

# A.U.B.

weeg-mij-niet kaart

## 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.