

# COVID-19/冠状病毒丧葬援助和管控悲痛

---

## 管控因亲人在 COVID-19/冠状病毒期间死亡而感到的悲痛

为减少冠状病毒（COVID-19/冠状病毒）的传播而需进行的社交隔离，改变了我们在日常生活中的做事方式。这意味着我们为亲人去世而进行悼念的方式也发生了变化。虽然服务和支持可能暂时看起来有所不同，但仍有办法在整个悼念过程中安全地保持联系并获得帮助和支持。如需其他信息，请使用下方链接。

# 管控悲痛

## 因亲人在 Covid-19/冠状病毒期间死亡

为减少冠状病毒（COVID-19/冠状病毒）的传播而需进行的社交隔离，改变了我们在日常生活中的做事方式。这意味着我们为亲朋好友去世而进行悼念的方式也发生了变化。虽然服务和支持可能暂时看起来有所不同，但仍有办法在整个悼念过程中安全地保持联系并获得帮助和支持。

### 了解悲痛

- 当您认识的人去世时，经历压力、焦虑、悲伤、愤怒和困惑很正常。
- 因亲朋好友病入膏肓或在垂死边缘，个人可能对机构和组织感到愤怒和沮丧。
- 在诸如 COVID-19/冠状病毒大流行病等史无前例的事件中，想责备很正常。
- 自己幸存于 COVID-19/冠状病毒，而您可能认识的其他人却没有，对此感到内疚也很常见。您活下来，而他们很不幸没有活下来，不是您的错。

### Covid-19/冠状病毒如何影响悲痛和丧失

丧失亲人，总是很艰难。如果不能与同样处于悲痛中的家人和朋友相聚，经历这一过程可能更加困难。社交隔离限制我们进行以下事项能力的同时，您可能会感到焦虑上升、悲伤加深：

- 探望垂死的亲人；
- 参加悼念会或葬礼；
- 恪守宗教仪式；
- 亲身支持亲人。

### Covid-19/冠状病毒如何影响悲痛和丧失

心情不好，没关系。丧失亲人后，沮丧和愤怒为自然和常见情绪。应对亲人丧失，现今情况之下的挑战远比非公共卫生紧急情况之下的挑战要大。认识到这些感受，并利用健康的工具来对其进行管控，很重要。虽然就社区而言，我们继续践行社交隔离至关重要的，但这并不意味着社交孤立。可通过一些方式来改变悼念仪式，以践行公共健康指导，并仍得到对自己和亲人的支持和安慰：

- 通过电话、短信、视频聊天或社交媒体，查看亲人状况；
- 举行虚拟群体悼念；
- 通过社交媒体创建悼念活动或页面，并与亲朋好友分享；
- 创建当面追悼计划，用于不再建议践行社交隔离准则时。

## 心理健康支持

- 行为健康部 (DBH) 已为应对悲痛或经历与冠状病毒 COVID-19 有关压力和焦虑的个人设立了全天候 (每天 24 小时, 每周 7 天开放) 心理健康热线, 电话为: 1-(888) 793-4357。此热线 (每周七天、每天 24 小时开放) 配有专业工作人员, 其可将来电者转介至即时帮助或持续护理。对于经历因 COVID-19/冠状病毒而致亲人离世的家庭, 请拨打热线电话, 来:
  - 获得悲痛咨询;
  - 了解 DBH 的服务, 包括精神健康支持服务和药物使用障碍服务;
  - 了解针对儿童和青少年的早期干预和行为健康服务;
  - 决定是否寻求持续的心理健康支持。
- 拨打心理健康热线: 1-888-7WE-HELP 或 1-888-793-4357, 是接通行为健康部及其认证服务提供者所提供服务的最简单方法。
- 60 岁以上的居民可联系老年和社区生活部的交谈热线, 请拨打 (202) 724-5626, 开放时间为星期一至星期五上午 8 点至下午 5 点。

## 遗体处理和停殓事务

如果您的亲人因 COVID-19/冠状病毒在哥伦比亚特区内过世:

- 他/她将被送往哥伦比亚特区首席法医办公室 (OCME)。
- 哥伦比亚特区法医将证明您亲人的死亡。
- 请联系殡仪馆, 启动葬礼安排。
- 法定直系亲属将被要求签署授权发放尸体表, 殡仪馆馆长会向您提供该表格。殡仪馆馆长会把填妥的表格传真至 OCME。
- 收到表格后, OCME 将联系殡仪馆馆长, 安排移送您的亲人至殡仪馆。
- 一旦您与殡仪馆开始安排, OCME 将与殡仪馆馆长共同合作。您无需联系 OCME。
- 我们鼓励家属在亲人去世后的 5 天内做出最后安排。如果由于任何原因, 您在做最后安排时遇到问题, 请尽快告知 OCME, 以便我们为您提供协助。如果您对处理您亲人的尸体有任何疑问, 请拨打 (202) 698-9000 并选择选项 1。

## 殡葬援助

殡葬援助计划提供哪些福利?

- 殡葬援助计划提供最多 \$1,000 美元的殡葬费用或 \$650 美元的火葬费用。如果确定死者符合条件, 并且殡葬或火化的总费用不超过 \$2,000 美元, 则可提供援助。需特大号棺材死者的殡葬费用总额不得超过 \$3,000 美元。殡葬援助金直接支付给死者直系亲属所选择的合同殡仪馆。

## 哪些人有资格参加殡葬援助计划？

个人可能有资格，如果为下列情况：

- 死者在死亡之日可获得的资金不超过 \$1,000 美元。其中包括来自银行和支票账户、社会保障支票等的任何剩余资金。
- 在确定资格时，将考虑其配偶（如果已婚）或父母（如果为未成年子女）的收入和资产。
- 如需符合资格，死者必须未哥伦比亚特区居民，即使死于哥伦比亚特区以外地方。另外，殡葬或火化服务必须通过与哥伦比亚特区签订合同的殡仪馆来安排，而且在申请时，死者的尸体必须未被发放至非合同殡仪馆。

## 哪些殡仪馆哥伦比亚特区签订了殡葬援助计划合同？

- **Hackett 殡仪教堂**  
814 Upshur St NW, Washington, DC 20011  
(202) 829-0243
- **Hunt 殡仪馆**  
908 Kennedy St NW, Washington, DC 20011  
(202) 636-3612
- **McLaughlin 殡仪馆**  
2518 Pennsylvania Ave SE, Washington, DC 20020  
(202) 889-7111
- **Ronald Taylor 殡仪馆**  
1722 North Capitol St NW, Washington, DC 20002  
(202) 882-2732

## 我如何申请援助？

- 在线申请，网址为 <https://dcbenefits.dhs.dc.gov/>
- 亲自到位于 645 H Street NE 的经济安全管理局 (ESA) 服务中心申请，开放时间为星期一至星期五上午 7:30 至下午 4:45，或通过电话申请，请致电 (202) 698-4112 完成申请，并提供信息以确定死者是否符合资格。

## 申请时我应该备好哪些材料？

请携带以下文件：

- 核实收入和资产的文件，例如死者和其配偶（如已婚）或其父母（如为未成年子女）的工资单和账户对账单；
- 核实死者是哥伦比亚特区居民的文件（如租约、公用事业账单）；
- 确定您与死者关系的文件（如出生证、结婚证）；以及
- 死者的社会安全号码 (SSN)。

## 我在哪里可以找到更多有关殡葬援助计划的信息？

- 请致电 ESA 殡葬援助部门，电话为 (202) 698-4112 或 (202) 698-6662