

تطبيقات رمضان الآمنة في سياق وباء الكورونا

التوجيه المؤقت
15 نيسان 2020



مقدمة

اتخاذ قرارات مدروسة لإدارة التجمعات الدينية والاجتماعية

يجب الأخذ بعين الاعتبار وبكل جدية إلغاء التجمعات الاجتماعية والدينية. لذلك، توصي منظمة الصحة العالمية بأن أي قرار لتقييد أو تعديل أو تأجيل أو إلغاء أو استمرار عقد تجمع كبير يجب أن يستند على تقييم المخاطر الموحدة¹. و يجب أن تكون هذه القرارات جزءاً من نهج شامل تتبعه السلطات الوطنية للتصدي لتفشي المرض. في حالة إلغاء التجمعات الاجتماعية والدينية، حيثما أمكن، يمكن استخدام البدائل الافتراضية التي تستخدم منصات مثل التلفزيون والإذاعة والوسائل الرقمية ووسائل التواصل الاجتماعي كبديل لذلك. وإذا تم السماح للمضي قدماً في إقامة التجمعات الرمضانية، فإنه ينبغي تنفيذ تدابير للتخفيف من خطر انتقال الـ COVID-19.

ينبغي اعتبار السلطات الصحية الوطنية المصدر الأساسي للمعلومات والنصائح المتعلقة بالتباعد الفيزيائي والتدابير الأخرى المتعلقة بالـ COVID-19 ضمن شهر رمضان. يجب ضمان الامتثال لهذه التدابير المعمول بها. و يجب أن يشارك الزعماء الدينيون في وقت مبكر في صنع القرار حتى يتمكنوا من المشاركة بنشاط في إيصال أي قرار يؤثر على الأحداث المرتبطة بشهر رمضان.

من الضروري وجود استراتيجية تواصل قوية لتوضيح أسباب اتخاذ القرارات للسكان. ينبغي إعطاء تعليمات واضحة وتعزيز أهمية اتباع السياسات الوطنية. يجب أن تتضمن استراتيجية الاتصال أيضاً رسائل استباقية حول السلوكيات الصحية أثناء الوباء واستخدام منصات وسائل مختلفة.

اعتبارات شاملة

نصائح بشأن التباعد الفيزيائي

- التدريب على التباعد الفيزيائي عن طريق الحفاظ على مسافة لا تقل عن متر واحد (3 أقدام) بين الناس في جميع الأوقات.

يتميز شهر رمضان المبارك بالتجمعات الاجتماعية والدينية حيث تتجمع العائلات والأصدقاء المسلمون على الإفطار معاً بعد غروب الشمس أثناء الإفطار أو قبل الفجر أثناء السحور.

يزيد كثير من المسلمين من حضورهم للمساجد خلال الشهر ويتجمعون لصلاة أطول على التراويح¹ قيام الليل². يقضي بعض المسلمين أيضاً أياماً وليالٍ متتالية في المساجد خلال العشر الأواخر من رمضان للصلاة.

تم هذه الممارسات التقليدية والدينية بانتظام طوال الشهر. يصادف رمضان هذا العام بين أواخر أبريل وأواخر مايو مع استمرار وباء الـ COVID-19.

يسهل انتقال الـ COVID-19 عن طريق التماس الوثيق بين الأشخاص، حيث ينتشر الفيروس من خلال القطرات التنفسية والتلامس مع الأسطح الملوثة. للتخفيف من أثر ذلك على الصحة العامة، نفذت العديد من البلدان تدابير التباعد الفيزيائي التي تهدف إلى وقف انتقال العدوى عن طريق الحد من التفاعل بين الناس. هذه التدابير هي آليات تحكم أساسية للسيطرة على انتشار الأمراض المعدية، وخاصة التهابات الجهاز التنفسي المرتبطة بتجمعات كبيرة من الناس.

تدابير التباعد الفيزيائي بما في ذلك إغلاق المساجد ومراقبة التجمعات العامة والقيود الأخرى على الحركة، سيكون لها آثار مباشرة على التجمعات الاجتماعية والدينية المركزية في رمضان.

الغرض

تتخذ البلدان في جميع أنحاء العالم تدابير مختلفة للسيطرة على انتشار الـ COVID-19. يسלט هذا المستند الضوء على نصائح الصحة العامة للممارسات والتجمعات الاجتماعية والدينية خلال شهر رمضان والتي يمكن تطبيقها عبر سياقات وطنية مختلفة.

² صلاة السنة التي يقوم بها المسلمون ليلاً بعد صلاة العشاء ولكن في الثلث الأخير من الليل. يتم تنظيمه بطريقة جماعية خلال شهر رمضان المبارك

¹ صلاة السنة التي يقوم بها المسلمون ليلاً بعد صلاة العشاء في أول الليل. يتم تنظيمها بطريقة جماعية خلال شهر رمضان المبارك.

- تقديم عروض بصرية بشأن التباعد الفيزيائي ونظافة اليدين والآداب التنفسية والرسائل العامة حول الوقاية من الـ COVID-19.

تنظيف أماكن ومواقع ومباني العبادة بشكل متكرر

فرض التنظيف الروتيني في أماكن تجمع الناس قبل وبعد كل تجمع باستخدام المنظفات والمعقمات.

الحفاظ على نظافة المباني ومرافق الوضوء والحفاظ على النظافة العامة وعلى الصرف الصحي في المساجد.

القيام بتنظيف الأشياء التي يتم لمسها بشكل متكرر مثل مقابض الأبواب ومفاتيح الإضاءة وسور الدرج بالمنظفات والمعقمات.

الأعمال الخيرية

يجب اتخاذ تدابير التباعد الفيزيائي عندما يولي المؤمنون اهتماماً خاصاً لأولئك الذين قد تأثروا سلباً أثناء توزيع صدقاتهم أو زكاتهم خلال شهر رمضان لتجنب التجمع المزدحم المرتبط بمآدب الإفطار ويجب استخدام صناديق / حصص طعام فردية معبأة مسبقاً. يمكن تنظيم هذه من قبل كيانات ومؤسسات مركزية يجب عليها الالتزام بالتباعد الفيزيائي طوال الدورة بأكملها (الجمع والتعبئة والتخزين والتوزيع).

الرفاهية

الصيام

لم يتم إجراء دراسات على الصيام وخطر الإصابة بالـ COVID-19. يجب أن يكون الأشخاص الأصحاء قادرين على الصيام خلال شهر رمضان كما في السنوات السابقة، في حين أن مرضى الـ COVID-19 قد يلجأوا إلى تراخيص دينية فيما يتعلق بالإفطار بالتشاور مع أطباءهم كما يفعلون ذلك بالتعامل مع أي مرض آخر.

النشاط البدني

تم تقييد حركة العديد من الأشخاص خلال وباء الـ COVID-19؛ ولكن إن تم السماح بالتجول فإنه يجب الحفاظ على التباعد الفيزيائي ونظافة اليدين بشكل كافٍ حتى خلال أي نشاط رياضي.

يتم تشجيع الحركة البدنية الداخلية ودروس النشاط البدني عبر الإنترنت بدلاً من الأنشطة الخارجية.

الحماية الصحية والتغذية

التغذية السليمة و شرب الماء أمران هامان خلال شهر رمضان. يجب على الناس تناول مجموعة متنوعة من الأطعمة الطازجة وغير المعالجة مع شرب الكثير من الماء يومياً.

- استخدام التحية المسموح بها ثقافياً ودينيًا والتي تتجنب التماس الفيزيائي مثل التلويح أو الإيماء أو وضع اليد على القلب.
- إيقاف تجمع أعداد كبيرة من الناس في أماكن مرتبطة بأنشطة رمضان مثل أماكن الترفيه والأسواق والمحلات التجارية.

نصائح للمجموعات عالية الخطورة

- حث الناس الذين يشعرون بتوعك أو لديهم أعراض الـ COVID-19 لتجنب حضور التجمعات واتباع الإرشادات الوطنية بشأن متابعة الحالات المرضية ومعالجتها.
- حث كبار السن وأي أشخاص يعانون من حالات طبية موجودة مسبقاً (مثل أمراض القلب والأوعية الدموية والسكري والأمراض التنفسية المزمنة والسرطان) على عدم حضور التجمعات لأنهم يعتبرون عرضة للوفاة و للإصابة الشديدة بالـ COVID-19.

تدابير تخفيف التجمعات

يجب تطبيق الإجراءات التالية على أية تجمعات خلال شهر رمضان مثل الصلوات والحج والوجبات الشعبية أو الولائم.

المكان

- الاخذ بعين الاعتبار عقد التجمع في الهواء الطلق إن أمكن؛ وإلا فإنه يجب التأكد من أن المكان الداخلي فيه تهوية كافية وتدقق للهواء.
- القيام بتقصير مدة الحدث قدر الإمكان للحد من التعرض المحتمل
- إعطاء الأفضلية لعقد خدمات أصغر مع حضور أقل لعدة مرات، بدلاً من استضافة تجمعات كبيرة.
- الالتزام بالتباعد الجسدي بين الحاضرين عند الجلوس والوقوف من خلال إنشاء أماكن ثابتة وتخصيصها، بما في ذلك عند الصلاة وأداء الوضوء في مرافق الغسيل المشترك وكذلك في المناطق المخصصة لوضع الأحذية.
- تنظيم عدد وتدقق الأشخاص الذين يدخلون ويحضررون ويغادرون أماكن العبادة أو أماكن الحج أو الأماكن الأخرى لضمان المسافة الآمنة في جميع الأوقات.
- النظر في تدابير من أجل تسهيل تتبع الملامسين في حالة التعرف على شخص مريض بين الحاضرين في التجمع.

تشجيع النظافة الصحية

يقوم المسلمون بالوضوء قبل الصلاة مما يساعد في الحفاظ على النظافة الصحية. ينبغي النظر في التدابير الإضافية التالية:

- تأكد من أن مرافق غسل اليدين مجهزة بشكل كاف بالماء والصابون وتوفر الكحول (كحول بنسبة 70% على الأقل) لفرك اليدين عند مداخل المساجد وفي داخلها.
- ضمان توافر المحارم وسلات المهملات ذات الغطاء و البطانة القابلة للتغيير وضمان التخلص الآمن من النفايات.
- تشجيع استخدام سجادة الصلاة الشخصية لوضعها على السجاد.

استخدام التبغ

لا يُنصح باستخدام التبغ بأي حال من الأحوال تحت أي ظرف من الظروف خاصة خلال شهر رمضان ووباء الـ COVID-19.

قد يعاني المدخنون باستمرار من أمراض الرئة أو انخفاض السعة الرئوية مما يزيد بشكل كبير من خطر الإصابة بمرض الـ COVID-19.

تلمس الأصابع (وربما السجائر الملوثة) الشفاه عند تدخين السجائر مما يزيد من احتمال دخول الفيروس إلى الجهاز التنفسي. ومن المرجح أن يتم مشاركة المباسم والخراطيم عند استخدام الأركيلة مما يسهل أيضاً من انتقال الفيروس.

تعزيز الصحة الذهنية والنفسية الاجتماعية

على الرغم من التنفيذ المختلف في الممارسات خلال هذا العام، من المهم أن نطمئن المؤمنين أنه لا يزال بإمكانهم الصلاة والمشاركة والدعاء والتضرع والعناية - كل ذلك من مسافة صحية. إن تشجيع منصات بديلة ورقمية للتفاعل أمر بالغ الأهمية مع الأخذ بعين الاعتبار التأكد من أن العائلة والأصدقاء والشيوخ لا يزالون منخرطين في قاعدة التواعد الفيزيائي. إن الصلاة الخاصة بالمرضى إلى جانب رسائل الأمل والراحة هي طرق لإقامة شعائر رمضان مع الحفاظ على الصحة العامة.

الاستجابة لحالات العنف الأسري

من المرجح أن تزداد حوادث العنف المنزلي في الأماكن التي توجد فيها قيود على الحركة وخاصة ضد النساء والأطفال والمهمشين. يمكن للقادة الدينيين التحدث بنشاط ضد العنف وتقديم الدعم أو تشجيع الضحايا على التماس المساعدة.

الشكر

نتقدم بالشكر للمكتب الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية في الشرق الأوسط لقيادته تطوير هذا الدليل.

المراجع

منظمة الصحة العالمية. اعتبارات وتوصيات عملية للقادة الدينيين والمجتمعات الدينية في سياق الـ COVID-19 - النشر، أداة تقييم المخاطر، تفرعات القرار.

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/points-of-entry-and-mass-gatherings>

تواصل منظمة الصحة العالمية مراقبة الوضع عن كثب بحثاً عن أية تغييرات قد تؤثر على هذا التوجيه المؤقت. وفي حال تغير أية عوامل، ستصدر منظمة الصحة العالمية تحديثاً آخر. وبخلاف ذلك، ستنتهي وثيقة التوجيه المؤقتة هذه بعد عامين من تاريخ النشر.

