



Coordinamento Nazionale Gruppi AMA per Persone in Lutto
www.cngamalutto.altervista.org

L'AIUTO TRA I PARI

TELEFONATE-VIDEOCHIAMATE-GRUPPI ON LINE

L'isolamento che stiamo vivendo tutti per proteggersi dal Covid-19 ha cambiato le nostre abitudini e le nostre modalità relazionali. Da questa grande crisi possiamo uscirne con un apprendimento che può migliorare le nostre competenze basate sul sapere dell'esperienza premessa fondamentale dell'Auto Mutuo Aiuto (AMA).

Il Coordinamento Nazionale dei Gruppi AMA per Persone in Lutto da vent'anni ha promosso l'auto mutuo aiuto tra i pari, cioè tutte quelle persone che hanno subito una perdita e che hanno trasformato la loro ferita in una competenza. Queste persone oggi fanno parte di quel patrimonio che arricchisce le nostre Comunità e sono disponibili ad accogliere anche in questo difficile momento, tutti i familiari e gli amici in lutto. Il lutto in queste settimane, indipendentemente dal motivo della perdita, è un lutto più difficile perché non ha permesso di stare accanto a chi ci stava lasciando, né di poterlo accompagnare con un rito collettivo. Il tempo di queste settimane è un tempo sospeso per tutti, ma è un tempo che pesa di più per chi è rimasto ancora più solo perdendo qualcuno a cui si era legati.

Tutti i partecipanti ai gruppi AMA per persone in lutto insieme al Coordinamento Nazionale si stringono in un abbraccio comune che vuole esprimere la miglior vicinanza possibile a tutti coloro che hanno perso o stanno perdendo un proprio caro e nel rispetto dei decreti vigenti, offrono, nella gratuità che caratterizza l'AMA, la propria accoglienza e l'ascolto di chi vorrà chiamare.

Anche a distanza (telefonate, video chiamate e gruppi on line) non si è soli.



Gruppo Eventi – Sostegno e Formazione
www.gruppoeventi.it

L'Associazione Gruppo Eventi, in questo periodo di isolamento e solitudine, offre a chi ha perso il proprio caro senza potergli essere vicino e accompagnarlo con un rito di commiato condiviso la possibilità di:

- leggere alcune riflessioni nell'homepage del sito www.gruppoeventi.it
- partecipare ad un gruppo di mutuo aiuto online, scrivendo a info@gruppoeventi.it
- raccontare di sé e del dolore che sperimenta in un forum aperto www.gruppoeventi.it/forum/.
- esprimere i propri vissuti nel gruppo Facebook-Lutto coronavirus www.facebook.com/groups/143557010337771/.
- parlare e condividere telefonicamente con alcune volontarie del Gruppo Eventi. La mattina dalle 9 alle 12 Livia (+ 39 335 802 5012) e Silvia (+39 3478608987); il pomeriggio dalle 15 alle 19 Monica (+39 3396339243) e Gabriella (+ 39 347 79884379).