

# Esbjergs sundhedsguru nummer ét

I den hyggelige økologiske have midt i Esbjerg har Susy den dejligste arbejdsplads, man kan finde.

I drivhuset sidder Susy og arbejder ved computeren, og besvarer mail fra kunderne.

Årsagen er den, at BønneSpirens hjemmeside, NetSpiren.dk de sidste par år har oplevet en eksplosiv stigning i salget af helseprodukter.

For ca. 15 år åbnede helsekostbutikken BønneSpiren. Susy Grundahl havde selv været plaget af eksem og Psoriasis i hele sit liv, men spiste sig ud af det. Susy boede i baglokalet med sine to små børn. Her kunne man dufte, når aftensmaden var ved at blive forberedt, og hun var altid klar med en lille smagsprøve til kunderne og en kop the. Men der var langtfra kunder nok, og der var slet ikke penge nok, banken sagde stop. De ville ikke kaste gode penge efter dårlige!

Men Susy er ikke sådan lige at stoppe, når der er noget, hun brænder for. Heller ikke selv om hun ikke havde fået løn i over 2 år. Familien levede af Iværksætterydelsen, der svarede til halv dagpenge, og aftensmaden bestod af de fødevarer, der var på kanten af "sidste salgsdato".

## Mælk

Når man kan spise sig syg, kan man vel også spise sig raske.

- Jeg skiftede kød, mælk og sukker ud med vegetarmad, økologiske grøntsager, bønner, linser og naturmedicin. Men det var svært at finde økologiske fødevarer i Esbjerg dengang, så der var jo ikke andet at gøre, end selv at starte en helsekostbutik, fortæller hun.

Mælk er vældig sund for kalven!

- Jeg kunne jo se, at det



Ingen arbejdsdag uden en sund Smoothie, som Susy her drikker i sit hyggelige drivhus.

nytter noget at lave kosten om. Min Psoriasis forsvandt, og vi fik det alle bedre. En af de største syndere for os var mælken. Mine drenge havde lidt meget af mellemørebetændelse. Det forsvandt fuldstændigt. Der er rigtig mange mennesker, som får det bedre i maven og luftvejene ved at droppe mælken. Prøv det i en måned og mærk forskellen.

- Man skal bare ikke være fanatisk. Jeg er vild med ægte vanilleis, griner Susy.

## Økologi og online rimer ikke på hinanden - skulle man tro.

Susy kunne selv knap tænde en computer, da NetSpiren.dk for fire år siden kom til verden.

- I dag er den en succeshistorie. Men det har også betydet at vi i år har haft en arbejdsuge på ca. 12 - 14 timer, både aftener og weekender, selvom der er 3 fuldtidsansatte og mig.

- Folk er blevet så meget

mere bevidste om, hvad de spiser, og hvad de smører på kroppen. De vil ikke have madsminke, tilsætningsstoffer og parabener. Med NetSpiren.dk kan alle få fat i de sunde produkter, og der bliver virkelig solgt meget over nettet og samtidig er salget i Bønnespiren eksploderet de sidste par år, så nu har vi netop outsourcet al pakning fra NetSpiren. Det vil sige, at ordrene bliver pakket hos leverandøren, hvilket gør, at vi kan have dag til dag levering, og at vi kun skal gøre det vi er bedst til. Næmlig kundeservice og på at udvikle NetSpiren med nye tiltag så den bliver endnu mere spændende og visuel, fortæller Susy.

## Nye tiltag i BønneSpiren

Pigerne i BønneSpiren er super dygtige helsevejledere, men har skulle bruge alt for megen tid til alle de mange paller med varer der kommer hver dag, i stedet for at kunne

koncentrere sig 100 procent om kunderne.

- Så vi glæder os til, at NetSpiren flytter til nye lokaler. Nu får vi jo en masse ekstra plads i BønneSpiren, når nettet er flyttet.

- Det bliver så spændende, og vi har masser af nye ideer. Man kunne lave en økologisk café, eller en skøn the café, Smoothie bar eller have klinikker til alternative behandlere og kosmetologer derinde eller måske åbne et galleri og atelier med malerkurser. Jeg er nemlig færdiguddannet kunstterapeut om et år.

- Jeg har heldigvis en rigtig god sparringspartner i min mand. Så mon ikke han synes, at jeg skal slappe lidt af og om få uger tager vi også 3 uger til Nice. Her vil vi bare slappe af, lave god mad og måske hente inspiration til vores kagebog om lækker sund mad, slutter den ihærdige 47-årige ildsjæl fra Esbjerg Af Kim Schou  
ksc@burdstikken.com