



Gruppo di Auto Mutuo Aiuto

RICOMINCIAMO INSIEME

***Quando star bene è una cosa impossibile, per accogliere e condividere
il dolore del lutto***

***Ci incontriamo il Giovedì
Dalle 20.30 alle 22.00
Presso La Cascina del Ronco
Via Ronco Basso, 13
Villa d'Almé***

*Il dolore di un lutto è come una mandorla amara
Che cade ai margini della strada.
Anni dopo, passando per il medesimo luogo
Trovi un mandorlo in fiore.*

*Accompagnare l'altro, non è morire con lui, ma
accettare di cambiare ampliando la propria
esperienza umana e personale, imparando che
la sofferenza è inevitabile, ma costruttiva.*

*Quando l'indesiderata dalla genti arriverà, forse avrò paura.
O forse sorriderò e dirò:
"Il mio giorno è stato bello, può scendere la notte.
Troverà arato il campo, la tavola apparecchiata, la casa pulita. Ogni cosa al suo posto."*

Recapiti telefonici:

Nadia: 328/4640410

Sabina: 347/5115230

Vi aspettiamo.....

La perdita di una persona cara costringe a un cambiamento che può avere effetti negativi sulla salute dell'individuo e della sua famiglia.

Il lutto è un'esperienza che, se ben affrontata, può essere integrata nel proprio percorso personale e familiare.

I gruppi AMA rappresentano una delle possibilità di aiuto alle persone che hanno subito la perdita di un familiare o di una persona cara.

La presenza di persone che condividono la medesima sofferenza porta a creare preziosi legami di solidarietà, migliora le abilità comunicative e interpersonali e favorisce un clima di reciproco sostegno che facilita il reimmergersi nella vita e nella sua progettualità, rispettando la riservatezza di ognuno.

La partecipazione ai gruppi è gratuita, con cadenza settimanale.

Finalità del gruppo:

- Il gruppo stimola la condivisione del dolore per la perdita di una persona cara tra quanti vivono la medesima sofferenza.
- Il gruppo rappresenta un luogo privilegiato nel quale i partecipanti possono esprimere liberamente il proprio dolore, le paure e le speranze: *raccontarsi diventa cura di sé*.
- Il gruppo permette di uscire dall'isolamento, dalla depressione, è luogo di comprensione, dove la solitudine si trasforma in solidarietà.

Obiettivi del gruppo:

- Favorire la condivisione: l'esperienza di ognuno diventa risorsa per tutti.
- Favorire lo sviluppo del sostegno emotivo: la condivisione porta a creare un clima di autentica fiducia nella relazione con l'altro favorendo un clima di reciproco sostegno