



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

Modul 1 • Munkalap 1

💡 Töltsd ki ezt a lapot a SAJÁT ötleteid alapján — nincsenek jó vagy rossz válaszok!

A RÉSZ — Az ideális kép

Minden testtájhoz írd le vagy rajzold le, hogyan néz ki az ideális képed:

	Arc	Haj	Törzs és karok	Csípő	Lábak
Nő					
Férfi					

Egyéb stílusbeli részletek, amelyek számítanak neked (jelöld be a megfelelőket!):

- Frizurák és haj
- Körmök
- Smink
- Öltözködési stílus

B RÉSZ — Mi tesz egyedivé?

Mi különböztet meg téged mindenki mástól — más szóval, mi tesz egyedivé?

◆ Az egyedi testi jellemzőim:

◆ Tulajdonságok, amelyeket csodálok magamban:



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.



SPEED PROJECT

Sport & Prevention of Emerging Eating Disorders

◆ Számomra fontos értékek:

◆ Hogyan szeretném tölteni az időmet:

💡 *Ne feledd: egyedinek lenni ünneplésre méltó! Senki más a világon nem pontosan olyan, mint te.* ❤️



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.