

Daha iyi bir hayat için edinmeniz gereken

4 LIVE A+

# 25 ALIŞKANLIK

TV izlemek yerine  
EĞİTİCİ VİDEOLAR

İZLEYİN

İLGİNÇ BİLGİLER PAYLAŞAN  
FACEBOOK ve TWITTER  
GRUPLARINA ÜYE OLUN

Şeytanın  
Avukatını  
Oynayın



SAĞLIKLI  
beslenin  
VE  
DÜZENLİ  
egzersiz

ilginç

kişilerle tanışma ve konuşma

FIRSATLARINI KAÇIRMAYIN

GAZETE



OKUYUN

KENDİNİZDEN DAHA ZEKİ  
İNSANLARLA TAKILIN

en az 3 liste tutun

LİSTELER

1. yapılacaklar listesi
2. başarılanlar listesi
3. bırakılacaklar listesi

zihninizde

Canlandırın

BİR KİTAPTAN

EN AZ BİR BÖLÜM

OKUYUN

konfor  
alanınızdan  
ÇIKIN

Öğrendiklerinizi  
DİĞERLERİYLE  
PAYLAŞIN

kendinize  
BOŞ  
ZAMAN  
BIRAKIN

MERAKINIZIN  
PEŞİNDEN GİDİN

ONLINE EĞİTİMLER

ALIN

HOBİ

edinin

İLGİ ALANINIZA  
GÜREN  
internet kaynaklarını

◇◇ DÜZENLİ KONTROL EDİN ◇◇

bir "GÜNÜN KELİMESİ"

uygulaması  
edinin

ZEKA

CEREKTİREN OYUNLAR  
OYNAYIN

Öğrendiklerinizi  
YAZIYA  
Dökün

öğrendiklerinizi uygulayın