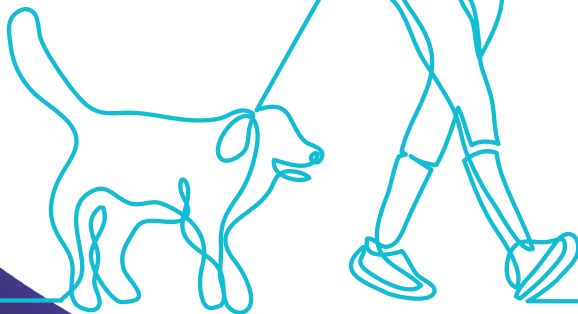



ALIMENTER VOTRE ÉNERGIE

**Carnet pour suivre
l'évolution de votre
alimentation, votre
activité physique
et votre humeur
au quotidien**





Lorsque les apports alimentaires ne couvrent plus les besoins de l'organisme, l'organisme s'affaiblit progressivement et la dénutrition s'installe ⁽¹⁾. Au-delà d'une nutrition adaptée, il est par ailleurs important de pratiquer une activité physique régulière.

FRESENIUS KABI
VOUS PROPOSE LE SITE

www.alimenter-votre-energie.fr

Vous y retrouverez des informations à propos de la nutrition, mais aussi des exemples d'activités physiques simples à réaliser et adaptées à votre profil.

(1) HUG Dénutrition et alimentation enrichie. Conseils nutritionnels-Hôpitaux de Genève 2013.

LE CARNET DE SUIVI

Il complète le site internet et vous permet de **suivre l'évolution** de votre alimentation, de votre activité physique et de votre humeur.

Complétez-le le plus régulièrement possible afin d'évaluer l'impact de vos actions sur votre quotidien.

Partagez ce carnet avec votre pharmacien afin de réévaluer avec lui votre traitement et vos besoins.



Date :

Poids :

 Kg

Choisissez votre
humeur du jour :

ALIMENTATION



ACTIVITÉ PHYSIQUE



J1



J2



J3



J4



J5





Choisissez votre
humeur du jour :

ALIMENTATION



ACTIVITÉ PHYSIQUE



J6



J7



J8



J9

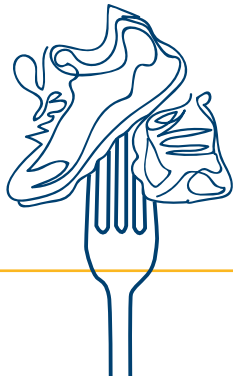


J10



NOTES

A large rectangular area with a yellow border, containing ten horizontal dotted lines for writing notes. A light gray diagonal band runs from the top-left to the bottom-right across the page.



**Rendez-vous pour
réévaluer le traitement
avec votre pharmacien**



A large white rectangular box with a thin blue border, containing five horizontal dotted lines for text entry.





Version 1. 09/07/2019.
EN813858



**FRESENIUS
KABI**

caring for life*

*prendre soin de la vie