



Meer info? www.hetacv.be/ramadan

Ramadan?

Ramadan is de negende maand van de islamitische kalender. Tijdens deze maand vasten moslims overdag. Vasten betekent: geen eten, drinken of seks.

Als de Ramadan voorbij is, begint 'Eid El-Fitr', ook wel Suikerfeest genoemd. Dat duurt 3 dagen.

In 2025 start de Ramadan rond 28 februari, in 2026 rond 18 februari, in 2027 rond 8 februari, in 2028 rond 28 januari, in 2029 rond 16 januari en in 2030 rond 6 januari.

Waarom vasten moslims?

Het vasten tijdens de Ramadan is een van de vijf zuilen (of religieuze verplichtingen) van de islam. Het is een periode van zelfdiscipline, verdraagzaamheid, solidariteit, verbroedering en bezinning.

Waar kan ik als afgevaardigde op letten tijdens de Ramadan?

De werkgever is niet verplicht om rekening te houden met de Ramadan, maar het is beter om dat wel te doen. **Ga de dialoog aan** en bespreek met elkaar hoe de Ramadan een invloed kan hebben op de werksituatie. Zorg voor **wederzijds respect en begrip**.

In het sociaal overleg bepaal je welke maatregelen haalbaar zijn om de combinatie werken en vasten te vergemakkelijken.

Je kan bijvoorbeeld:

- het werkrooster of de werktijden aanpassen;
- extra pauze aanbieden om het vasten te verbreken*;
- verkorte pauze nemen en vroeger naar huis gaan of later starten.

*Op het einde van een vastendag breek je het vasten door het eten van een dadel of het drinken van water of melk.

Nog wat extra syndicale tips:

- **Wacht niet tot problemen zich voordoen.** Pols op voorhand bij collega's naar hun plannen en voorstellen over de Ramadan.
- **Ga voor een structurele aanpak.** Zo vermijd je dat je elk jaar opnieuw moet onderhandelen.
- Durf **bedrijfsinterne afspraken in vraag te stellen**.
- Zorg voor **duidelijke en rechtlijnige communicatie**. Informeer alle werknemers over de afspraken en procedures, zowel vanuit directie en management als vanuit je vakbondsafvaardiging.

Hoe ziet een dag eruit tijdens de Ramadan?

Moslims eten 2 maaltijden op een vastendag. Voordat de zon opkomt, staan moslimgezinnen op om samen iets te eten. Overdag eten of drinken ze niets, tot de zon ondergaat. Het avondeten tijdens de Ramadan heet 'iftar'.

Heb je hier graag ondersteuning bij?

De ACV-Samenwerkers kunnen je verder helpen op www.hetacv.be/ **contacteer-acv-innovatief**