



WORLD HEALTHY LIVING
FOUNDATION

MANIFEST BEWUST LEVEN

1. Ik zorg voor mijn intellectuele ontwikkeling. Ik ben actief, ik ontwikkel mijn eigen creativiteit. Ik oefen mijn brein. Ik verwerf en pas nieuwe kennis toe.
2. Ik zorg voor rust. Ik maak een verdeling tussen zakelijke en privé sfeer. Ik zorg voor voldoende slaap en goede energie. Ik ontspan regelmatig.
3. Ik zorg voor gezondheid van lichaam. Ik doe aan lichaamsbeweging. Ik sport, ik wandel en ik doe aan toerisme en ik voel me beter.
4. Ik zorg voor mijn persoonlijke en mentale groei. Ik doe actief mee aan conferenties, bijeenkomsten en ontwikkelingsprogramma's. Ik lees. Ik leer vreemde talen. Ik pas verworven kennis in de praktijk toe, waardoor ik een beter mens ben en ik meer bereik.
5. Ik zorg voor relaties met andere mensen en mijn leefomgeving. Ik ben geen eenzaam eiland. Ik doe actief mee aan het sociale leven en voeg er ook waarde aan toe. Ik bouw waardevolle relaties met andere mensen op.
6. Ik let op wat en hoe ik eet. Ik bouw bewust mijn eetgewoonten op. Ik verwerf kennis op het gebied van gezonde voeding. Ik maak bewuste koopkeuzes. Ik doe aan voedingssuppletie, die mijn lichaam ondersteunt.
7. Ik zorg voor mijn gezin. Mijn gezin is mijn steun en toeverlaat. Samen met mijn gezin doen wij aan lichaamsbeweging. Mijn gezin is mijn bron van liefde, inspiratie, ontwikkeling en voldoening.
8. Ik maak tijd voor mijn passies. Ik ontwikkel mijn passies en hobby's. Ik doe actief mee aan bijeenkomsten met andere hobbyisten. Ik deel mijn passie met andere mensen. Mijn passies geven mij veel energie.
9. Ik zorg voor positieve instelling in het leven. Ik kijk positief tegen het leven aan. Ik zeg NEE tegen klagen!
10. Ik zorg voor popularisatie van actieve levensstijl. Met mijn eigen leven en houding zet ik me in voor het Bewuste Leven en ik neem er verantwoordelijkheid voor.



IK LEEF BEWUST
MAATSCHAPPELIJKE CAMPAGNE



WORLD HEALTHY LIVING
FOUNDATION