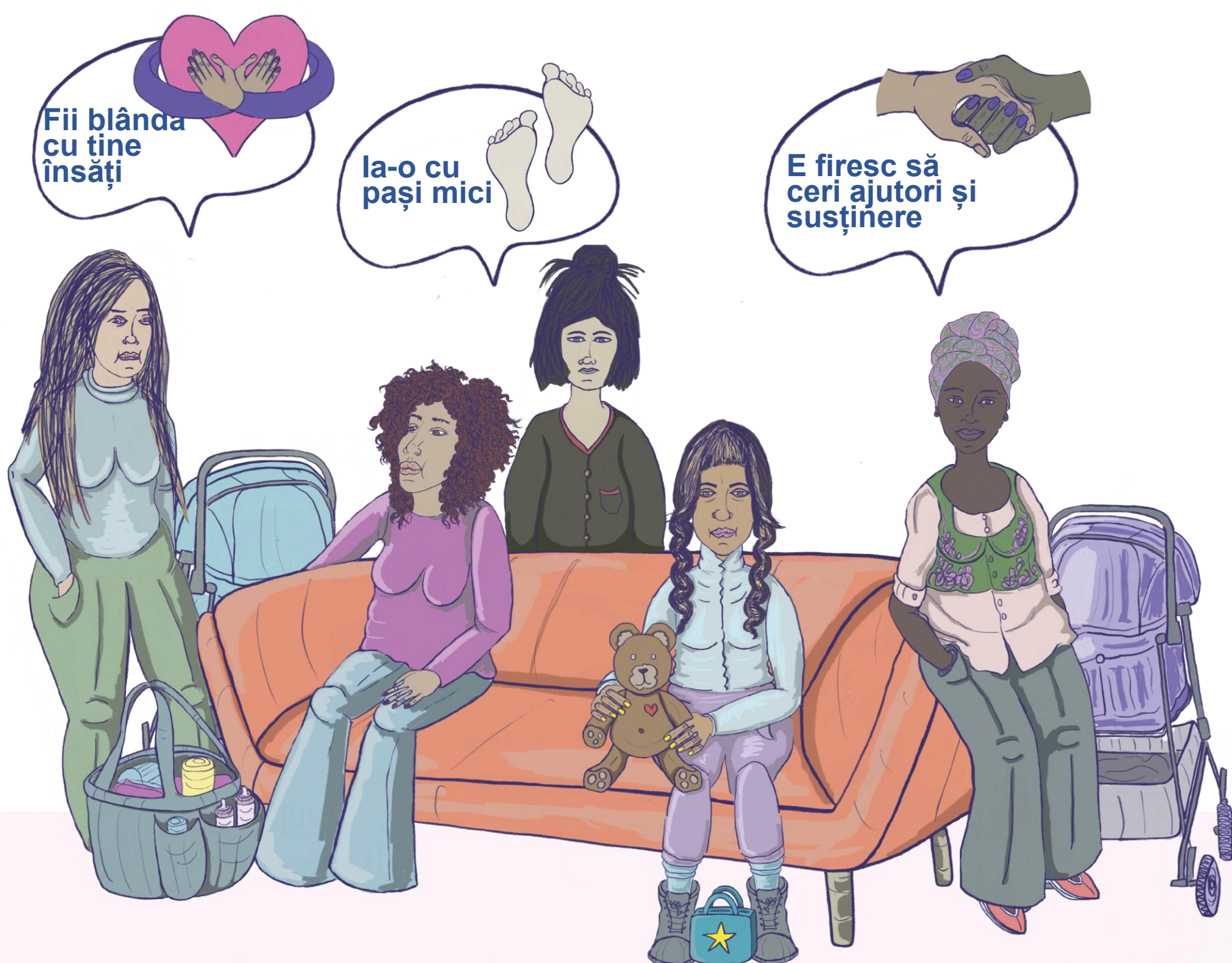




Fii îngăduitoare cu tine însăți

- Gândește-te la lucruri pe care știi că le poți face și care să te ajute să te eliberezi de griji și supărări. Vorbește cu familia, cu prietenii ori cu medicul tău de familie (GP)



Este important să ai multă grijă de tine după ce ai născut