

gepollst

Staatssecretaris Van Rijn (Volksgezondheid) wil het anti-rookbeleid aanscherpen. De verpakking van sigaretten en shag zou voor minimaal 65 procent moeten bestaan uit waarschuwingsteksten en foto's van aandoeningen.

Het antirookbeleid slaat door, luidde de stelling gisteren. De 973 stemmers op rd.nl denken er zo over:

48% EENS

52% ONEENS

nieuwe stelling

Het aantal Nederlanders dat wekelijks aan sport doet, is in tien jaar tijd licht gestegen tot 56 procent van de bevolking. Dat staat in een rapport van het Sociaal en Cultureel Planbureau, dat vandaag verscheen.

Ik sport wekelijks of vaker.

■ EENS ■ ONEENS

>>Stem nu op rd.nl

Grootverpakking maakt klant dik

Grootverpakkingen werken overgewicht in de hand, stelt **Iris Versluis**. Ze pleit voor een afbeelding van de aanbevolen portiegrootte op de verpakking.

Verpakkingsgroottes en portieformaten zijn de laatste jaren flink toegenomen. Hoewel deze toename zonder twijfel het sterkst is in de Verenigde Staten, zien we ook in Nederland een trend richting grotere porties en verpakkingen. In de jaren 80 bijvoorbeeld bevatte een familiezak Lays-chips 175 gram. Nu zijn er familiezakken beschikbaar van maar liefst 300 gram.

Des te groter de verpakking, des te lager over het algemeen de prijs per eenheid. Op het eerste gezicht lijkt de trend van al grotere verpakkingen dus gunstig voor de consument. We krijgen immers meer voor minder geld. En we hoeven ook nog eens minder vaak naar de winkel omdat we langer met de verpakking doen. Toch?

Of we langer met de inhoud doen, valt sterk te betwijfelen. Onderzoek laat zien dat de consumptie toeneemt naarmate de verpakking groter wordt. Hetzelfde geldt voor porties in restaurants; des te meer eten we voorgeschoteld krijgen, des te meer

eten we op – zonder dat we het zelf beseffen. Zelfs van veertien dagen oude popcorn eten we meer als we een grote beker krijgen dan wanneer we een normale beker krijgen, zo blijkt uit een studie die is uitgevoerd in een bioscoop in de Verenigde Staten.

En ook over langere periodes blijven mensen consistent meer eten als de porties een grote in plaats van een normale omvang hebben, met gewichtstoename als gevolg. In de wetenschappelijke literatuur zijn het zogenaamde portiegrootte-effect en het verpakkingsgrootte-effect dan ook belangrijke begrippen geworden.

Oplossing

De groeiende omvang van porties en verpakkingen valt samen met de groei van het aandeel mensen dat kampt met overgewicht of obesitas. De steeds groter wordende porties en verpakkingen worden dan ook regelmatig genoemd als medeveroorzakers van de globale obesitasepidemie. Een belangrijke vraag is: kunnen we het tij keren?

De meest voor de hand liggende oplossing om het zogenaamde portiegrootte- en verpakkingsgrootte-effect te voorkomen, is om porties en verpakkingen kleiner te maken. De kans dat fabrikanten van levensmiddelen en restaurants dit vrijwillig doen, lijkt echter zeer klein. De "value

meals" en "value packs" zijn belangrijke concurrentiemiddelen, die de meeste bedrijven niet graag op willen geven.

Een alternatief is om mensen minder gevoelig te maken voor het verpakkingsgrootte-effect. Als we ervoor kunnen zorgen dat mensen net zo veel eten uit grote als uit kleine verpakkingen, kunnen ze met een gerust hart grote verpakkingen kopen. Zonder bang te hoeven zijn dat ze binnenkort niet meer in hun spijkerbroek passen. Dit is echter makkelijker gezegd dan gedaan. Onderzoek op dit gebied is nog pril, maar heeft tot nu toe vooral laten zien dat het verpakkingsgrootte-effect erg hardnekkig is.

Plaatje

Een mogelijke oplossing is het plaatsen van een sticker met daarop de aanbevolen portie op de verpakking. Mensen hebben veelal geen idee wat een fatsoenlijke portie is van bijvoorbeeld M&M's of chips. Het gevolg is dat hoe groter de verpakking is, hoe groter de hoeveelheid wordt waarvan mensen denken dat die redelijk is om in één keer op te eten. Een sticker met daarop een duidelijke afbeelding van een normale portiegrootte neemt deze onzekerheid weg, waardoor de consumptiehoeveelheid niet langer gebaseerd hoeft te worden op het formaat van de verpakking.



In samenwerking met Esther Papies en David Marchiori van de Universiteit Utrecht heb ik twee online-experimenten en een experiment in het lab uitgevoerd om de effectiviteit van een dergelijke sticker te testen. De uitkomsten laten zien dat de sticker het verpakkingsgrootte-effect vermindert, maar alleen als de aanbevolen portie door middel van een plaatje wordt weergegeven. Een aanbevolen portie in alleen grammen heeft geen invloed op de omvang van

consumptie of het verpakkingsgrootte-effect. Dit betekent dus dat de huidige portiegrootte-informatie op verpakkingen, die veelal in grammen wordt weergegeven, weinig tot geen effect heeft op consumptie.

Menselijke neiging

Het plaatsen van een afbeelding van de aanbevolen portiegrootte op de verpakking kan dus al een stap in de goede richting zijn in de aanpak van overgewicht en obesitas. Sommigen zullen mis-

OPGEMERKT

Hoger waterpeil Grift

In RD 19-1 stond een kort verslag van een informatiebijeenkomst van de provincies Utrecht en Gelderland over een beheersplan voor het Binnenveld. In dit gebied liggen drie kleine natuurreservaten met kleinere en kwetsbare natuur (blauwgrasland, trilveen). Het probleem is dat de soortenrijkdom in deze internationaal bekende reservaten achteruitgaat door verdroging en verzuring, wat onder meer het gevolg is van de diepe ontwatering van de landbouwgronden.

Verhoging van het waterpeil van de Grift leek dé oplossing te zijn, maar die werd afge-

stemd omdat landbouwgronden en een bedrijventerrein te nat zouden kunnen worden. Op de informatiebijeenkomst werd met veel elan het definitieve plan gepresenteerd: om de natuurreservaten zo nodig te vernatten met innovatieve kwelputten.

In het verslag staat dat ecologen dit plan hebben afgewezen. Dat is maar ten dele waar. Ecologen kijken altijd eerst naar de meest natuurlijke oplossing en dat is in dit gebied een kleine peilverhoging van de Grift. Omdat die werd afgewezen, hebben zij meegewerkt aan het onderzoek naar de technologische oplossing: de kwelputten. Zijn die effectief voor het herstel

van de grondwaterstanden waarbij blauwgrasland kan groeien en bloeien? Misschien, maar het bleek dat het erg moeilijk wordt om de grondwaterstanden in de zomer flink te verhogen.

Anderzijds zou het in andere maanden weleens te nat kunnen worden. Afgesproken is dat er eerst een proef met één kwelput wordt uitgevoerd. Dan komt er ook meer inzicht in de werkelijke kosten. Die zijn begroot op zo'n 2,1 miljoen euro. Dat is een flink bedrag. Onze blauwgraslanden en trilvenen hebben blijkbaar net zo veel (internationale) waarde als de schilderijen van Rembrandt. Laten we dan na afloop van de proef

alles nog eens opnieuw bekijken. Want met die 2,1 miljoen kan de natschade die boeren zouden hebben bij een peilverhoging van de Grift zo'n zeventig jaar lang worden betaald. Een hoger waterpeil van de Grift is dus wat mij betreft niet definitief van de baan.

Dr. Dick van der Hoek
Langhoven 70
6721 SJ Bennekom

Vragende jongere

Ik vond het antwoord op de vraag van een jongere op Puntuit (RD 14-1) niet zo bevredigend. Het betreft hier een jongere die naar God gaat vragen, dat is al een

wonder. Vragen kunnen opspelen, zoals: Hoe ervaren ik die God? En hoe kan ik zeker weten?

Jongeren worden dan missers en zoekers, het Woord wordt hun lief, zij gaan ernaar hongeren en dorsten, en geen kerkdienst wordt meer gemist. Zeker, er zijn tijden waar het allemaal niet meer zo gevoeld wordt. Maar de Heere komt op Zijn werk terug. Dat zullen ze ook merken en voelen.

De ogen moeten nog worden geopend, denk maar aan de blindgeborene: Jezus moest hem Zelf ontmoeten. Waar de liefde van God in het hart valt, zeg je: „Heere, haal mij hier vandaan, want ik wil altijd bij U zijn.”

over forum

De aanbevolen lengte van een bijdrage voor Forum bedraagt 750 woorden. De redactie behoudt zich het recht voor ingezonden bijdragen (zonder overleg) te redigeren en/of in te korten, of zonder opgave van reden te weigeren.

Coördinatie: Albert Groothedde en Willem van Klinken
E-mailadres: forum@refdag.nl

In de rubriek Opgemerkt kunnen abonnees reageren op de redactionele inhoud van het RD. Uitzonderingen zijn: andere brieven in Opgemerkt, de rubriek "Kerkelijke pers/ZoGezegd", meditatieve bijdragen en recensies. Inzendingen (maximaal 300 woorden) moeten zijn voorzien van naam en adres van de schrijver. De redactie behoudt zich het recht van bekorting of weigering voor.

E-mailadres: hoofdredactie@rd.nl

Plaatsing van bijdragen voor Forum of ingezonden brieven betekent niet dat de redactie met de inhoud ervan instemt.

Door het inzenden van een brief of opiniebijdrage verleent de schrijver aan Erdee Media Groep een niet-exclusieve licentie om het werk vast te leggen, te verveelvoudigen en te verspreiden in gedrukte, elektronische of andere vorm, zoals cd-rom, databank, internet of geluidsdragers.



„Als we daadwerkelijk iets willen doen aan het groeiende aantal mensen met overgewicht en obesitas, zullen we actie moeten ondernemen die verder gaat dan voorlichtingscampagnes alleen.”
beeld RD, Anton Dommerholt

die ze normaal eten. Het gevolg is dat consumptienormen verschuiven door de al groter wordende porties en verpakkingen.

Toen McDonald's in 1955 in de Verenigde Staten zijn eerste vestiging opende, was er één formaat cola beschikbaar, namelijk een beker van 200 ml. Wie nu een 'normale' beker cola in de VS bestelt, krijgt 620 ml; meer dan drie keer zo veel.

Als we daadwerkelijk iets willen doen aan het groeiende aantal mensen met overgewicht en obesitas zullen we actie moeten ondernemen die verder gaat dan voorlichtingscampagnes alleen. Dat kan in de vorm van een aanbevolen portie op de verpakking, maar ook via andere veranderingen in de voedselomgeving. Een goed voorbeeld van een dergelijke verandering is het niet langer verkopen van snoep bij de kassa in supermarkten. Andere mogelijkheden zijn het vooraan zetten van gezonde etenswaren in zelfbedieningsrestaurants en het individueel verpakken van snoep, om zo gedachteloos dooreten te verminderen.

De auteur is als promovenda verbonden aan de Erasmus School of Economics. Dit is een bewerking van een artikel dat eerder verscheen op economieopinie.nl, het opinieplatform van de Erasmus School of Economics.

schien beweren dat zo'n stickertje betuttelend" is en dat „we zelf heel goed uit kunnen maken hoeveel we willen eten." Helaas blijkt keer op keer dat we dit niet goed kunnen. Zo heeft onderzoek bijvoorbeeld aangetoond dat zelfs voedingsdeskundigen zichzelf meer ijs serveren als ze een groot schaaltje in plaats van een klein schaaltje krijgen om het ijs in te doen. Ook hebben mensen de sterke neiging om hun bord leeg te eten, zelfs als de portie daarop aanzienlijk groter is dan de portie

Ik vond in de beantwoording de lat wat hoog gelegd, voor een ontluikend hart.

W. Dantuma-Kuitert
Fuldastraat 2
9113 PK Wouterswoude

Pinnen of cash

In het artikel "Pinnen? Liever cash" (RD 10-1) wordt mijns inziens een aantal argumenten ten gunste van contant betalen niet genoemd. Banken willen op korte termijn af van contant geld, want minder onkosten leiden tot hogere opbrengsten. Degene die bij geldloze kassa's niet wil of kan pinnen, kan in de toekomst bij

steeds minder winkels terecht. Op enig moment wordt hij onder druk gezet wanneer hij dreigt te worden uitgesloten van het doen van aankopen.

Bovendien: onze privégegevens blijken een potentiële goudmijn voor banken. Dat geldloze kassa's het veiligheidsniveau van winkels beïnvloeden, zal voor een deel waar zijn, maar het is ongeveer dezelfde redenatie als: laten we alle auto's afschaffen, zodat er geen auto-ongelukken meer gebeuren.

P. Donia
Vennewaard 313
1824 KK Alkmaar

WETENSCHAP & TECHNIEK

Een ongemakkelijke waarheid



Op de eerste werkdag van dit jaar hield de directeur van het KNMI een nieuwjaarstoespraak waarin hij zijn tevredenheid uitsprak over de plaats die het KNMI inneemt in het huidige klimaatdebat. Het was

hem namelijk opgevallen dat in de politiek niet meer betwijfeld wordt of het klimaat verandert. De discussie is verschoven van de vraag of er klimaatverandering is, naar de vraag wat eraan gedaan kan worden.

Tijdens de lunch besprak ik met een collega de vraag of de maatregelen die genomen worden, afdoende zullen zijn om desastreuze gevolgen te voorkomen. Concluderend waren we daar behoorlijk somber over. Opkomende landen zoals China, maar ook de Verenigde Staten, zijn immers nauwelijks bereid om te investeren in maatregelen. China vindt dat het het recht heeft om ook welvarend te worden, terwijl de VS (voornamelijk door de invloedrijke olie-industrie) nog amper wil accepteren dat het klimaat verandert. En als dergelijke grote landen niet meedoen aan maatregelen om de wereldwijde uitstoot van broeikasgassen te verminderen, heeft de inspanning van de rest van de wereld nauwelijks effect – laat staan van een klein landje als Nederland.

Maar, zo was de volgende vraag in ons gesprek, zouden zulke landen echt niet inzien dat het klimaat maar één keer verstoord kan worden, met alle dramatische gevolgen van dien? Het afgelopen jaar 2014 spreekt hierin duidelijke taal: het warmste jaar sinds de metingen, niet alleen in Nederland, maar wereldwijd.

Gemak van nu

Mijn collega en ik vonden een verklaring door de parallel met onze gezondheid te trekken. Hoe is het mogelijk dat zo veel mensen blijven roken, terwijl ze weten (of in elk geval kunnen weten) dat elke sigaret gemiddeld 28 minuten van hun leven kost? Waarom eet slechts 8 procent van de volwassenen de aanbevolen hoeveelheid fruit, en 5 procent de aanbevolen hoeveelheid groente? Waarom draagt 10 procent van de autobestuurders geen gordel? Blijkbaar zijn wij mensen sterk geneigd om te kiezen voor het gemak van nu, boven het belang van de toekomst – zeker als we op dit moment nog weinig van die toekomst merken.

Maar hoe denkt de gereformeerde gezindte hier nu over? Mijn indruk is dat wij zeker niet vooroplopen in de zorg voor het klimaat. Integendeel, ik vermoed dat wij ons minder om het klimaat bekommeren dan de gemiddelde Nederlander. Te vaak krijg ik nog de vraag te horen: „Is het nu echt waar, dat broeikas effect?"

Ik zie hiervoor twee redenen. De eerste is dat wij ons weinig aantrekken van maatschappelijke consensus, wat te maken heeft

met het feit dat wij als gezindte een minderheidspositie innemen en het dus gewend zijn anders te denken dan onze buurman en collega. Zelfs wetenschappelijke consensus wordt, als het ons niet uitkomt, terzijde gelegd. Hele tijdschriften en krantenpagina's worden er gevuld met opmerkingen dat je er goed aan doet om wetenschappelijke resultaten te betwijfelen. Die scepsis heeft alles te maken met onze afwijzing van de evolutietheorie, maar sijpelt ook door naar andere wetenschappelijke disciplines.

De tweede reden van de laconieke houding ten opzichte van de zorgelijke klimaat-effecten heeft te maken met de prediking.

Wij trekken ons weinig aan van maatschappelijke consensus

Helaas zijn velen gewend geraakt aan de waarschuwendende woorden die zij zondag op zondag horen: „Het oordeel komt!" Vele hoorders leven alsof ze die boodschap niet begrijpen – er is immers toch niets aan te doen...

Mozes

Veelzeggend is in dit verband de toespraak die de Amerikaanse vicepresident Al Gore hield toen hij in 2007 de Nobelprijs voor de vrede kreeg uitgereikt voor zijn inzet om de klimaatveranderingen tegen te gaan, onder andere door zijn film "Een ongemakkelijke waarheid". Hij citeert in zijn toespraak de "oude profeet" Mozes als hij zegt: „Hoevel mijn woorden tekortschieten voor dit moment, toch bid ik dat wat ik in mijn hart voel duidelijk genoeg overgebracht zal worden, zodat degenen die mij horen, zullen zeggen: „We moeten handelen!" Het is de grootste eer van mijn leven om deze prijs te delen met de meest vooraanstaande wetenschappers. Zij hebben ons de keuze voorgelegd tussen twee verschillende toekomsten – een keuze die in mijn oren de woorden van een oude profeet doen weergalmen: „Het leven en de dood heb ik u voorgehouden, de zegen en de vloek! Kies dan het leven, opdat u leeft, u en uw nageslacht.""

Door te kiezen voor klimaatneutrale maatregelen voorkomen we wereldwijde rampen – door het Evangelie te aanvaarden voorkomen we niet alleen de grootste ramp, maar ontvangen we bovendien het diepste geluk dat er is, en dat op een nieuwe aarde.

Henk van den Brink is klimaatonderzoeker bij het KNMI. Reageren? rubriekforum@refdag.nl