

ANVISNINGAR FÖR ETT TRYGGARE BEMÖTANDE

i Ätstörningsförbundet

Vi agerar ätstörningssensitivt och stödjer tillfrisknande

- Vi uppmuntrar andra att fundera över sitt förhållande till kroppen, mat och motion.
- Vi pratar om våra egna upplevelser, men inte om individuella ätstörningssymptom.
- Vi använder inga siffror. Vi pratar inte om vikt eller viktförändringar med siffror, och inte heller om mängden vi har ätit eller motionerat.
- Vi åtar oss att främja matfriden. Vi kommenterar inte livsmedel, ingredienser, energiinnehåll eller dieter.
- Om vi får anledning att oroa oss för en persons välmående är det någonting vi kan ta upp.
- Vi respekterar allas egna upplevelse och integritet: Vi frågar inte om diagnoser, vi namnger inte vårdare eller läkemedel.

Vi diskriminerar inte

- Vi är medvetna om de antaganden som vi gör om andra angående kön, sexuell läggning, hudfärg, etnicitet, religion, ekonomisk ställning, ålder och så vidare. Vi agerar inte utifrån våra antaganden.
- Vi åtar oss att främja kroppsfriden: Vi bedömer inte och kommenterar inte någons kropp, funktionsförmåga eller utseende.

Vi respekterar andras integritet

- Vi åtar oss att hålla tystnadsplikten: Vi får tala om våra egna insikter, men vi förmedlar inte vidare saker som har berättats i förtroende.

Vi strävar efter att interagera på ett tryggt sätt

- Vi väljer att uttrycka våra tankar och våra känslor konstruktivt och med respekt för andra. Alla ansvarar för sina egna känslouttryck och sina handlingar.
- Vi ser till att alla får tillfälle att uttrycka sina tankar. Vi behöver inte försöka uppnå samförstånd. Vi löser inte andras problem och vi ger inte råd som inte har efterfrågats.

Vår verksamhet är drogfri.

Alla som förbinder sig till att följa anvisningarna för ett tryggare bemötande är välkomna.

Om du har några frågor om anvisningarna för ett tryggare bemötande, om du upptäcker att de inte efterföljs eller att man inte förbinder sig till dem, kan du kontakta Ätstörningsförbundets personal.