

Helse

A Hei, skal vi snakke om helse og mat?	B Ja, det vil jeg gjerne.
Hva gjør du for å holde deg i form?	Jeg pleier... <ul style="list-style-type: none">• å gå til skolen og hjem etter at skolen er ferdig.• å gå en tur om kvelden.• å gå på helsestudio.• å gå på fotballtrening.• å spille litt fotball.• å svømme.• å trene hjemme. Jeg gjør øvelser på gulvet.••
Er du glad i grønnsaker?	Ja, jeg liker å spise sunn mat. Ja, jeg spiser mye grønnsaker. Nei, jeg spiser ikke så mye grønnsaker. Jo, men det er dyrt så jeg kjøper bare litt grønnsaker. <ul style="list-style-type: none">••
Hvilke grønnsaker pleier du å bruke?	Jeg pleier å bruke... <ul style="list-style-type: none">• gulerøtter og• salat• kål• tomater• agurk• mais• selleri• løk• hvitløk• kålrabi••

<p>Spiser du frukt?</p>	<p>Ja, jeg spiser...</p> <ul style="list-style-type: none"> • en del frukt. • litt frukt. • mye frukt. • frukt hver dag. • frukt i helga. • aldri frukt. • •
<p>Hvorfor er grønnsaker sunn mat?</p>	<p>Det er fordi den har (inneholder) mye vitaminer og lite sukker og fett.</p>
<p>Er du glad i søt mat?</p>	<p>Ja, jeg liker veldig godt...</p> <ul style="list-style-type: none"> • sjokolade • is • kaker • kjeks til kaffen • kjeks • sukker i teèn • sukker i kaffen • boller • sjokoladeboller • •
<p>Kan du fortelle hva som er usunn mat?</p>	<p>-Ja, jeg tror at usunn mat inneholder mye sukker og fett.</p> <p>-Usunn mat har også lite vitaminer og næringsstoffer.</p>
<p>Kan du si navnet på noen usunn matvarer?</p>	<p>Ja, usunn mat kan være..</p> <ul style="list-style-type: none"> • chips • sjokolade • kjøtt med mye fett • søte kaker • godteri • søte kjeks • fløte • •

Hva gjør du når du skal ha det hyggelig?

Jeg pleier...

- å se Tv.
- å spise god mat.
- å være på Internett.
- å se Tv og spise god mat.
- å snakke med venner.
- å lese.
- å trene.
- å spise godteri.
- å ringe til noen jeg kjenner.
- å ligge på senga.
- å se en film.
- å lage pizza.
- å leie film.
- å gå på kafe.
-
-