



*Asociación Aragonesa de familiares de  
Enfermos con Trastornos de la Conducta  
Alimentaria*

*Paseo de Sagasta 51, 5º izda. Zaragoza 50007  
Teléfono y Fax: 976 38 95 75; Email: [arbada@arbada.org](mailto:arbada@arbada.org);  
<http://www.arbada.org>*

Piensa que cada día es el más importante y entrégale tu fuerza y tus deseos.

Lo que hoy no conseguiste, con ánimo y cariño podrás lograrlo mañana.

No bajes la mirada, y habrá siempre una estrella, un sueño que seguir, una esperanza.

Sí alguna vez tu sueño se derrumba busca un poco de luz en tu ventana, prométete a ti mismo un arco iris y vuelve a comenzar.

No te detengas, construye nuevos sueños.

Piensa siempre que en tu camino nada es imposible.

Y sobre todo que nunca se os olvide SONREIR.