

# Insieme per l'elaborazione del lutto

*riprende l'attività  
del Gruppo di Auto Mutuo Aiuto*

## Rivolto a tutti coloro che hanno perduto una persona cara. Accompagnamento in tempo di lutto.



### Gruppo "I colori del cerchio"

da settembre 2017

a Padova, incontri gratuiti,  
per informazioni e colloquio  
preliminare:

Liza 347.2208757

Lorenza 347.8188709

### Gruppo "Il coraggio di esserci"

da settembre 2017

a Piove di Sacco (Pd), incontri  
gratuiti, per informazioni e  
colloquio preliminare:

Mario 340.3203375

Almerina 338.7223084

### Gruppo

da settembre 2017

a Este (Pd), incontri gratuiti, per  
informazioni e  
colloquio preliminare:

Mario 340.3203375

Elena 347.9604416

---

Gruppo "Insieme nell'arcobaleno" : Anna 347.0346088 - Almerina 338.7223084

## Cos'è un Gruppo di Auto Mutuo Aiuto

Il Gruppo di Auto Mutuo Aiuto (GAMA) per il lutto è un piccolo gruppo di persone che condividono la stessa condizione di sofferenza legata alla perdita di una persona cara e fondano su questo aspetto la propria appartenenza al gruppo. Essere tra persone sconosciute, ma che vivono una condizione comune, rende possibile esprimere e condividere sofferenze, bisogni, esperienze, conquiste, mutamenti e speranze, verso un cambiamento che si teme di non saper sostenere ed affrontare. Partecipare ad un gruppo significa compiere uno sforzo individuale (auto-aiuto) per rompere la solitudine e il silenzio con cui si vive in genere l'esperienza del lutto, recuperando una ritualità di condivisione e di elaborazione comunitaria (mutuo aiuto).

## I valori dell' Auto Mutuo Aiuto

- Il **legame**: nel gruppo si è coinvolti in prima persona con la propria esperienza e ci si ascolta attivamente
- La **fiducia**: ognuno può esprimere liberamente sentimenti ed emozioni in un clima di ascolto e di solidarietà, senza essere giudicato. Ogni partecipante deve avere e dare certezza che ciò che è detto nel gruppo non sarà divulgato.
- Il **rispetto**: nel gruppo si manifestano pluralità di vissuti e di vedute, tutte egualmente legittime e da rispettare.

---

### Sede operativa e punto informativo

Piazzetta Forzatè, 2/3

(zona Basilica del Carmine - Ponte Molino) ● 35135 Padova

cell. +39 348 6043240 ● e-mail [a.borin@icso.it](mailto:a.borin@icso.it)

[gruppo@valentinapenellonlus.org](mailto:gruppo@valentinapenellonlus.org)

[www.valentinapenellonlus.org](http://www.valentinapenellonlus.org)

### Per sostenerci

Conto corrente intestato a Associazione Valentina Penello Onlus

**Codice IBAN: IT 37 J 010030 12185 000001307927**

Causale G.A.M.A. Padova