DERNIÈRE DEMEURE INTERNATIONALE



COMMENT VIVRE APRÈS UN DÉCÈS?

www.ddinternational.org



SOMMAIRE

Introduction 03

Bannir les mauvaises conceptions sur la mort 04

Faire l'enterrement dans son pays d'origine ou dans son pays d'accueil? 04

Recourir aux collectes de fonds 05

Se préparer fait toute la différence : Les mesures à prendre en cas de décès 06

- Prendre contact avec la famille et les proches 06
- Consulter les ressources communautaires 07
- Communiquer avec les autorités locales et consulaires 07
- Organiser des rites et des cérémonies commémoratives 07
- Faire face aux formalités administratives 08
- Prendre soin de vous 08

À propos de DDI: objectifs, services 09

·Comment faire partie du réseau DDI? 10



Introduction

Arrivés à l'étranger avec de grands espoirs, les immigrants doivent souvent faire face à des défis tels que le choc culturel, le manque de soutien social ou la recherche d'emploi ayant un impact négatif sur leur santé mentale. S'adapter et s'intégrer à une nouvelle culture prend souvent du temps et de la volonté, mais ceci est beaucoup facile lorsque l'on est bien entouré. Il y a de plus en plus de groupes ou d'associations de personnes immigrantes dans les pays d'accueil, qui représentent des soutiens sociaux indéniables pour leurs membres nouvellement arrivés. Malheureusement, tout n'est pas que bonheur à l'étranger et bons nombres de personnes doivent rapidement faire face à des situations difficiles et très souvent, le deuil. Le deuil est un processus naturel de la vie qui suit la perte d'un être cher. Peu importe la religion ou le contexte social et culturel, un deuil est douloureux pour les proches! L'expérience d'un deuil est donc inévitable pour toute personne ayant perdu un être cher.

La perte d'un proche est une expérience difficile pour tout le monde, mais pour les immigrants, cela peut être encore plus compliqué. Vivre dans un pays étranger signifie souvent être loin de sa famille et de ses amis d'enfance, rendant la perte d'un être cher encore plus isolante. De plus, il peut y avoir des barrières linguistiques et culturelles qui rendent difficile la communication de ses sentiments ou de trouver un soutien approprié. Ce manuel vise à fournir des ressources et aider les personnes faisant face à un deuil à l'étranger, que ce soit la perte d'un membre de la famille, d'un ami ou d'une connaissance de la communauté.



Bannir les mauvaises conceptions à propos de la mort

Depuis la nuit des temps, les gens naissent, vivent et meurent; nous connaissons tous ce schéma. Malheureusement, aujourd'hui la mort reste tabou. Voir une personne qui prépare ses funérailles de son vivant est presqu'un sortilège dans plusieurs cultures et cette façon de penser à des répercussions sur la manière de préparer son décès. Il y a ceux qui pensent que la vie a une fin et qu'une préparation à la mort est importante. Pour ces derniers, avoir une « belle mort» revient à régler toutes ses affaires de son vivant. Ils ne sont pas nombreux. De l'autre côté, il y a ceux qui préfèrent vivre sans penser à la mort. Ils se disent que lorsque la mort frappera, ce ne sera plus leur affaire puisqu'ils ne seront plus là. Quitte à ne pas rédiger de testament ni même se procurer une assurance vie pour subvenir aux besoins de sa famille en cas de décès. Bon nombre d'immigrants pensent encore ainsi et lorsque la mort frappe, ce sont les proches qui portent le fardeau : gérer le deuil, les funérailles, gérer la succession avec son lot de problèmes : liquidation des biens, des personnes sous sa charge, etc.

Faire l'enterrement dans son pays d'origine ou dans son pays d'accueil

Les immigrants doivent souvent faire face à des défis additionnels dans ce processus, celui du rapatriement du corps. La pratique de rites d'enterrement et funéraires propres à certaines cultures sont des éléments non négligeables qui peuvent alourdir la période de deuil. Par exemple, le peuple Bamiléké au Cameroun a pour coutume d'enterrer ses fils et filles dans leur terre natale: ceci est non négociable surtout lorsque le/la défunte a un statut honorifique en pays Bamiléké.



La majorité des immigrants n'ont pas d'assurance funéraire, ils vivent dans la précarité et ont de faibles revenus ne leur permettant ni de faire des préarrangements funéraires ni de prendre en charge un décès selon leurs cultures. Généralement les proches au pays d'origine veulent voir le corps pour faire le deuil malgré la distance. Ce qui crée une pression financière et psychologique sur la famille endeuillée. D'ailleurs, force est de constater qu'une catégorie non négligeable de Canadiens de souche vivent le même problème, décède sans préarrangement funéraire et sans assurance vie. Il faut être aguerri et préparé pour sortir du deuil avec moins de séquelles : avoir son assurance funéraire, son assurance vie, son testament rédigé expliquant comment vos biens seront gérés ou répartis et les enfants ou les majeurs sous votre tutelle seront pris en charge.
Quand tout ceci est préparé, cela enlève une charge considérable et la mort est paisible.
Il est important de noter qu'avoir une assurance-vie ne garantit toujours pas une couverture au décès. Un événement inattendu dans notre vie peut entraîner le non paiement d'une prime et par conséquent la rupture du contrat (maladie grave, perte d'emploi, divorce, etc.). Et si on était tous membres de Dernière Demeure Internationale, cela ferait vraiment la différence!

RECOURIR AUX COLLECTES DE FONDS

Les collectes de fonds en ligne sont un bon moyen d'atteindre le monde entier afin de ramasser de l'argent pour financer un projet. Certains immigrants font recours à ce moyen pour solliciter de l'aide du grand public lorsqu'un décès survient et les concerne. Il existe plusieurs plateformes sollicitées pour la collecte de fonds en ligne. Mais à la fin d'une campagne de collecte afin d'assurer les charges funéraires d'une personne décédée, l'objectif est le plus souvent non atteint, malgré le dévoilement de l'intimité du défunt dans le but de susciter de la pitié, de la compassion et avoir le maximum de fonds possible. De telles situations au sein des communautés afro-descendants peuvent être déplorables pour plusieurs raisons:



- Elles prouvent que le défunt et sa famille n'ont pas pris des dispositions nécessaires pour préparer le décès. Ce qui dévalorise non seulement le défunt et sa famille, mais aussi la communauté toute entière.
- La dignité du défunt, celle de sa famille et même de la communauté est bafouée.
- Ces sollicitations aboutissent très rarement à collecter des sommes considérables pour véritablement aider les familles éprouvées.
- Cette situation démontre le manque de cohésion et de solidarité au sein de nos communautés.

Rappelons que la mort concerne tout le monde, pas seulement les immigrants. Pourquoi cette pratique est observée fréquemment au sein des communautés immigrantes? Et si on mettait sur pied une structure solide devant coordonner la prise en charge de nos bien-aimés au sein de la communauté? C'est pour cela que Dernière Demeure Internationale (DDI) a été créée.

Se préparer fait toute la différence

Voici quelques mesures à prendre en cas de décès:

PRENDRE CONTACT AVEC LA FAMILLE ET LES PROCHES

Informez votre famille et vos proches de la perte et partagez avec eux vos sentiments et votre douleur. Ne faites pas l'erreur d'afficher en premier l'information sur les réseaux sociaux sans avoir préalablement consulté la famille, de sorte que les personnes sensibles ne tombent pas sur l'information. Prenez le temps de digérer l'information en famille. Nommez un représentant de la personne décédée, soit dans le pays d'accueil, soit dans le pays où le décès est survenu, pour agir à titre de point de contact auprès des autorités locales et des agents du gouvernement. Dans la mesure du possible, cette personne devrait être munie des documents requis, comme le testament de la personne décédée et toute procuration.



CONSULTER LES RESSOURCES COMMUNAUTAIRES

Cherchez des associations ou des groupes de soutien dans votre communauté immigrante locale. Ils peuvent offrir un soutien émotionnel et des conseils spécifiques pour les personnes vivant à l'étranger. Des organismes tels que Dernière Demeure Internationale (DDI) peuvent vous aider à naviguer dans cette situation difficile en vous guidant dans tout le processus administratif. Vous y trouverez souvent une communauté et des gens pleins de ressources qui répondront à toutes vos questions.

COMMUNIQUER AVEC LES AUTORITÉS LOCALES ET CONSULAIRES

Si nécessaire, contactez les autorités locales pour obtenir un certificat de décès officiel où le décès est survenu. Contacter le consulat ou l'ambassade de votre pays pour obtenir de l'aide en matière de formalités administratives, de rapatriement du corps ou de tout autre soutien pratique. Vérifiez auprès du gouvernement du pays où le décès est survenu quelles sont les prochaines étapes à suivre.

ORGANISER DES RITES ET DES CÉRÉMONIES COMMÉMORATIVES

Si cela est possible et en accord avec vos croyances et votre culture, envisagez d'organiser ou de participer à des cérémonies commémoratives pour honorer la mémoire de la personne disparue. Si des amis ou des membres de la communauté locale offrent de l'aide ou du soutien, n'hésitez pas à l'accepter. Parfois, le soutien inattendu peut être très réconfortant.



FAIRE FACE AUX FORMALITÉS ADMINISTRATIVES

Traitez les questions administratives liées au décès. Informer l'assureur de la personne décédée.
Annulez les prestations qu'elle recevait (telles que la Sécurité de la vieillesse, le Régime de pensions du Canada et l'assurance-emploi). Annuler son titre de séjour ou de résidence, son permis de conduire, faire sa dernière déclaration de revenu, etc. Vous pouvez avoir besoin d'aide pour bien maîtriser les systèmes administratifs du pays d'accueil, alors demandez de l'assistance si nécessaire.

PRENDRE SOIN DE VOUS

Si vous avez du mal à faire face à votre deuil, envisagez de consulter un professionnel de la santé mentale, un psychologue, un thérapeute ou un conseiller. Parfois, parler à un professionnel peut vous aider à traverser cette période difficile. Assurez-vous de prendre soin de votre bien-être mental et physique. Essayez de manger sainement, de dormir suffisamment et de faire de l'exercice physique pour aider à gérer le stress et la douleur. Gardez vivants les souvenirs et les moments heureux que vous avez partagés avec votre être cher. Créez un espace ou un rituel pour vous rappeler ces moments.
Chaque individu vit le deuil à sa manière, donc il est important de respecter vos propres sentiments et de prendre le temps dont vous avez besoin pour faire face à cette perte. N'hésitez pas à demander de l'aide et du soutien, que ce soit auprès de votre communauté, de professionnels de la santé mentale ou d'amis proches.

À propos de DDI

Dernière demeure internationale (DDI) est une organisation à but non lucratif qui œuvre pour l'entraide et la solidarité entre ses membres. C'est un réseau de plusieurs membres qui a pour but principal d'aider ceux-ci à profiter d'une assistance en cas de décès, ce qui réduit le poids financier sur les proches et leur permet de vivre le deuil avec moins de stress. Ainsi, en un clic, le réseau atteint un grand nombre de personnes, collecte des fonds et aide les proches à couvrir les charges à la suite d'un décès et les accompagne pendant le temps de deuil. Apprendre plus sur sa Mission, Vision, Valeurs



Objectifs de DDI

1. **APPORTER** une solution durable à la problématique de gestion des funérailles au sein des communautés noires de la diaspora.
2. **DONNER** préserver la dignité des membres en veillant au traitement avec considération de leur dépouille et au respect de leur dernière volonté.
3. **ALLÉGER** le fardeau financier de la famille directement éprouvée en appelant toute la communauté à contribuer.
4. **ENCOURAGER** les anciens et nouveaux arrivants à sortir de l'isolement pour une meilleure intégration sociale, pour accroître le vivre-ensemble et renforcer la solidarité.
5. **RÉUNIR** un grand nombre de membres afin de diversifier les services par des projets qui permettront d'augmenter le potentiel de notre communauté.

Services de DDI

1. **ACCOMPAGNER** dans la dignité le membre décédé en lui assurant des funérailles selon sa volonté et sa culture;
2. **ÉDUQUER**, **INFORMER** ET **SENSIBILISER** sur les enjeux du décès en organisant des activités sur divers sujets : comprendre la mort et vivre avec, se préparer, importance d'une assurance, gérer les funérailles, obtenir une sépulture, testament, fiscalité vs décès, etc.
3. **ÉCOUTER** les membres éprouvés par le deuil pour les apaiser;
4. **SOUTENIR** moralement les familles éprouvées en les accompagnant dans les procédures, par les conseils et les visites;
5. **SOUTENIR** financièrement les familles éprouvées en leur reversant les fonds collectés auprès des membres pour acquitter les frais funéraires;
6. **RÉFÉRER** les membres auprès des professionnels et partenaires afin qu'ils obtiennent des services appropriés (préparer son testament, etc.)



Comment faire partie du réseau DDI?

- **Aller sur le site Internet https://ddinternational.org/**
- **Créer un compte;**
- **Lire et approuver la politique d'utilisation du site et de confidentialité**
- **Déposer une provision au compte**
- **S'inscrire en ajoutant les informations personnelles**

Pour en savoir davantage sur fonctionnement, consulter **la foire aux questions**.

Contacts

Gatineau (siège)
276, boulevard Saint-Joseph, local A
Gatineau, Québec, J8Y 3Y3
Tel : 819 486-0114 poste 103
Sans frais : + 1 833 950 1574
@: secretariatddi@ddinternational.org

Alberta
2043, Cottonwood Cres, SE,
Calgary, Alberta, T2B 1R2
Tel : 819 486-0114 poste 100
Cél. : 587 779-8942
@: bureaualberta@ddinternational.org

Rive-Nord-Montréal
99D, boulevard de la Concorde O
Laval, Québec, H7N 1H8
Tel : 819 486-0114 poste 102
Cel : 438 777-6958
@ :bureau.rive-nord-montreal@dditernational.org

Ontario
237 Alsace Road, Richmond Hill, ON, L4C 2W9.
Tel : 819 486-0114 poste 101
Tel: 647 473-4598
@ : bureauontario@ddinternational.org

Saskatchewan
444, Gladmer Park
Saskatoon (Saskatchewan) S7J 2X3
Tel: 1 833 950 1574
Cel : 403 542-1048
@: bureau.saskatchewan@ddinternational.org

Financé en partie par le gouvernement du Canada par le biais de l'initiative Appuyer les communautés noires du Canada | Canada