

# **Elaborare il lutto: un percorso dal Centro di consulenza familiare Ucipem di Viadana**

A seguito della pandemia da coronavirus, tante persone hanno sofferto la perdita di parenti e amici. Sovente il momento estremo è avvenuto nella più grande solitudine, nell'impossibilità di un qualsiasi tipo di commiato: una situazione che provoca in chi resta non solo grande dolore, ma a volte anche sentimenti di sconforto, colpa, frustrazione e rabbia. «È allora importante – notano gli esperti del Centro di consulenza familiare Ucipem di Viadana – trovare il modo per elaborare un lutto così straziante e cercare di trovare un senso che permetta di guardare al futuro con speranza».

Il Ccf intende organizzare incontri di gruppo proprio per permettere a familiari e amici di condividere il ricordo dei propri cari e dell'esperienza vissuta con altre persone che hanno vissuto situazioni analoghe: mettere in comune pensieri, emozioni e lacrime potrebbe infatti aiutare a trovare significati e prospettive prima inimmaginabili.

Il Centro Ucipem propone un percorso in tre incontri della durata di un'ora e mezzo circa. Ogni ritrovo prevede la partecipazione di un massimo di dieci persone, coordinate da uno psicoterapeuta.

L'iscrizione è gratuita. Per maggiori informazioni è possibile contattare il numero 0375 781436 (lunedì e giovedì dalle 15 alle 19, martedì, mercoledì e venerdì dalle 9 alle 12). Gli incontri si svolgeranno nella sede di via Garibaldi 52 a Viadana.

Il Centro di consulenza familiare è una onlus fondata anni fa su impulso delle parrocchie del territorio viadanese, con l'obiettivo di sostenere i singoli e le famiglie che stanno attraversando un momento di difficoltà. Lo staff si compone di volontari che dispongono di competenze professionali negli ambiti di riferimento: consulente familiare, psicologo, psichiatra, assistente sociale, pedagogista, legale, educatore, ostetrica, assistente spirituale.