

Утром вам следует обратить внимание на свое самочувствие и состояние здоровья. Не следует изнурять себя физической нагрузкой и переутомляться. Пребывания на солнце длительное время может нанести вред. Во второй половине дня вам следует развеяться и сменить обстановку. Отвлекитесь от повседневных бытовых проблем, устройте себе праздник, даже если нет на то повода. ...