

# IL TEMPO DEL LUTTO

punto**o**famiglia

ESPERIENZA INEVITABILE MA POSSIBILE FONTE DI RINASCITA

Percorso in gruppo di  
accompagnamento  
all'elaborazione del lutto



Per info e contatti  
[www.puntofamiglia.it](http://www.puntofamiglia.it)  
[info@puntofamiglia.it](mailto:info@puntofamiglia.it)

Via G. Casalis, 72  
10138 Torino  
011. 44 75 906  
(lun-ven dalle 14 alle 19)  
[www.facebook.com/puntofamiglia](https://www.facebook.com/puntofamiglia)

## PERCHÈ

La morte è una realtà con cui è inevitabile confrontarsi ed è una delle più difficili e dolorose della vita. Non sempre le persone colpite da un lutto riescono a elaborarlo; spesso rischiano di rimanere intrappolate in una sofferenza insuperabile, nonostante cerchino di usare tutte le risorse da loro conosciute.

### Il percorso si propone di

- supportare le persone in lutto in un processo che va dal vissuto di perdita al reinvestimento affettivo sulla quotidianità, sugli altri e nella vita
- migliorare la capacità di far fronte ai nuovi problemi, incrementando le proprie risorse e la consapevolezza personale
- offrire l'opportunità di una rete di aiuto e di supporto fruibile durante il percorso e anche al termine dello stesso

## PER CHI

La proposta è rivolta a chi, dopo la morte di una persona cara, si sente smarrito e solo, sopraffatto dal sentimento di dolore che sembra non potersi esaurire mai.

## COME

- l'attività si svolge in piccolo gruppo, con due conduttori psicologi
- sono utilizzate metodologie che stimolano la creatività psico-espressiva e la rinascita emotiva
- è prevista l'adesione all'intero percorso per permettere la creazione di un clima di fiducia e di confidenza che agevoli lo scambio, la condivisione e il confronto tra i partecipanti

## QUANDO

10 incontri di gruppo, a cadenza quindicinale, in fascia oraria 19-21.30