

GRUPPO DI AUTO MUTUO AIUTO
per il supporto nel
LUTTO

NON SEI SOLO



PUOI CHIAMARE QUESTO NUMERO:

3513105334

Orari segreteria: Merc.-Ven.-Sab. dalle 9.00 alle 18.00

QUANDO: incontri quindicinali
Sabato mattina

DOVE: presso i Padri Oblati -
Rho

- ✓ Per raccontare cosa ci è successo e cosa succede...
- ✓ **Per non cadere nella solitudine**
- ✓ Per non cadere nel buio
- ✓ **Per ricostruire la nostra vita**
- ✓ Imparando che il mutuo scambio nella condivisione si tramuta in aiuto reciproco e *“Quando nel dolore si hanno compagni che lo condividono, l'animo può superare molte sofferenze.”* in una condivisione riservata, senza giudizio e rispetto dell'altro

E tanto altro....nella riservatezza, nel rispetto, nell'ascolto.

□ PERCHÉ:

- è importante trovare spazi dove si possa esprimere il dolore senza sentirsi giudicati;
- **è necessario poter contare sull'ascolto e sul sostegno degli altri;**
- i sentimenti sono naturali e si possano vivere positivamente, se hanno la possibilità di esprimersi;
- **è importante che ogni persona cammini con il suo ritmo nel gruppo, vivendo le varie tappe del cordoglio;**
- ogni persona possiede tutte le risorse necessarie per elaborare positivamente il lutto, in modo da crescere come persone più libere e mature

□ CON L'AIUTO di un Cousellor Professionista ad orientamento Pastorale che facilita la relazione di aiuto.

□ POSSIBILI INCONTRI INDIVIDUALI



Gli incontri sono aperti anche a persone non credenti.