

## GIORNO 7

# NON PUOI FARE TUTTO E BENE

Spesso chiediamo a noi stessi il massimo! Vogliamo riuscire bene in tutto: che sia legato ai nostri rapporti affettivi, alla qualità del lavoro o alla torta che avevamo promesso...

Ma possiamo fare tutto e tutto bene? senza soccombere alla stanchezza fisica e mentale?

L'unica via di uscita è imparare a dir di **NO**, e se abbiamo seguito bene le regole delle **priorità**, della giusta **pianificazione** e del **saper delegare** dovrebbe riuscirci più facile lasciando il giusto spazio alla leggerezza!!!

