

Natuurlijk gezond !

Leefomgeving & gezondheid



Opdracht; Hoe kun je in het dagelijkse leven natuurlijke gezonde momenten inbouwen?

- Bekijk de uitzending; De sunny side of spirit (aflevering Thailand 10/12/15)
- Visualiseer en geef “natuurlijke” tips voor in een dagelijkse omgeving (huis, school, je stad of dorp )
  1. Beweging
  2. Voeding
  3. Interieur/omgeving
  4. Ontspanning/hoofd
  5. Gezondheid

In totaal 5 tips, en praktisch uitvoerbaar

- [http://www.uitzendinggemist.net/aflevering/339125/Sunny Side Of Spirit.html](http://www.uitzendinggemist.net/aflevering/339125/Sunny_Side_Of_Spirit.html)