

Quand quelqu'un meurt de coronavirus :

un guide pour la famille et les

Par Irene Tuffrey-Wijne et Sheila Hollins



Quand une personne meurt d'un coronavirus : un guide pour la famille et les soignants

Se soutenir mutuellement

Nous savons que certaines personnes vont mourir, de manière inattendue et avant leur heure. Ces situations vont être incroyablement difficiles et pénibles pour vous, en tant que soignants, et probablement tout à fait hors de votre expérience. Voici un petit guide pour vous aider.

Vous connaissez peut-être des gens depuis longtemps. Il est déchirant de voir quelqu'un mourir et de ne même pas pouvoir être avec lui. Faire face à la mort et au deuil est aussi extrêmement fatigant, vous risquez donc de vous sentir épuisé. Parlez-en avec vos collègues. Prenez le temps de partager vos émotions et vos sentiments avec les autres. Respectez la façon dont chacun d'entre vous fait face à la mort. Certaines personnes pleurent (ce n'est pas grave), d'autres s'occupent frénétiquement (ce n'est pas grave) - il n'y a pas de bonne ou de mauvaise façon.

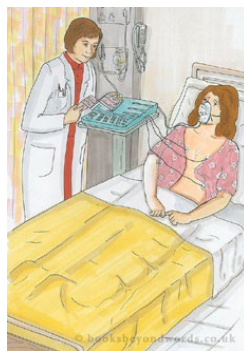
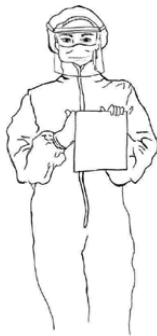
Vous pensez peut-être que vous devez être "fort" pour les personnes que vous soutenez, et bien sûr, elles ont besoin que vous soyez là pour elles et que vous ne vous effondriez pas complètement. Mais cela ne signifie pas que vous ne pouvez pas montrer vos émotions. Les personnes handicapées se sentiront soutenues en voyant que vous êtes également bouleversé. Cela peut les aider à se sentir moins seuls, et cela peut même leur donner la possibilité de *vous* soutenir.

Deux histoires

Parlons d'une personne souffrant d'un trouble de l'apprentissage dont l'amie Susan (qui vit dans la même maison) meurt dans sa chambre à la maison, et dont la mère meurt à l'hôpital.

- Parlez de la mort ouvertement, honnêtement et simplement. Répondez à toutes les questions.

- Si vous savez que Susan va mourir, dites-le à tout le monde, pour que cela ne soit pas une surprise : Susan est tellement malade qu'elle va mourir.
- Reconnaître combien il est terrible et difficile de ne pas pouvoir être avec maman, ou (après la mort) d'être près du corps pour lui dire au revoir.
- Connectez-vous avec Susan ou maman par liaison vidéo. Voir Susan malade au lit (même si c'est difficile) risque d'être moins effrayant que l'imagination des gens. Ils peuvent voir qu'elle est soignée. S'il y a des équipements inconnus (comme des appareils respiratoires ou des masques), expliquez-leur que



c'est pour les aider.

- Pour maman, cela peut être plus difficile car elle dépend du soutien d'un personnel hospitalier très occupé, mais il est important d'essayer.
- Si des amis ou des parents meurent chez eux (mais ailleurs), essayez de maintenir un contact virtuel autant que possible, non seulement avec la personne malade, mais aussi avec les personnes qui s'occupent d'elle.
- Lorsque maman ou Susan meurt, annoncez-le aux gens dès que possible, en utilisant le langage le plus simple : "Maman est morte". "Susan est morte." Répétez ce message aussi souvent que nécessaire ; il peut prendre beaucoup de temps à s'imprégner ou à comprendre.
- Parlez de la personne dont les colocataires sont restés à la maison.

Susan, qui meurt dans le même ménage

- Si les restrictions le permettent, laissez la porte de la chambre ouverte, afin qu'un colocataire à la fois puisse voir et parler à Susan à distance. Sinon, placez une grande photo de Susan sur la porte de sa chambre, vous pourrez ainsi parler d'elle tout en gardant une distance sociale.
- Se sentir impliqué et faire des choses pour Susan peut aider. Les colocataires peuvent aider à préparer la nourriture et les boissons avant qu'elles ne lui soient apportées. Aidez-les à écrire, à faire des dessins, à fabriquer des objets (qui peuvent être donnés à Susan ou exposés à travers une fenêtre).
- N'empêchez pas les gens de voir le corps de Susan s'ils le souhaitent (même à distance). Offrez cette possibilité à tout le monde. Lorsque le corps de Susan est sorti de la maison, marquez-le comme un événement important. Encouragez les gens à se tenir près de leur porte ou de leur fenêtre pour saluer, applaudir, crier "Au revoir Susan !
- Faites suivre immédiatement ce message en encourageant à parler de Susan, en disant combien elle nous manquera, en chantant ses chansons préférées, en partageant des souvenirs, etc.

Maman, qui meurt à l'hôpital

- Aidez la personne à être en contact virtuel avec d'autres personnes touchées par le décès, en particulier sa famille, tant pendant la maladie qu'après le décès.
- Rassurez le reste de la famille en leur disant que vous êtes là pour soutenir le fils ou la fille.
- L'hôpital n'autorise pas l'envoi d'articles par la poste, mais vous pouvez prendre une photo des cartes ou des images et les envoyer virtuellement.

- Expliquer pourquoi nous ne pouvons pas voir maman et ce que nous pouvons faire à sa place (prier pour elle, faire un dessin, allumer une bougie, montrer des photos de maman aux autres membres de la famille).



Après le décès

- Créer un espace pour se souvenir.



- Expliquez que nous ne pouvons pas aller à l'enterrement. Si possible, suivez l'enterrement/l'incinération par liaison vidéo. Si ce n'est pas possible, organisez un événement dans le foyer qui comprend des "éléments funéraires" (tels que musique, lectures, éloges, prières). Faites participer autant que possible les personnes souffrant de troubles de l'apprentissage et invitez

ceux qui ne peuvent pas être là par liaison vidéo. Enregistrez-le aussi (cela reconfortera votre famille et vos amis par la suite).

- Reconnaissez les sentiments de colère, de détresse, d'anxiété, qui sont tous normaux. N'oubliez pas que les personnes peuvent exprimer ces sentiments de différentes manières (par exemple, être renfermé, frapper les autres, s'automutiler, crier, avoir des problèmes d'alimentation ou de sommeil). Citez ces sentiments et dites qu'il est normal de se sentir ainsi, car Susan est morte.

Quelques mots suggérés pour expliquer les choses

Maman est à l'hôpital. Elle est très malade. Nous ne pouvons pas lui rendre visite, à cause du coronavirus, ce qui est vraiment difficile et triste. Devrions-nous l'appeler / lui écrire une carte / faire un dessin pour elle ?

Maman va bientôt mourir.

Nous ne sommes pas autorisés à entrer dans la chambre de Susan.

Seul Jean (soignant) est autorisé à entrer et à aider Susan. Jean s'occupe de Susan.

Nous pouvons... (faire un dessin pour Susan ; lui faire signe par la fenêtre ; etc)

Susan est morte. Allons-nous voir Susan ? On peut la voir du couloir / par la fenêtre. Elle sera très calme, car elle est morte. Nous pouvons lui dire au revoir. Nous sommes tous très tristes.

Susan va nous manquer. (Parlez de ce qui vous manquera).

Des gens viennent chercher Susan. Les gens porteront des masques et des costumes blancs, à cause du coronavirus. Susan ne le remarquera pas, car elle est morte. Nous pouvons regarder par la fenêtre et faire un signe de la main pour dire au revoir à Susan.

La mère sera enterrée dans le cimetière / incinérée. Nous ne pouvons pas aller aux funérailles, à cause du coronavirus. Seul ton père sera là.

Susan nous manque. Nous nous souvenons de Susan. Ce que nous aimions chez Susan, c'est... Ce que Susan aimait faire, c'est... La nourriture préférée de Susan était... etc.

Titres apparentés dans la série "Books Beyond Words

Est-ce que je vais mourir ? (2009) de Sheila Hollins et Irene Tuffrey-Wijne, illustré par Lisa Kopper, ce récit traite de manière honnête et émouvante des aspects physiques et émotionnels de la mort.

When Somebody Dies (2014) de Sheila Hollins, Sandra Dowling et Noëlle Blackman, illustré par Catherine Brighton. Mary et John sont tous deux bouleversés par la mort de quelqu'un qu'ils aiment. Ils apprennent à se sentir moins tristes en assistant régulièrement à des séances de conseil sur le deuil et en bénéficiant du confort et de la compagnie de leurs amis.

When Mum Died et **When Dad Died** (tous deux en 2014, 4e édition) de Sheila Hollins et Lester Sireling, illustrés par Beth Webb. Ces deux livres abordent de manière honnête et directe la mort et le deuil dans la famille.

Going into Hospital (2015, 2e édition) de Sheila Hollins, Angie Avis et Samantha Cheverton, avec Jim Blair, illustré par Denise Redmond. Ce livre aide à préparer et à soutenir les personnes qui sont admises à l'hôpital, en expliquant ce qui se passe, en couvrant l'admission planifiée et l'accident et l'urgence.

Note de bas de page : *Des orientations plus détaillées sont en cours d'élaboration sur la planification préalable des soins, la prise de décision (par exemple concernant la mort à l'hôpital ou à domicile) et la manière de fournir des soins palliatifs pratiques à domicile sans soutien professionnel.*