



Bedenker Raymond Nolet: 'Hoe complexer de mix, hoe groter het effect'

Smoothie Joycie gaat strijd aan met welvaartsziekten

Gezonder leven dankzij een drankje vol groenten en fruit: dát is Joycie, een product van MiFood. Wetenschappelijk onderzoek toonde aan dat de weerstand verhogende smoothie onder meer bijdraagt aan een goede bloedsomloop, aldus Raymond Nolet.

MiFood houdt zich bezig met jouw gezondheid, zegt oprichter Raymond Nolet. Dat doet MiFood door het ontwikkelen en verkopen van mixen die zijn gemaakt van 100 procent groente en fruit. In wisselende samenstellingen, zonder conserveermiddelen of zoetstoffen, met behoud van vezels. Van blauwe bessen en appel, tot tomaat en spuitjes. In Venlo heeft MiFood een hypermodern R&D-lab waar continu aan nieuwe producten en procestechnieken wordt gewerkt.

Drie jaar onderzoek

Joycie is het resultaat van een drie jaar durend onderzoek dat samen met de Universiteit Maastricht is uitgevoerd. Daar deden tweehonderd gezonde consumenten aan mee. Doel was om het effect van de bioactieve stoffen op de preventieve gezondheid te meten. Hierbij is gekeken naar hart- en vaatziekten, ouderdomssuiker en het ontstaan van vormen van kanker. Op basis van urine-, bloed- en oogtesten was al snel een positief effect op de weerstand

waarneembaar: zo waren slagaderen dikker en aderen dunner geworden. Nolet: „Hoe complexer de mix, hoe groter het effect. De grondstoffen versterken elkaar namelijk in werking.”

Ook ander onderzoek heeft intussen uitgewezen: de weerstand tegen ziektes verhoogt door bioactieve stoffen te eten.

'Iedereen wil toch gezond oud worden?'

In principe moet een mens 500 gram groenten en fruit per dag eten, maar weinig volwassenen lukt dat: vijf procent. De mixen van MiFood zijn een aanvulling op je normale voeding, benadrukt Nolet. „Eet overdag gewoon je appel of mandarijntje en eet groente bij je avondeten. Een flesje Joycie zorgt ervoor dat je uiteindelijk voldoende groente en fruit binnenkrijgt.”

Nolet merkt dat vooral vijftigplussers met hun gezondheid bezig zijn: ze willen gezond oud worden. „Ze gaan fietsen, stoppen met

roken en drinken minder alcohol. Er is urgentie.” Maar jongeren worden niet vergeten. „Hoe eerder je je eetgedrag aanpast, dus meer groenten en fruit eet, hoe beter.”

Bijdragen aan preventieve gezondheid

De groente- en fruitmixen zijn verkrijgbaar via bol.com en de website van MiFood. Ook zijn de mixen als reep te koop. „We hebben veel geld uitgegeven aan onderzoek, nu willen we de consumenten laten ervaren dat ze zelf aan hun gezondheid kunnen werken. Preventie, daar draait het om. Verder zoeken we een investeerder om de scale-up mede te financieren.” Nolet is immers op een missie: dat mensen gezonder gaan eten en leven. „Ik praat er zeven dagen per week over. Er valt nog zoveel te winnen op dat gebied. Iedereen wil gezond oud worden, of langer jong blijven, toch?”

i Kennismaken met Joycie? Scan dan de QR-code.



Stephan (20) richtte al twee IT-bedrijven op: 'Ondernemen leer je niet uit de boeken'

Twintig jaar oud, maar al vijf jaar ondernemer. Stephan Rohaan begon op zijn vijftiende zijn eerste IT-bedrijf, verkocht het op zijn zeventiende, waarna hij niet veel later een volgend bedrijf oprichtte. Dat vertelt hij in de podcast *De Jonge Ondernemer*.

Het verhaal van Stephan begint op de basisschool als hij in groep 8 zit. „Ik was twaalf toen ik begon met het spelen van het spelletje *Minecraft*. Soms miste ik een functie en dan googelde ik hoe je die functies erbij kon maken. Zo kwam ik uit op programmeren.”

Eigen bedrijf op zijn vijftiende

Enkeel op de middelbare school was het tijd voor een snuffelstage. Waar andere kinderen misschien bij het bedrijf van hun vader of moeder aankloppen, kiest Stephan voor een softwarebedrijf. Als hij even later vanuit school de opdracht krijgt om een app te maken, komt de programmeur in hem naar boven. Het schoolproject wordt begeleid door een mentor uit het bedrijfsleven, die Stephan een unieke kans geeft om een eigen bedrijf te beginnen in het bouwen van apps, websites en webshops. Als hij even later het klantenbestand kan overkopen van een bestaand IT-bedrijf, is Stephan op zijn vijftiende al ondernemer.



Hoe de bestaande klanten reageerden op de piepjonge nieuwe websitebouwer en waarom Stephan dit succesvolle bedrijf al op zijn zeventiende verkocht, hoor je in *De Jonge Ondernemer*. Zijn advies tot slot aan leeftijdsgenoten die willen ondernemen? „Doe het gewoon!”



De *Jonge Ondernemer* vind je op de bekende podcastkanalen als Spotify en Apple Podcasts. Scan de QR-code en beluister de nieuwste aflevering.

Kind van de rekening



JACCO VONHOF OVER LASTENVERHOOGING VOOR ONDERNEMERS

Het kabinet moet dekking vinden voor de extra miljarden die het heeft uitgegeven, onder meer om burgers te compenseren voor de hoge energieprijzen. De rekening daarvan mag echter niet naar ondernemers worden doorgeschoven. Het zou funest zijn voor al die ondernemers die al gebukt gaan onder alle kostenstijgingen en ook moeten investeren in de toekomst van hun bedrijf.

We zijn een nieuw jaar wel eens beter begonnen. Net als vele andere ondernemers ben ik een rasoptimist, maar ik maak me zorgen over het voortbestaan van duizenden ondernemers in mijn achterban.

De problemen tellen op: kostenstijgingen voor energie, personeel en bureaus, eventuele coronaschulden, arbeidsmarktcrisp, een naderende recessie. Het beperkt de ruimte voor ondernemers om te investeren: in verdere verduurzaming, (de ontwikkeling van) hun medewerkers, digitalisering en automatisering, de toekomst.

Lastenverhoging ondernemers

Het slechtste wat het kabinet daarom kan doen, is de lasten voor ondernemers opnieuw verhogen. De lasten voor ondernemers verhogen betekent dat de investeringen van ondernemers teruglopen – dat zien we nu al – terwijl Nederland juist moet investeren in versnelde verduurzaming. Ik zal er in de

lobby alles aan doen om deze lastenverhoging te voorkomen.

Het koopkrachtpakket en het prijsplafond kosten de overheid tientallen miljarden en worden gezien als een tegenvaller op de begroting. Dát die tegenvaller zo hoog is opgelopen, heeft vooral te maken met het onvermogen om maatwerk te leveren. Iedereen heeft twee keer 190 euro als compensatie voor de hoge energierekening gekregen, hoewel velen dat helemaal niet nodig hadden. Terwijl anderen die het financieel echt zwaar hebben, er nauwelijks mee zijn geholpen.

Staatsschuld laten oplopen

Het staat haaks op de Zalm-norm om tegenvallers aan de uitgavenkant op te vangen met hogere

premies of belastingen. Als de overheid meer uitgeeft, moet het gat ook aan die kant worden gedicht en niet over de rug van ondernemers. Desnoods laat het kabinet de staatsschuld wat verder oplopen. Dat kunnen de staatsfinanciën prima hebben.

Wie het niet kan hebben, is mijn achterban. Misschien ben ik als optimist toch te somber en verrast het kabinet me straks in positieve zin met een goede dosis gezond verstand. Maar ik durf er nog geen gif op in te nemen.

i Jacco Vonhof is voorzitter van ondernemersorganisatie MKB-Nederland.



Sieradentweeling Anne en Esther Vedder: 'We hadden geluk dat we in Amsterdam wonen' 32 / Tabee, vliegangst! 28 / Hulp aan korsakovpatiënten: hoe is het leven na de drank? 30 / Han Lips 38