

EBOOK

10 frases para abrazarte en el Duelo Perinatal



Sabemos que hay procesos que no se dicen en voz alta.

Que duelen más cuando todo el mundo calla o cuando nadie sabe qué decir.

Este regalo es para tí, para que lo leas cuando necesites compañía sin explicaciones.

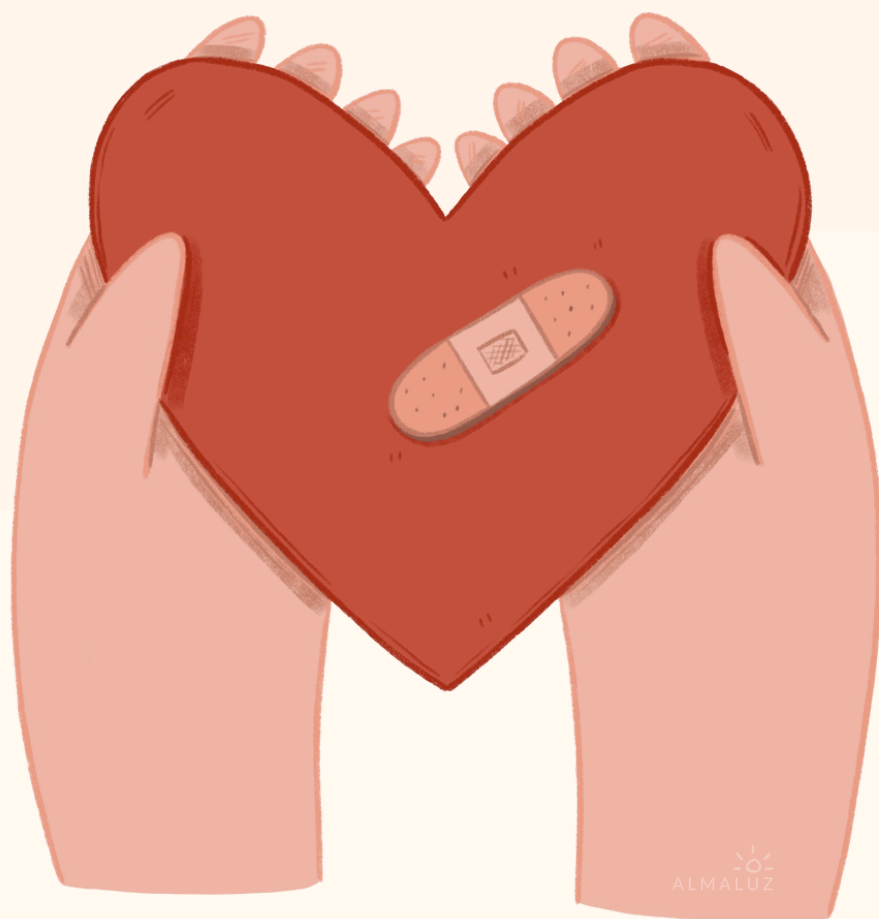
Son frases que abrazan, sin juicio ni consejos. Solo con presencia.

¿Cómo puedo usar estas frases?

En un duelo tan silenciado como éste, a veces necesitamos un recordatorio de que no estamos solas.

Puedes imprimir estas frases y llevarlas contigo, dejarlas en tu velador o compartirlas con alguien cercano.

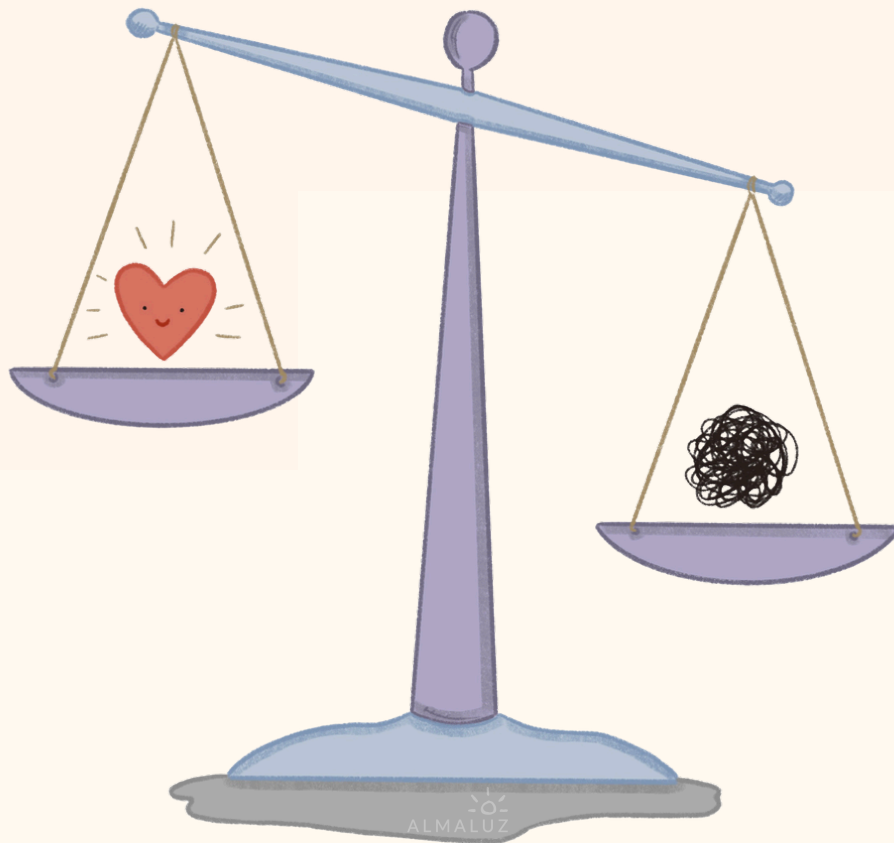
Úsalas cuando necesites compañía sin explicaciones.



**No estás rota.
Estás atravesando algo
que duele más porque
nadie lo nombra.**



**Está bien no estar bien.
Hoy, solo respirar ya es
suficiente.**



**No estás sola.
Incluso si nadie más lo
sabe, en Almaluz hay
una red invisible que te
abraza.**



**Hay silencios que
también son formas de
decir
'te entiendo'.**



**El tiempo no borra,
pero sí suaviza. Y aquí
estoy, contigo en el
mientras tanto.**



**Tu forma de sentir es
única. Y eso también
merece compasión.**



**No todo lo que duele se
puede explicar. Pero
todo lo que sientes es
válido.**



**Puedes llorar sin culpa.
Sentir sin
explicaciones.
Vivir a tu manera.**



**No hay tiempos
correctos para sanar.
Tómate el tuyo, a tu
ritmo.**



Este momento no te define. Es sólo una parte del camino.

Si alguna de estas frases te hizo sentir acompañada, imagina tener un set completo con 50 más como ésta, en formato físico.

Las creamos con el mismo cariño, para que las tengas contigo cuando más lo necesites.

Ver tarjetas [aquí](#)



ALMALUZ