



Informatie voor ouders

Altrecht Eetstoornissen Rintveld

Op de wachtlijst.. en dan?

In de meeste gevallen ontkomen we er niet aan, dat nieuwe patiënten een aantal weken moeten wachten voordat zij met de behandeling kunnen starten.

Op onze site vindt u daarover meer informatie. Weet dat wij er alles aan doen, om deze wachttijd zo kort mogelijk te houden.

Wat kunt u in die tussentijd het beste doen?

- Zorg dat het eten er is/klaar staat, ook als uw kind vooraf zegt niet te gaan eten
 - Bewaak en beperk de tijd: voor de hoofdmaaltijden 30 minuten en voor de tussendoortjes 15 minuten
 - Blijf er deze tijd bij en stop het eten na de genoemde tijd. Als mensen met een eetstoornis te lang over één maaltijd doen, gaat het vaak bij de volgende maaltijd ook niet meer goed. Beter om het weer te gaan doen/proberen bij het volgende eetmoment.
 - U bent rustig en duidelijk dat het uw wens is dat er gegeten wordt, ga niet in discussie.
 - Houd vaste eetmomenten aan, met goede tussenruimtes, ook in het weekend en in vakanties. Een voorbeeld zou kunnen zijn:
Ontbijt om 8.30; tussendoor om 10.30; lunch om 12.30; tussendoor om 15.00; avondeten om 18.00; tussendoor om 20.30.
- ⇒ Hoe moeilijk het ook is, of een kind wel of niet gaat eten kan een ouder niet bepalen. U kunt wél de juiste voorwaarden scheppen voor het eten en dat is al heel belangrijk!