

В первой половине дня следите за своим самочувствием. Не стоит игнорировать сигналы организма, лучше сразу примите меры. Вам нужно поднять настроение, чтобы справляться с бытовыми хлопотами легко и быстро. Самое время отправиться в гости, чтобы повеселиться и получить приятные эмоции. Вечером не стоит злоупотреблять алкоголем и тяжелой пищей. Пешая прогулка будет весьма полезной перед сном. ...