

# PULMIA SYÖMISESSÄ?

Ottaudu ongelmaan. Älä jää yksin.

# PULMIA SYÖMISESSÄ?

Ottaudu ongelmaan. Älä jää yksin.

## MITÄ SYÖMISHÄIRIÖT OVAT?

- Ne ilmenevät epänormaalina suhtautumisena ruokaan, liikuntaa, painoon ja kehonkuvaan
- Tiloja, joissa yksilön ruokailu- ja/tai liikuntatottumukset vaikuttavat haitallisesti hänen terveyteensä
- Syöminen ja/tai syömättömyys nousee elämän keskipisteeksi
- Syömishäiriö asuu mielessä, ei kiloissa

# PULMIA SYÖMISESSÄ?

Ottaudu ongelmaan. Älä jää yksin.