**Hälsosamt liv?**

1. Är det verkligen så farligt med lite socker och fett? Kan man bara inte få äta det som är gott? Ska man behöva tänka på hälsan hela livet?
2. Fetman ökar i flera delar av världen samt sjukdomar som är kopplade till livsstil som hjärt- och kärlsjukdomar och diabetes. Hur tänker ni att vi ska försöka minska vårt fett och sockerintag? Skatt? Åldersgräns? Ransonering?
3. Kan vi införa varningstexter på hälsoskadlig mat istället för nyckelhålsmärkning på nyttig?
4. I debatten kring hälsa och hur vi ska komma tillrätta med välfärdssjukdomar kommer ofta åsikter om diskriminering upp samtidigt som fetmaoperationen kostar samhället mycket varje år. När politiker kommer med förslag som att beskatta socker blir det en debatt om att vi diskriminerar överviktiga människor och rätten till att få välja sitt eget liv. Hur tänker ni?
5. Läser ni någon gång innehållsförteckningen på varor som bröd, frukostflingor där det ofta döljer sig mycket socker?
6. Många föräldrar ger sina barn onyttiga saker (godis, läsk och kakor) som någon form av belöning eller framställer det som festligt. Tex ”Nu när du varit så duktig så köper vi glass”.

Går det att ändra attityden kring socker och fett vid festliga tillfällen eller ska vi fortsätta ha den inställningen att vi ”belönar oss” med det som egentligen är dåligt för oss?

1. I filmen ni såg om enäggstvillingarna lärde ni er att i England och USA har man olika syn på om det är fettet eller sockret som är värst. Vad tror ni, ska vi undvika socker eller fett?