



# SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders



## What Is My Ideal Image?

Think about what makes each of us unique



Module 1 • Worksheet 1

### Модул 1 • Работен лист 1

💡 Попълнете този лист въз основа на ВАШИТЕ собствени идеи — няма правилни или грешни отговори!

#### ЧАСТ А — Идеалният образ

За всяка област на тялото напишете или нарисуйте как изглежда идеалният ви образ:

|      | Лице | Коса | Торс и ръце | Бедра | Крака |
|------|------|------|-------------|-------|-------|
| Жена |      |      |             |       |       |
| Мъж  |      |      |             |       |       |

Други детайли за стила, които са важни за Вас (отбележете тези, които са важни!):

- Прически и коса
- Нокти
- Грим
- Стил на облекло

#### ЧАСТ Б — Какво ме прави уникален/а?

Какво те прави различен от всички останали - с други думи, уникален?

◆ Моите уникални физически характеристики:

◆ Качества, на които се възхищавам в себе си:



Funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



## Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

♦ Как бих искал/а да прекарам времето си:

💡 Запомнете: да бъдете уникални е нещо, което си струва да се празнува! Никои друг на света не е точно като вас. ❤️



Funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.