



# Les différentes faims

## Tableau d'expérimentation des différentes faims

<b>FAIM de ESTOMAC Jour?</b>	<b>Type de repas Préparé par ?</b>	<b>AVANT LE REPAS</b> Comment je ressens la faim de l'estomac? Sensations? Émotions? Echelle de faim?	<b>PENDANT</b> Sensations? Émotions? Pensées? Echelle de faim?	<b>APRES LE REPAS</b> Sensations? Émotions? Pensées? Echelle de faim?