

# GOSDRYKKJA-REIKNIVÉL

## Hvað kostar gosdrykkjan þig?

Í gosdrykkjum er yfirleitt mikill sykur og sýra og þeir skaða því tennur og valda m.a. glerungseyðingu. Gosdrykkir eru líka næringarsnauðir og því er oft nefnt að í þeim séu tómar hitaeyningar. Neysla mikils sykurs getur leitt til þyngdaraukningar en jafnframt dregið úr matarlyst. Gosdrykkjaneysla er líka slæm fyrir budduna. Prófaðu að reikna út herna fyrir neðan hvað hún kostar. Það gæti komið þér á óvart. **Mundu að VATN KOSTAR EKKI NEITT!**

Hver gosflaska/dós kostar: \_\_\_\_\_ kr.

Ég eyði samtals: \_\_\_\_\_ kr. á viku í gosdrykki.

**Ef ég geri þetta að jafnaði og held óbreyttri hegðun, þá mun ég kaupa gosdrykki:**

Á einu ári fyrir

\_\_\_\_\_ kr.

Á þremur árum fyrir

\_\_\_\_\_ kr.

Á tíu árum fyrir

\_\_\_\_\_ kr.

**Langar þig til að nota þessa peninga í eitthvað annað en gosdrykki? Hvað um föt, bíl, ferðalög? Skrifðu niður hvað þig myndi langa til að gera við peningana?**

---

---

---

---

---