

Si tu connais quelqu'un avec un trouble alimentaire...

À FAIRE :

- ✓ Écoute-lui
- ✓ Assure-lui qu'il n'est pas seul
- ✓ Encourage-lui de trouver de l'aide
- ✓ Soyez patient, le rétablissement prend du temps

À ÉVITÉ :

- ☒ Forcer lui de manger
- ☒ Parler aux sujets de nourriture et peser
- ☒ Blâmer-lui, ou se fâcher avec lui

K Souviens-toi, que même si tu veux leur aider, chaque personne est responsable pour leur propre rétablissement. Seulement lui peut faire la décision de changer et de chercher de l'aide. Tu ne peux pas forcer quelqu'un à se rétablir.

Si toi, ou quelqu'un que tu connais a de la difficulté avec la consommation de la nourriture, sil vous plait, contacter nous:



Association de la boulimie et l'anorexie mentale
1500 Rue d'Ouellette, la suite 100
Windsor ON N8X 1K7
(519) 969-2112
www.bana.ca