

Arla i samarbete med FRISK&FRI

Vi är ju så olika, jag trodde inte att Sascha också gjorde så här. **Charlie, 16 år**

Jag har aldrig tänkt på att det här kunde vara en ätstörning. **Sascha, 16 år**

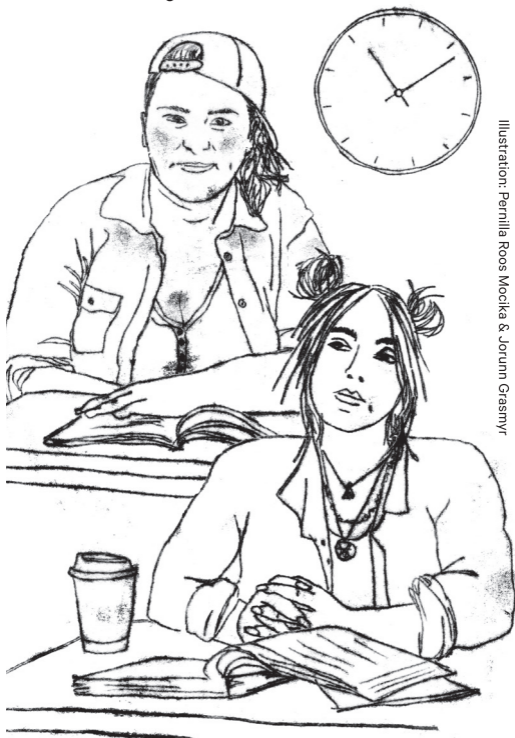


Illustration: Pernilla Roos Mocika & Jorunn Grasmyr

För många handlar en ätstörning om svåra känslor och vissa hanterar känslor med att äta i smyg eller mer än vad kroppen behöver. Du kanske är ledsen, men tårarna är slut eller sitter fast så du försöker minska känslan med mat. Kanske försöker du bli av med ångest och självkritik genom att stå emot, men då blir suget större. Det kan vara svårt att förstå och stå ut med känslor. Behöver du prata med någon som vet hur det är så finns vi. Se **friskfri.se**



FRISK&FRI

RIKSFÖRENINGEN MOT ÄTSTÖRNINGAR