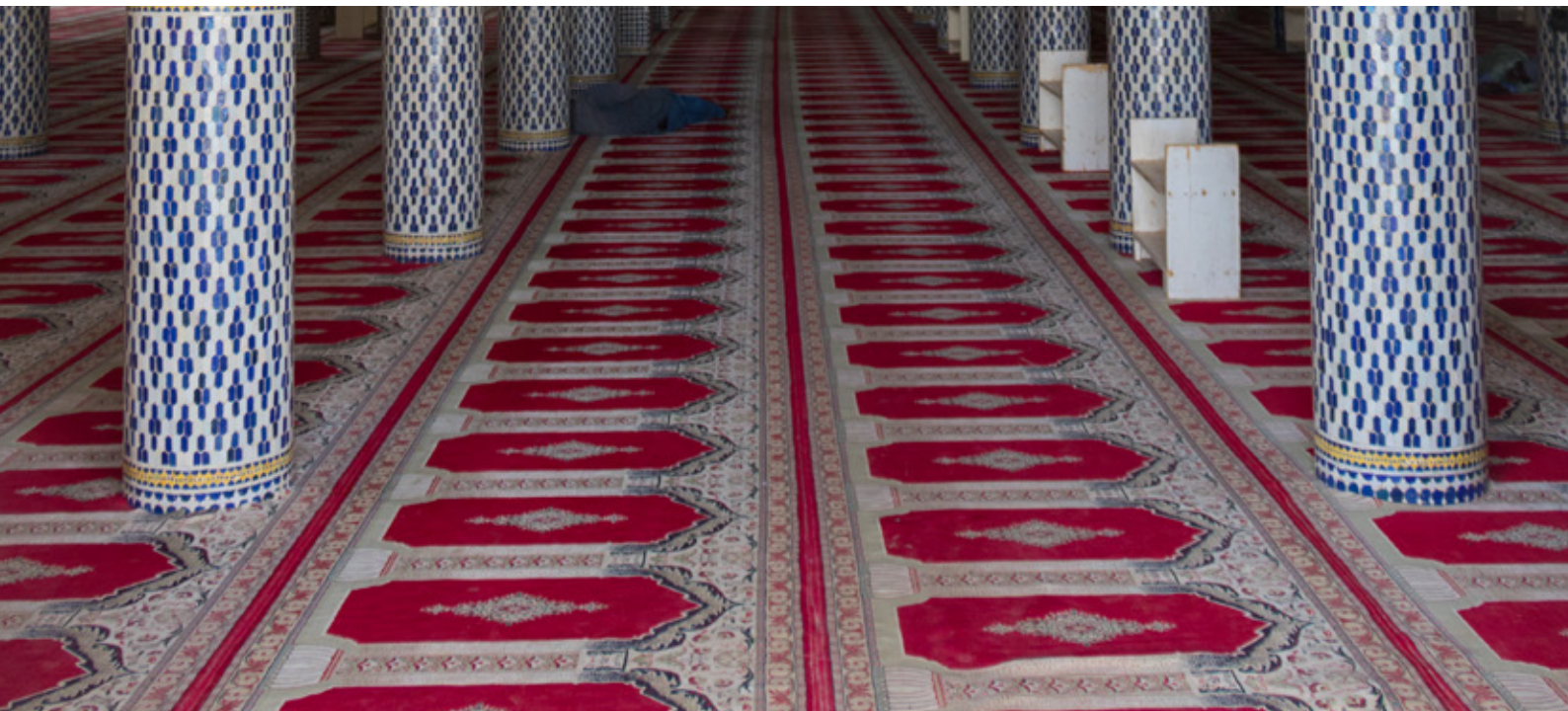
Il serait préférable de tousser/éternuer dans le creux du coude et de se couvrir la bouche et le nez avec un masque. Le lavage des mains avec l'eau et le savon doit se faire tout de suite après.



À retenir

Si vous souhaitez faire une bonne action, un autre exemple de bonne action est de venir en aide aux structures de santé ou bien aux personnes qui sont touchées directement ou indirectement par le COVID-19. Il peut s'agir d'offrir des denrées aux familles des personnes en isolement dans le centre de traitement ou de prendre des nouvelles de quelqu'un qui se sent seul dû au confinement. Il est important de garder la distance (1 mètre au moins), de ne pas toucher votre visage et de vous laver les mains régulièrement après vos actions.

La fête de la rupture du jeûne : « l'Aïd el-Fitr »



Que disent mesures sanitaires?



La distanciation physique :
Mettre une distance d'1 mètre (au moins) entre les personnes permet d'éviter les risques de contamination.

L'interdiction de rassemblement :
La fermeture des mosquées dans certains pays est imposée pour éviter les contacts étroits entre personnes qui peuvent potentiellement être contaminées

Le lavage des mains :
Le lavage des mains avec de l'eau propre et du savon aide à stopper la transmission du virus



Alors, que faire?

Le leader religieux peut suggérer de limiter les déplacements aux choses essentielles. Si vous devez chercher le vêtement de la fête, arrangez-vous pour éviter des allers-retours et n'y allez qu'une seule fois.

L'imam peut encourager les prières et repas au domicile des fidèles pour éviter les contacts étroits avec d'autres. Les personnes peuvent s'appeler au téléphone pour se souhaiter les bons vœux.

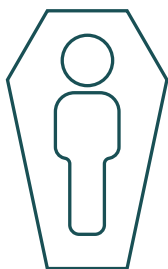
L'imam peut expliquer que le lavage des mains avec du savon ainsi que les verres, assiettes et autres ustensiles est indispensable à l'hygiène et à la protection de la famille.

> À retenir

Il serait plus prudent de célébrer à la maison, toujours en gardant une distance d'1 mètre (au moins) des personnes qui vous entourent. Assurez-vous de nettoyer les choses faisant partie des espaces communs et si possible ne partagez ni vos plats, verres, tasses, couverts, serviettes, etc. avec d'autres personnes, particulièrement si elles sont malades. N'oubliez pas que les personnes présentant des symptômes très légers voire aucun symptôme peuvent aussi transmettre le COVID-19.

Le décès et les rites mortuaires

Que disent mesures sanitaires?



Limiter le nombre de personnes participant à la toilette rituelle

Le risque de contamination ne disparaît pas immédiatement avec le décès d'un patient infecté, même si les voies de transmission respiratoires sont réduites. Cette mesure cherche à réduire les risques de transmission post mortem et à préserver la vie des personnes encore vivantes.

Les membres de la communauté doivent éviter de toucher le corps d'une personne décédée du COVID-19

Il est possible qu'il y ait des risques de propagation du virus lorsqu'on est en contact avec le corps à préparer pour l'enterrement. Cette mesure permet d'éviter la propagation du virus.

L'interdiction de rassemblement et fermeture des mosquées

Cette mesure a été mise en place afin d'éviter tout contact de proximité et réduire les risques de contamination. Même si la prière pour le défunt - fard kifāya - est une prescription collective, il est recommandé de la faire au cimetière, en gardant la distance physique d'un mètre.



Alors, que faire?

L'imam pourrait suggérer qu'une seule personne fasse le lavage du corps et la mise en linceul en portant des gants à usage unique et un équipement de protection individuelle – ex : une blouse à usage unique, un écran ou masque facial et des lunettes.

L'imam peut encourager les communautés appliquer les recommandations des professionnels de la santé sur le respect de la distance physique et de l'hygiène en ne touchant pas le corps.

Si le corps est touché par inadvertance, alors l'imam peut insister pour un lavage des mains intense avec de l'eau et du savon pendant au moins 45 secondes pour éviter de se contaminer soi-même et les autres.

L'imam peut expliquer qu'il suffit qu'un groupe très réduit de personnes, voire une personne, fasse la prière sur le défunt pour que soit considérée comme remplie l'obligation collective de ladite prière.

Au regard de la pandémie, l'imam pourrait demander aux fidèles de faire la prière au cimetière (espace aéré et spacieux), pour éviter tout attroupement dans une mosquée.

> À retenir

L'engagement communautaire précoce est essentiel pour améliorer le respect des procédures funéraires, empêcher la transmission, réduire la résistance et le non-respect des recommandations d'enterrement. C'est seulement à travers la discussion et l'échange qu'il est possible de développer un soutien positif et une meilleure acceptation des recommandations sanitaires.

Le pèlerinage

Que disent mesures sanitaires?



La fermeture de lieu de pèlerinage :
Dans les lieux de pèlerinage, la distanciation physique n'est pas possible. Cette mesure a pour but de protéger les pèlerins et de stopper la transmission du virus.

L'interdiction de voyager
La fermeture des aéroports et des routes a été imposée dans certains pays afin que la maladie cesse de se propager, principalement par les gouttelettes expulsées par des personnes qui toussent ou éternuent.

La protection des personnes vulnérables :
Le pèlerinage est un moment fort et éprouvant. Pour les personnes plus susceptibles de contracter la forme sévère du virus, il est recommandé de rester à la maison, à l'abri.



Alors, que faire?

L'imam pourrait suggérer de se recueillir dans le confort de la maison. En respectant la distanciation physique et la limitation des contacts, les risques d'attraper le virus sont grandement réduits.

L'imam pourrait rappeler qu'il est préférable de ne pas prendre le transport en commun pour se rendre dans un lieu de recueillement et d'éviter d'aller à tout autre type de recueillement à l'intérieure de votre pays.

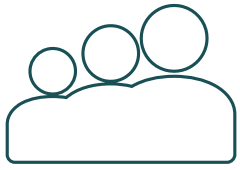
Une personne jeune, sans comorbidité ni immuno-dépression ne sera peut-être pas atteinte de complications liées au COVID-19. Cette personne peut même être asymptomatique. Mais elle peut contaminer une personne plus fragile dans son entourage en négligeant les mesures préventives.



> À retenir

Le COVID-19 est une maladie respiratoire qui se transmet par un contact étroit avec des gouttelettes de personnes atteintes. En fréquentant un lieu de pèlerinage bondé de monde, vous exposerez (vous-même et votre famille) à des personnes potentiellement contaminées par cette maladie. Avec les mesures de distanciation physique, les fidèles limitent le risque de propagation et aident à protéger les personnes plus vulnérables au virus.

La tolérance



Se soutenir les uns les autres contribue de manière positive à toute la communauté. Malgré la peur, il est important de garder un esprit de confiance et de foi. Les chefs religieux peuvent jouer un rôle important en encourageant la tolérance envers ceux qui sont atteints et le respect de ceux qui travaillent à éradiquer le virus.

COVID-19 peut atteindre tout le monde. Il est donc important d'être solidaire et de prendre soin des plus vulnérables. Le lavage des mains, la distance physique et l'hygiène respiratoire sont les pratiques les plus simples pour prévenir la propagation chez ceux qui sont à risques.

> À retenir

Des gestes simples peuvent soutenir les autres en cette période des systèmes d'incertitude : distribuer un repas, prier pour quelqu'un, passer un appel de courtoisie, offrir du savon etc. L'essentiel est de toujours respecter les consignes sanitaires mises en place : distanciation physique, lavage des mains, hygiène respiratoire.

Les rumeurs et fake news



Le COVID-19 est un nouveau type de virus. Plusieurs informations non vérifiées peuvent circuler. Les rumeurs et les fake news sont des idées reçues, c'est-à-dire des généralisations hâtives ou des interprétations subjectives ou des fausses informations présentées comme des faits. L'aide des guides religieux est essentielle pour démentir ces fausses informations et éviter de les propager.

> À retenir

Seul le ministère de la santé, l'OMS et le personnel de santé peuvent donner des réponses médicales adéquates sur la pandémie du COVID-19. Il est préférable d'éviter de circuler des informations non vérifiées car elles entretiennent le mensonge et la peur. Le guide religieux vous expliquera que seuls des professionnels de la santé publique formés disposent d'informations de sources sûres. Ils peuvent avoir confiance en vos messages. Des avis religieux ou Fatwas émises par les autorités religieuses de plusieurs pays musulmans peuvent éclairer sur la gravité et l'impact négatif des Fake News sur la réponse au COVID-19.

1. Qui est l'auteur de l'information ?
2. Quel est son objectif ?
3. D'où vient l'information ?
4. Est-ce que l'information a été publiée sur plusieurs sites ?
5. Quelle est la nature du site (média en ligne, blog, site institutionnel ... ?)
6. De quand date l'information ?
7. L'information présente-elle des détails incohérents ?
8. Que disent les commentaires ?

Pour plus d'informations et de réconfort durant cette période de transition, n'hésitez pas à discuter avec votre guide spirituel ou Imam de votre zone.

En cas de doute, n'hésitez pas à consulter par téléphone votre médecin et suivez ses recommandations.

Pour accéder aux outils d'engagement communautaire dans les langues locales, consultez www.coronawestafrika.info.

Que dit l'OMS?

Dans son document « Concilier les pratiques du ramadan et la sécurité des personnes lors de la pandémie de COVID-19 » l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) offre des conseils de santé publique au sujet des pratiques sociales et religieuses et des rassemblements du ramadan, qui peuvent être appliquées dans différents contextes nationaux. L'OMS recommande 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.

> À retenir

Quelques conseils donnés par l'OMS, en plus des informations ci-dessus :

- Considérez à mettre en place des solutions de remplacement virtuelles (télévision, radio, plateformes numériques, médias sociaux)
- 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).
- 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.
- 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.
- Si les rassemblements du ramadan sont autorisés, des mesures pour atténuer le risque de transmission de la COVID-19 doivent être appliquées.
- Nettoyer systématiquement les lieux où les gens se rassemblent avant et après chaque événement, au moyen de détergents et de désinfectants.

Pour lire le document complet, accédez au lien suivant : [Concilier les pratiques du ramadan et la sécurité des personnes lors de la pandémie de COVID-19.](#)

