

Os 10 Mandamentos do GG

1. Nunca **desista** de ser uma GG,
mesmo sabendo que o caminho
pode ser longo.

2. Faça isso por **você** e por mais
ninguém.

3. Tente fazer o seu **máximo**
todos os dias, se não conseguir
faça pelo menos o seu **mínimo**.

4. Não se prive de comer o que gosta, desde que com **equilíbrio** e nas **quantidades** certas

5. Não ouça seus amigos autorizando você a chutar o balde. **Ninguém** vai **buscar** por você.

6. Não se **compare** a ninguém,
porque você e o seu processo
são **únicos**.

7. **Organize** a sua rotina e
facilite a sua jornada.

8. **Descomplique** o complicado
em todos os aspectos da sua
vida.

9. **Conheça e controle** os seus gatilhos.

10. **Faça de novo e de novo, até dar certo.**