

WEBINAIRE Plaisir de manger – Partie 2

Oncologie - S2

FICHE RECUEIL – « J'ai changé mon alimentation »

Comment avez-vous connu cette recommandation alimentaire ? :

Avez-vous vérifié les informations avant de commencer ?

Qu'est-ce qui vous a séduit dans cette approche alimentaire ?

Est-ce que ce changement vous a fait du bien ? Avez-vous eu plus de plaisir à manger ?

Est-ce que ce changement a été néfaste ? Avez-vous eu moins de plaisir à manger ?

Avez-vous arrêté ? De vous-même ? Sur les conseils de quelqu'un ?

Notes personnelles :