



ARFID

Paspoort



IK HEB ARFID EN IK...

- eet erg selectief
- zit na een paar happen vol
- heb geen hongergevoel, daarom vergeet ik soms te eten
- durf niet zomaar eten te proeven, dat ik niet ken
- kan misselijk worden van bepaalde geuren en smaken
- eet langzaam, daarom heb ik meer tijd nodig om te eten
- kan niet eten als ik gespannen ben
- eet het liefst in een rustige omgeving
- neem mijn eigen eten en drinken mee
- heb soms minder energie
- heb sondevoeding nodig
- neem speciale (drink-) voeding mee
- anders, namelijk.....

IK HEB ARFID DOORDAT...

- ik een nare ervaring heb gehad met eten/drinken
- ik moeite heb met de geur, kleur, smaak, temperatuur en/of structuur van eten of drinken
- ik geen hongergevoel heb en dus liever niet wil eten
- ik vaak een vol gevoel heb en/of misselijk ben
- ik bang ben voor nieuwe dingen en daardoor niks nieuws durf te proeven
- ik zoveel prikkels binnenkrijg op een dag, dat ik het moeilijk vind om te eten
- anders, namelijk.....

Naam:
School:
Leerjaar:
Leerkracht:

GA VOOR MEER INFORMATIE OVER DE EETSTOORNIS ARFID NAAR:

WWW.OVERLEVENMETARFID.COM

WWW.THUISARTS.NL/ARFID

Scan deze QR-code voor een korte
voorlichtingsvideo over ARFID:



U kunt natuurlijk ook een mail sturen
naar:

INFO@OVERLEVENMETARFID.COM

HET IS VOOR MIJ BELANGRIJK DAT....

- de leiding begrijpt dat ik wel **WIL** eten, maar het niet kan/durf
- ik **MAG** eten en niet **MOET** eten
- mijn eten niet per se op hoeft
- ik in een rustige omgeving kan eten
- ik mijn eigen eten en drinken mag meenemen
- ik tijdens kamp niet hoef te leren eten
- ik meer tijd krijg om te eten
- de leiding weet dat ik door ARFID niet alle corveetaken rondom de maaltijden kan uitvoeren, zoals eten koken, afwassen en afruimen
- de leiding mij eraan herinnert dat ik moet eten
- anders, namelijk.....

DE UITDAGINGEN DIE IK OOK HEB ZIJN...

- ik ben vaak onzeker
- ik ben snel overprikkeld
- ik kan mijn aandacht er niet lang bij houden
- ik heb moeite met sociale interacties
- ik vind het moeilijk om over mijn gevoelens te praten
- ik ben snel bang
- ik heb een minder goede weerstand
- ik kan soms duizelig worden als ik mij lichamelijk inspan
- anders, namelijk.....



ARFID voor elkaar

Mama Vita
Autisme netwerk voor moeders

BALANS