

# La présence aux cours d'EPS: une obligation légale

## Circulaire du 12 décembre 1989 NOR : MENX8910373C (JO du 15 décembre 1989

(...)

### II. Le caractère obligatoire des enseignements

Aucune atteinte ne doit être portée aux activités d'enseignement, au contenu des programmes et à l'obligation d'assiduité des élèves. La liberté d'expression reconnue aux élèves ne saurait contrevenir à ces obligations. Comme l'a souligné la loi d'orientation sur l'éducation du 10 juillet 1989, celles-ci " incluent l'assiduité " et " consistent dans l'accomplissement des tâches inhérentes à leurs études et le respect des règles de fonctionnement et de la vie collective des établissements " .

(...)

Les élèves doivent suivre tous les enseignements correspondant à leur niveau de scolarité. Ces enseignements sont définis dans leurs contenus et dans leurs horaires par voie réglementaire. Dès lors, un élève ne peut en aucun cas refuser d'étudier certaines parties du programme de sa classe ni se dispenser de l'assistance à certains cours. L'emploi du temps en vigueur dans l'établissement s'impose aux élèves.

Le manquement à ces obligations entraîne des sanctions.

(...)

La méconnaissance de l'obligation scolaire peut également entraîner la suspension ou la suppression du versement des prestations familiales.

L'absence momentanée à certains cours obligatoires pour un motif non légitime encourt les mêmes sanctions

---

## Décret n° 85 924 du 30 août 1985 - Article 3-5

Art. 3-5 (ajouté par le décret no 91-173 du 18 février 1991).

« L'obligation d'assiduité mentionnée à l'article 10 de la loi du 10 juillet 1989 susvisée consiste, pour les élèves, à se soumettre aux horaires d'enseignement définis par l'emploi du temps de l'établissement ; elle s'impose pour les enseignements obligatoires et pour les enseignements facultatifs dès lors que les élèves se sont inscrits à ces derniers. »

---

## Droits et obligations des élèves    Circulaire n° 91-052 du 6 mars 1991

(...)

### C - Les obligations des élèves

Les obligations de la vie quotidienne dans les établissements scolaires, comme dans toute communauté organisée, supposent le respect des règles de fonctionnement mises en place pour y assurer la vie collective.

Ces obligations s'imposent à l'ensemble des élèves. En effet, parmi leurs objectifs d'éducation et de formation, collèges et lycées ont vocation à préparer les jeunes à l'exercice de la citoyenneté et doivent constamment avoir le souci de leur formation civique. Les élèves ont ainsi le droit de connaître les règles applicables et le devoir de les respecter.

De ce principe premier découle un ensemble d'obligations spécifiques à l'établissement scolaire.

Les élèves respectent l'ensemble des membres de la communauté éducative tant dans leur personne que dans leurs biens.

Dans leur propre intérêt, les élèves ont l'obligation d'accomplir les tâches inhérentes à leurs études. L'article 3-5 du décret du 30 août 1985 modifié (art. 1 du décret du 18 février 1991 ) place au centre de ces obligations l'assiduité, condition essentielle pour que l'élève mène à bien son projet personnel. L'assiduité est définie par référence aux horaires et aux programmes d'enseignement inscrits dans l'emploi du temps de l'établissement. Elle concerne les enseignements obligatoires et facultatifs auxquels l'élève est inscrit ainsi que les examens et épreuves d'évaluation organisés à son intention. Enfin, l'assiduité peut aussi être exigée aux séances d'information, portant sur les études scolaires et universitaires, et sur les carrières professionnelles. Ces séances sont en effet destinées à faciliter l'élaboration par l'élève d'un projet personnel d'orientation ainsi que le prévoit la loi du 10 juillet 1989.

---

## Conseil d'Etat Enseignement 1995

Les élèves de l'enseignement public ont le droit d'obtenir des autorisations d'absence pour des motifs d'ordre religieux, à la condition que ces dispenses d'assiduité soient nécessaires à l'exercice du culte et ne soient incompatibles ni avec le déroulement normal de la scolarité ni avec le respect de l'ordre public dans l'établissement (Ass., 14 avr. 1995, Consistoire central des israélites de France et autres ; 14 avr. 1995, M. Koen ).

---

**Questions parlementaires (Assemblée Nationale)** 12ème législature

Question N° : 11149 de M. Mariani Thierry (Union pour un Mouvement Populaire - Vaucluse) QE

Ministère interrogé : jeunesse et éducation nationale

Ministère attributaire : jeunesse et éducation nationale

Question publiée au JO le : 27/01/2003 page : 474

Réponse publiée au JO le : 24/11/2003 page : 9000

Rubrique : enseignement

Tête d'analyse : politique de l'éducation

Analyse : laïcité. respect

**Texte de la QUESTION :**

M. Thierry Mariani appelle l'attention de M. le ministre de la jeunesse, de l'éducation nationale et de la recherche sur les recommandations récentes de certains de ses services à l'égard des professeurs d'éducation physique et sportive visant à leur faire déplacer la date d'une épreuve sportive hors de la période du ramadan ou bien à en rendre la participation facultative. Aussi, il lui demande de bien vouloir lui indiquer si ces enseignants devront désormais, préalablement à l'organisation de leurs cours, prendre en compte le jeûne de dix-neuf jours qui prévaut dans la foi Baha'ïé, le Vesak pour les bouddhistes, la semaine sainte pour les chrétiens, le Bikarami pour les hindouistes, le Ramadan pour les musulmans, le Lokashah Jayanti pour les jainistes, les assemblées de district et de circuit pour les témoins de Jéhovah, Le Roch Hachanah pour les juifs, le Stesubun pour les shintoïstes, la naissance du Gouru Nanak Dev Ji pour les Sikhs, le Litha pour la religion Wicca ou encore le Ghambar Maidoyozarem pour les zoroastristes ou bien si ces professeurs d'éducation physique et sportive peuvent continuer à organiser leurs enseignements, en toute sérénité et dans le respect de la laïcité, sans que le calendrier religieux ne prenne le pas sur le calendrier scolaire.

**Texte de la REPONSE Réponse publiée au JO le : 24/11/2003 page : 9000**

Les élèves des établissements scolaires, en tant qu'usagers du service public d'éducation, disposent du droit d'exprimer leurs convictions religieuses, dans les limites inhérentes au bon fonctionnement du service public. Ils restent dans tous les cas soumis à leurs obligations, qui sont l'assiduité et le respect des règles de fonctionnement et de vie collective des établissements. Il paraît difficile d'empêcher les jeunes musulmans qui le souhaitent de pratiquer le jeûne rituel pendant le mois de Ramadan, quelles qu'en puissent être les conséquences sur la qualité de leur travail scolaire et sur leur attention. Cependant, il ne saurait être question de bouleverser la programmation pédagogique des activités que les enseignants ont arrêtée pour l'année scolaire en cours. Les établissements scolaires accueillent tous les élèves quelle que soient leur origine et leur religion. Les chefs d'établissement ont pour consigne de faire respecter les règles de la laïcité qui s'imposent à tous.

---

**Circulaire du 18 mai 2004 relative à la mise en œuvre de la loi n° 2004-228 du 15 mars 2004 encadrant, en application du principe de laïcité, le port de signes ou de tenues manifestant une appartenance religieuse dans les écoles, collèges et lycées publics**

(..)

2.4 (...) « Les convictions religieuses des élèves ne leur donnent pas le droit de s'opposer à un enseignement . (...). Les convictions religieuses ne sauraient non plus être opposées à l'obligation d'assiduité ni aux modalités d'un examen. Les élèves doivent assister à l'ensemble des cours inscrits à leur emploi du temps sans pouvoir refuser les matières qui leur paraîtraient contraires à leurs convictions. C'est une obligation légale. Les convictions religieuses ne peuvent justifier un absentéisme sélectif par exemple en éducation physique et sportive ou sciences de la vie et de la Terre. Les consignes d'hygiène et de sécurité ne sauraient non plus être aménagées pour ce motif. »

---

# Le port du voile en cours d'Education Physique et Sportive

## L'avis de la Cour européenne des Droits de l'Homme du 04 Décembre 2008

Affaires Dogru c. France (requête no 27058/05) et Kervanci c. France (no 31645/04)

Source de ce document : [http://www.droitdesreligions.net/actualite/nouvelleactu/decembre\\_2008/004.htm](http://www.droitdesreligions.net/actualite/nouvelleactu/decembre_2008/004.htm)

### Principaux faits

Les requérantes sont des ressortissantes françaises nées en 1987 et 1986.

Les deux affaires concernent l'exclusion des requérantes de leur établissement scolaire, en raison de leur refus de retirer leur foulard durant les cours d'éducation physique et sportive.

...

A de nombreuses reprises au cours du mois de janvier 1999, les requérantes se rendirent en cours d'éducation physique et sportive la tête couverte et refusèrent d'enlever leur foulard malgré les demandes répétées de leur professeur et les explications de celui-ci concernant l'incompatibilité du port d'un tel foulard avec la pratique de l'éducation physique.

En février 1999, le conseil de discipline du collège prononça l'exclusion définitive des requérantes pour non-respect de l'obligation d'assiduité, en raison de l'absence de participation active des intéressées à leurs séances d'éducation physique et sportive.

En mars 1999, le recteur de l'académie de Caen confirma cette décision, après avoir recueilli l'avis de la commission académique d'appel. Celle-ci justifia la mesure d'interdiction de porter le foulard en cours d'éducation physique par le respect des règles internes des établissements scolaires telles les règles de sécurité, d'hygiène et d'assiduité.

Le 5 octobre 1999, le tribunal administratif de Caen rejeta les demandes introduites par les parents des requérantes tendant à l'annulation de l'arrêté du recteur d'académie. Le tribunal considéra que les requérantes, en se présentant aux cours d'éducation physique et sportive dans une tenue ne permettant pas leur participation à l'enseignement concerné, avaient manqué à l'obligation d'assiduité ; que leur attitude avait entraîné un climat de tension au sein de l'établissement et que l'ensemble de ces circonstances était de nature à justifier légalement leur exclusion définitive du collège, nonobstant leur proposition faite à la fin du mois de janvier, de remplacer le foulard par un bonnet.

Par la suite, la cour administrative d'appel de Nantes confirma ces jugements, relevant que les intéressées avaient excédé les limites du droit d'exprimer et de manifester leurs croyances religieuses à l'intérieur de l'établissement. Enfin, le Conseil d'Etat déclara non admis les pourvois formés par les parents des requérantes.

### Griefs

Invoquant l'article 9 (droit à la liberté de pensée, de conscience et de religion), les requérantes se plaignaient de l'atteinte à leur droit de manifester leur religion. Elles alléguaient également avoir été privées de leur droit à l'instruction, au sens de l'article 2 du Protocole no 1 (droit à l'instruction).

### Décision de la Cour européenne des Droits de l'Homme Article 9

« La Cour observe que la limitation du droit des requérantes de manifester leur conviction religieuse avait pour finalité de préserver les impératifs de la laïcité dans l'espace public scolaire.

Se fondant sur les décisions du Conseil d'Etat ainsi que sur les circulaires ministérielles rédigées sur la question, la Cour constate que le port de signes religieux n'était pas en soi incompatible avec le principe de laïcité dans les établissements scolaires, mais qu'il le devenait suivant les conditions dans lesquelles celui-ci était porté et aux conséquences que le port d'un signe pouvait avoir.

A cet égard, la Cour rappelle avoir jugé qu'il incombait aux autorités nationales de veiller avec une grande vigilance à ce que, dans le respect du pluralisme et de la liberté d'autrui, la manifestation par les élèves de leurs croyances religieuses à l'intérieur des établissements scolaires ne se transforme pas en un acte ostentatoire, qui constituerait une source de pression et d'exclusion. Or, aux yeux de la Cour, tel est bien ce à quoi semble répondre la conception du modèle français de laïcité. »

"Appliquant l'ensemble de ces principes et la jurisprudence pertinente à la présente affaire, la Cour considère que les autorités internes ont justifié la mesure d'interdiction de porter le foulard en cours d'éducation physique par le respect des règles internes des établissements scolaires telles les règles de sécurité, d'hygiène et d'assiduité, qui s'appliquent à tous les élèves sans distinctions. Les juridictions ont par ailleurs relevé que l'intéressée, en refusant de retirer son foulard, avait excédé les limites du droit d'exprimer et de manifester ses croyances religieuses à l'intérieur de l'établissement." (...)

"En l'espèce, la Cour estime que la conclusion des autorités nationales selon laquelle le port d'un voile, tel le foulard islamique, n'est pas compatible avec la pratique du sport pour des raisons de sécurité ou d'hygiène, n'est pas déraisonnable. Elle admet que la sanction infligée n'est que la conséquence du refus par la requérante de se conformer aux règles applicables dans l'enceinte scolaire dont elle était parfaitement informée et non, comme elle le soutient, en raison de ses convictions religieuses."

## L'avis de la Cour européenne des Droits de l'Homme du 17 Juillet 2009

Affaires : Aktas c. France (requête no 43563/08), Bayrak c. France (no 14308/08), Gamaleddyn c. France (no 18527/08), Ghazal c. France (no 29134/08), J. Singh c. France (no 25463/08) et R. Singh c. France (no 27561/08)

concernant l'exclusion d'élèves de leur établissement scolaire en raison du port de signes ostensibles d'appartenance religieuse

**Résumé des faits** : « Mlles Aktas, Bayrak, Gamaleddyn, Ghazal et MM. Singh étaient inscrits pour la rentrée scolaire 2004-2005 dans différents établissements scolaires publics. Le jour de la rentrée, les jeunes filles, de confession musulmane, se présentèrent avec les cheveux couverts d'un voile ou d'un couvre-chef. MM. Singh étaient eux coiffés du « keski », sous-turban porté par les Sikhs.

Les proviseurs estimèrent que ces accessoires étaient contraires aux dispositions législatives interdisant le port de signes ou de tenues manifestant ostensiblement l'appartenance à une religion, pas seulement en **cours d'éducation physique**, mais dans l'ensemble des cours, en vertu de la loi de 2004. Face au refus des élèves de les retirer, les proviseurs leur refusèrent l'accès aux classes. Mlles Bayrak, Gamaleddyn et Aktas substituèrent un bonnet à leur voile.

Après une période de dialogue avec les familles, le conseil de discipline des établissements prononça, à différentes dates entre octobre et novembre 2004, l'exclusion définitive des élèves pour non-respect des dispositions de l'article L. 141-5-1 du code de l'éducation.

Les recteurs d'académie concernés confirmèrent cette décision, que les intéressés contestèrent devant les tribunaux administratifs. Leurs demandes furent rejetées en première instance et en appel. »

....

**Griefs** : Les plaignants invoquent l'article 9 (liberté de pensée, de conscience et de religion) de la Convention combiné avec l'article 14 (interdiction de la discrimination), l'article 6 § 1 (droit à un procès équitable dans un délai raisonnable), l'article 2 du Protocole no 1 (droit à l'instruction), l'article 4 du Protocole no 7 (droit à ne pas être jugé ou puni deux fois).

### Décision de la Cour européenne des Droits de l'Homme Article 9

« La Cour décide d'examiner seulement sous l'angle de l'article 9 les différents griefs relatifs aux allégations d'atteinte à la liberté religieuse.

Dans toutes les affaires, l'interdiction faite aux élèves de porter un signe d'appartenance religieuse représentait une restriction à leur liberté d'exprimer leur religion, restriction prévue par la loi du 15 mars 2004 (codifiée au sein du code de l'éducation en son article L. 141-5-1), poursuivant le but légitime de protection des droits et libertés d'autrui et de l'ordre public.

La Cour souligne que ce sont ces impératifs de protection des droits et libertés d'autrui et de l'ordre public qui ont motivé la décision d'exclusion, et non des objections aux convictions religieuses des élèves.

La Cour rappelle l'importance du rôle de l'État comme organisateur neutre et impartial de l'exercice des diverses religions, cultes et croyances. Elle rappelle également l'esprit de compromis nécessaire de la part des individus pour sauvegarder les valeurs d'une société démocratique.

L'interdiction de tous les signes religieux ostensibles dans l'ensemble des classes en établissements scolaires publics est motivée par la sauvegarde du principe constitutionnel de laïcité, objectif conforme aux valeurs sous-jacentes à la Convention et à la jurisprudence de la Cour.

La Cour souscrit à l'avis des autorités françaises que le port permanent de couvre-chefs de substitution constituait aussi une manifestation ostensible d'appartenance religieuse. Elle souligne que la loi de 2004 doit permettre de répondre à l'apparition de nouveaux signes d'appartenance religieuse, voire à d'éventuelles tentatives de contournement de la loi.

Quant à la sanction d'exclusion définitive, elle n'est pas disproportionnée, les élèves ayant eu la possibilité de poursuivre leur scolarité au sein d'établissements d'enseignement à distance.

L'ingérence des autorités dans leur droit à la liberté d'exprimer leur religion était donc justifiée et proportionnée à l'objectif visé. En conséquence, leurs griefs tirés de l'article 9 doivent être rejetés pour défaut manifeste de fondement.

Concernant les griefs de M. et Mme Gamaleddyn relatifs à la procédure mise en œuvre par le collège jusqu'à l'exclusion de leur fille, la Cour estime que les autorités scolaires, tout en faisant respecter les règles en vigueur, ont assuré à la jeune fille un suivi pédagogique pendant la période de dialogue prévue par la loi. Cette période transitoire n'a été ni illégale ni arbitraire ; cette partie de la requête de M. et Mme Gamaleddyn est donc manifestement mal fondée et doit être rejetée.

La Cour rejette également comme manifestement mal fondée la partie de la requête de Mlles Ghazal et Aktas et de MM. Singh, relative à l'article 14, en relation avec l'article 9, les dispositions litigieuses s'appliquant à tous les signes religieux ostensibles. »

...

« La Cour conclut donc que ces six requêtes doivent être rejetées. »

# Le RAMADAN n'est pas une excuse



YABILADI.COM

Stage : Yabiladi.com recherche développeurs web, web-designers, modérateurs et journalistes pour un stage sur Casablanca

divers témoignages (copies d'écran du site :)

## Re: L 'excuse Ramadan

Auteur: **chida**

Date: le 13 octobre 2005 à 14h37

salam

mabrouk ramadan

tu a raison

maintenant je me souvient moi au collège tous les rebeus on disaient à la proff de musique que pendant le ramadan on pouvait pas faire de flute

en 6è 5è on était jeune 11 -12 ans ça nous soulait la flute il fallait tous apprendre

c'est dingue ce qu'on pouvait inventer comme excuse et pareil pour le sport comme j'aimais pas le basket je trouvais l'excuse

et maintenant hamdollillah avec l'age on supporte meme des gens qui prennent des café ou fume devant toi

## Re: L 'excuse Ramadan

Auteur: **aïcha**

Date: le 13 octobre 2005 à 15h01

Ma fille avait sport mardi et il était prévu que toutes la classe aller courir ce jour là.

Comme mademoiselle faisait ramadan elle ma demandait de lui faire une fausse lettre d'excuse et d'inventer une maladie imaginaire pour que ce jour là elle ne cour pas 😞.

Bien sure j'ai refusais en lui disant que ce n'est pas bien de mentir et qu'il valait mieu parlait franchement a son prof.

Déçut elle est partie à l'école, et toutes ses copines arabes sont venues avec un mot de leurs soit disant mamans avec diverse excuse bidon 😊 le prof pas dupe ne les a pas cru 😊

Elles on du courir quant même mais en plus elles on eus une heure de colle pour fausses excuses 🙄

Ma fille était Peter de rire, et était bien contente d'y avoir échappé.

conclusion La corde du mensonge est courte 😞

## Re: L 'excuse Ramadan

Auteur: **tachilhite78**

Date: le 14 octobre 2005 à 18h17

salam



j'ai pas une super mémoire désolé... je me souviens pas avoir pretexter que je faisais le ramadan pour me dispenser de X ou Y... mais vu qu'on était pas mal de musulman ds la classe, les dispenses devaient surement etre présente par défaut 🙄 du coup j'ai rien remarqué!!!

en tout cas vos histoires m'ont bien fait rire 🙄

salam

# Le CORAN ne dispense pas des efforts physiques pendant le Ramadan

Institut Musulman  
de la Mosquée de Paris

Place du Puits de l'Ermité

75005 Paris

Téléphone 45.95.97.39

n° 4162/I.M.M.P./Rectorat

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

C.E.S. Paul FORT

Arrivé le : 10.6.87

Numéro : 542

المعهد الإسلامي للدراسات والبحوث

الهاتف 45 95 97 39

Paris, le 9 Juin 1987

Monsieur le Principal du Collège [redacted]

[redacted]

[redacted]

OBJET : Le Ramadhan

Réf. : Votre lettre en date  
du 19/5/1987

Monsieur le Principal,

En réponse à votre lettre citée en référence, j'ai l'honneur de vous faire savoir que le jeûne n'a pas été conçu et imposé pour inciter les musulmans à la paresse et au laisser aller -d'autant plus que toutes les batailles effectuées par notre Prophète contre les polythéistes ont eu lieu durant le RAMADHAN et les musulmans qui avaient participé n'ont pas rompu le jeûne ce qui prouve que le RAMADHAN n'est pas de nature à empêcher les musulmans d'accomplir leurs devoirs bien qu'ils soient durs.

Cependant, il est permis à chaque travailleur (ou écolier) de rompre le jeûne durant la journée s'il sent qu'il ne peut plus faire son travail : il faudrait qu'il fasse le jeûne normalement et lorsqu'il éprouvera cette difficulté il le rompera pour le rattraper ultérieurement.

Salutations fraternelles.

P/Le Recteur de l'Institut Musulman  
de la Mosquée de Paris.

Le Service Religieux

CHEIKH MOUSSA KHEL



# Le CORAN ne dispense pas de faire son travail d'élève pendant le Ramadan

(source du document : SNEP)

*Institut Musulman  
de la Mosquée de Paris*

*Place du Puits de l'Ermité  
75005 Paris*

*Téléphone 45.35.97.39*

*° 6772 IMP. Rectorat.*

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

المعهد الإسلامي للدراسات  
الهاتف ٤٥٣٥٩٧٣٣

Paris, le 25 mars 1992

باريس في :

Monsieur le Professeur,

Je voudrais en premier lieu vous remercier pour la sollicitude dont vous faites preuve à l'égard de vos élèves musulmans.

Il est vrai que le comportement quotidien des musulmans se modifie à l'occasion du ramadhan pour des raisons physiologiques pour une petite part mais surtout en raison d'un état d'esprit qui s'instaure.

Ceux qui adoptent une attitude du "moindre effort" en raison du jeûn sont en contradiction avec l'essence, et la signification même du jeûn. Le jeûn ne doit pas être effectué au détriment d'une activité quotidienne, sociale, normale. Le mérite s'en trouverait amoindri. Il ne doit pas constituer un prétexte pour échapper aux obligations familiales, professionnelles, scolaires, communautaires etc..

Certains musulmans "évitent" la natation en période de carême de crainte d'avaler de l'eau. Il ne s'agit pas d'une interdiction mais d'une attitude personnelle. Dans la mesure où le nageur est sûr de ses capacités et qu'effectivement il n'avale pas d'eau, rien ne l'empêche de nager et son jeûn est valide.

Au cas particulier des élèves sujets à une épreuve obligatoire du Bac. et en raison du principe fondamental de la nécessité qui fait loi, ils doivent passer ces épreuves en toute quiétude - ils prendront leurs précautions pour éviter d'avaler de l'eau. Si par malheur cela venait à se produire ils seraient quittes en jeunant un jour, plus tard dans l'année. Mais ils ne doivent en aucun cas se mettre dans une situation qui porterait préjudice à leurs études donc à leur avenir.

Veillez agréer, Monsieur, l'expression de ma considération distinguée.

Le Directeur de Département,

M. LAOUFI

# La dispense médicale de complaisance : l'avis d'un médecin

RIPOSTE LAIQUE

**RAMADAN OU COURS DE GYM : EST-CE AU MÉDECIN DE CHOISIR ?**

mardi 23 septembre 2008, par Docdory

Source : <http://www.ripostelaique.com/Ramadan-ou-cours-de-gym-est-ce-au.html>

(Texte intégral)

« Cela fait sept ou huit ans que ce type de consultation revient tous les ans, ou plus précisément toutes les douze lunaisons. Deux ou trois consultations chaque année sont pour ce motif. C'est un peu au médecin ce que le marronnier est au journaliste. L'argumentation que je développe s'est enrichie d'année en année, mais au fond, elle reste toujours aussi peu comprise.

Une jeune fille d'environ 17 ou 18 ans, en général d'allure moderne, sans voile, en classe de terminale le plus souvent, arrive dans mon cabinet, et me regarde d'un air gêné. Je vais tenter de reconstituer la conversation :

- *Docteur, il me faudrait une dispense de gym.*

Ah bon, qu'est-ce qui ne va pas ? (NB je l'ai déjà deviné, mais je pose quand même la question rituelle).

- *Rien, tout va bien, mais c'est pour le ramadan, j'ai besoin d'une dispense.*

Mais, je croyais que pendant le ramadan vous deviez jeûner, je ne savais pas qu'il vous était également interdit de faire du sport ?

- *Non, ce n'est pas interdit, mais les cours de gym sont en fin d'après midi, et je fais des malaises parce que je n'ai rien mangé.*

Qu'à cela ne tienne, il vous suffit d'emporter un casse-croûte dans votre cartable, que vous mangerez en cachette si vous avez peur qu'on s'en aperçoive, et vous n'aurez plus de malaise en cours de gym !

- *Oui, mais c'est que je ne veux pas rompre le ramadan.*

Vous savez, dieu (ou les dieux), s'il existe (ou s'ils existent), a probablement bien d'autres préoccupations que de se mêler de ce que vous mangez et de l'heure à laquelle vous le mangez !

Elle se renfrogne un peu :

- *Ça m'est égal, je ne veux quand même pas rompre le ramadan.*

Mais à ce moment là, pourquoi ne dites-vous pas à votre prof de gym que vous vous sentez mal à cause du ramadan et que vous ne pouvez pas faire d'efforts sportifs ?

- *Je l'ai déjà dit à mon prof de sports, il m'a dit qu'il serait d'accord, à condition que j'amène un certificat médical !*

Je maugréais in petto : " encore un dégonflé qui refile la patate chaude à quelqu'un d'autre «, et je répondis à cette jeune fille :

Oui, mais nous sommes dans une République laïque, la loi est la même pour tous quelle que soit la religion, les cours de gym sont obligatoires pour tous les élèves, et ne peuvent en être dispensés que les malades !

- *D'accord, me dit-elle, mais faire des malaises, c'est une maladie, non ?*

Mais le traitement, efficace dans 100% des cas, n'en est pas une dispense de sports, mais un casse-croûte préalable aux sports ! Vous me demandez de faire une dispense de gym pour cause de maladie alors que c'est pour une raison religieuse. C'est interdit par la loi. Ce serait un faux certificat.

- *Ce n'est pas pour une raison religieuse, c'est pour des malaises.*

Peut-être, mais ces malaises ont une cause religieuse. Dans quelques années, quand vous aurez du travail, vous n'allez pas demander au médecin un arrêt de maladie pendant toute la durée du ramadan ? Il y a 1 800 000 musulmans en France, s'ils se mettaient en arrêt de maladie pour cause de malaises provoqués par le ramadan, à mille euros les indemnités mensuelles d'arrêt de maladie, ça ferait 1 milliard 800 millions d'euros de dépenses supplémentaires pour la sécurité sociale ! Ceux qui ont besoin réellement de manger pour travailler correctement mangent malgré le ramadan. Vous ne voudriez pas prendre à 18 heures un avion piloté par quelqu'un qui n'aurait rien mangé depuis 7 heures du matin ? Ce serait l'accident assuré. Pour la même raison, vous ne vous feriez pas opérer à 18 heures par un chirurgien à jeun depuis 7 heures. Vous n'iriez pas les accuser de rompre le ramadan. Dans le monde moderne, les obligations de sécurité l'emportent sur des règles religieuses.

- *Oui, mais là, ce n'est pas un arrêt de travail, c'est juste une dispense, ça ne coûte rien à la sécurité sociale puisque je suis lycéenne et pas salariée !*

Peut-être, mais c'est quand-même un faux certificat que vous me demandez. Le code de déontologie, dans son article 28 (NB : article R. 4127-28 du code de la santé publique), stipule que : "La délivrance d'un rapport tendancieux ou d'un certificat de complaisance est interdite." <http://www.conseil-national.medecin.fr/?url=deonto/rubrique.php>

Finalement, ajoutais-je, vous me demandez de contrevenir aux règles déontologiques auxquelles je suis légalement tenu, afin que vous, vous puissiez observer vos règles religieuses. Pourquoi donc irais-je enfreindre mes propres règles afin que vous puissiez suivre les vôtres ? Pensez-vous que les miennes valent moins la peine d'être suivies que les vôtres ?

- *Euh, non...*

Bon, alors je ne vous donnerais pas ce certificat, si d'ailleurs vous tenez tant que ça à respecter le ramadan, vous ne vous formaliserez pas d'une mauvaise note en sports...

Bien entendu, je ne lui fis pas payer la consultation, nonobstant le temps qu'elle me prit. La sécurité sociale n'a pas à rembourser ce genre de choses !...

Quelques réflexions peuvent être tirées de cette anecdote. Comment un professeur de sports d'un lycée laïque a-t-il pu refiler ce problème au médecin, afin de ne pas avoir à s'en occuper lui-même ? Il lui aurait été pourtant simple d'informer cette élève que la loi rendant les cours de sports obligatoires est la même pour tous et toutes, quelle que soit la religion, et, que dans une République laïque, la loi républicaine est supérieure à n'importe quelle considération ou règlement religieux. Se défiler ainsi de ses responsabilités est regrettable pour un membre du corps enseignant.

Que signifie en réalité l'attitude de cet enseignant ? Au fond, il trouve probablement très peu acceptable cette hyperreligiosité qui empêche une élève de suivre normalement son cours. Mais néanmoins, ayant peur de se faire accuser de discrimination, il part du principe qu'il vaut mieux un "accommodement raisonnable" comme ceux qui sont chers aux canadiens. Néanmoins, il ne veut pas non plus laisser penser qu'il ne respecterait pas la laïcité, et il sait très bien que les accommodements raisonnables n'ont pas de fondements légaux en France.

Il trouve donc une échappatoire en supposant donc que le médecin sera trop heureux de faire un "accommodement raisonnable sauvage" à type de certificat de complaisance, qui lui fera gagner 22 euros (partant du principe communément admis que le corps médical est essentiellement motivé par l'appât du gain !). Ainsi, le prof de gym s'imagine qu'il n'aura pas à se "mettre les mains dans le cambouis" ...

Cette peur d'être à l'origine d'une discrimination est d'ailleurs non fondée : en effet, si les discriminations liées par exemple à la couleur de peau ou au sexe sont scandaleuses et doivent être combattues, on est dans le cas précis dans une forme d'autodiscrimination. En effet, c'est par son intransigeance religieuse que cette élève ne peut pas faire normalement ses cours de sports.

C'est à elle de faire un accommodement raisonnable avec les exigences de la vie en société, en rompant le ramadan deux fois par semaine avant son cours de gym, et non à la société de lui faire un traitement de faveur ! De même qu'une femme voilée n'a que des

chances infimes de trouver un travail par rapport à une femme qui ne l'est pas ; c'est elle-même qui s'autodiscrimine et non pas la société, quoi que pourrait en penser la HALDE.

Enfin se pose effectivement le problème de la sécurité du travail chez les personnes qui respectent le ramadan. Pour un travailleur de force, le jeûne prolongé entraîne nécessairement une diminution des performances physiques, qui deviennent très faibles à partir de trois heures de l'après-midi. Est-ce à ses collègues de travail d'assumer la part de travail qu'il ne peut plus physiquement assurer ? S'il a lieu en période de canicule, le ramadan fait courir au travailleur physique le risque de déshydratation. S'il a lieu en plein hiver, le risque est celui de malaise hypothermique. Pour ceux qui utilisent des machines dangereuses, la déconcentration liée à l'hypoglycémie peut faire commettre des erreurs lourdes de conséquences.

Enfin, pour les travaux nécessitant une haute concentration intellectuelle (pilote d'avions, chirurgiens, médecins, ingénieurs etc.) la perte d'efficacité intellectuelle liée au jeûne peut aboutir également à des catastrophes ou des erreurs graves.

Il serait souhaitable que toutes ces catégories de travailleurs, si elles veulent vraiment suivre strictement le ramadan, prennent, par souci de sécurité, leurs congés annuels pendant celui-ci, quand bien même il tomberait pendant un mois peu propice aux vacances.

La liberté religieuse, comme toutes les autres libertés, comprend deux aspects : c'est certes pouvoir faire ce qui ne nuit pas à autrui, mais c'est aussi le fait d'exercer d'incessants choix existentiels, parfois résumés par l'adage populaire « on ne peut pas avoir le beurre et l'argent du beurre ».

L'individu libre agit en prenant soin de ne pas nuire à autrui, mais sa dignité de citoyen fait qu'il se doit d'assumer en totalité la responsabilité des conséquences, même désagréables pour lui, de ses choix existentiels. L'amateur de voitures de luxe qui se retrouverait dépourvu d'argent après avoir acheté un coûteux cabriolet, et ne pourrait plus ensuite se payer comme logement qu'un taudis, serait mal fondé à réclamer de meilleures conditions de logement, et à demander à la commune de financer la cantine de ses enfants !

Cette lycéenne, en tant que citoyenne libre de France, est parfaitement en droit de faire le ramadan (à supposer qu'il ne s'agisse pas d'une contrainte imposée par sa famille). Mais cette liberté, qui est, pour cette lycéenne, l'exercice d'un choix existentiel, n'a aucun sens si cette adolescente n'est pas obligée d'assumer les conséquences pour elle-même de ce choix existentiel (impossibilité de faire la moindre activité sportive et donc, mauvaises notes à répétition en gym pendant la durée du ramadan).

En cela, les "accommodements raisonnables" sont la négation même de la liberté, en ce qu'ils privent l'individu d'une composante essentielle de sa liberté, qui est d'avoir à assumer pleinement les conséquences de ses choix existentiels. Le professeur de sport, qui donnerait des bonnes notes fictives dans un souci de "ne pas discriminer", le médecin qui établirait une dispense de sport pour des raisons religieuses en faisant croire qu'il s'agit de raisons médicales, le politicien qui souhaiterait instituer des exemptions temporaires de sport pour raisons religieuses, loin d'agir avec humanité, priveraient cette adolescente d'un apprentissage essentiel dans la vie humaine : l'apprentissage de ce qu'est réellement un libre choix . »

Docdory

# Le Ramadan et les Sportifs

## « Le Ramadan et la pratique sportive »

A Briki. Maître de conférences de physiologie. UFR/STAPS de Reims

R Faynot Professeur agrégé en EPS. Collège P. Brossolette, Reims, Médecin du sport

D. Davenne Professeur de physiologie. UFR/STAPS de Caen

In Bulletin de liaison des professeurs d'Éducation Physique de l'Académie de Reims n° 23-24

« En vue de répondre à certaines préoccupations du terrain, nous avons évalué les différentes composantes de l'aptitude physique (force, vitesse, endurance, souplesse et habileté), avant, pendant et après le mois de ramadan chez une population déjeunes nageurs. Cette population a été soumise à un entraînement quotidien (2h) alternant musculation à sec et entraînement aérobie. A travers cette évaluation, nous avons recherché les variations éventuelles des composantes de l'aptitude physique au cours de ce mois afin de détecter la période du ramadan la plus sensible à l'effet du jeûne. » (...)

### CONCLUSION de l'étude

« Les modifications du rythme biologique (notamment veille-sommeil), l'absence d'hydratation au cours de l'entraînement, l'épuisement précoce des stocks hépatique et musculaire de sucres, l'hypoglycémie qui en résulte ainsi que l'insuffisance de la récupération, sont les principaux facteurs susceptibles de se manifester au cours du jeûne et de réduire la performance physique durant le ramadan.

Afin de prévenir les risques d'épuisement, d'éviter les symptômes inhérents, et éventuellement pour exploiter positivement la pratique du jeûne, il convient de respecter certaines règles méthodologiques, diététiques et de récupération, parmi lesquelles :

> Donner le temps à l'organisme de s'adapter aux modifications brutales du rythme de vie (décalage des prises alimentaires, des phases de digestion, du sommeil et parfois même celui du rapport sommeil-veille, modification qualitative et quantitative du régime alimentaire etc.). Pour cela, il y a lieu de réduire, durant la première semaine du ramadan, le volume et surtout l'intensité de l'entraînement, pour les rétablir progressivement dès la deuxième semaine.

> Adapter, pour les athlètes, la fréquence, l'intensité et la durée des séances d'entraînement en tenant compte des particularités énergétiques de la spécialité sportive pratiquée et des spécificités du jeûne.

respecter la constance du rythme biologique et notamment la durée habituelle du sommeil, sachant que le sommeil de jour, quelle que soit sa durée ne peut remplacer celui de la nuit.

> Eviter les séances d'entraînement intense en début de journée; cela entraîne un épuisement précoce des réserves de sucres. Ce type de séance peut être programmé avant la rupture du jeûne.

> La pratique des activités à risque est à éviter au regard de la baisse de vigilance, conséquence de troubles liés au rythme veille-sommeil et à l'hypoglycémie.

**Outre ces recommandations, il apparaît que l'enfant est tout à fait apte à pratiquer l'EPS pendant le ramadan, et que l'athlète, a tout à gagner à s'entraîner pendant cette période. »**

### « Analyse des effets du jeûne du Ramadan sur la consommation maximale d'oxygène (VO<sub>2</sub>max), la fréquence cardiaque et la tension artérielle chez des sportifs »

S. Lotfi 1, M. Madani 1, A. Tazi 2. 1. Unité de Recherche et d'Evaluation de la Valeur Physique, Ecole Normale Supérieure, Casablanca, 2. Fondation Hassan II de la Recherche Scientifique et Médicale sur Ramadan, Maroc. In Les Journées Biologie et Santé de Casablanca 15-16 Décembre 2004

... « Les résultats issus de cette étude ont permis de montrer que l'exercice intense mobilisant le métabolisme aérobie est négativement influencé par le jeûne chez des sportifs en formation, cette conclusion demeure en concordance avec les données obtenues par Sweileh et Coll. (1990, 1992) dans le sens où la consommation maximale d'oxygène (VO<sub>2</sub>max) diminue pendant ramadan. »

### Sport, Santé et Préparation Physique N° 71

Lettre électronique des entraîneurs du Val-de-Marne JUIN 2009

... Université Paris 12 – Conseil général du Val-de-Marne ...

#### « Conclusion

En général, le jeûne du ramadan est bien supporté par les personnes en bonne santé.

Activités physiques et ramadan ne sont pas incompatibles à condition de prendre quelques précautions :

- s'hydrater dès la rupture du jeûne et juste avant sa reprise,
- éviter les excès de sucreries, de sodas et de graisse,
- manger des féculents au repas qui précède l'aube.
- adopter une alimentation équilibrée.

**C'est paradoxalement durant le mois de Ramadan que les mauvais comportements alimentaires sont les plus en augmentation ».**

## « Effets d'une restriction hydrique et alimentaire prolongée (ramadan) sur la performance et les réponses cardiovasculaires au cours d'un exercice incrémental en milieu tropical chaud »

Auteur(s) / Author(s) FALL A. (1) ; SARR M. (2) ; MANDENGUE S.-H. (3 4) ; BADJI L. (1) ; SAMB A. (3) ; GUEYE L. (3) ; CISSD F. (1 3) ;

Affiliation(s) du ou des auteurs / Author(s) Affiliation(s)

(1) Institut national supérieur de l'éducation populaire et du sport (Inseps), Dakar, SENEGAL

(2) Laboratoire de pharmacologie, pharmacodynamie et de physiologie, faculté de médecine, de pharmacie et d'odontostomatologie, Dakar, SENEGAL

(3) Laboratoire de physiologie, faculté de médecine, de pharmacie et d'odontostomatologie, Dakar, SENEGAL

(4) Unité de physiologie de l'activité musculaire et physique, faculté des sciences, université de Douala, BP 7064, Douala, CAMEROUN

### Résumé

Contexte. - Des études antérieures ont montré que la consommation maximale d'oxygène et la fréquence cardiaque maximale n'étaient pas significativement différentes chez des sujets en période de restriction hydrique et alimentaire prolongée (ramadan), comparativement à une période d'alimentation normale. Peu de données cependant, ont été rapportées sur les effets du ramadan sur certains paramètres cardiovasculaires. Objectif. - Étudier les variations des paramètres cardiovasculaires en période de ramadan. Méthodes. - Douze sportifs de sexe masculin, d'âge moyen de  $24 \pm 4$  ans ont participé à cette étude dont les tests se sont déroulés à la troisième semaine du mois de ramadan. Les caractéristiques anthropométriques, la fréquence cardiaque maximale, et la pression artérielle ont été recueillies au cours d'épreuves de détermination de la puissance maximale aérobie pendant deux périodes expérimentales (alimentation normale et ramadan).

Résultats. - Les données anthropométriques n'ont montré aucune différence significative entre les deux périodes. La puissance maximale aérobie en période de jeûne était significativement inférieure ( $p < 0,05$ ) comparativement à celle de la période d'alimentation normale. Les fréquences cardiaques au repos, à l'effort maximal et pendant la récupération n'étaient pas significativement différentes. La pression artérielle systolique à l'effort maximal en période de ramadan était significativement inférieure ( $p < 0,05$ ) à celle de la période normale.

Conclusion. - Le ramadan influence les capacités de l'effort maximal et les réponses cardiovasculaires à l'effort maximal.

Revue Science & sports ISSN 0765-1597 CODEN SCSPED Science et sports Source 2007, vol. 22, no1, pp. 50-53

## CONCLUSION

1- Les cours d'EPS sont obligatoires comme tous les autres cours.

Un motif religieux, non lié directement à l'exercice d'un culte, ne peut être considéré comme une justification de dispense. Seul un certificat médical peut dispenser d'un cours d'EPS ou d'une séance de travaux pratiques.

2- Le Ramadan décale les horaires des repas. Ce décalage peut poser problème.

Il peut y avoir des conséquences défavorables sur les ressources des élèves tout particulièrement à cause de la déshydratation et du manque de sommeil.

3- Dans la logique du croyant :

Le Ramadan est une épreuve (« Apprendre à résister à des habitudes aussi tenaces que celle de satisfaire la soif et la faim lorsqu'elles se font sentir, c'est se libérer de l'emprise de l'Habitude qui enchaîne généralement l'homme et limite sa liberté d'initiative ». <http://www.yabiladi.com/article-ramadan-1.html>).

Il faut assumer les conséquences pratiques de ses choix. Si l'épreuve est trop dure à supporter, il est possible de rompre le jeûne et rattraper plus tard la journée de jeûne manquée.

4- L'enseignant reste vigilant et dose (en fonction du contexte) la nature et l'intensité du travail à réaliser.

Il décide du degré d'implication (intensité et/ou durée) de (des) l'élève(s) en fonction de l'horaire du cours, de l'activité pratiquée, des conditions climatiques (froid, chaleur, vent), du contexte humain et des ressources qu'elle sollicite chez les élèves.

Il est responsable de la sécurité de tous ses élèves, en particulier à l'occasion de la pratique d'APSA exigeant une grande vigilance (assurage en escalade en tête, ...).