

7Cs

Δεν το προκάλεσα εγώ.

Δεν μπορώ να το θεραπεύσω.

Δεν μπορώ να το ελέγξω.

Μπορώ να φροντίσω τον εαυτό μου
εκφράζοντας τα συναισθήματά μου,
κάνοντας υγιεινές επιλογές,
και γιορτάζοντας τον εαυτό μου.
