

Утром не стоит нагружать себя физическим трудом и работой по дому. Твоему организму нужен отдых, старайся получить больше позитивных эмоций. Соберись с друзьями на пикник или прогуляйтесь по парку. Во второй половине дня остерегайся острых и колющих предметов, есть риск травматизма. Вечером эффективно заняться процедурой очистки кожи. ...