

**« Charte d'Amour, de Respect et de Bienveillance »**  
**Pour moi-même, mes proches et pour notre chère planète Terre**



**A LA MAISON**

- J'évite d'utiliser plusieurs appareils émetteurs dans une même pièce (téléphones, montres connectées, wifi, enceintes bluetooth, imprimantes sans fil, etc).
- Je charge mon portable hors de ma chambre (lieu prévu à cet effet).
- 1 heure avant de dormir, au minimum, j'éteins mes appareils.
- Pour la nuit, je dépose mon portable hors de ma chambre.

**A L'EXTERIEUR**

- Si ça peut attendre, j'utilise mon portable en dehors des transports et lieux publics.
- Lorsque j'arrive à l'école, j'éteins mon portable (ou je le laisse à la maison).

**EN TOUT TEMPS**

- Je le dépose à distance des aliments, de l'eau, des boissons.
- Je le tiens éloigné de mon corps.
- Je suis enceinte, j'évite au maximum de l'utiliser et je le tiens à distance de mon ventre.
- J'utilise mon portable, le wi-fi à distance d'une femme enceinte ou de jeunes enfants.
- Je visionne ou écoute de la musique après l'avoir « enregistré »
- Je l'éteins totalement ou je le mets « hors-ligne » quand je ne l'utilise pas.
- Si je l'utilise de façon prolongée, je le tiens à une distance de 15 cm.
- Je limite la durée de mes conversations.

- J'utilise des oreillettes ou le haut- parleur en l'éloignant de mon corps.
- J'évite de l'utiliser quand il y a peu de réseau.
- J'évite de l'utiliser en déplacement (voiture, bus, train).
- Dès que possible, je désactive le Wi-fi et je me connecte au réseau par le câble.
- Je souhaite le meilleur pour mon enfant en croissance, je le dispense du portable et des écrans.

*« Je suis le changement que je veux voir dans le monde »*

*« A chaque instant j'ai le choix, grâce à la Volonté de l'esprit du Cœur »*

*« Je Suis Maître et Sauveur de moi-m 'aime »*

J'utilise mon portable avec Conscience et Sagesse  
Pour une Humanité Responsable



Eve Plumes Arc en Ciel

[www.espacedelumiere528hz.com](http://www.espacedelumiere528hz.com)

[espace.de.lumiere528hz@gmail.com](mailto:espace.de.lumiere528hz@gmail.com)

**078.2213.528**

Neuchâtel, Nouvelle Terre, le 30 mai 2022