



FACE AU DEUIL



Empreintes
ACCOMPAGNER LE DEUIL



Empreintes
ACCOMPAGNER LE DEUIL

Kit Empreintes *Accompagner le deuil en* *contexte de pandémie Covid-19*

Fiches repères et informations utiles sélectionnées
par l'équipe d'Empreintes.



Accompagner le deuil en contexte de pandémie Covid-19

➤ Contenus

- Prise en charge du corps
- Rôle des soignants en fin de vie
- Rôle des rites funéraires
- Vivre un décès en temps de confinement
- Soutenir les personnes en deuil
 - Accompagner le retour d'un collaborateur en deuil
 - Accompagner l'enfant en deuil
- Que propose Empreintes ?
- Liens et ressources utiles

*Le saviez-vous ? Covid est l'acronyme de coronavirus disease en anglais soit la maladie du coronavirus en français. Covid est donc la maladie, au féminin.
En revanche : SARS-CoV-2 est l'acronyme anglais de severe acute respiratory syndrome coronavirus 2. SARS-CoV-2 est donc le virus, au masculin.*

Accompagner le deuil en contexte de pandémie Covid-19

- Prise en charge du corps
- Rôle des soignants en fin de vie
- Rôle des rites funéraires

Critères favorisant l'entrée dans le processus de deuil

- voir son proche en fin de vie
- voir le corps après le décès
- organiser les funérailles
- pouvoir se rassembler en temps de deuil

Or, dans un contexte de confinement, comment faire?



Prise en charge du corps d'un patient cas probable ou confirmé de maladie COVID-19

Selon l'Avis du Haut Conseil de la santé publique relatif à la prise en charge du corps d'un patient cas probable ou confirmé COVID-19 du 24 mars 2020 :

- Le risque d'infection ne disparaît pas immédiatement après le décès d'une personne infectée mais diminue
- L'infection par le SARS-CoV-2 n'est pas considérée comme relevant d'une mise en bière immédiate
- Les proches peuvent voir le visage de la personne décédée dans la chambre de l'hôpital, mortuaire ou funéraire, et ce en respectant les mesures barrières de sécurité
- Aucun acte de thanatopraxie ne sera pratiqué
- Les effets de la personne décédée sont mis dans un sac en plastique fermé pendant 10 jours, ou lavés à plus de 60° pendant au moins 30 minutes
- Si la personne décède en chambre hospitalière, le corps est enveloppé dans une housse mortuaire en maintenant une ouverture de 5-10 cm en haut, si la famille n'a pas pu voir son proche auparavant
- En chambre mortuaire, le corps est présenté aux proches à une distance minimale d'un mètre et aucun contact n'est autorisé.



Rôle des soignants en fin de vie

Les moments de fin de vie sont essentiels, en tant que temps collectif de valorisation du sens de la vie du mourant, mais comment maintenir un lien avec les familles en période de confinement ?

Les soignants peuvent avoir recours à des tablettes numériques afin de permettre aux malades d'échanger avec leur proche :

- avec l'accord de tous les participants
- avec l'accord du soignant lui-même

L'utilisation du numérique ne remplace pas les derniers échanges, mais peut atténuer la charge affective et éviter que l'imaginaire ne prenne le relais.

Tant que nous ne voyons pas le proche en fin de vie, la réalité est difficile à intégrer.

Les soignants et l'annonce du décès

L'annonce du décès doit, autant que possible, être le fait du soignant qui a accompagné la personne en fin de vie. Les établissements peuvent leur mettre à disposition des textes types de propositions d'annonce.

- Insister sur le fait que le malade n'est pas mort seul, mais entouré de l'équipe soignante
- Cette annonce se faisant au téléphone, vérifier au préalable l'identité de l'interlocuteur
- Afin que ces décès ne ressemblent pas à des disparitions, proposer aux endeuillés de leur envoyer une photo de leur proche décédé, pour pallier l'impossibilité de voir le corps

Rôle des rites funéraires

Les rites funéraires, qui existent depuis toujours sous différentes formes, permettent de :

- Reconnaître la singularité du défunt et la continuité du lien
- Faire face à la réalité de la disparition du proche et se protéger du déni
- Rendre hommage au défunt
- Offrir un cadre socialement admis pour exprimer et partager des émotions, des vécus, des souvenirs
- Se soutenir à travers un sentiment de communauté...

Ils permettent donc la reconnaissance de l'expérience passée au profit de l'engagement vers une nouvelle forme de lien. Les rites funéraires permettent ainsi de prendre soin également des vivants.

Accompagner le deuil en contexte de pandémie Covid-19

- Vivre un décès en temps de confinement
- Soutenir les personnes en deuil
- Focus :
 - accompagner le retour d'un collaborateur en deuil
 - accompagner l'enfant en deuil



Vivre un décès en temps de confinement

Être auprès de son proche en fin de vie est actuellement extrêmement limité voire impossible. Les obsèques, lorsqu'elles peuvent avoir lieu, sont limitées à vingt personnes, soumises à la distanciation sociale et abrégées. Voici quelques propositions, non exhaustives, pouvant permettre de pallier ces recommandations sanitaires.

Partager dans la famille les dernières paroles du malade qui ont été pu être recueillies par les soignants

Partager une photo du défunt qui a pu être prise par les soignants ou par la famille

Transmettre aux personnes des pompes funèbres des textes, dessins, ou petits objets à mettre si possible dans le cercueil

Filmer pour permettre aux proches de suivre la cérémonie à distance, en direct ou a posteriori

Organiser et partager des cérémonies d'hommage de chez soi, lire un texte, écouter de la musique...

Constituer une « boîte à souvenirs » faite d'écrits, de lettres, de dessins, photos...

Créer un livre du souvenir en version numérique

Dédier un lieu, un espace chez soi, au recueillement, en y intégrant des photos, bougies...

Organiser des rendez-vous par visio-conférences ou appels, afin de partager ses ressentis et alléger la charge émotionnelle...

Prendre soin de soi quand on vit un deuil en période de confinement : trouver un équilibre entre sécurité et humanité

Le deuil est un processus naturel de cicatrisation. La situation actuelle de confinement, son impact sur la fin de vie et le temps des obsèques, peuvent compliquer l'entrée dans le processus du deuil, mais ne l'empêchera pas pour autant.

- Autorisons nous à adapter nos rituels
- Ne focalisons pas notre attention sur ce qu'il n'est pas possible de mettre en place
- Revenons aux liens que nous avons eus avec le défunt tout au long de sa vie
- Appréhendons l'héritage qu'il nous laisse, ce qu'il nous a transmis : tout ce qui ne peut être entravé par le confinement.



Soutenir des personnes endeuillées en temps de confinement

Le contexte de confinement met à mal nos ressources habituelles pour accompagner les personnes en deuil. Mais il reste possible de:

- Prendre le temps d'écrire à la personne (via divers moyens comme les SMS, mails, le courrier) l'affection que nous lui portons, ce que représentait la personne décédée pour nous, ce que sa perte nous fait vivre...
- Présenter ses condoléances par la poste, en ligne ou au téléphone
- Etre à l'écoute des émotions de la personne, notamment de sa culpabilité de n'avoir pas pu être présent en raison du confinement
- La faire parler du lien qui l'unissait avec la personne décédée, de ce que cette dernière lui a transmis
- Transmettre les coordonnées des associations qui accompagnent le deuil et qui mettent à disposition leurs lignes d'écoute pour toutes les personnes endeuillées...



Penser l'après confinement

- Organiser une cérémonie d'hommage suite au déconfinement, en réunissant toutes les personnes n'ayant pas pu se rendre aux obsèques
- Ne pas sous estimer l'importance du soutien social
- Etre à l'écoute de ses besoins et s'autoriser à avoir recours à des professionnels (associations, médecins, psychologues, psychiatres...)
- Ne pas sous estimer les conséquences du confinement en lui-même, et encore moins d'un deuil entravé par ce contexte.

A man with short, light-colored hair and glasses, wearing a grey hoodie, is looking down at a stack of papers he is holding. He is in a workshop or industrial setting, with various pieces of equipment and workbenches visible in the background. The lighting is somewhat dim, with some bright spots from overhead lights. The overall tone is professional and focused.

Accompagner le retour d'un collaborateur en deuil



Accompagner le retour d'un collaborateur en deuil

Après le décès d'un proche, un collaborateur en deuil va devoir, plus ou moins vite, reprendre son travail. Cela peut être aidant pour certains, difficile voire impossible pour d'autres. Comment accompagner ce retour ?

Voici quelques propositions, non exhaustives, pouvant permettre aux managers et aux équipes de mieux faire face à cette étape :

Avec l'accord du collaborateur, informer ses collègues

Pour éviter les maladresses, permettre à chacun de présenter ses condoléances et/ou comprendre les éventuelles absences.

Aménager son temps de travail

Proposer des horaires aménagés pour lui permettre de faire face aux démarches administratives et/ou à l'organisation familiale.

Identifier des interlocuteurs privilégiés et des relais

En interne : médecin du travail, assistante sociale, responsable administratif... En externe : relais associatifs ou thérapeutiques.

Lui permettre d'exprimer son vécu

Identifier les personnes ressources dans l'organisme qui seront à l'écoute de ce vécu.

Lui donner des objectifs atteignables

Tenir compte de l'impact du deuil sur ses performances, prendre en compte ses éventuelles difficultés de concentration, d'attention ...

L'inscrire dans des projets

S'appuyer sur l'activité professionnelle pour renouer avec le rythme quotidien, l'inclure dans un collectif pour rompre l'isolement...

En cette période de pandémie, avec un nombre accru de décès brutaux, la fin du confinement et les retours progressifs sur site exposent les entreprises à devoir plus que jamais accompagner des collaborateurs en deuil d'un proche, mais également des équipes en deuil d'un collègue. La mort d'un salarié est un événement traumatique et il est important de proposer des espaces de parole aux équipes, tout en maintenant le cadre professionnel.



Accompagner l'enfant en deuil

Quelques repères sur la notion de mort chez l'enfant et l'adolescent



Les réactions des enfants face à la mort varient en fonction de leur âge et de leur stade de développement

- De 0 à 2 ans, le bébé ne sait pas ce que le mot “mort” signifie. Il l’assimile davantage à un abandon ou une séparation prolongée. Il réagit à la tristesse de ses parents.
- De 2 à 5-6 ans, c’est l’âge de la toute-puissance et de la pensée magique. La mort n’est pas naturelle (on ne meurt pas, on est tué), la mort est réversible (on meurt et on revient). La mort est contagieuse (elle s’attrape). A cet âge, les enfants peuvent imaginer avoir un rôle dans la mort, éprouver une forte culpabilité et s’inquiéter pour leur entourage.
- A partir de 5-6 ans, l’enfant acquiert progressivement la notion que la mort est universelle et irréversible, notion acquise totalement vers 10 ans. L’enfant cherche à comprendre le monde qui l’entoure, c’est l’âge des « pourquoi ? »
- Les adolescents ont une conception de la mort proche de celle des adultes et sont très exigeants quant aux informations données par leur entourage autour du décès.

Comment aider son enfant en deuil ?

- **Ne pas penser à la place de son enfant et écouter sa parole sans jugement**
- **Adapter son vocabulaire et ses attitudes à l'âge de l'enfant**
- Nommer les événements au plus proche de la réalité, utiliser le mot "mort"
- Expliquer clairement la situation, en tenant compte du contexte actuel et en dégageant l'enfant de toute responsabilité
- Rassurer l'enfant sur le fait que l'on n'oubliera pas la personne décédée et que personne ne la remplacera dans son coeur
- S'autoriser à exprimer ses émotions devant son enfant et l'inciter à exprimer les siennes
- Avoir à l'esprit que l'enfant peut exprimer sa souffrance de manière différente de l'adulte, notamment en passant par le corps: agitation, agressivité, troubles du sommeil... autant d'expressions variées de sa détresse émotionnelle.
- Mettre en place des phases de détente pour soi et son enfant dans la journée, avoir recours à diverses techniques de gestion des émotions (méditation, yoga, respiration, dessins...)
- Respecter le besoin des adolescents d'être avec le groupe des pairs hors de la famille
- Ne pas hésiter à chercher de l'aide auprès d'un réseau extérieur (amis, famille, psychologue, association...)





Accompagner le deuil en contexte de pandémie Covid-19

➤ Que propose
Empreintes ?



Accompagner le deuil pour Empreintes c'est :

- Écouter pour permettre de faire le récit
- Soutenir pour rompre l'isolement
- Informer sur le deuil pour donner des repères
- Evaluer la demande et les besoins avec la personne
- Orienter vers un soutien adapté : relation d'aide et de soutien et/ou thérapie.

Accompagner de façon éthique et sécurisée c'est :

- S'appuyer sur des connaissances théoriques et sur une expérience clinique
- Respecter la souffrance sans la faire taire
- Mettre à distance le propre vécu de l'accompagnant



Empreintes propose :

Une ligne d'écoute téléphonique nationale et gratuite joignable du lundi au vendredi :
01 42 38 08 08

Des entretiens téléphoniques ou en visio sont également possibles sur rendez-vous :
accompagnement@empreintes-asso.com

Une brochure inter-associative qui apporte des repères sur le deuil à consulter ou à télécharger ici :
[Le deuil, une histoire de vie.](#)

Des formations présentielles ou en visioconférences à destination des bénévoles et des professionnels [à voir ici.](#)



PLATEFORME D'INFORMATIONS COVID-19 : 0800 130 000, tous les jours, 24h/24 - Appel et service gratuits réoriente les appels deuil sur Empreintes
<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>



Accompagner le deuil en contexte de pandémie Covid-19

➤ Liens et ressources utiles

Empreintes vous propose une sélection non exhaustive de documents et d'informations institutionnelles ou associatives utiles dans le contexte actuel.

Informations et liens utiles :

INFORMATIONS

- AVIS du Haut Conseil de la santé publique relatif à la prise en charge du corps d'un patient cas probable ou confirmé COVID-19 - 24 mars 2020 [relatif à la prise en charge du corps d'un patient cas probable ou confirmé COVID-19](#)
- [Position du Comité consultatif national d'éthique \(CCNE\) sur le Décret n° 2020-384 du 1er avril 2020](#) [Position du Comité consultatif national d'éthique](#)

DISPOSITIFS D'ACCOMPAGNEMENT NATIONAUX

- Numéro vert gouvernement, 24h/24 et 7j/7 : 0 800 130 000, [Info Coronavirus COVID-19](#)
- Croix-Rouge Ecoute : 0800 858 858 ou 09 70 28 30 00, tjl, de 8h à 20h Soutien psychologique et livraison solidaire <https://www.croix-rouge.fr/Nos-actions/Action-sociale/Ecoute-acces-aux-droits/Croix-Rouge-Ecoute-service-de-soutien-psychologique-par-telephone>
- SOS Amitié : 09 72 39 40 50, tjl, 24h/24 - Appel et service gratuits ; Accueil et écoute des personnes en détresse et de leur entourage. Labellisé Aide en Santé <https://www.sos-amitie.com/>
- L'OCIRP propose un ensemble de ressources et une ligne d'écoute [COVID19 : plus que jamais, accompagner et aider...](#)
- L'association Psychologues sans frontières propose un numéro vert : <http://www.terrapsy.org>
- L'association Suicide écoute 24h/24 01 45 39 40 00 Site : www.suicide-ecoute.fr/

INITIATIVES EN RÉGION

- Le centre régional du psycho traumatisme Paris Nord propose aux personnes résidant en Ile de France un dispositif gratuit de soutien psychologique aux familles endeuillées par l'épidémie du COVID-19. Contacter le 01 45 95 59 40 en semaine de 10h à 17h (possibilité de laisser un message sur répondeur en dehors de ces horaires pour être rappelé) Ou envoyer un mail à l'adresse suivante : psychotrauma.avicenne@aphp.fr
- L'association ACTES 26 propose des recommandations pour pallier les circonstances actuelles des obsèques. [Du bon soin du deuil](#)