



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Breaking WEIGHT BIAS

Promowanie zdrowia bez
szkody za pomocą
cyfrowych narzędzi
szkoleniowych

Numer projektu:

2020-1-UK01-KA204-
079106

Moduł 5: Demontaż masy ciała REFLEKSJA





REFLEKSJA

(maksymalnie 100 słów)

To zadanie opiera się na osobistej refleksji. Napisz o tym, jak zaangażowałeś się w kurs i jak doprowadził on do zmiany w twoim myśleniu o kontroli wagi, diecie, BMI i zdrowiu.

Po drugie, napisz o tym, jak możesz przełożyć swoje zrozumienie na działanie z pacjentem.

Kluczowe punkty, które możesz wziąć pod uwagę podczas refleksji:

- Możesz użyć zwrotów takich jak "Kiedyś wierzyłem, że ..., teraz myślę, że ...", "Mój pogląd zmienił się, ponieważ..."
- Jak możesz wykorzystać to, czego się nauczyłeś, aby zareagować na kontrolę wagi, leczenie otyłości, ocenę ogólnego stanu zdrowia i historię pacjenta? Jak mógłbyś podzielić się swoim zrozumieniem z innymi?