

Lutto per Covid, il sostegno della Caritas



Durante la pandemia, il dolore per la perdita di una persona cara-per COVID 19 o altri motivi-è stato aggravato dal non poter usare gesti e riti che in altri momenti ci sono stati d'aiuto: cioè mancato l'accompagnamento al morire, l'ultimo saluto, il rito condiviso del funerale e della sepoltura, l'essere circondati da parenti e amici. Siamo rimasti senza quei gesti concreti (ricevere un abbraccio, una carezza, dei fiori, divider il cibo) che, in momenti così difficili e dolenti, aiutano a sentirsi parte di una famiglia e di una comunità.

Oggi, a distanza dalla perdita, siamo attraversati da emozioni forti; arrivano all'improvviso – sull'onda di un ricordo, guardando un oggetto, ricordando un profumo – e ci lasciano senza fiato o disperati. Ci sentiamo travolti da senso di colpa/vergogna per non essere riusciti a salutare/aiutare il nostro familiare, paura e angoscia per un distacco senza parole e gesti condivisi, senso di vuoto che toglie sonno o appetito, sussulti di rabbia verso quello che è successo, per come è successo. Ci siamo sentiti e ci sentiamo ancora più soli.

Caritas ha organizzato un supporto telefonico per poter parlare della tua perdita: puoi telefonare il giovedì dalle 18 alle 20 al numero 3384781900,

risponde la psicologa della Caritas. Caritas sta, inoltre, organizzando un gruppo di automutuo aiuto per coloro che hanno perso un familiare anziano. Se sei interessato/a telefona al 335-8752422o scrivi ad anzianifamiglie@caritasmonza.org