

Was tust du für deine Gesundheit? (Interview)

Die Redaktion der Zeitschrift „Apothekenumschau“ hat die Aktion „Leb gesund“ durchgeführt. Im Rahmen dieser Aktion hat man deutsche Jugendliche gefragt, ob sie sich Gedanken über das Essen machen, ob sie Sport treiben und ob sie Kosmetika verwenden. Hier einige Aussagen:

IRIS:

Essen: Alle meine Freunde sagen, dass ich gut koche. Ich muss aber auf meine Figur achten, weil ich Model werden will.

Sport: Einmal in der Woche, meistens freitags, gehe ich in ein Fitnesscenter. Das ist gut für meine Figur.

Kosmetika: Ich möchte schön aussehen und ich schminke mich oft. Ich benutze nur gute Kosmetika

FLORIAN:

Essen: Ich esse viel Obst und Gemüse. Ich trinke keinen Alkohol und rauche keine Zigaretten, weil ich mal Profisportler werden will.

Sport: Ich trainiere dreimal in der Woche Basketball in einem Sportklub. Am Wochenende gehe ich schwimmen. Im Winter laufe ich Ski und gehe regelmäßig in die Sauna.

Kosmetika: Wasser, Seife, Dusche – ich glaube, das reicht.

STEFAN:

Essen: Ich denke gar nicht daran. Ich esse eigentlich alles, besonders gern – Kartoffelchips. Ich weiß, es ist ungesund, aber es schmeckt gut.

Sport: Ab und zu gehe in die Disco.

Kosmetika: Nach dem Essen putze ich mir die Zähne. Ich wasche jeden Tag mein Haar. Mein Aussehen ist mir wichtig, alles andere ist unwichtig.

CORNELIA:

Essen: Ich will gesund und schlank bleiben. Ich verzichte auch auf Salz und Zucker.

Sport: Ich selbst treibe keinen Sport, aber ich wohne im achten Stock – ohne Lift. Früher habe ich Aerobic gemacht. Jetzt gehe ich lieber zum Yoga.

Kosmetika: Natur, Natur und noch einmal Natur.

1. Warum achtet Iris auf ihre Figur?
2. Warum trinkt Florian keinen Alkohol und raucht keine Zigaretten?
3. Warum wäscht Stefan jeden Tag sein Haar?
4. Warum isst Cornelia nur vegetarisch?