

# UM CARTÃO PARA UM(A) GRANDE AMIGO(A)

Querido(a).....

Neste momento, está tudo a mudar porque o meu pai/a minha mãe está doente. Como amigo podes ajudar-me:

- Sendo tu mesmo e a não te preocupares que possas dizer ou fazer a coisa errada
- Sendo um excelente ouvinte e perguntando-me se quero falar sobre isto
- Não contando a ninguém o que se está a passar porque não estou preparado(a) para partilhar
- Não agindo de maneira diferente perto de mim ou pensando que tens de fazer coisas que me façam feliz
- Se eu estiver zangado(a) ou triste ou quiser ficar sozinho(a), compreendendo que isto não é por tua culpa
- Dando-me um abraço se eu estiver triste
- Ajudando-me a fazer jogos e a rir
- Não falando sobre o meu pai/a minha mãe doente se eu te disser para não o fazeres
- Aceitando se eu mudar de ideias em relação a tudo o que está acima

Obrigado(a) por seres meu amigo/minha amiga  
Com amizade

.....

