

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

“Auto mutuo aiuto di Legnano” per superare il lutto da Covid-19

Gea Somazzi · Saturday, January 16th, 2021

La **separazione** dopo aver visto il proprio caro salire in autonomia sull'ambulanza. Le **poche chiamate dall'Ospedale** rispetto a quelle che si vorrebbero avere. L'impossibilità di vedere la persona amata e poi ricevere **l'avviso del suo decesso**. Tutto questo è definito da **Cristina Cozzi**, referente dell'associazione “**Auto mutuo aiuto per persone in lutto a Legnano**“, un vero e proprio **trauma**. Perchè questo stato doloroso differisce dal “normale” lutto, in quanto **non c'è la possibilità di assistere il proprio caro in fin di vita**.

«Alcune persone hanno bussato alla nostra porta perchè si sono rese conto di non riuscire a **superare questo lutto** che di fatto è un trauma – racconta Cristina -. C'è rabbia, impotenza e incredulità. Molti hanno visto il proprio parente salire sul mezzo di soccorso e in quel momento non c'era alcun segnale che potesse far presagire la morte. Dopo giorni tra una telefonata e l'altra alla ricerca di un contatto emotivo di un segnale di speranza... ecco che improvvisamente arriva la notizia del decesso».

Un **quadro spiazzante** che diversi legnanesi hanno vissuto sulla loro pelle. Queste “**morti in solitudine**” a volte risultano difficili da superare, infatti, nel 2020 alcune persone hanno bussato alla porta dell'Auto mutuo aiuto della Canazza e lì hanno intrapreso una percorso composto da incontri virtuali e non in presenza a causa delle misure anti contagio. Parallelamente l'associazione legnanese ha portato avanti il gruppo (che a novembre contava 20 cittadini) dedicato alle persone che hanno subito un lutto, ma non a causa della malattia Covid-19.

Insieme a Cristina, che ha fondato questa realtà dopo aver perso 10 anni fa il proprio figlio, troviamo due facilitatori, **Michele Fuorillo e Sylva Fiorini**. Proprio per l'emergenza sanitaria, l'associazione si è avvicinata alla associazione “sorella” milanese **Amalo** e vede la collaborazione di **Sabina Glorio**.

In generale, come spiega Cristina, «**quando ci si sente in un “vicolo cieco”, è il momento di chiedere una mano**. Quando una persona sente di trovarsi in un vicolo cieco e di non riuscire a cambiare strada da sola, allora ha bisogno di aiuto. Ha bisogno di aiuto anche se pensa di essere in quel vicolo per colpa di altri o di situazioni esterne, come potrebbe essere con la covid. Il vicolo potrebbe essere la rabbia, il senso di colpa, la perdita di interesse per la vita, l'ansia. All'inizio possono essere reazioni naturali, ma, se ad un certo punto diventano invadenti tanto da invalidare la nostra vita, allora è necessario chiedere una mano».

L'Auto mutuo aiuto di Legnano è pressoché **l'unica realtà di questo spessore sul territorio dell'Alto Milanese** e non solo. «Il tempo è soggettivo quindi possono passare anche anni prima che una persona intenda affrontare la propria condizione di stallo – racconta Cristina -. **Bisogna maturare la propria decisione**, prendere un impegno con se stessi perché il cambiamento necessario è interiore. Bisogna **lavorare su di sé**: non è la realtà a cambiare, per quanto ingiusta e fonte di disagio, ma siamo noi stessi che dobbiamo cambiare. Solo facendo i conti con noi stessi riusciremo a vivere la stessa realtà in modo diverso. Potremmo arrivare anche a cambiarla o scoprire che non ci tiene più in scacco matto. Il cambiamento, l'adattamento alla nuova condizione apre una prospettiva diversa sulla vita. Ci scopriremo persone rinnovate e più forti».

Per maggiori informazioni consultare la pagina facebook **“Auto mutuo aiuto per persone in lutto a Legnano”**

This entry was posted on Saturday, January 16th, 2021 at 10:13 pm and is filed under [Legnano](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.