

Skarpa Uppdrag



LevaSockerfri arbetar med att hjälpa grupper och individer jobba aktivt för att hantera och förebygga de konsekvenser många får av vår moderna livsstil. Idag vet vi att socker inte är något som kroppen mår bra av att äta för ofta. Hälften av dagens barn och ungdomar får i sig för mycket socker enligt Livsmedelsverket. Nu behöver LevaSockerfri i Sverige er hjälp med att ta reda på hur mycket socker det finns i det vi äter och komma på alternativ mat och snacks som barn och ungdomar faktiskt gillar.

Tips på frågor att diskutera i klassrummet

Vad är egentligen socker för något?

Hur tar man reda på hur mycket socker det finns i matvaror?

Uppdrag F-3

Socker finns i de flesta livsmedlen, även i vanliga mellanmålsprodukter.

Vi vill att du hittar eller kommer på alternativ till dessa produkter som innehåller mindre socker och är goda.

Uppdrag 4-6

Mycket av den maten som man kan köpa färdig i butiken idag innehåller mer socker än vad som är nödvändigt för oss. Leva Sockerfri behöver nu din hjälp med att ta fram ett sätt som gör det enkelt att välja varor som innehåller mindre socker.

Uppdrag 7-9

LevaSockerfri vill nå ut med informationen att det är smart att dra ner på sin sockerkonsumtion till ungdomar. Vi behöver din hjälp med att ta fram ett förslag på hur vi når ut med informationen till ungdomar i din egen ålder.

Läs mer om
företaget på
www.levasockerfri.se