



🌟 Foque em Suas Capacidades 🌟

É fácil para o TDAH nos fazer concentrar apenas nas dificuldades, mas é crucial lembrar das suas habilidades incríveis. 🚀

Em vez de se prender aos obstáculos, celebre suas competências e pontos fortes. Cada passo à frente é uma conquista e até os menores progressos devem ser festejados. 🎉

Sua energia e criatividade são seus maiores tesouros. O mundo está ansioso pelo que você tem a oferecer!

Nunca duvide do seu potencial. ✨

Participe do nosso canal de apoio no Telegram.

Encontre força em nossa comunidade. 🚶

