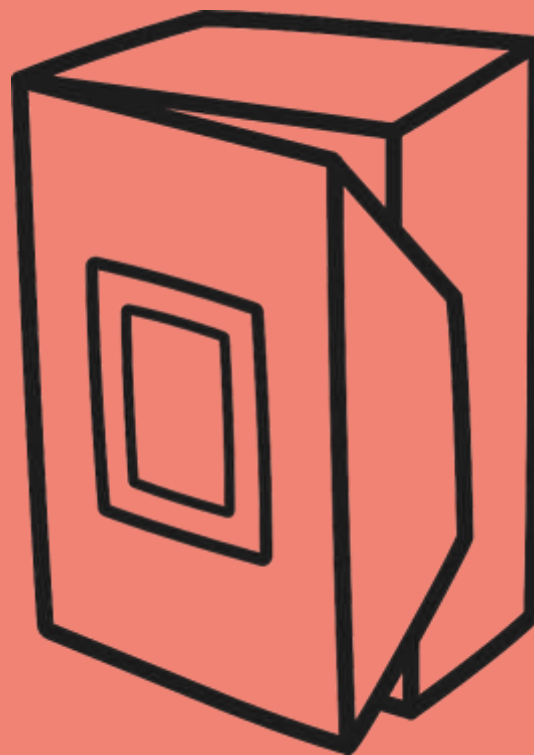


CAIXA DE MEMÓRIAS

Numa caixa de memórias pode guardar e estimar todo o tipo de coisas que lhe recordam a pessoa que morreu. Pode personalizá-la para a tornar mais pessoal e enchê-la com fotografias, cartas e objetos que o lembrem das suas experiências em conjunto.



“A minha mãe costumava usar sempre o mesmo perfume - era o seu cheiro. Agora guardo um frasco do perfume na minha caixa de memórias. Quando sinto a falta dela pulverizo o ar com o perfume e o cheiro traz-me de volta memórias dela.”

**WINSTON'S
WISH WW**

Dar esperança a crianças de luto

CAIXA DE MEMÓRIAS

Depois da morte de alguém importante na sua vida, haverá muitas coisas que deseja recordar sobre elas. No entanto, à medida que o tempo passa, poderá ter mais dificuldade em recordar algumas destas diferentes memórias.

Passo 1 Encha a sua caixa de memória com artigos que o lembrem dessa pessoa e de ocasiões, e tempos que passaram juntos. Pode ser o relógio, ou a gravata, talvez um lenço ou a bolsa dela. Pode incluir fotografias e cartas, ou talvez o batom que usou, um postal de umas férias que passaram juntos ou um CD favorito que sempre ouvia. Que tal o passaporte ou um par de óculos que usava? Depois, quando quiser recordar... basta simplesmente percorrer a maravilhosa coleção de memórias na caixa!

Passo 2 Tente não encher a sua caixa de memórias simplesmente com objetos e peças aleatórios, em vez disso, certifique-se de que cada objeto tem uma história ou memória ligada ao mesmo.

Passo 3 Também pode realmente ajudar escrever uma nota para cada objeto para explicar a memória que este lhe traz.

Passo 4 Algumas pessoas gostam de manter a sua caixa de memórias privada, outras gostam de as mostrar aos amigos e à família, tal depende totalmente de si.

Kit de ferramentas

- Uma caixa (pode comprar uma na *Winston's Wish*, ou pode fazer a sua própria caixa a partir de algo como uma caixa de sapatos).
- Algumas coisas que a lembrem da pessoa que faleceu, por exemplo: uma peça de joalheria, um artigo de vestuário, um CD, um livro favorito ou um postal que ela lhe enviou.
- Fita adesiva
- Cola
- Canetas e coisas para personalizar a sua caixa

“Eu e o meu pai fomos uma vez ver a equipa de Inglaterra jogar futebol. O bilhete e o programa do jogo, bem como uma fotografia nossa junto ao campo, lembram-me do excelente dia que foi”

Linha telefónica de ajuda: 08088 020 021
winstonswish.org