



Каждое утро я просыпаюсь и мысленно подсчитываю, сколько дней осталось до окончания зимы. Это время года для многих людей достаточно непростое. Сложно быть бодрой, когда за окном больше темноты, чем света. Утром непросто подняться – еще темно, а к вечеру ощущаешь сонливость, потому что уже стемнело. Одни и те же пейзажи, однообразное расписание дня – все время боишься свалиться в «зимнюю спячку».

Чтобы не попасть под влияние «дня сурка», приучаю себя замечать что-то приятное в каждом дне. Сегодня в супермаркете, куда постоянно хожу за покупками, продавец, отдавая сдачу, положила сверху на купюры жевательную резинку. И улыбнулась мне. Я не знаю, как зовут эту женщину, но вижу ее тут часто, получается, и она меня приметит. И поприветствовала таким милым способом. Вчера в этом же магазине встретила ветеринара, у которой недавно были на приеме с нашей собакой. Мне показалось: вряд ли она нас вспомнит. Но врач остановилась и сама начала беседу – расспрашивала, как наша Грета. Она даже запомнила, как зовут нашу любимицу. Было очень приятно.

А на днях дочка разбирала новогоднюю елку. Каждую игрушку заворачивала в салфетки, на которых что-то писала. Я переспросила, оказалось, Маша придумывает нам всем пожелания в наступивший год. «Посмотрим, что случится», – улыбнулась. И мое настроение на нуле мгновенно изменилось. Вкусная еда, теплая ванна, спонтанная покупка – такие вроде бы мелочи тоже работают безотказно. До конца этой непростой зимы осталось совсем немного. Прорвемся!

Оксана ГЕЙДОР, редактор

» ТЕМА НОМЕРА

Как пережить зиму с пользой 6

» ОТНОШЕНИЯ

Самый грустный день 16
В погоне за счастьем 18
Письма умершей жене 20
Люблю этого мужчину 22
Переписка на стороне 23
Хочу уйти от мужа 34

» ДЕТИ

Финансовое воспитание 36
Как приучить ребенка к порядку 38
Под желтым зонтом 40
Без подарка не приходи 43
Страх из книги 44

» РАБОТА

В офис на три дня 48
Страх неудач 49

» ОБРАЗ ЖИЗНИ

Занавески в полоску 50
Как справиться с тревогой 54
Все в наших лапах 56
Разговор по душам 58
Неудачи с деньгами 62
Судьба, которая хранит 64

Читайте в следующих номерах:

МАРТ: Хочу, чтобы заметили!

АПРЕЛЬ: Как все успевать и не уставать

Дорогие читатели, создаем

издание вместе! Отправляйте

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