

-Diamo peso alle parole-

COSA NON DIRE

"E' solo colpa tua!"



"Ti capisco, anche io, a volte, sono insoddisfatta del mio corpo!"

"Ma sei ingrassata?"



"E' solo questione di volontà"

"Non hai motivo di stare così, non ti manca nulla!"

"Smettila di fare i capricci, cosa ti costa mangiare di più?"

"Lo fai solo per attirare l'attenzione"



"Non hai il diritto di stare male, pensa a quelli che non hanno da mangiare"

COSA DIRE

"Non sei solo, se hai voglia di parlarne sono qui per te!"

"Ti voglio bene. Ti posso abbracciare?"



"Non posso capirlo, ma posso starti vicino"

"Cerca di stare bene, prova a prenderti cura di te"

"Io non ti lascerò sola in tutto questo"



"So che non hai scelto tu di avere questo disturbo alimentare, non arrenderti"

"Non devi sentirti in colpa"

