



*Il dolore è parte della vita.
A volte è una parte grande e a volte no,
ma in entrambi i casi,
è una parte del grande puzzle della
musica profonda, del grande gioco.*

*Il dolore fa due cose:
ti insegna, ti dice che sei vivo.
Poi passa e ti lascia cambiato.*

Jim Butcher

Ci incontriamo ogni **Martedì**
dalle 20:30 alle 22:30
online

Contatti:
Paola (facilitatrice): 342.9235396

Auto Mutuo Aiuto
Gruppo elaborazione del lutto
online



*Quando soffri può sembrarti
che questa sofferenza duri per sempre.
Ma, sii certa, non sarà così.
L'inverno si trasforma sempre in primavera.
Nessun inverno dura per sempre.*

Daisaku Ikeda

*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.
La sofferenza è insita nella natura umana,
ma non soffriamo mai, o almeno molto di rado,
senza nutrire la speranza della guarigione,
la speranza è un piacere.*
Giacomo Casanova

RICOMINCIAMO INSIEME

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

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 sensibilità e la riservatezza di ognuno.

La partecipazione al gruppo è gratuita La cadenza settimanale.

Le finalità:

- * 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 è luogo di comprensione, dove la solitudine si trasforma in solidarietà.

Gli obiettivi:

- * 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.
- * Favorire la speranza: la condivisione e il sostegno quali spinte per recuperare la gioia di vivere.