

ARLA i samarbete
med FRISK & FRI

Enda sättet att få tyst i huvudet måste
vara att fixa kroppen. Nino, 14 år



Snyggare, smartare, starkare. Alla förväntas hela tiden bli den bästa versionen av sig själva. Men bättre kan istället bli sämre. Om du försöker kontrollera din vikt, vad du äter och hur du ser ut finns det risk att du drabbas av ätstörningar. Det är många som vill påverka dig. I alla sammanhang. Ibland behöver du stanna upp och välja vilken röst du ska lyssna på. Det kan vara jättesvårt. Om du behöver prata med någon som vet hur det är, sök stöd på **friskfri.se**



FRISK & FRI

RIKSFÖRENINGEN MOT ÄTSTÖRNINGAR