



# Prender cumiau fa mal e smacca

Cuort avon che la pandemia paraliseschi g'entir mund ed influenzeschi tuttas sentupadas, havevan sora Madlen Büttler e Barbara De Giorgi lantschau a Glion il Café da tristezia Surselva. Mesjamna proxima, ils 3 da november, cuntinuescha la retscha.

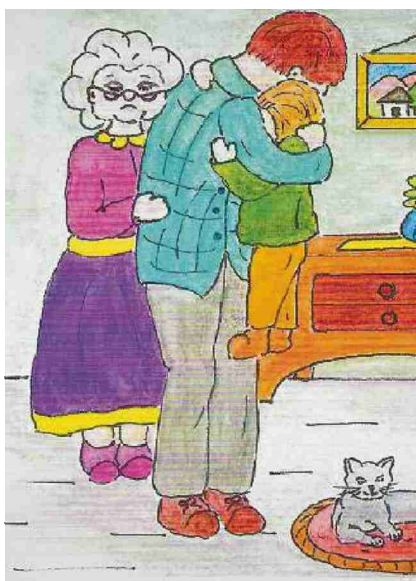
AUGUSTIN BEELI

Per biars ei il november in meins pesont. La natura ei seretratga, ils gis ein cuorts, la sera vegn ei baul stgir. Las colurs grisch, brin ed alv ein monotonas. Per biars eis ei in temps pensiv e grev. Bia gliעד ha buca mo il november, mo-bein sur in temps pli liung, da batter cun ina dolur che siara il cor. E quei buca pervia dil november. Tgi che ha piars ina persuna attaschada ha breigia da cumbatter in sentiment da mal dil cor.

## Empatia ed experientscha da veta

Pli baul surmuntavan ins quei stretg cun far oraziun. Quei ritual spiritual gidava, levgiava e deva cunfiert. Il consort ni la consorta ei buca pli, bab, mumma, in auter confamigliar ei morts, amitga ni camerat attaschau. Ins lai en-crescher e sa buca capir, il concarstgaun maunca. Ins ei nungetg trests. En talas situaziuns dat ei carstgauns ch'ei curaschus. Auters sesiaran en lur dolur e van ell'isolaziun. «Gliez ei buca bien. Gest per els essan nus cheu», declara sora Madlen Büttler. La commembra dallas soras dominicanas da Glion ei specialista diplomada per accumpignament da carstgauns. Ella ei buca psicologa, era buca psichiatra. Ella ei semplamein ina dunna cun bia empatia ed experientscha da veta. Ella ei cheu per carstgauns che damognan buca persuls la tristezia. Cu ins ha grev ed anfla buca consolaziun, duess'ins acceptar agid. Ni encurir ina gruppa da persunas ch'ei ella medema situaziun.

Barbara De Giorgi da Vella ha la medema scolaziun sco sora Madlen. Era ella ha ina experientscha da veta che lubescha d'assister al proxim. Ella ha scret il cudisch d'affons «Nies Knobli ei daventaus ina steila» sco lavur da diplom per finir sia scolaziun. Leu raquenta ella da Lina, la pintga che selegra fetg culs geniturs e la tatta ch'ella survegn in fargliun. Quel miera denton anetgamein el venter dalla



Illustraziun ord il cudisch «Nies Knobli ei daventaus ina steila» da Barbara De Giorgi.

MALETG DA MARY HERGOVITS

mumma. L'entira famiglia sto dumignar ina tristezia infinita.

## Accumpignadras modernas

Oz san biars carstgauns buca pli far oraziun. Il tgeu discuors che levgiava, maunca perquei. In liug schurmegiau nua che persunas che vulan bargir e sedescargar dalla dolur dall'olma, sa perquei esser d'engrau. Barbara De Giorgi e sora Madlen Büttler han fundau avon dus onns il Café da tristezia Surselva. «Gia igl esser ensemen dat cunfiert», gi sora Madlen. Ella renda attent alla purschida dalla gruppa. Oz drovan ins novas fuormas che gidan da dumignar tristezia e vitadad. S'entupar en ina gruppa e semplamein tschintzchar fa bein e descarga. «Nus essan accumpignadras spiritualas modernas», descriva Barbara De Giorgi lur survetsch. Ellas han fundau e meinan il Café da tristezia Surselva. Daferton dat ei l'instituziun en pliras regiuns dil Grischun. Era a Casti, a Maiavilla ed a Tusaun san persunas pertuccadas anflar cunfiert e curascha en situaziuns da cordoli e spedita d'in concarstgaun. «Discuorer surlunder e schar ir las larmas en ina gruppa sa sliigar», san las duas specialistas.

Il Café da tristezia Surselva a Glion ei ella Casa Sentupada dalla claustra a Glion, mingamai l'emprema mesjamna dil meins, dallas 14.00 tochen las 16.00. Il proxim termin ei mesjamna, ils 3 da november 2021. A Tusaun eis ei era la mesjamna, a Maiavilla ed a Casti minga emprem gliendisgis dil meins, era dallas 14.00 tochen las 16.00.