



Cofinanțat prin
programul Erasmus+
al Uniunii Europene



Breaking WEIGHT BIAS

Promovarea sănătății prin instrumente de formare digitală
fără a afecta starea de sănătate

Numărul proiectului:

2020-1-UK01-KA204-079106

Modulul 5: Demontarea greutății corporale

REFLECTARE





REFLECTARE

(maxim 100 de cuvinte)

Acest exercițiu se bazează pe reflecția personală. Vă rugăm să descrieți gradul de atenție, curiozitate și interes pe care vi l-a trezit acest curs, și modul în care acesta a dus la o eventuală schimbare în gândirea dumneavoastră despre management-ul greutății, dietele, legătura dintre IMC și sănătate.

Totodată, vă rugăm să scrieți cum ați putea transpune toate aceste cunoștințe în relația cu pacientul.

Câteva puncte-cheie pe care le-ați putea lua în considerare:

- Puteți folosi expresii după exemplul: "Obişnuiam să cred faptul că ..., dar acum cred că ..." și "Punctul meu de vedere s-a schimbat pentru că ..."
- Cum ați putea folosi ceea ce ați învățat pentru a răspunde la managementul greutății, dietelor, legăturii dintre IMC și sănătate? Cum ați putea să împărtășiți cunoștințele dvs. cu alte persoane?