

Употребляй, по возможности, легкую и здоровую пищу. Займись собой - гимнастика, йога, плавание и массаж - это сегодня твое все. Не стоит посвящать этот день каким-то серьезным делам или вопросам - ты - главный объект на сегодня. Вечером просто расслабься - почитай хорошую книгу или посмотри интересное кино. И обязательно вместе с любимым. ...