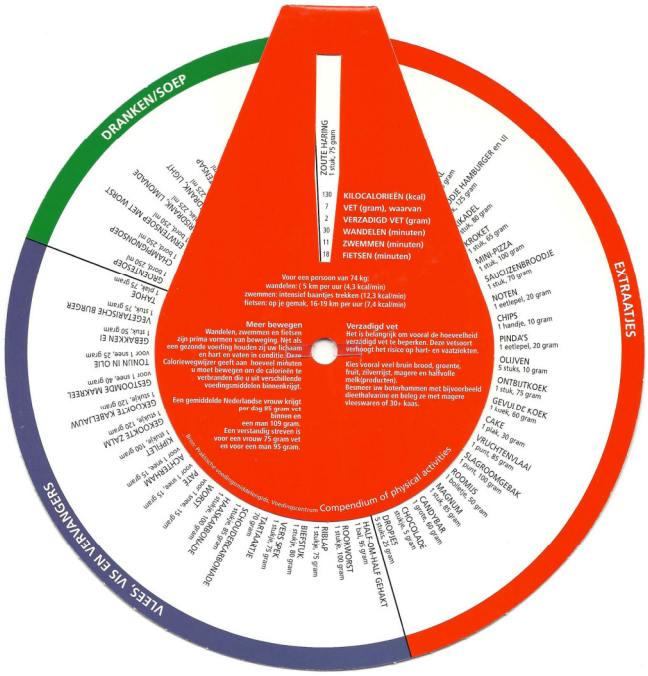
Nieuwe Caloriewijzer

Chris Hakkaart

Nieuwe schuif- en draaikaarten komen nog steeds op de markt. Meestal gratis. Dat hebben we geleerd van wijlen John Kvint, die ons op de IM 2007 heeft uitgelegd dat de rekenliniaal een statussymbool was en dat er dus goed geld voor gevraagd kon worden en dat schuifkaarten weggevertjes waren waar eigenlijk niets voor gevraagd kon worden.

Misschien heeft u enige tijd geleden ook de Caloriewegwijzer van de Nederlandse Hartstichting in de bus gevonden. Als zestiger met een buikje kijk je daar met dubbele belangstelling naar. Enerzijds naar de indeling en de constructie. Hij is gemaakt uit eenvoudig dun karton, waarbij de loper met een ingenieus plastic clipje is bevestigd. De opdruk is in kleur en goed leesbaar. Anderzijds naar de inhoud. De bekende te verorberen producten staan er op met vermelding van dit keer niet alleen de kilocalorieën en verzadigde of onverzadigde vetten, maar nu ook de tegenprestatie die je er voor moet leveren, uitgedrukt in wandelen, zwemmen of fietsen. Eerlijk gezegd schrikt dit meer af dan de kcal en grammen.
Om enkele voorbeelden te geven:

- De energie van een biertje ben je pas kwijt na 19 minuten wandelen. Het drinken ervan gaat sneller.
- Om de energie van een zoute haring - de nieuwe komt er eerdaags aan - kwijt te raken moet je toch 30 minuten naast zijn soortgenoot gaan zwemmen.
- En 26 minuten wandelen voor een vegetarische burger is niet meteen uitnodigend om over te stappen naar deze levensstijl.



Vraag is uiteindelijk wat het nut is van dit soort schijven. Zouden ze veel gebruikt worden? Of eindigen ze op het stapeltje te schrijven artikelen voor de MIR? Deze schijf wordt tenslotte opgeborgen bij de andere verzamelde schijven. Als er meer van hetzelfde type zijn wordt het interessant ze naast elkaar te leggen ten behoeve van een vergelijkend warenonderzoek. Maar misschien is dat wel niet meer nodig, want met een app op je mobiel heb je dezelfde informatie wel altijd bij je.