

# Umræðusurningar

Umræðusurningar eftir áhorf á myndband:

Hvað kom þér mest á óvart af því sem þú horfðir á í myndinni?

Er eitthvað þarna sem þú kannast við af því sem viðmælendur töluðu um?

Hvað telur þú vera mesta vandamálið hjá unglingum hvað svefninn varðar?

Hvað heldurðu að sé besta leiðin til að ná til unglunga og fá þá til að bæta svefninn sinn?

Hvað getur þú gert til að laga svefninn þinn?