

1. Jag mår bra.
2. Det är bättre att äta bakat kött än stekt kött.
3. Jag har ett recept för mat (ett matrecept) som innehåller mycket (många) grönsaker.
4. Det hjälper dig att vila.
5. Du måste börja spela en sport eller träna.
6. Blodsockernivån är mycket viktig, därför måste du äta flera gånger om dagen.
7. Jag är ledsen att höra dina nyheter.
8. Först måste du äta bättre.
9. Nu måste du börja ett nytt liv.
10. Jag tror att genom ett hälsosamt och aktivt liv kan du förbättra din hälsa.
11. När man är diabetiker måste man kontrollera blodsockernivån varje dag.
12. Du behöver äta mer frukt och grönsaker.
13. Du kan äta några mellanmål.