

weeg-mij-niet kaart

A.U.B.

**WILT U MIJ NIET WEGEN TENZIJ HET
ÉCHT NOODZAKELIJK IS?**



Als u mijn gewicht moet weten, wilt u mij dan eerst uitleggen waarom? Dan kan ik zelf beslissen of ik hier toestemming voor wil geven.

WAAROM? OMDAT:

- ✓ Wegen bij een routine-check of intake hoort, maar een kennis van het exacte gewicht vaak niet nodig is.
- ✓ Ik erg gestresst raak als de focus zo op mijn gewicht ligt en dat helpt mij juist niet.
- ✓ Ik mij graag wil focussen op het verbeteren van mijn gezondheidsgedrag zonder dat ik daarvoor kennis van mijn gewicht nodig heb.