

Распредели все домашние хлопоты поровну между всеми членами семьи. Не стоит самой впрягаться в уборку и стирку. Так тебе придется провести, по крайней мере, первую часть дня. Во второй его половине компенсируй заботы и труды первой половины - займись совершенно противоположными делами – устрой себе время релакса, вина, встреч с друзьями и приятной музыки. ...