

Betoog commentaar

- Standpunt: duidelijk!!!
 - Argumenten: gestructureerd
 - Stappenplan/schema
1. Als ik al eerder geschreven heb, mensen kunnen kiezen
 2. Het zijn vooral drugs, alcohol en sigaretten door die de mensen het meest vernield worden.
 3. Ik heb er meer argumenten gevonden met die mijn mening kan onderbouwen
 4. Behalve 15 overgewicht leidt fastfood ook tot hart- en vaatziekten.
 5. Fastfood verdringt groenten en fruit maar het is zeker geen gezonde voeding. Niet te vergeten gebrek aan vitamines, mineralen en vezels

Voorbeelden:

- 1.) Zijn fastfoodrestaurants verantwoordelijk voor massaal overgewicht?

Tien jaar geleden kon je bijna geen fastfoodrestaurant in een stad zien. Toen ik een kind was, zag ik een fastfoodrestaurant alleen in een film. Maar nu is de situatie veranderd. In een stad kan je naar verschillende fastfoodrestaurants gaan eten. Het is bekend dat eten in deze restaurants niet gezond is maar sommige vinden het niet belangrijk. Maar deze vaste klanten hebben heel vaak gezondheidsproblemen. Het belangrijkste probleem is het overgewicht. De vraag luidt: "Zijn fastfoodrestaurant verantwoordelijk voor massaal overgewicht?" en volgens mij zou de antwoord "nee" moeten zijn.

Ten eerste zijn er verschillende soorten van restaurants. Ik kook voor mezelf en als ik naar een restaurant ga, kies ik voor een normaal restaurant of kan ik voor vegetarisch restaurant kiezen. En dat is belangrijk. Mensen die voor een fastfoodrestaurant kiezen, doet het vrijwillig. En ze weten dat het niet gezond is. Daarom geloof ik dat niet restaurants maar klanten verantwoordelijk zijn voor hun gezondheidsproblemen. Iedereen kan kiezen wat hij of zij wil eten.

Ten tweede is er ook een ander probleem. Mensen zijn lui en ze doen bijna niks aan sport. Mensen rijden altijd met auto's en ze lopen bijna nooit als ze ergens moeten gaan. De vette gerechten gecombineerd met weinig lichamelijke activiteit zijn echt niet goed voor je gezondheid.

Als ik al heb gezegd, zijn de meeste mensen lui. Niet alleen het tekort op activiteit is een kenmerk van de luiheid. Maar ook zijn mensen te lui om thuis zelf te koken. Als ze naar werk gaan, kunnen ze 's avonds koken en het gerecht naar het kantoor meebrengen. Bovendien is zelf eten koken goedkoper en gezonder dan in een restaurant iets eten. Mensen ergeren zich aan het overgewicht en ze denken dat fastfoodrestaurants er verantwoordelijk voor zijn. Daar ben ik het niet mee

eens. Ik vind fastfoodrestaurants niet goed maar ik geloof dat mensen verantwoordelijk zijn voor hun problemen.

2.) Er is geen duidelijk antwoord op de gestelde vraag: Zijn fastfoodrestaurants verantwoordelijk voor het massale overgewicht? Ik ben niet principieel tegen de fastfoodrestaurants. Desondanks koester ik een aantal bedenkingen. Eerst zou ik maar graag een kleine samenvatting van mogelijke redenen willen geven waarom mensen voor de fastfoodrestaurants kiezen.

3.) Het aantal mensen met overgewicht is tegenwoordig veel groter dan het voor vijftig jaar was. Hoe komt dat? Er wordt gediscuteerd of de schuld bij de consument of bij de leverancier ligt. Vooral de fastfoodketens zijn een doorn in de ogen van de voorstanders van gezonde voeding.

Als je een McDonald's binnenkomt dan zie je overal kleurrijke, vrolijke posters hangen met mooie slanke mensen die aan sport doen en hamburgers eten. Op basis daarvan zou je verwachten dat het fastfoodeten een belangrijke onderdeel uitmaakt van de sportvoeding. Zelfs de logo van McDonald's werd door deze tactiek veranderd. Nu is het niet meer rood maar groen. Groen doet namelijk denken aan groente. Daar zit logica in. Het probleem is dat het eten eigenlijk niet echt gezond is. Bestel maar een hamburger en kijk maar hoeveel groente er in zit. Één stuk augurk. McDonalds probeert blijkbaar zijn klanten te misleiden ten opzichte van de gezondheid van zijn producten...

4.) Ik ben het helemaal niet eens met de stelling dat fastfoodrestaurants verantwoordelijk zijn voor het overgewicht. Daarvoor heb ik meerdere argumenten.

Ten eerste denk ik dat het overgewicht door de moderne levensstijl wordt veroorzaakt en niet door fastfoodrestaurants. Fastfoodrestaurants zijn een gedeelte van de moderne levensstijl en daarom is het makkelijk om een verband tussen fastfoodrestaurants en het overgewicht te vinden. Mensen zijn op zoek naar schuldnaar van hun overgewicht en fastfoodrestaurants staan op de eerste plaats in de rij. Maar het is vooral hun eigen levensstijl die schuldig is.

Daarna is het ook belangrijk om te beseffen dat niemand wordt gedwongen om in fastfoodrestaurants te eten. Het is altijd de wil van elk individu. In fastfoodrestaurants worden alleen hun producten aangeboden, maar de beslissing neemt iedereen zelf. Daarom is het een beetje onzin om te beweren dat fastfoodrestaurants schuldig voor het overgewicht zijn.

Ten slotte moet ik nog vermelden dat fastfoodrestaurants zelf vechten tegen het overgewicht van hun klanten. Bij elke product (staat informatie te lezen) hoeveel calorieën de product bevat. Verder staat er ook hoeveel calorieën ideaal zijn met betrekking tot de leeftijd, het geslacht en de fysieke activiteit. Als ik dus een korte samenvatting maak, is het volgens mij helemaal onzin om te beweren dat fastfoodrestaurants verantwoordelijk zijn voor het overgewicht.