

10 choses que les enfants qui ont des allergies alimentaires aimeraient que vous sachiez

par Gina Clowes



1 J'ai vraiment envie d'être intégré.

Je veux ressembler aux autres, agir et manger comme eux. Je suis tout heureux à l'intérieur de moi quand quelqu'un apporte des croustilles, des biscuits ou des friandises glacées qui me conviennent. C'est bien quand je peux avoir quelque chose qui ressemble à ce que les autres mangent, mais c'est encore mieux si je peux manger la même chose que tout le monde. Chaque fois que c'est possible, s.v.p. pensez à m'inclure!

2 J'ai peur de mourir.

J'ai entendu mes parents et mes enseignants mentionner que mes allergies alimentaires mettent ma vie en danger. Je me souviens avoir eu des réactions pendant lesquelles je me suis senti très malade et qui m'ont vraiment fait peur. J'ai pu voir que mes parents aussi ont été effrayés. Parfois, j'aime qu'on me reconforte en me disant que tout ira bien.

3 Parfois, j'ai l'impression d'être le seul.

Connaissez-vous une façon qui me permettrait de rencontrer d'autres enfants qui ont des allergies alimentaires? Je voudrais vraiment savoir que je ne suis pas le seul enfant qui a des allergies alimentaires. Avoir un compagnon de classe ou un copain de repas qui a des allergies alimentaires pourrait m'aider.

4 Je deviens confus lorsque des grandes personnes m'offrent des aliments.

Je sais que je suis censé être poli et que je dois écouter les adultes, mais mes parents m'ont dit que je ne dois pas accepter de nourriture de leur part. Quand vous m'offrez des aliments, et plus particulièrement des bonbons, je voudrais les prendre, mais je ne suis pas sûr de ce que je suis censé faire.

5 Je ne suis pas assez brave.

J'ai parfois des démangeaisons quand des grandes personnes m'embrassent après avoir mangé quelque chose auquel je suis allergique. J'ai aussi des démangeaisons lorsque votre chien me lèche. Comme je ne suis pas assez courageux pour vous le dire, j'espère que vous vous rappellerez que si vous avez mangé quelque chose auquel je suis allergique, je pourrai avoir de l'urticaire si vous m'embrassez peu après.

6 J'aime vous entendre parler de toutes les choses merveilleuses qui me caractérisent.

J'entends toutes les conversations des adultes lorsqu'ils parlent de mes allergies alimentaires. Mes oreilles se dressent quand j'entends les grands mentionner mon nom ou mes allergies alimentaires. Alors, ne me plaignez pas et ne prenez pas un air terrifié, car alors je deviens effrayé. Les allergies alimentaires ne sont qu'une partie de moi.

7 Je suis gêné quand les gens se préoccupent beaucoup de ce que je mange.

Je sais que je dois manger la nourriture qui est sécuritaire pour moi, mais je préfère ne pas attirer l'attention. Parfois, c'est embarrassant quand les grandes personnes posent beaucoup de questions. Plus que tout, j'aime être intégré.

8 Quelques fois, je suis triste d'avoir des allergies alimentaires.

Ce n'est pas facile d'être le seul enfant de la classe qui n'a pas droit aux gâteaux d'anniversaire et qui doit manger les aliments sécuritaires apportés de chez lui. Surtout qu'il y a une vingtaine d'anniversaires par année dans ma classe. Je sais que ce n'est pas la fin du monde, mais de mon point de vue, c'est difficile par moments.

9 Je vous observe maman et papa!

Vous pensez peut-être que je suis trop petit pour le remarquer, mais je sais que vous retournez à la maison pour prendre mon auto-injecteur lorsque vous l'avez oublié. Je vois que vous lisez chaque fois les ingrédients des chocolats que vous achetez. Vous êtes mes modèles et c'est à partir de vous que j'apprends comment gérer mes allergies!

10 Je vais réagir aussi bien que vous.

La détermination de mes parents à surmonter les difficultés et leur optimisme m'aideront à faire face aux défis de vivre avec les allergies alimentaires et feront en sorte que les allergies ne m'empêcheront pas de devenir tout ce que je dois être!

Ce texte a été écrit par Gina Clowes, fondatrice d'un groupe de support en ligne et auteure du livre One of the Gang.

ALLERGY
MOMS
www.allergymoms.com

Copyright © 2008 AllergyMoms.com Tous droits réservés. Vous pouvez télécharger et imprimer cette affiche pour usage personnel et non commercial. Toute autre reproduction du contenu de ce dépliant est interdite sans le consentement de Gina Clowes.