* **أن تضيء شمعة خير من أن تلعن الظلام**
* **الحياة مستمرة رغم كل الصعوبات.**
* **الحياة قيمة وعلينا أن نحافظ على أنفسنا.**
* **لكل انسان الحق بالشعور بالأمن والأمان .**
* **وحدتنا ودعمنا ومشاركة بعضنا البعض تساعدنا على تخطي الأزمات.**
* **بإمكاننا معا أن نجعل الحياة أفضل .**
* **نحن هنا من أجلكم .**
* **من حقك أن تعبر عن رأيك دون أن تسيء للآخرين .**
* **ابحث عن النور داخل النفق المظلم.**
* **تقبل الإنسان كإنسان.**
* **عند الإصغاء للآخرين يمكننا تقبلهم رغم اختلافنا عنهم.**
* **الوضع سيتحسن هناك أمل.**
* **دائما يوجد لك عنوان للمساعدة بإمكانك أن تطرق الباب.**
* **إنه أمر متوقع أن تنتابنا مشاعر صعبة أثناء وضع غير اعتيادي.**
* **من المهم أن نعبر عنها بشكل مقبول وعقلاني.**
* **بالإمكان مواجهة الأمور الصعبة والخروج منها.**
* **درهم وقاية خير من قنطار علاج**
* **العنف يولد العنف.**
* **المحبة لا تعطي إلا من ذاتها**

**نقاط ضوء**