



**SUPERANDO**  
**TDAH**

## **O Foco Está em Você, Não nos Outros 🎯**

É fácil se comparar com os outros, especialmente quando o TDAH faz tudo parecer mais difícil. Mas a sua jornada é única.

O importante é focar no seu progresso, não no de ninguém mais.

Cada pequeno passo que você dá é uma vitória. Não se pressione para ser como os outros, você é incrível do jeito que é. 🌟💪

**Vamos crescer juntos, focando  
no nosso próprio progresso.**

**Participe do nosso canal no Telegram.**