

---

## **Diocesi: Vicenza, dal 18 settembre al 27 novembre il nuovo percorso formativo proposto dal Servizio-Segno “Lutto, solitudine ed esperienza del limite”**

Un percorso personale alla scoperta innanzitutto di se stessi, per poi approfondire le relazioni con l'altro, al fine di valutare la possibilità di diventare facilitatori volontari dei Gruppi di auto mutuo aiuto di Caritas diocesana vicentina, che attualmente nel territorio diocesano sono 22. Il nuovo percorso formativo proposto dal Servizio-Segno “Lutto, solitudine ed esperienza del limite” e a cura della sua coordinatrice, la psicologa psicoterapeuta Viviana Casarotto, è rivolto a tutte le persone sensibili ai temi della vita e della morte e parte, appunto, analizzando temi come l'autocoscienza, le emozioni e i sentimenti alla scoperta del proprio mondo interiore e gli elementi base della comunicazione e della relazione, per poi sviluppare gli elementi base della relazione di aiuto, il processo di elaborazione del lutto e i suoi aspetti psicorelazionali, nonché la conoscenza di finalità e funzionamento dei gruppi di auto mutuo aiuto e il ruolo dei facilitatori. In tutto 10 incontri, in programma dal 18 settembre al 27 novembre, tutti i mercoledì (ad eccezione del 16 ottobre) dalle 20 alle 22.30, nella Sala dei Consigli del Centro diocesano “A. Onisto” a Vicenza. “Solo quando si è fatto prima un lavoro su se stessi si può valutare se ci sia lo spazio per offrire il proprio aiuto a persone che stanno vivendo una sofferenza legata a un distacco o a un lutto – spiega Viviana Casarotto –. È importante non avere dentro di sé cose in sospeso o silenti. Ecco perché il percorso formativo intende innanzitutto offrire un'opportunità di autoesplorazione, grazie anche alla possibilità, al termine di ogni incontro, di confrontarsi in piccoli gruppi. Si fa, insomma, un'esperienza sull'esperienza”. “Anno dopo anno la rete di gruppi di auto mutuo aiuto di Caritas diocesana vicentina si è estesa capillarmente nel territorio diocesano – afferma don Enrico Pajarin, direttore di Caritas diocesana vicentina –. L'anno scorso il servizio, attraverso i 22 gruppi di auto mutuo aiuto, ha incontrato 222 persone, +19% rispetto al 2022. Questo grazie all'impegno di 41 volontari facilitatori, che rappresentano una grande fonte di aiuto per chi sta vivendo un periodo di sofferenza. Le porte di Caritas, attraverso il nuovo percorso formativo, sono aperte per accoglierne di nuovi”. Iscrizioni entro e non oltre il 13 settembre, scrivendo a [lutto@caritas.vicenza.it](mailto:lutto@caritas.vicenza.it), telefonando al 348.7666528 o attraverso il modulo online all'indirizzo [www.tinyurl.com/lutto2024Vicenza](http://www.tinyurl.com/lutto2024Vicenza).

Gigliola Alfaro