Llévame.

¿Cómo sonaría extiendes compasión hacia ti mismo?

Llévame.

Los límites son la distancia en que puedo amarte a ti y a mi simultáneamente.

Llévame.

Mi lenguaje amoroso es cuando las palabras de la gente coinciden con sus acciones.

Llévame.

Soy fuerte. Soy hermosa.

Llévame.

Ser honesto acerca de lo que sientes no es debilidad.

Llévame.

Nunca olvides lo tremendamente capaz que eres.

Llévame.

Mostrar emociones es sano y está bien.

Llévame.

Es un buen día para estar orgulloso de lo lejos que has llegado.

Llévame.

Esperar. Sigue confiando. No tienes que ser invencible antes de que puedas ser.

Llévame.

Puedes estar en paz, sin saber lo que viene después.

Llévame.

Está bien si lleva tiempo esta montaña para ser escalada.

Llévame.

Está bien ser orgulloso de ti mismo.

Llévame.

Sé gentil contigo mismo.

Llévame.

No hay límite de tiempo, tendrás que dejarlo ir varias veces.
~Yung Pueblo

Llévame.

Si el dolor fuera profundo, tendrías que dejarlo ir muchas veces.
~Yung Pueblo

Llévame.

Es muy importante amar a alguien un poco más en sus días difíciles.

Llévame.

No absorbas las críticas de personas por las cuales no acudirías por consejos.

Llévame.

Eres increíble tal como eres.

Llévame.

No tienes que ser feliz todo el tiempo.

Llévame.

Por no rendirse, a atreverse a confiar. Eres digno de amor.

Llévame.

Cómo te sientes ahora, no es para siempre.

Llévame.

Eres amado.

Llévame.

Encontrar alegría en la espera no significa que te des por vencido.

Llévame.

Hay vida que vivir aquí en la espera.

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llévame.

Mensaje a ti mismo/a:
has llegado tan lejos

Llévame.

Deja que cualquier pequeña señal de progreso recuerda que puedes hacerlo.

Llévame.

Paso a paso.

Llévame.

La Esperanza no es una elección fácil. La esperanza requiere coraje, persistencia y perseverancia. Requiere que te levantes cada mañana y la elijas.

Llévame.

Ser humano no es difícil porque lo estés haciendo mal. Es difícil porque lo estás haciendo bien.

Llévame.

PTSD es una reacción normal al trauma, como sangrar es una reacción normal al ser apuñalado.

Llévame.

La bondad lo cambia todo.

Llévame.

Cuando estés cansado/a, aprende a descansar, no a rendirte.

Llévame.

Definitivamente tú puedes con esto.

Llévame.

Cuando no puedas encontrar la luz del sol, sé la luz del sol.

Llévame.

La vida es corta.
Sé amable.

Llévame.

Deja que el mundo vea lo que te hace único/a.

Llévame.

Mi querido/a amigo/a, siempre has sido valiente, incluso cuando no lo sentías así.

Llévame.

Eres más fuerte de lo que piensas.

Llévame.

Tener un corazón suave en un mundo cruel es valentía, no debilidad.

Llévame.

Sé amable contigo mismo... las cosas cambiarán, y eso está bien. No tienes que darle sentido a cada cosa.

Llévame.

El mundo te necesita.

Llévame.

No seas demasiado duro contigo mismo.

Llévame.

Algunas etapas te ven crecer, otras hacen espacio para ello.

Llévame.

Eres increíble. Recuerda eso..

Llévame.

La misma luz que ves en otros está brillando dentro de ti también.

Llévame.

Elige seguir adelante.

Llévame.

Se alguien quien haga que todos los demás se sientan ser alguien.

Llévame.

Sé que eres amado por lo que eres.

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llévame.

Ningún acto de amabilidad será desperdiciado.

Llévame.

Las cosas buenas de la vida son mejores contigo.

Llévame.

Tú haces del mundo un lugar bonito.

Llévame.

Tienes la fuerza para superar cualquier desafío.

Llévame.

Sé el héroe de tu propia historia.

Llévame.

Cultiva la bondad.

Llévame.

Haz pequeñas cosas con mucho amor.

Llévame.

Inspira a alguien hoy.

Llévame.

La bondad es contagiosa.

Llévame.

La bondad importa.

Llévame.

Diga sí a nuevas aventuras.

Llévame.

Habla amablemente contigo mismo.

Llévame.

Nadie es tú, y ése es tu poder.

Llévame.

El crecimiento puede ser incómodo porque nunca has estado allí.

Llévame.

Centra tus pensamientos en lo que te inspira.

Llévame.

Elige siempre la bondad.

Llévame.

Colecciona momentos bellos.

Llévame.

Haz lo que haga brillar tu alma.

Llévame.

Todos merecen amor.

Llévame.

Las palabras amables no cuestan nada.

Llévame.

La bondad es gratis.

Llévame.

Ama con propósito.

Llévame.

Dispersa la bondad.

Llévame.

Nunca subestimes el poder de una buena lista de canciones.

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llévame.

No hay una manera incorrecta de ser tú.

Llévame.

Eres verdaderamente bello/a.

Llévame.

Tu vida importa.

Llévame.

Difunda amor todos los días.

Llévame.

El mundo necesita más amor.

Llévame.

La cantidad de amor que das usted mismo importa.

Llévame.

Lo "normal" no existe.

Llévame.

Nos levantamos ayudando a otros.

Llévame.

No tienes que ser feliz todo el tiempo.

Llévame.

Eres capaz de hacer cosas maravillosas.

Llévame.

El mundo es un lugar mejor contigo en él.

Llévame.

Te mereces la felicidad.

Llévame.

Rodéate de gente que saque la mejor versión de ti.

Llévame.

Mereces la pena.

Llévame.

Diga sólo palabras de bondad.

Llévame.

Tómate el tiempo para soñar más.

Llévame.

Proteje tu paz.

Llévame.

Desbloquea la belleza de tu interior.

Llévame.

Valora a los que te aman.

Llévame.

Eres un rayo de belleza.

Llévame.

Sea la persona que incluye a todos.

Llévame.

El cambio da miedo... pero también quedarse igual.

Llévame.

Respira profundo.

Llévame.

Tu viaje merecerá la pena.

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llévame.

Tu vida es tu mensaje.

Llévame.

Elige siempre la bondad.

Llévame.

Cree en la abundancia
del amor que te rodea.

Llévame.

Encuentra lo extraordinario
en lo ordinario.

Llévame.

¿Qué pasaría si supieras
lo especial que eres?

Llévame.

Vive por esos momentos que no se
pueden expresar con palabras.

Llévame.

Ningún acto de amabilidad
será desperdiciado.

Llévame.

Progreso, no perfección.

Llévame.

Encuentra alegría en las cosas sencillas
y la vida será gratificante.

Llévame.

Sé real contigo mismo/a.

Llévame.

La belleza viene del interior.

Llévame.

Cree en ti mismo/a.

Llévame.

Tu vida importa.

Llévame.

Asegúrate de sonreír hoy.

Llévame.

Encuentra tu fuerza dentro de ti.

Llévame.

Deja que el mundo vea
lo que te hace único.

Llévame.

Mírate con bondad y amor.

Llévame.

El amor es más poderoso
que el odio.

Llévame.

No compares tu día 1
con el día 100 de alguien.

Llévame.

Siempre has
sido suficiente.

Llévame.

Qué buen día para estar orgulloso de
todo el progreso que he logrado.

Llévame.

Sé quien debieras ser.

Llévame.

Cree en tu propio valor.

Llévame.

Limita tus siempre y tus nunca.

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llévame.

Tú haces que el día de hoy sea mejor.

Llévame.

El mundo está lleno de gente agradable. Si no puedes encontrar a alguien así, sé agradable tú.

Llévame.

Elige ser amable
más que moderno/a.

Llévame.

Lanza bondad como si fuera confeti.

Llévame.

Me amaré a mí mismo
sin importar qué.

Llévame.

Mereces la pena así como eres.

Llévame.

Eres más valiente y
más fuerte de lo que piensas.

Llévame.

Intenta ser un arcoíris
en la nube de alguien.
~ Maya Angelou

Llévame.

Estate orgulloso/a de ti mismo/a.

Llévame.

Está bien si está tardando
más de lo que pensaste.

Llévame.

Ignorar tus emociones es como estar perdido/a en el bosque y esconderte tu propia brújula.

Llévame.

Hay un momento poderoso en la vida cuando decides tolerar la vida como es, o decides ser valiente y cambiarla.

Llévame.

Háblate como hablarías a alguien a quien amas.

Llévame.

Está bien tomarse un descanso.

Llévame.

La felicidad es un trabajo interior.

Llévame.

Nada es más fuerte que una pequeña esperanza.

Llévame.

Es suficiente con hacer
lo mejor que pueda.

Llévame.

Está bien pedir ayuda,
textear o llamar al 988,
la Línea de Suicidio y Crisis.

Llévame.

Progreso, no perfección.

Llévame.

Eres suficiente y más.

Llévame.

Eres capaz de hacer
cosas maravillosas.

Llévame.

Está bien no estar bien.

Llévame.

Sé que lo voy a conseguir. Lo que pasa es que algunas veces me canso de tener que pasarlo.

Llévame.

Priorizar tu salud mental es un acto de valentía.

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org

Llame o envíe un mensaje de texto al **988** para obtener ayuda.

Toma una foto y publica: the_little_heart_project

thelittleheartproject.org