

На работе все спокойно - не стоит «париться» - все идет своим чередом. Сегодня не забывай о своей физической форме - среди рабочего дня делай т.н. «производственную» гимнастику, больше ходи, постарайся не пользоваться лифтом на небольшие расстояния и т.д. Вечером устрой себе праздник - купи давно желанный торт, к примеру, собери подруг и «оторвись». Реализуй давно желаемое! ...