

GÉRER LE DEUIL

SUITE AU DÉCÈS D'UN ÊTRE CHER PENDANT LA COVID-19

La nécessité d'une distance sociale pour réduire la propagation du coronavirus (COVID-19) a changé notre façon de faire les choses dans notre vie quotidienne. Cela signifie également des changements dans la façon dont nous pleurons la mort d'un être cher. Bien que les services et le soutien puissent paraître différents pour l'instant, il existe toujours des moyens de rester en contact en toute sécurité et de recevoir de l'aide et du soutien tout au long du processus de deuil.

COMPRENDRE LE DEUIL

- Il est normal d'éprouver des sentiments de stress, d'anxiété, de tristesse, de colère et de confusion lorsque quelqu'un que vous connaissez meurt.
- Les gens peuvent ressentir de la colère et de la frustration envers les institutions et les organisations parce que des êtres chers tombent malades ou meurent.
- Lors d'événements sans précédent, tels que la pandémie de COVID-19, il est naturel de vouloir rejeter la faute sur les autres.
- Il est courant de se sentir coupable d'avoir survécu au COVID-19 alors que des proches n'y ont pas survécu. Ce n'est pas votre faute si vous avez survécu et eux, malheureusement, n'ont pas survécu.

L'IMPACT DU COVID-19 SUR LE DEUIL ET LA PERTE

Perdre un être cher est toujours difficile. C'est peut être encore plus difficile à gérer sans pouvoir se réunir avec la famille et les amis qui sont également en deuil. Vous pouvez vous attendre à ressentir une anxiété et une tristesse accrues car la distanciation sociale limite notre capacité à :

- Rendre visite à des proches mourants ;
- Être présent aux rassemblements commémoratifs ou enterrements ;
- Respecter les pratiques religieuses ;
- Soutenir vos proches en personne.

L'IMPACT DU COVID-19 SUR LE DEUIL ET LA PERTE

Il est normal d'être bouleversé. La frustration et la colère sont des émotions naturelles et courantes à vivre après la perte d'un être cher. Faire face à la perte d'un être cher est bien plus difficile à faire aujourd'hui qu'en dehors d'une urgence de santé publique. Il est important de reconnaître ces sentiments et d'utiliser des outils sains pour les gérer. S'il est essentiel qu'en tant que communauté nous continuions à pratiquer la distanciation sociale, cela ne signifie pas pour autant l'isolement social. Il existe des moyens de modifier les rituels de deuil pour pratiquer les

conseils de santé publique et continuer à recevoir soutien et réconfort pour vous-même et vos proches :

- Prenez contact avec vos proches par téléphone, par SMS, par vidéo messagerie ou par les réseaux sociaux ;
- Organisez des commémorations virtuelles de groupe ;
- Créer des commémorations ou des pages via les réseaux sociaux qui peuvent être partagés avec des amis proches et la famille ;
- Créer un projet de commémoration en personne en prévision du jour où les directives de distanciation sociale ne seraient plus recommandées.

SOUTIEN SANTÉ MENTALE

- Le Département de la santé comportementale (DBH) a mis en place une ligne d'assistance téléphonique en santé mentale, accessible 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, au 1-888- 793-4357, pour les personnes qui font face à un deuil ou qui souffrent de stress et d'anxiété liés au coronavirus COVID-19. Cette ligne, ouverte 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, est gérée par des professionnels qui peuvent orienter l'appelant vers une aide immédiate ou des soins continus. **Pour les familles confrontées à la perte d'un être cher liée à COVID-19, appelez la ligne d'assistance téléphonique pour :**
 - obtenir des conseils sur le deuil ;
 - se renseigner sur les services du DBH, notamment les services de soutien en matière de santé mentale et les services de traitement des troubles liés à la toxicomanie ;
 - se renseigner sur les interventions précoces et les services de santé comportementale pour les enfants et les jeunes ;
 - déterminer s'il convient de rechercher un soutien continu en matière de santé mentale.
- La ligne d'assistance téléphonique pour la santé mentale au 1-888-7WE-HELP ou 1-888-793-4357 est le moyen le plus simple de se connecter aux services fournis par le Département de la santé comportementale et ses prestataires certifiés.
- Les résidents de plus de 60 ans peuvent contacter la ligne téléphonique du « Department on Aging and Community Living » en appelant le 202-724-5626 du lundi au vendredi de 8 h à 17 h.

LE TRAITEMENT DES DÉFUNTS ET LES AFFAIRES MORTUAIRES

Si votre proche est décédé du COVID-19 dans le District of Columbia :

- Il/elle sera transporté(e) au bureau de DC du médecin légiste en chef (OCME).
- Un médecin légiste de DC certifiera le décès de votre proche.
- Veuillez contacter un établissement funéraire pour prendre les dispositions nécessaires pour les funérailles.
- Le plus proche parent légal devra signer un formulaire d' *Autorisation de Remise du Corps* et l'entrepreneur de pompes funèbres vous fournira le formulaire. L'entrepreneur de pompes funèbres enverra par fax le formulaire rempli à l'OCME.
- Une fois le formulaire reçu, l'OCME contactera l'entrepreneur de pompes funèbres pour organiser le transfert de votre proche au salon funéraire.

- Une fois que vous aurez pris les dispositions nécessaires avec un établissement funéraire, l'OCME et l'entrepreneur de pompes funèbres travailleront ensemble. Vous n'avez pas besoin de contacter l'OCME.
- Nous encourageons les familles à prendre des dispositions finales dans les **5 jours** à compter de la mort de l'être cher. Si, pour une raison quelconque, vous avez des difficultés à prendre des dispositions définitives, veuillez en informer l'OCME dès que possible afin que nous puissions vous aider. Si vous avez des questions concernant la prise en charge de votre proche, veuillez composer le **202-698-9000** et sélectionner l'**option 1**.

ASSISTANCE POUR L'INHUMATION

Que prévoit le programme d'aide à l'inhumation ?

- Le programme d'aide à l'inhumation prévoit un maximum de 1 000 \$ pour le coût d'une inhumation ou 650 \$ pour le coût d'une crémation. Une aide est accordée si la personne décédée est jugée admissible et si le coût total de l'inhumation ou de la crémation ne dépasse pas 2 000 \$. Le coût total d'une inhumation pour une personne décédée nécessitant un cercueil surdimensionné ne peut dépasser 3 000 \$. Les versements de l'aide à l'inhumation sont effectués directement au salon funéraire contractuel choisi par le plus proche parent du défunt.

QUI PEUT BÉNÉFICIER DU PROGRAMME D'AIDE À L'INHUMATION ?

Une personne peut être éligible si :

- L'argent dont disposait le défunt à la date du décès ne dépasse pas 1 000 \$. Ce montant comprend le solde éventuel des comptes bancaires et des comptes chèques, les chèques de retraite, etc.
- Pour déterminer l'éligibilité, les revenus et les avoirs de son conjoint (s'il est marié) ou de ses parents (s'il s'agit d'un enfant mineur) seront pris en compte.
- Pour être éligible, le défunt doit être un résident du District de Columbia, même si le décès survient en dehors du District de Columbia. De plus, les services d'inhumation ou de crémation doivent être organisés par un salon funéraire sous contrat avec le District et le corps du défunt ne doit pas avoir été remis à un salon funéraire non contractuel au moment de la demande.

QUELLES SONT LES ENTREPRISES DE POMPES FUNÈBRES SOUS CONTRAT AVEC LE DISTRICT POUR LE PROGRAMME D'AIDE À L'INHUMATION ?

- **Hackett Funeral Chapel**
814 Upshur St NW, Washington, DC
20011 (202) 829-0243
- **Hunt Funeral Home**
908 Kennedy St NW, Washington, DC
20011 (202) 636-3612
- **McLaughlin Funeral Home**
2518 Pennsylvania Ave SE, Washington, DC
20020 (202) 889-7111

- **Ronald Taylor Funeral Home**
1722 North Capitol St NW, Washington, DC 202
(202) 882-2732

COMMENT FAIRE UNE DEMANDE D'AIDE ?

- En ligne sur <https://dcbenefits.dhs.dc.gov/>
- En personne au centre de services de l' « Economic Security Administration » (ESA) au 645 H Street NE, entre 7h30 et 16h45, du lundi au vendredi ou par téléphone au (202) 698-4112 pour remplir une demande et fournir des informations afin de déterminer si le défunt est éligible.

QUE DOIS-JE FOURNIR POUR LA DEMANDE ?

Veillez apporter des documents qui :

- Confirment les revenus et les biens, tels que les fiches de paie et les relevés bancaires du défunt et de son conjoint s'il/elle est marié(e) (ou de ses parents, s'il s'agit d'un enfant mineur) ;
- Confirment que le défunt est un résident du District (par ex. bail, facture de gaz ou électricité) ;
- Établissent votre lien de parenté avec le défunt (par ex. extrait de naissance, acte de mariage)
- Numéro de Sécurité Sociale du défunt.

OÙ PUIS-JE TROUVER PLUS D'INFORMATIONS SUR LE PROGRAMME D'AIDE À L'INHUMATION ?

- Appelez l'ESA Unité d'aide à l'inhumation au **(202) 698-4112** ou **(202) 698-6662**