

Irtó meleg az idő, ezért teletömtem a hátizsákomat vizespalackokkal.

Egy üveg cukros üdítőt ittam reggelire, amitől először túlpörögtem, aztán hirtelen nagyon elfáradtam.

Egész nap nem ittam vizet, ezért délutánra szörnyen megfájdult a fejem.

Egész tornaórán futnunk kellett, úgyhogy óra végén mind egyszerre rohamoztuk meg a vízcsapot.

Megittam egy üveg energiatalt, de kiderült, hogy érzékeny vagyok a koffeinre és nagyon gyorsan kezdett tőle dobogni a szívem.

Friss citromkarikákkal ízesítettem a pohár vizemet, de borzasztó savanyúra sikeredett a „koktéloom”.

Leesett az állam a csodálkozástól, mikor megtudtam, hogy fél liter üdítőben akár 14 teáskanálnyi cukor is lehet!

Sokáig törtem a fejem, hogy kiszámítsam, mennyi cukrot tartalmaz egy pohár víz, míg végül rájöttem, hogy egyáltalán nincs is benne cukor.

Nagyon elkeseredtem, mikor megláttam a tükörben, hogy megint tönkretette egy fogamat a sok cukros üdítő.

Ünnepélyesen megfogadtam, hogy havonta legfeljebb egyszer iszom cukros üdítőt.