



WORLD HEALTHY LIVING  
FOUNDATION

## MANIFESTE DE LA VIE CONSCIENTE

1. Je m'engage pour le développement intellectuel. Je suis actif, je développe ma créativité. J'exerce mon esprit. J'acquiers et je mets en œuvre de nouvelles connaissances.
2. Je prends soin de me reposer. Je sépare le professionnel de la sphère privée. Je prends soin de mon sommeil et de mon énergie positive. Je me détends régulièrement.
3. Je prends soin de ma santé physique. Je suis physiquement actif. Je fais le sport que j'ai choisi ; la marche, le tourisme, et ainsi je me sens mieux.
4. Je m'occupe de mon développement personnel et mental. Je participe activement à des conférences, des réunions et des programmes de développement. Je lis. J'apprends des langues étrangères. J'applique les connaissances que j'ai acquises dans la pratique, ce qui fait de moi une personne meilleure de jour en jour . Je remporte de plus en plus de succès.
5. Je me soucie des rapports avec les autres et de l'environnement dans lequel je vis. Je ne suis pas une île solitaire. Je participe activement à la vie sociale et j'y apporte de la valeur. Je construis des relations précieuses avec les autres.
6. Je prends soin de ce que je mange et de la façon dont je le fais. Je façonne consciemment mes habitudes alimentaires. J'acquiers des connaissances sur une alimentation saine. Je prends des décisions d'achat éclairées. J'utilise des suppléments qui favorisent ma santé.
7. Je m'occupe de ma famille. Ma famille est mon asile. Avec elle, nous utilisons notre temps libre de manière active. La famille est pour moi source d'amour, d'inspiration, de développement et de satisfaction.
8. Je me soucie de mes passions. Je développe mes intérêts et mes passe-temps. Je participe activement à des rencontres avec d'autres passionnés. Je partage ma passion avec les autres. Grâce à ma passion, je regorge d'énergie vitale.
9. Je prends soin d'adopter une attitude positive envers la vie. Je suis optimiste. Je dis définitivement NON aux jérémiades !
10. Je m'engage à promouvoir un mode de vie actif. Par ma vie et mon attitude, je promeus une Vie Consciente, ce dont j'assume la responsabilité.



**JE VIS CONSCIEMENT**  
CAMPAGNE DE SENSIBILISATION



WORLD HEALTHY LIVING  
FOUNDATION