

Hvordan stopper vi udviklingen af urban diabetes?



Kost

Hvad er sund kost?

Hvordan får man folk til at spise sundere?

Bør der være højere afgifter på fødevarer som slik, alkohol og fedt?
Eller lavere på sunde fødevarer?



30 min. træning og
sund kost
de fleste dage
nedsætter risikoen for
diabetes drastisk



1/3 af voksne over
18 år er overvægtige



2/3 af alle
diabetikere bor i byer

Motion

Hvordan får man folk i byer til at dyrke mere motion og have en aktiv hverdag?



Can grønne områder
medvirke til en mere aktiv
hverdag i byerne?



Hvordan kan kontorarbejde
blive mindre stillesiddende
og mere aktivt?



Bør brugen af biler i byer
begrænses (evt. ved forbud)
til fordel for cykler?



Bør der være flere aktive
tilbud til beboere i storbyer?