



СОДЕРЖАНИЕ

» ТЕМА НОМЕРА

Как управлять временем	6
-------------------------------	----------

» ОТНОШЕНИЯ

Брак, лишенный быта	20
Маленькая подруга	25
Обними меня, мама	28
Как делить быт поровну	30
Звонки сотруднице	35

» ДЕТИ

Важнее хороших оценок	36
Носочки из шерсти	38
Гостевая бабушка	40
Истерики трехлетки	42
Боюсь за дочку	43

» РАБОТА

Король интервью	44
Домохозяйка – это плохо?	46
Флирт в офисе	48
Не могу найти работу	49
Дублер для актрисы	50

» ОБРАЗ ЖИЗНИ

Супруги в разных комнатах	52
Давняя история	60
Бабушка в зеленом пальто	62
Жалобы не по адресу	64

Читайте в следующих номерах:

ДЕКАБРЬ: Загадать желание

ЯНВАРЬ: Хочу новую жизнь

Дорогие читатели, создаем

издание вместе!

Отправляйте ваши письма по адресу, указанному на стр. 65, или на электронную почту ps@toloka.com

Как управлять своим временем, чтобы все успевать? Начиная день, планирую дела, как учат психологи: трудные чередую с легкими. И, что интересно, простые не только занимают меньше времени, но и заряжают энергией.

С утра «пробежалась» по хозяйственным делам, и – на улицу с собакой. Во дворе у нас есть чудо-скамейка с прекрасным видом, где могу рано утром побыть немного в тишине, попивая кофе и наслаждаясь природой. А Грета тем временем выгуливается: зарывается в осенние листья, играет сама с собой в догонялки. Это утреннее путешествие занимает немного времени, но заряжает активностью на весь день.

На работе несколько часов посидела с вашими письмами, списалась с психологами – и переключилась. Есть в соцсетях люди, которых публично ведут дневники своей жизни – публикуют трогательные истории. настолько настоящие, что радуюсь вместе с ними, смеюсь, смахивая слезу. И каждый раз удивляюсь, как в простом можно находить столько интересного.

А еще – звонки в течение рабочего дня: тоже занимают немало времени. Договорилась об интервью со звездным гостем очередного номера, созвонилась с родными или друзьями. Набрала маму: звонок утром и вечером – наш ритуал. Начинаем: «Доброе утро! Хорошего дня!» Заканчиваем: «Как день прошел? Спокойной ночи!» Тема нашего номера – о том, как на все находить время. Полезного чтения!

Оксана ГЕЙДОР, редактор