

Op uw gezondheid!

Onlangs verbleef ik kort op het Duitse Waddeneiland Langeoog, autovrij en gepromoot als 'Seeheilbad'. Meteen werd duidelijk dat onze oosterburen graag benadrukken hoe gezond het is om een Waddeneiland te bezoeken. Onder de naam Thalasso worden er allerlei kuren aangeboden. Slib- en algenbaden, massages, zwemmen in zee, aquajogging in zout water en wandelen op 'Thalassopaden' in de duinen.

Al ligt Nederland aan dezelfde zee, de laatste jaren gaan wij om een andere reden naar de kust. Hoe is dat gekomen? In het collectief geheugen van de Zandvoorters staat nog steeds het bezoek van keizerin Sissi in 1884 en '85 aan deze badplaats gegrift. Zij liet zich, op advies van haar behandelend arts, regelmatig met een badkoets de zee inrijden om vervolgens discreet in het zeewater te zakken. Ook maakte zij lange strandwandelingen en reed te paard door de Kennerduinen. Alles voor haar gezondheid.

Tot ver in de vorige eeuw kwamen grote groepen stadse bleekneusjes zomers naar de kust. Onder het motto:

'Terug tot de gezondheid' verbleven de kinderen de hele vakantie in zogenaamde koloniehuisen. Goed eten en beweging in de frisse zeelucht zou hun weerstand vergroten was de gedachte.

Opvallend dat de term gezondheid bij ons definitief vervangen lijkt door het woord recreatie. Gezondheid weegt zwaarder dan recreatie en ik ben ervan overtuigd dat dit zijn uitwerking heeft op het beleid omtrent onze kust. Inmiddels hoop ik dat u deze zomer heerlijk heeft gerecreerd op het strand en in de duinen en heeft gemerkt welke uitwerking dat heeft op uw gezondheid.

Tekst: Annelies Boutellier

Foto: Antje Ehrenburg

