

## ***I SEMI DI SESAMO***

**C**'era una volta una giovane donna, madre di un piccolo bambino. Un giorno il piccolo morì, e la donna, distrutta dal dolore, iniziò ad andare di casa in casa cercando una medicina che potesse restituire la vita al figlio. Ovviamente non riuscì a trovare nulla, e, sempre più afflitta, si recò dal Buddha con la medesima richiesta.

Il Buddha disse alla giovane madre di scendere in paese e prendere un seme di sesamo in ogni casa che non avesse mai incontrato la morte. Credendo che questo fosse il rimedio, la giovane madre bussò di porta in porta e chiese di casa in casa, senza poter raccogliere alcun seme.

Mentre tornava dal Buddha a mani vuote si rese conto che la morte era comune a tutti, e che ciò che le stava capitando era già capitato, o prima o dopo, a tutte le altre persone.

Non è possibile curare la morte, ma è possibile prendersi cura del dolore che resta.



### **Associazione CiaoLapo Onlus**

*Tutela della gravidanza  
a rischio e della salute perinatale.  
Sostegno psicologico ai genitori che perdono  
i figli in gravidanza e dopo il parto*

Presidente: Dott.ssa Claudia Ravaldi

Tel: 3470465494

[www.ciaolapo.it](http://www.ciaolapo.it) --- [info@ciaolapo.it](mailto:info@ciaolapo.it)

C.F. 92070250482

Anagrafe Unica delle Onlus IPS070216004

Banca Popolare Etica, filiale di Firenze

IBAN: IT27L0501802800000000118383

### **Nove Mesi e Un Giorno**

**Centro per la Genitorialità e il Benessere  
in Gravidanza**

**Sezione ANEP di Frosinone**

[www.9mesieungiorno.it](http://www.9mesieungiorno.it)

[info@9mesieungiorno.it](mailto:info@9mesieungiorno.it)

**329.0249260**



### **Referenti progetto RiNascita:**

Veronica Rondinelli, psicologa psicoterapeuta  
Marianna Montelucci volontaria Ass. CiaoLapo Onlus  
Paloma Boni, psicopedagogista, clinico,  
Rossella Clavari, psicologa e psicoterapeuta

[info@9mesieungiorno.it](mailto:info@9mesieungiorno.it) **329.0249260**  
[veronica.rondinelli@yahoo.it](mailto:veronica.rondinelli@yahoo.it) **3393766390**



**CiaoLapo**  
[WWW.CIAOLAPO.IT](http://WWW.CIAOLAPO.IT)

## **Progetto Ri Nascita: insieme per affrontare il lutto perinatale**

### **GRUPPI DI AUTOMUTUOAIUTO**

Per chi ha perso un bambino  
durante la gravidanza  
o dopo il parto

*Gruppo di ascolto per operatori  
della salute perinatale*

## Gruppi d'automutuoaiuto

### Piccoli Principi

Il gruppo di automutuoaiuto è composto da genitori che condividono l'esperienza del lutto in gravidanza o dopo il parto ed accompagnato da due facilitatori formati sul lutto e sulla conduzione dei gruppi.

L'obiettivo del gruppo è abbattere la solitudine, facilitare il confronto tra esperienze, e fornire strumenti e risorse per affrontare il lutto.

Un altro obiettivo è proteggere il singolo genitore dalle insidie del lutto complicato, ed evitare che il lutto non elaborato si trasformi in malattia.

Il gruppo offre uno spazio di ascolto protetto, rispettoso e privo di giudizi e pregiudizi. Ogni partecipante può esprimersi con i suoi tempi ed i suoi modi, sicuro del sostegno partecipe e della riservatezza del gruppo.

### Gruppi d'ascolto per operatori dell'area prenatale e perinatale

I gruppi d'ascolto, a cadenza mensile si propongono come spazi di ascolto e di collaborazione per la crescita emotiva e professionale e sono rivolti a tutti coloro che si trovano ad affrontare genitori colpiti da lutto in gravidanza o dopo il parto.

## Il sostegno psicologico nel lutto in gravidanza o dopo il parto

La nostra cultura affronta la morte di un *non-nato* o di un *appena-nato* con molto disagio, e poche risorse: del lutto non si chiede, il lutto non si ascolta, e si spinge chi lo vive a dimenticare l'accaduto.

Intorno, spesso, il silenzio.

I genitori restano **sol**i ed **incompresi** nel loro dolore.

Un lutto cui non si lascia spazio di espressione, un lutto che non viene elaborato è un lutto destinato a cristallizzarsi e a gettare un'ombra sulla vita dei genitori e delle famiglie colpite.

**Continuare a vivere dopo il lutto** non significa dimenticare, né nascondere.

Significa "**passare attraverso**" la perdita, integrandola nel proprio percorso di vita, restituendo a quel bambino perduto un suo posto speciale nella biografia della sua famiglia.



## Dove siamo:

### Gruppo Ri-Nascita Frosinone:

Presso il centro Nove Mesi e Un Giorno, via Casilina Nord 262, 2 pomeriggi al mese



## Per accedere al gruppo

Al gruppo si accede dopo un primo colloquio informativo, gratuito, che si svolge con un facilitatore dell'associazione.

L'accesso al gruppo è aperto a tutti i genitori, mamme, papà e coppie con esperienza di lutto in gravidanza o dopo il parto, recente o remota, che sentono la necessità di affrontare il lutto e di proseguire la sua elaborazione.

**Il gruppo è gratuito per i soci dell'associazione CiaoLapo Onlus.**