

Några saker jag bör undvika vid depression

- Stora och viktiga beslut.
- Påtagliga förändringar
 - Flytta.
 - Byta arbete.
 - Starta skilsmässoprocesser.
- Stora ekonomiska transaktioner.
- Långa och dyra resor.
- Större sällskap.
- Gräl och hårda argument.
- Krav på att "rycka upp" sig.
- Att ge upp.

Michael Rangne

2016-10-30