

Fit en gezond : Sleutels

Oefenboek p. 91 → CA (Emma + Brecht)
→ Luister en antwoord op de gestelde vragen.

Script

CD prof 2, 92 – CD élève 1, 94

Interview 1 – Tandemreporter (TR) en Emma (E)

TR Beslis je zelf wat je eet?

E Nee, meestal beslist mijn moeder wat we thuis eten. Op school gebruik ik een warme maaltijd in de kantine. Daar heb ik dus ook geen keuze. Twee keer per week kan ik toch kiezen tussen aardappelen en frietjes, maar meestal eet ik aardappelen.

TR Vind je dat je eetgewoonten evenwichtig zijn?

E Ik hoop het. Zoals ik net zei, het hangt helemaal niet van mij af.

TR Eet je nooit tussendoortjes?

E Ik eet graag een koekje of een wafel.

TR Word je weleens beïnvloed door vrienden of vriendinnen die junkfood eten?

E Ja, dat gebeurt af en toe, maar ik probeer niet te overdrijven en er op tijd mee te stoppen.

CD prof 2, 93 – CD élève 1, 95

Interview 2 – Tandemreporter en Brecht (B)

TR Eet jij ook elke dag een warme maaltijd op school?

B Nee, ik neem mijn broodtrommel mee naar school.

TR Word je toch wel eens beïnvloed in je manier van eten?

B Ja, door vrienden. Het gebeurt van tijd tot tijd dat ze mij uitnodigen om naar een hamburgertent te gaan. Daar eet ik meestal frietjes. Ik weet dat het niet gezond is, maar die zijn zo lekker. En al etend kletsen we samen. Dat vind ik gezellig.

TR Heb je al over de voedselpiramide horen spreken?

B Ja, ik heb er iets over gelezen.

TR En houd je er rekening mee?

B Ja, ik heb vastgesteld dat ik toch vrij gezond eet. Misschien zou ik meer fruit moeten eten. Maar ik vind het niet praktisch om op de speelplaats een appel of een sinaasappel op te eten. Daar plakken mijn handen altijd van en dat heb ik helemaal niet graag. Op onze school zijn er geen kranen om je handen te wassen. Ik zou ook meer water moeten drinken, denk ik.