



COVID-19：新冠病毒疫情期間安排或出席葬禮的指南

1 月 4 日，首相宣佈對整個英格蘭實施[全國性防範禁閉措施](#)。對蘇格蘭、威爾士及北愛爾蘭有另外的防疫建議。

這些防疫限制有：

- 規定民衆留在家中，除非出於合理理由
- 除為特定目的外，禁止民衆與不同住的人聚會
- 關閉某些行業及場所

1 月 6 日起，在實施全國性防範禁閉措施期間，只要民衆遵守相關條例及指南，則可離家出席葬禮以及與某人的死亡相關的宗教、信仰為主或紀念儀式的活動。

實施全國性防範禁閉措施期間，最多 30 人能出席葬禮。

與某人的死亡相關的宗教、信仰為主或紀念儀式的活動，如立墓碑、撒骨灰或守靈，可以繼續讓最多 6 人參加。本防疫指南中，「紀念儀式活動」一詞將用於代表此類活動。

本指南具有一般性，應被視為指南。在任何適用的法規（包括健康與安全條例）與本指南相衝突時，則以適用的法規為準。

本指南適用於英格蘭。會一直檢查本指南，並且可能會根據疫情的變化而進行更新。

主要原則

這個防疫建議旨在幫助在 COVID-19 疫情期間出席或參與籌組在英格蘭舉行的葬禮的公眾人士。適用於任何有信仰或無信仰的人。

制定本指南的目的是確保：

- 以細緻、體面和尊重的方式對待喪親家屬
- 葬禮可以繼續進行，同時將感染的風險降至最低

有指南提供給場地管理人員以及參與葬禮的專業安排的人士取用，可以在[死者管理諮詢小組網站](#)取得。

實施全國性防範禁閉措施期間的防疫指引

在整個英格蘭，我們要求所有民衆留在家。您可離家出席葬禮或參加紀念儀式活動，但應盡可能都安排在您所在的地方進行。

無論是室內或室外，葬禮儀式的出席人數均不得超過 30 人。該數字不包含葬禮或儀式活動工作人員。能夠出席的實際人數將取決於在實行社交距離的場地內可以安全容納多少人，以及在葬禮場地管理人員進行了風險評估並採取了一切合理措施限制 COVID-19 傳播風險的地方進行。在某些情況下，可能會少於 30 人。

實施全國性防範禁閉措施期間，最多只能有 6 人參加如立墓碑、撒骨灰或守靈等的紀念儀式活動。該限制適用於室內和室外場地，不包含任何儀式活動工作人員。

火葬場及墓地將對公眾開放，您可離家去到這些地方。您應一直與同住成員或互助圈外的其他人保持社交距離，並應遵守[安全與他人見面防疫指引](#)。

須知事項

本防疫指南旨在平衡喪親者進行送葬的需要以及盡量減低 COVID-19 病毒傳播的需要。在意識到這些儀式及聚會的重要性的同時，本指南內詳述的防疫措施對降低病毒的擴散非常重要，尤其是對有罹患重病風險的[臨床上脆弱](#)以及[臨床上極為脆弱的人士](#)。

當不同的家庭聚集在一個場所時，COVID-19 傳播的風險就會增加。
「一個家庭」是指住在同一個屋簷下並共用屋內設備的人。不在同一家庭或[互助圈](#)的憑弔者應[遵守社交距離指引](#)。

對由 COVID-19 導致的死亡，死者的同住家庭成員可能已經接觸過 COVID-19。不過，您應採取措施將新的接觸降至最低程度，尤其是不屬於同住家庭成員的人，以及那些一旦接觸到病毒就很有可能罹患重病的人。

社交距離及保持安全

如果您要出席葬禮或類似的活動，則應：

- 與同住成員或互助圈以外的其他人保持至少兩米的距離
- 經常洗手，洗手時間 20 秒或使用消毒搓手液
- 避免觸摸您的眼、鼻或口
- 咳嗽或打噴嚏時，用紙巾遮好口鼻並安全地丟棄紙巾。身上無紙巾的話，用手肘的彎曲部位（不是用手）遮好口鼻才咳嗽或打噴嚏
- 除非因健康、殘疾或其他原因而獲豁免，否則在到達室內禮拜場所、火葬場和墓地教堂時按照法律規定戴上面部遮擋物。您亦應在很難保持社交距離，以及您可能會接觸到平時不認識的人的封閉式公共地方戴面部遮擋物。亦有其他關於[「使用面部遮擋物」的指南](#)
- 避免唱歌、喧嘩、念誦及提高音量，因為這可以增加病毒在空氣中傳播的風險

如果您正籌組葬禮或紀念儀式活動，則應：

- 考慮僅邀請親屬及親密的朋友，減少病毒的傳播風險
- 確保其他憑弔者知道是否有臨床上脆弱或臨床上極為脆弱人士出席葬禮。他們尊重該脆弱人士的需要，在任何時候都避免近距離接觸。
- 盡量用遠程方式讓他們出席（例如通過現場直播方式），尤其是對於臨床上極為脆弱以及可能需要屏蔽保護的人士
- 確保憑弔者避免使用吹過的樂器。室內或室外，都可以進行一些專業的、保持社交距離的歌唱或樂器演奏，但盡可能在室外進行。唱歌應盡量限於一個人（如果對禮拜很重要，則最多三人），彼此保持至少兩米的距離，並且不應該讓聽眾參與。亦有

其他[關於藝術表演的指南](#)。考慮使用樂器演奏的音樂或錄音來代替現場演唱

- 提醒憑弔者在儀式上的講話及回應均不應該提高音量。鼓勵使用麥克風或類似設備來盡量減少提高音量的需要

誰可出席葬禮？

無論是室內或室外，葬禮儀式的出席人數均不得超過 30 人。該數字不包含葬禮或儀式活動工作人員。

能夠出席的實際人數將取決於在實行社交距離的場地內可以安全容納多少人，以及在葬禮籌辦者進行了風險評估及采取了一切合理措施限制 COVID-19 傳播風險的地方進行。在某些情況下，可能會少於 30 人。保持盡可能低的總出席人數，這會減少傳播 COVID-19 的風險。

對於遵循了 COVID-19 安全準則作為公共禮拜而舉行的葬禮儀式的限制，應該由禮拜場所的可容量來決定。另有[「禮拜場所指南」](#)。

患有 COVID-19 病徵的人士不應出席

任何患有 COVID-19 病徵（新出現的持續咳嗽、發燒、喪失或改變您平時的味覺或者嗅覺）的人士，都不應該出席葬禮。您應該立即進行自我隔離，並遵循[居家指引](#)，以及[在網上要求安排病毒檢測](#)，或如果您無法上網，用電話撥打 119 聯絡 NHS。

被要求進行自我隔離的人士

如果您被檢測出 COVID-19 呈陽性、曾與被檢測出 COVID-19 呈陽性的人有過密切接觸或者 NHS 檢測與追蹤服務指示您要進行自我隔離，則您必須自我隔離，不應冒著將病毒帶給其他人的風險出席葬禮。通過遵循防疫指引進行自我隔離，最近曾與 COVID-19 感染者有過密切接觸的人將能夠保護其家人、朋友及其他身邊的人，並將在防止病毒擴散方面起到直接的作用。[遵循面向疑似或確診感染冠狀病毒的家庭之指南](#)。

如果法律要求您進行自我隔離，則只有在出席近親親屬（如配偶、父母、兄弟姐妹或祖父母）的葬禮時才能不用自我隔離。在任何情況下，

您不得擅自違反您的自我隔離去參加其他紀念儀式活動。這將會是違法，您可能會被罰款。除非有合法允許您不用自我隔離的其他情況，否則必須繼續自我隔離。

即便您是死者的直系親屬，我們強烈建議，如果可以的話，用遠程方式參與。不過，如果謹慎考慮過風險之後，您選擇親身出席葬禮，則必須採取以下所有預防措施：

- 提前告知葬禮場地管理人員及其他憑弔者，您正處於自我隔離期。法律規定，場地管理人員必須完成風險評估及採取一切合理措施限制 COVID-19 的傳播風險。其他憑弔者在出席葬禮之前需要知道這一點
- 額外小心保持您的距離，避免與可能是臨床上脆弱或臨床上極為脆弱的其他憑弔者接觸
- 您與其他憑弔者之間一直保持至少兩米的距離

嚴格遵守手部衛生及呼吸衛生規定：

- 戴上手術等級的 IIR 型口罩或更高等級的口罩，正確地戴好，以最大程度降低病毒從自己傳給他人的風險。如果是使用防毒口罩（例如 N95），則應使用不帶有呼吸閥的那一種。可從藥房、超市及網上零售商廣泛購買到 IIR 型口罩。我們建議您自備口罩，但葬禮籌辦者可能還需要確保他們存有一些口罩
- 比平時更勤洗手，用肥皂和水洗手至少 20 秒，或者使用消毒搓手液。
- 避免觸摸您的眼、鼻和口
- 咳嗽或打噴嚏時用紙巾遮好

臨床上脆弱或臨床上極為脆弱的憑弔者

如果您是[臨床上脆弱人士](#)或[臨床上極為脆弱人士](#)，您應該已經收到一封信（NHS 的正式通知書）通知您這一點，並且之前您可能已經被建議接受屏蔽保護。

強烈建議您盡量留在家，如果可以的話，用遠程方式參與。如果您選擇親自出席，則應通知葬禮籌辦者，並且重要的是您要保持嚴格的社交距離並遵循[防疫指南](#)。您應該遵守嚴格的手部衛生及呼吸衛生規定，此外，亦要戴上面部遮擋物，並應該減少社交互動。

建議您自己開車前往葬禮場地，或與同住家庭成員或互助圈一起前往（如果您合資格組一個互助圈）。您應避免乘坐公共交通。

來自英格蘭境外的憑弔者

如果您從任何非[豁免要求自我隔離的國家/地區](#)入境英格蘭，則必須在抵達後從抵達的日期起計算整整自我隔離頭 10 日。不過，[在有限的情況下您可以離開自我隔離的地方](#)，包括由於同情的理由。這包括出席一位同住家庭成員、直系親屬或朋友的葬禮（如果同住家庭成員或直系親屬均無法出席）。

所有其他時間，您必須繼續自我隔離。

假如您從一個非豁免要求自我隔離的國家/地區抵達，如果您參與了[國際間出行檢測放行計劃（Test to Release for International Travel Scheme）](#)，則可能可以在較早的階段離開自我隔離。

往返葬禮

在同一個互助圈的人可以算作一個家庭，可以一起過夜。酒店亦可能可以繼續開放，為所有出席葬禮的或參加紀念儀式活動的人提供住宿。不同家庭或不同互助圈的人員應在住宿的地方內保持社交距離。

您應該自己開車前往場地，或與同住家庭成員或互助圈的成員一起前往。如果無法自己開車，您不得與同住家庭成員或互助圈以外的其他人共同乘坐一輛車。建議您遵循下者[更安全出行防疫指引](#)：

- 如果您需要乘坐公共交通，則只與同住家庭成員或互助圈成員乘坐
- 打開窗通風
- 要考慮座位安排，盡量保持在車內人與人之間的最大距離
- 在可以安排座位的情況下，要與其他人員並排坐或一前一後的坐，不要面對著他們
- 面不要彼此對著
- 確保在旅程之間使用標準的清潔產品清洗汽車，尤其是門把和人們會觸摸到的其他地方
- 使用面部遮擋物。除非您因健康、殘疾或其他原因而獲豁免，法律規定您必須在公共交通工具、的士及私人租用車輛上配戴面部遮擋物。法律規定，未獲豁免的乘客在乘坐殯儀員的車輛時，必須配戴面部遮擋物。強烈建議司機也要配戴面部遮擋物

與宗教、信仰為主或紀念儀式相關的活動

本防疫指南中，「紀念儀式活動」一詞將用於代表與某人的死亡相關的宗教、信仰為主或紀念儀式的活動，而非葬禮。立墓碑、撒骨灰和守靈都是此類儀式活動的例子。這些儀式活動可以在葬禮前或葬禮後舉行。實施全國性防範禁閉措施期間，可以參加這些儀式活動的人數繼續是最多 6 人。該人數適用於室內和室外場地，不包含任何儀式活動工作人員。

所有儀式活動都應在一處葬禮籌辦者已對其進行了風險評估，及采取了一切合理措施來限制 COVID-19 傳播風險的 COVID-安全場所內進行。如果儀式活動是在私人住宅舉辦，包括場地或花園在內，則只有同一個家庭或互助圈的成員可以參加。

如果 NHS 檢測與追蹤服務建議您進行自我隔離，則不得擅自違反您的隔離規定去參加任何儀式活動。這將會是違法，您可能會被罰款。

您不妨考慮一下推遲舉辦紀念儀式活動，直到防疫限制解除為止。

可舉辦紀念儀式活動的地方

實施全國性防範禁閉措施期間，不允許招待場所開放舉辦紀念儀式活動。諸如社區中心、禮拜場所、墓地、墳場及火葬場可以繼續開放舉辦這些儀式活動。亦可以為該目的而租用展覽中心以及（除酒吧及餐廳部分外）的會議中心的地方，如會議廳或會議室。在這些場所內舉辦的相關儀式活動上，只應該供應茶點（而且場地本身不可自行供應）。

紀念儀式活動上的餐飲

在儀式活動上，您應一直坐著，與同住家庭成員或互助圈以外的其他人保持社交距離，提供的餐桌服務讓大家可以做到保持社交距離，並且最大程度降低感染風險。請勿觸摸公共或共用物品，也不要觸摸自己以外的物品（如避免使用共用餐具、共用餐盤或菜單賬單）、應避免共用食物，亦應考慮采取其他措施降低傳播風險，例如食用不是由場地提供的預先包裝食物。

您應確保一直遵守社交距離措施，並遵守有關使用面部遮擋物的指南。

對故人的個人護理

建議您不要參加會讓您與死者發生近距離接觸的儀式或工作。如果您的信仰要求您要與死者有近距離接觸，則需在受過正規使用個人防護裝備（Personal Protective Equipment，簡稱 PPE）訓練人員的監督下穿

戴上 PPE 進行。無論提供的死者護理的環境如何，都應當遵守詳細的 [「死者護理指南」](#)。

如果您是臨床上脆弱或臨床上極為脆弱人士，則強烈建議您避免接觸死者的屍體，即使您可以穿戴上 PPE。這包括清潔、準備或為遺體穿衣。

經歷喪親之痛

每當失去朋友或至親時，都是一個極其艱難且不容易的時刻。如果您在 COVID-19 疫情期間經歷喪親之痛，就可能覺得更加難受。

您不但可能在喪親的痛苦中掙扎，還可能在社交距離措施的影響下感到掙扎，而事實上，您可能無法以原本想要的方式與您的至親告別。

在失去至親之後，您可能會感到一陣又一陣湧現的激烈情緒。這些情緒可以是悲傷、內疚、震驚及憤怒。所有這些情緒都是正常的，有這樣的感受無錯與對。悲傷以不同形式影響著每一個人，但重要的是要去感受悲傷並獲得正確的支援去經歷。

通過 [NHS](#)、[Cruse 喪親關懷](#) 可瞭解更多關於處理悲傷及可取用的支援，其中提供了在 COVID-19 疫情期間如何處理喪親及哀悼的建議和支援，並且網站 [Ataloss.org](#) 也提供了在哪裡可以找到援助的資訊及英國各地的服務。如果您正在幫助一名喪親的兒童或青少年，[童年喪親網絡 \(Childhood Bereavement Network\)](#) 有可供資訊，以及連接到全國及地方機構的鏈接。

《健康保護條例》

本文件屬指南性質。

有關法律包含在以下《2020 年英格蘭健康保護條例》內：

- [《2020 年健康保護條例（新冠病毒、限制）（所有警戒級別）（英格蘭）》](#)
- [在相關地方配戴面部遮擋物（已修訂）](#)
- [新冠病毒對自我隔離的限制](#)

對於何謂合法的立場，您應具體參考上述相關條例。