

HONGER TABEL

1. Uitgehongerd, duizelig en zwarte vlekken voor je ogen
2. Heel hongerig, weinig energie en verkrampde/pijnlijke maag
3. Best hongerig, maag rommelt
4. Beginnende honger
5. Verzadigd, niet hongerig, niet vol
6. Een beetje vol, plezierig voldaan
7. Iets te vol, net oncomfortabel
8. Propvol gevoel, je maag voelt zwaar
9. Heel oncomfortabel, je maag doet pijn
10. Zo vol dat je er misselijk/ziek van bent