

## Op uw gezondheid!



Op onze en andermans gezondheid heffen we vaak het glas en meestal wordt dat met plezier gedaan. Veelal is de inhoud van het glas een alcoholische versnapering of tegenwoordig ook wel een drankje met een alcoholische naam en er alcoholisch uitzien, maar dan wel zonder de geest verrijkende uitwerking van het alcoholische product. Degenen die het glas mede heffen op onze gezondheid bestaan meestal uit familieleden, hele goede vrienden, gewone vrienden en kennissen.

Maar er zijn nog veel meer lieden en instanties die er baat bij hebben dat er ieder jaar op uw en mijn gezondheid wordt geklonken en het glas geleedigd en dat zijn er veel meer dan waaraan u denkt of in uw gedachten opkomen. Denk aan Vadertje Staat en in het kielzog daarvan een keur van instanties, die op een of andere manier bezorgd zeggen te zijn over onze gezondheid. De sportclubs proberen ons ervan te overtuigen dat sporten gezond is en onze gezondheid bevordert. In hun kielzog heb je de sportscholen en wellnesbedrijven, die hetzelfde zeggen als de sportclubs, maar waar je meer betaalt voor de activiteiten om je gezondheid en conditie op peil te houden. De zuivelindustrie en vruchtensapfabrikanten laten zich ook niet onbetuigd en bieden ons een keur aan dranken en drankjes aan om toch vooral maar gezond te worden en te blijven en daarbij ook nog slank van vorm te worden en dan weer te blijven, waardoor je rimpelloos door het leven kunt gaan. En vergeet niet de natuurwinkels waar je allerlei pillen, drankjes en poeders kunt krijgen, waarvan ze zeggen dat ze een natuurlijke werking hebben, de stoelgang bevordert, ons Ph-gehalte op peil houdt en ons lichaam (bijna) onverslijtbaar maakt.

Laten we nu eens de gezondheidszorg via de melk- en fruitsappen nader onder de loep nemen. Waarom speciaal deze? Gewoon vanwege het doodeenvoudige feit dat we er door de folders van de diverse supermarkten wekelijks op gewezen worden, welke gezonde producten ze toch allemaal aan de vrouw en tegenwoordig ook aan de meeshoppende man proberen te brengen. Campina bewaakt onze gezondheid via Vifi drink en Goede Morgen en natuurlijk hun gewone melkproducten. We kennen hulpmiddelen als Jogi drinkyoghurt, Melkunie Breaker, Danone Activia yoghurt, Danio en Danoontje, Aldi probeert ons blij en gezond te maken met Aldi groentesap en dieetdrink. En wat denkt u van Ontbijtshake, Alpro Drink in amandel, light naturel of soya uitvoering? Of geeft u de voorkeur aan Optimel drink, een Almhof product, u weet wel van die jodeldames in Tiroler kleding en een koe met een enorme bel om de nek in de buurt. Als u dat niets vindt dan kunt u altijd nog Solevita vitaminedrank door uw keelgat laten klokken of DubbelFriss, de fruitige dorstlesser. En dan hebben we nog de gezondheidssappen van Hero, Philedelphia, Appelsientje, Chocomel, in België optredend onder de naam CeCemel, Black forest fruits en Roeryoghurt. Niets is de zuivel- en limoproducenten te dol om onze gezondheid te bevorderen, de huid er glanzend uit te (blijven) laten zien en de rimpelvorming tegen te gaan. En alsof dit alles nog niet genoeg is, draagt de soepindustrie natuurlijk ook zijn steentje bij. We kennen niet alleen Biologische maaltijdsoepen, maar ook de “stevige soepen” van Unox en vergeet hun soepen in een zak niet. Knorr, California, Magi en andere soepmerken leveren natuurlijk ook hun bijdrage. En als u dit alles in uw winkelmandje hebt geladen, kunt u de komende maaltijd nog altijd afronden met één of meerdere Power Proteïnerepen.

Een heel aparte tak van gezondheidssport is die van de natuurproducten. Winkels als De Rode Pilaren, de Waaihoek en de Kruidentuin proberen ons te verleiden om toch vooral hun biologische natuurproducten aan te smeren. Ik schreef er hier boven al over. Ze zijn meestal allemaal goed tegen de meest uiteenlopende kwalen, pijnen en inwendige klachten. De ene zegt dat hij of zij er baat heeft en een ander keert vaak snel op haar of zijn schreden terug, omdat het resultaat erg magertjes is, soms letterlijk, of ‘durchfall’ (Duits voor een stevige en doorlopende stoelgang) veroorzaakt.



Maar.....proosten op uw en mijn gezondheid kan ook langs profane weg, n.l. via de vele trappisten- en abdijbieren die we rijk zijn. Monniken worden vaak afgebeeld met een goed gevuld glas bier in de hand gevuld met producten met namen als Brave Hendrik, St. Petrus, Augustinus, Grimbergen, Kasteelbier, Kwak, Verboden Vrucht en nog veel meer dorstig makende en dorstlessende benamingen. Als je deze dranken samen met je maten met mate drinkt, zal dat op den duur een zaligmakende stemming veroorzaken, waardoor je altijd zult zeggen: “Proost, op je gezondheid!”



*Augustinus*