



28. Distanciation physique

Dernière mise à jour: 2023-08-10

Aperçu

La distanciation physique consiste à faire en sorte que les personnes gardent une certaine distance entre elles pour éviter les risques lors des épidémies de maladies très contagieuses, afin d'empêcher la propagation de celles-ci. Elle diffère de l'isolement dans la mesure où il s'agit d'une pratique que tous les membres de la communauté devraient adopter, et pas seulement les malades. Le respect d'une distance de sécurité est un moyen efficace d'éviter la propagation des maladies contagieuses.

Que faire et comment s'y prendre

Encourager la distanciation physique

Promouvoir le respect d'une distance de sécurité comme méthode pour éviter la propagation d'une maladie

- La distanciation physique consiste aussi à réduire au minimum les contacts physiques. Elle inclut notamment les actions suivantes.
 - Éviter les lieux bondés. Par exemple, encouragez les personnes à :
 - prier seules ou en petits groupes plutôt que dans de grands rassemblements ;
 - laver leur linge à proximité de la maison plutôt que dans des espaces communs ;
 - se rendre aux marchés ou dans d'autres zones bondées à un moment de la journée où la fréquentation est plus faible.
 - Éviter les rassemblements non essentiels. Par exemple, encouragez les personnes à :
 - reporter les mariages ou autres événements semblables jusqu'à que leur tenue ne constitue plus un risque ;
 - éviter les festivals ou rassemblements communautaires jusqu'à ce qu'ils ne présentent plus de risques.
 - Éviter les salutations habituelles. Par exemple, encouragez les personnes à :
 - éviter les poignées de mains, les embrassades et les bises.
 - Limiter les contacts avec les personnes plus à risque. Par exemple, encouragez les personnes à : éviter tout contact étroit non nécessaire avec les jeunes enfants ou les personnes âgées.
- Garder une distance de sécurité avec les autres lorsque c'est possible (la distance peut varier en fonction de la maladie, demandez des précisions aux autorités sanitaires).

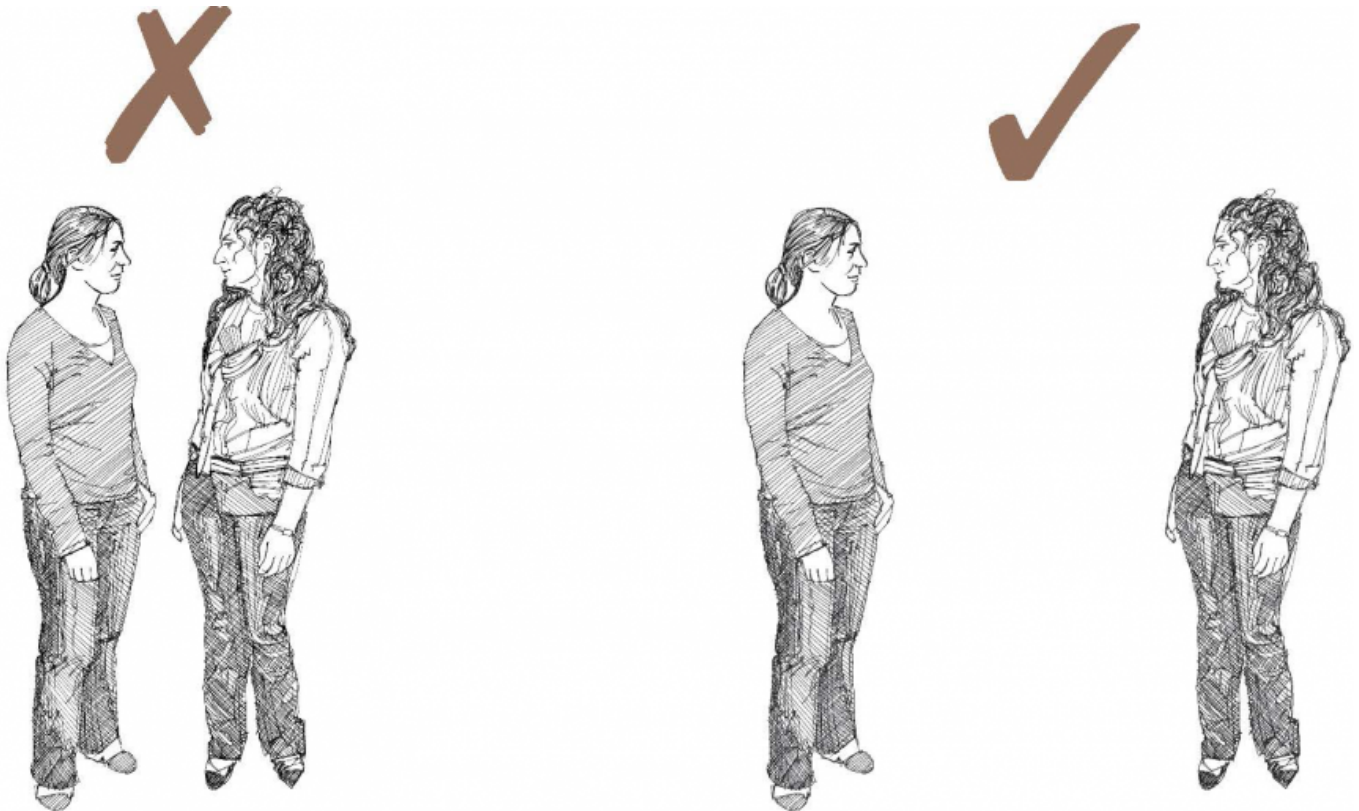
Reconnaître que, dans certains contextes, il peut être difficile, voire impossible, de respecter les distances de sécurité.

- Dans les situations où les personnes cohabitent dans un espace surpeuplé, comme dans les abris pour déplacés, il n'est pas toujours possible d'appliquer la distanciation physique. Dans des cas comme celui-là, il est important de :
 - promouvoir l'utilisation (et, si possible, la distribution) d'équipements de protection essentiels, tels que des masques.

- Les distances de sécurité peuvent être plus difficiles à respecter pour les personnes qui travaillent dans certains secteurs et lieux, par exemple pour les vendeurs des marchés ou les travailleurs domestiques.
 - Cibler ces groupes pour faire un travail de sensibilisation aux modes de transmission de la maladie et aux mesures de protection qu'ils peuvent appliquer pour limiter leur exposition.
 - Plaider en faveur de conditions de travail et d'un accès aux services de santé sûrs.

Soyez conscients que la distanciation physique peut provoquer un isolement et créer ou aggraver des problèmes psychosociaux chez certaines personnes.

- Voir la fiche [action 19](#) pour savoir comment apporter son aide.



Messages à la population



21. Distanciation physique