

Lífrænt vottað

10. desember 2016

KYNNINGARBLAÐ Móðir Jörð | Sóley Organics | Himneskt | Nesbúegg | Villimey

Byggir upp lífræna vottun og þróun

Vottunarstofan Tún er einkarekin faggild eftirlits- og vottunarstofa fyrir lífræna og sjálfbæra framleiðslu. Fyrirtækið sem var stofnað árið 1994 hefur átt ríkan þátt í lífrænni þróun hér á landi. Tún hefur einnig mikilvægu hlutverki að gegna í vottun sjálfbærra sjávarnytja.

Vottunarstofan Tún veitir framleiðendum í landbúnaði, sjávarútvegi og vinnslu náttúrulegra afurða gæðaðþjónustu. Fyrirtækið starfar í samræmi við alþjóðlega staðla varðandi lífríki og náttúru. Rannveig Guðleifsdóttir er verkefnastjóri hjá Vottunarstofunni Túni. Hún segir að fyrirtækið sé rekið án allra ríkisstyrkja.

„Við störfum aðallega á tveimur sviðum, lífrænni vottun og vottun og eftirliti með sjálfbærum sjávarnyttjum samkvæmt viðmiðunarreglum Marine Stewardship Council eða MSC. Tún er eina fyrirtæki sinnar tegundar hér á landi,“ útskýrir hún.

„Bundið er í lög að landbúnaðarafurðir sem markaðssettar eru með tilvísun í lífræna framleiðsluáferðir hafi vottun. Þeir sem vilja kynna vörur sínar sem lífrænt vottaðar þurfa að leita eftir slíkri vottun til okkar,“ segir Rannveig. „Vottunarstofan Tún framkvæmir ítarlega úttekt á viðkomandi framleiðslu í upphafi og árlega eftir það. Þeir sem eru vottaðir eru undir reglubundnu eftirliti. Einnig gerum við fyrirvaralausar úttektir samkvæmt handahófskenndu úrtaki. Menn geta því alltaf átt von á okkur,“ útskýrir Rannveig.

Sextíu vottuð fyrirtæki

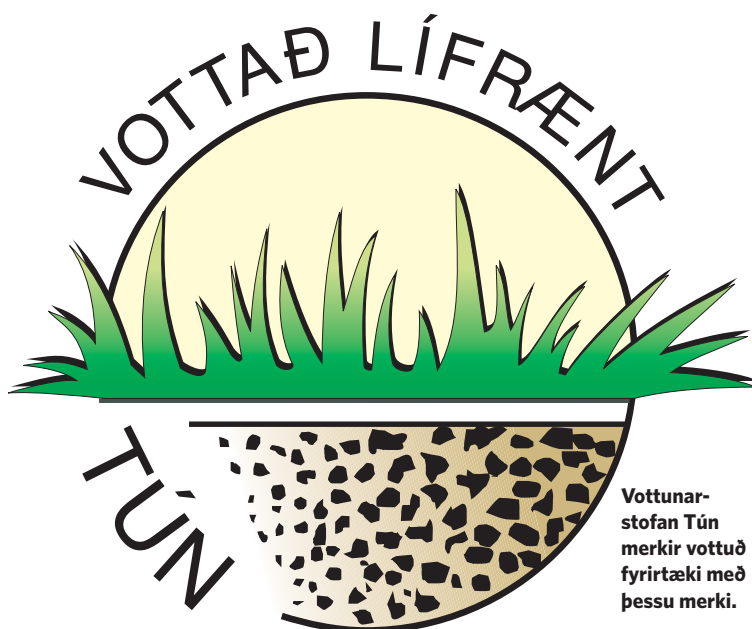
Um sextíu fyrirtæki eru vottuð í dag. Þau eru í landbúnaði, jarðyrkju, matjurtarækt, búfjárrækt, fiskeldi og söfnun villtra plantna. Þá eru vinnslustöðvar sem vinna úr lífrænum hráefnum, pakka, endurpakka, endurmerkja og flytja inn lífrænar vörur. „Þetta er mjög fjölbreytt starfsemi, mjólkurvinnsla, sláturhús, bakarí, bjógerð, kaffibrennsla og margt fleira. Öll fyrirtæki sem eru með vottun frá Túni hafa leyfi til að nota vottunarmerkið okkar á vottaðar vörur. Vottunarmerkið er því staðfesting til neytenda á því að umrædd vara hafi lífræna vottun. Við fáum öðru hvoru ábendingar frá fólki um tilvísanir í lífrænar framleiðsluáferðir án þess að vottun liggja þar að baki, en þá er ekkert vottunarmerki á umbúðunum. Við komum slíkum ábendingum til eftirlitsaðila.“

Langur aðlögunartími

Vottunarstofan Tún var stofnuð 1994 og fyrstu vottorðin gefin út við hátíðlegar athafnir haustið 1996. „Undanfarin ár hefur verið mestur vöxtur hjá vinnslufyrirtækjum,“ segir Rannveig. „Það eru erfið skref fyrir bónda að skipta yfir í lífræna framleiðslu því aðlögunartíminn er langur, tvö ár. Á þeim tíma þarf viðkomandi að uppfylla kröfur um lífræna framleiðslu og greiða eftirlitsgjöld, en getur ekki markaðssett vörur sínar sem lífrænar. Það getur því verið átak að taka slíkt skref. Í



Rannveig Guðleifsdóttir, verkefnastjóri hjá Vottunarstofunni Túni. MYND/GVA



Vottunarstofan Tún merkir vottuð fyrirtæki með þessu merki.

sumum tilvikum þarf að gera töluvert kostnaðarsamar breytingar, t.d. fækka í búfjárstofninum til að standast rýmiskröfur, gera breytingar á gripahúsum eða jafnvel byggja nýtt hús, en eins og stað-

an er núna fá bændur ekki aðlögunarstyrki til að fjármagna svona breytingar. Það hefur haldið aftur af nýliðun í þessari stétt. Ég býst við að aðlögunarstyrkir sem tíðkast í öðrum Evrópulöndum, gætu

liðkað fyrir bændum að fara út í lífræna framleiðslu. Við finnum fyrir áhuga, en margir bændur sjá ekki að dæmið geti gengið upp fjárhagslega. Aftur á móti þarf vinnslufyrirtæki ekki aðlögunartíma, þótt oft þurfi að breyta vinnsluferlum, uppfæra gæðakerfi og afla nýrra birgja. Vinnslan er tekin út og síðan er hægt að byrja, sem gerir ferlið allt einfaldara,“ segir Rannveig.

Áhugi á lífrænum vörum

Mikill og vaxandi áhugi er meðal neytenda að kaupa vörur með lífræna vottun. Rannveig segir að þau sjái það mjög vel með t.d. mjólkurvörum þar sem eftirspurn hefur verið meiri en framboð í nokkur ár.

„Lífræn ræktun snýst um að vinna í sátt við náttúruna, þar sem jarðvegurinn er lifandi og næringarríkur. Það má ekki nota kemískan tilbúinn áburð. Þegar slíkur áburður er notaður rýkur gróðurinn upp á kostnað örveru- og skordýralífs sem er forsenda frjósamrar gróðurmoldar. Þegar fólk hættir að nota tilbúinn áburð tekur mörg ár að fá líf í jarðveg-

» Lífræn ræktun snýst um að vinna í sátt við náttúruna, þar sem jarðvegurinn er lifandi og næringarríkur. Það má ekki nota kemískan tilbúinn áburð. Þegar slíkur áburður er notaður rýkur gróðurinn upp á kostnað örveru- og skordýralífs sem er forsenda frjósamrar gróðurmoldar.

Rannveig Guðleifsdóttir

inn. Einnig má nefna að tilbúinn áburður nýtist oft illa, talsverður hluti hans getur skolast út í ár og þaðan út í sjó, en mengun af þeim völdum er nú stórt umhverfisvandamál í öllum heiminum. Í lífrænni ræktun eru notuð áburðar efni af lífrænum uppruna, en þó eru takmarkanir á árlegri köfnunarefnisnotkun. Eins eru miklar takmarkanir á notkun varnarefna, og kemisk eiturefni sem notuð eru í hefðbundnum landbúnaði eru bönnuð. Það skilar sér í hreinni afurðum, en rannsóknir hafa sýnt að eiturefni sem mælast í þvagi snarminnka þegar skipt er yfir í lífræna mataræði. Einnig eru mjög strangar reglur um aðbúnað dýra og að þau geti sinnt sínum eðlislægu þörfum. Í matvælaframleiðslu er notkun aukefna mjög takmörkuð. Þess vegna er vara með lífræna vottun almennt með mun styttri innihaldslýsingu en aðrar vörur.“ segir Rannveig.

Góð fyrirmynd

Vottunarstofan Tún gefur út reglur um lífrænar aðferðir í framleiðslu landbúnaðar- og náttúruafurða. Reglur Túns miðast við íslenskar og evrópskar lagareglur um sama efni. Þar sem alþjóðlegum reglum sleppir og enn skortir viðmið hefur Tún þróað eigin reglur, til dæmis um lagargróður og þörungna, ylraektun matjurta og um matreiðslu lífrænna veitinga.

Á sviðum lagargróðurs og ylraektar hafa reglur Túns orðið fyrirmynd í fjölþjóðastarfi við mótun sameiginlegra viðmiða fyrir lönd Evrópusambandsins og EES.

Nánar má kynna sér Vottunarstofuna Tún á www.tun.is.

Framleiða lífrænar heilsu- og sælkeravörur

Móðir Jörð er í eigu hjónanna Eymundar Magnússonar og Eyglóar Bjarkar Ólafsdóttur, bænda í Vallanesi á Fljótsdalshéraði. Þar fer fram lífræn ræktun á korni og grænmeti og framleiða hjónin eigin vörulínu úr hráefninu. Hreinn og frjósamur jarðvegur er lykilatriði í ræktuninni

„Byggrækt hófst í Vallanesi árið 1985 og kom byggð fljótlega á neytendamarkað undir vörumerkinu Móðir Jörð. Við stundum einnig fjölbreytta útiræktun á grænmeti og nýtum hátt í hundrad tegundir til endursölu eða til fullvinnslu í okkar vörur. Vörur Móður Jarðar grundvallast alltaf á hráefni sem hægt er að rækta á Íslandi. Öll ræktun og framleiðsla er lífrænt vottuð en Vallanes er eitt af fyrstu býlum sem fengu lífræna vottun á Íslandi eða árið 1990,“ segir Eygló Björk Ólafsdóttir, bóndi og matvælaframleiðandi í Vallanesi.

„Jarðvegurinn hér hefur verið ræktaður upp í lífrænni ræktun í áratugi og er því ríkur af örverum og algerlega laus við tilbúin áburðarefni. Plönturnar taka upp meira af næringu úr jarðveginum auk þess sem þurrefni er meira vegna hægari vaxtar

en þetta skilar sér í hráefni sem bragð er að.“

„Bygg er úrvals heilkorn en umfangsmiklar rannsóknir á Norðurlöndum og á vegum Harvard-háskóla í Bandaríkjunum sýna að neysla á heilkorni, s.s. bygg, dregur úr líkum á hjartasjúkdómum. Bygg inniheldur auk þess beta-glucana sem sýnt hefur verið fram á að dregur úr myndun kólesteróls í blóði auk þess sem það jafnar blóðsykur. Tilvalið er að nota bankabygg eða perlubygg sem meðlæti með mat, t.d. með fiski og í salöt eða „byggottó“. Í ferðabjónustu í Vallanesi er boðið upp á morgunmat úr íslensku bygg en næsta vor munum við svo opna verslun okkar í nýju húsi byggðu úr ösp úr okkar skógum og bjóða þar upp á léttar veitingar.

Við framleiðum einnig grænmetisrétti, m.a. sýrt grænmeti (súrkál) sem fellur mjög vel að



Eygló Björk Ólafsdóttir, bóndi og matvælaframleiðandi í Vallanesi.

ræktuninni þannig að við getum nýtt hráefnið betur og varðveittum það með þessari gömlu góðu vinnsluáferð. Súrkál er hrein og lifandi afurð sem látin er gerjast í eigin safu en öll vítamín og steinefni í grænmetinu halda sér. Þar

að auki verða til góðir gerlar sem eru mikilvægir fyrir þarmaflóruna og viðhalda góðri meltingu.“

Vörur Móður Jarðar fást í flest-öllum matvöru- og heilsubúðum.
www.vallanes.is



Bygg er úrvals heilkorn en umfangsmiklar rannsóknir á Norðurlöndum og á vegum Harvard-háskóla í Bandaríkjunum sýna að neysla á heilkorni, s.s. bygg, dregur úr líkum á hjartasjúkdómum.



Súrkál er hrein og lifandi afurð sem látin er gerjast í eigin safu en öll vítamín og steinefni í grænmetinu halda sér.

Betra fyrir menn, dýr og umhverfi

Lífrænn lífsstíll felur í sér að auka neyslu á lífrænt vottuðum vörum en til að mega nota orðið lífrænt á vöru sem og viðurkennd vottunarmerki þarf framleiðslan að uppfylla strangar reglur sem eiga sér stoð í lögum og eru undir reglubundnu eftirliti faggildrar vottunarstofu.

Lilja Björk Hauksdóttir
liljabjork@365.is



Oddný Anna Björnsdóttir fór að lifa lífrænum lífsstíl árið 2006 þegar hún átti heima í Suður-Kaliforníu sem var komin mun lengra í framboði á lífrænt vottuðum vörum en Ísland. „Ég var að eiga mitt fyrsta barn og vildi að sjálf-sögðu gefa því það besta sem völ var á. Þá fór ég að taka eftir orðinu ORGANIC á barnamat og í kjölfarið kynna mér hvað það stæði fyrir. Það leiddi til þess að neysla okkar fjölskyldunnar á lífrænum vörum jókst jafnt og þétt,“ útskýrir hún.

Breyta smátt og smátt

Aðspurð um ráð hvar þeir sem hefja vilja lífrænan lífsstíl eigi að byrja segir Oddný að það sé engin þörf á að umbreyta lífsstílnum á einu bretti. „Það er sniðugt að taka bara eina og eina vöru í einu eftir fjárhagslegri getu hvers og eins. Gott er að byrja á þeim íslensku lífrænu landbúnaðarvörum sem til eru eins og eggjunum frá Nesbúi, lambakjötinu frá Kjarnafæði, mjólkurvörum frá Biobú og grænmetinu frá lífrænu grænmetisbændunum sem er í boði hluta af árinu en innflutt lífrænt grænmeti og ávextir allt árið og þar er mikilvægast að byrja á eplum og gulrótum. Aðrir lífrænar valkostir sem gott er að skoða eru grunnvörur eins og ólífur-, steikingar- og kókosolíur, haframjól, hnetusmjör,

hunang, sultur, baunir, hnetur og fræ, kaffi, te og kakó. Svo má ekki gleyma því að töluvert úrval er af lífrænum hreinlætis- og snyrtivörum en þær eru yfirleitt töluvert ódýrari en þær hefðbundnu.“

Lífrænt er betra

Hugmyndafræðin á bakvið lífræna hugmyndafræði er að sögn Oddnýjar verndun umhverfisins og sjálfbærni í landbúnaði, velferð manna og dýra og hámarks næringargildi og hreinleiki matvæla. „Lífrænt er því betra fyrir þig og þína, dýrin og umhverfið,“ segir hún og nefnir kostina við lífræna ræktun.

„Í garðyrkju þarf lífrænn bóndi að halda jarðveginum heilbrigðum og frjósömum með náttúrulegum aðferðum, bæði af umhverfisverndunarástæðum og vegna þess að plöntur sem vaxa í slíkum jarðvegi verða heilbrigðari og sterkari. Því má ekki nota tilbúinn verksmiðjuframleiddan áburð, kemísk varnarefni eins og skordýra-, illgresis- og sveppaeitur og ekki má nota erfðabreytt fræ. Í búfjárrækt er megináhersla á að dýrin hafa nægt pláss og geti komist út allt árið um kring. Þau fá lífrænt vottuð fóður, mega ekki fá hormóna eða önnur vaxtarhvetjandi efni og áhersla lögð á fyrirbyggjandi og náttúrulegar lækningaaðferðir. Þegar kemur að vinnslunni þá er bannað að geisla lífrænar vörur og mjög strangar reglur gilda um þau aukefni og þær vinnsluáferðir sem notaðar eru.“

Þegar Oddný er spurð hvort

einhverjir gallar séu við lífræna ræktun segir hún að það séu engar skyndilausnir í boði við lífræna ræktun eins og tilbúinn áburð og eitrefni, plönturnar vaxi því hægar því þær þurfi að hafa meira fyrir því og þörf sé á meira landsvæði, meðal annars vegna kröfunnar um skiptiræktun og að hvíla jarðveginn reglulega. „Þar af leiðandi verður uppskeran gjarnan minni, sérstaklega til að byrja með og meiri áhætta tekin því það er ekki hægt að taka upp údabrusann til að bregðast við plágum sem herja á plönturnar. Í dýraeldinu þarf betri húsakost með meira rými og útsvæði sem er dýrari rekstur. Eins er ekki hægt að grípa til allskyns aukefna og ódýrra fyllingarefna til að lækka verð og gera lélegt hráefni girnilegt,“ lýsir Oddný.

En hvernig getur fólk verið viss um að það sé að fá lífrænt?

Með því að leita að viðurkenndu vottunarmerki á vörunni. Íslenskar vörur bera merki Vottunarstofunnar Túns sem er eina faggilda vottunarstofan á Ísland. Vörur frá Evrópusambandinu bera vottunarmerki þess sem er laufflað. Eins hafa ólík lönd enn sín eigin vottunarmerki eins og Þýskaland en þær vörur bera yfirleitt einnig sameiginlega evrópska vottunarmerkið sem var komið á til að auðvelda evrópskum neytendum að læra að þekkja lífræna vottun. Bandarískar vörur bera vottunarmerkið USDA organic.



Oddný Anna Björnsdóttir segir alla krakka elska lífræna hafragrautinn sem hún gerir. Í hann setur hún glútenlausa lífræna hafra, lífræna möndlu- eða haframjól, kaldpressaða lífræna kókosolíu, stappaða lífræna banana, niðurskorin lífræn epli ásamt smá Himalaja-salti og lífrænum Ceylon-kanil.

SPÍNAT ER OFURFÆÐA EF ÞAÐ ER ALVÖÖRU SPÍNAT



Flestir vita um hollustu spínats sem er ein næringarríkasta fæða sem til er. Þess vegna er líka gott að vita að spínatið frá okkur er alvöru spínat og **lífrænt**.

Andoxunarefni • Járn • Steinefni • Fólínsýra • C-vítamín.

Allt um spínat á holltoggott.is

Hollt & Gott



Himneskt vörurnar fást í ríkulegu úrvali. Á vefsíðunni himneskt.is er að finna nánari upplýsingar um þær, uppskriftir og uppskriftamyndbönd.

Mest seldu lífrænu vörurnar á Íslandi

Himneskt eru mest seldu lífrænu vörurnar á Íslandi í dag. Um 150 Himneskt-vörur eru í sölu og eru nær allar með vottun frá Vottunarstofunni Túni ehf. Matarhönnuðurinn Sólveig Eiríksdóttir er andlit vörulínunnar en hún hefur lengi haft mikla ástríðu fyrir lífrænum matvælum og kynnt hinar ýmsu matarnýjungar fyrir landsmönnum. Í hennar huga snýst lífræn ræktun um heilbrigða skynsemi.

„Ég er alin upp við lífræna hobbí-rækt foreldra minna og vandist því til dæmis að skafa af matar-diskunum því að þau voru með safnhaug til að búa til mold. Ég hef gert það allar götur síðan. Ég lærði síðar í Danmörku en Danir hafa lengi verið framarlega í lífrænni ræktun. Það hafði ekki síður áhrif á mig,“ segir Sólveig, eða Solla eins og hún er oftast kölluð. Hún segir dönsk stjórnvöld sífellt vera að vinna að framgangi lífrænnar ræktunar og vinna þau nú að því að tvöfalda lífrænt landbúnaðarland fyrir árið 2020. „Við erum algerir eftirbátar Dana á lífræna sviðinu. Það er ekki nóg að búa á afskekktu eyju og halda að eiturefnin blási bara burt. Þau fara alveg jafn mikið á plönturnar og ofan í jarðveginn og annars staðar. Við verðum því að gera mun betur.“



Solla segist setja andlit sitt við Himneskt með mjög góðri samvisku og að hinn góði málstaður drifi hana áfram í starfi. Baldvin segir lagða höfuðárherslu á að vörurnar uppfylli reglur Túns. „Í okkar huga er mjög mikilvægt að hafa vottunaraðilann nálægan og að neytendur þekki til hans.“ MYND/ANTON BRINK

Skipta beint við framleiðendur
Himneskt-vörurnar voru settar á markað árið 2009 og var ákveðið að fá þær vottaðar hjá íslensku Vottunarstofunni Túni ehf. en að baki því liggur mikil vinna og þurfa vörurnar og allt ferli þeirra að uppfylla strangar kröfur. „Við skiptum beint við framleiðendur í lífrænni ræktun á erlendri grund. Vörum er jafnframt pakkað erlendis. Við köllum eftir ítarlegum gögnum að utan, sendum til vottunarstofunnar og sækjum þannig um vottun fyrir hverja einustu

vöru,“ segir Baldvin Valgarðsson, matvælafræðingur og gæðastjóri hjá Aðföngum, sem flytja vörurnar inn. „Auk þess hafa Solla og Einar Þórisson, innkaupastjóri Aðfanga, farið og heimsótt nær alla framleiðendur sem við skiptum við,“ bætir hann við.

Heildræn hugsun

„Það er ótrúlega gefandi og skemmtilegt,“ segir Solla „Það ríkir sífellt meiri samkeppni á milli lífrænna framleiðenda og

menn ganga sífellt lengra í að hugsa hlutina heildrænt. Menn eru því ekki eingöngu að horfa í ræktunaraðferðirnar heldur leggja auk þess upp með að nota sólarorku í stað annarra orkugjafa, flokka allt sem hægt er að flokka og gæta að aðbúnaði starfsfólks svo eitthvað sé nefnt.“

En hvers vegna ætti að velja lífrænt? „Fyrir því eru bæði heilbrigðis- og umhverfissjónarmið,“ segir Solla og eru umhverfissjónarmiðin henni ekki síst hugleikin. „Fyrir iðnbyltingu var að-

eins stunduð lífræn ræktun og þá tók hún þann tíma sem þurfti. Eftir hana fjölgaði fólki og framleiðslukrafan jókst. Þá fóru menn að finna upp ýmsar aðferðir til að flýta fyrir ræktuninni, nota áburð til að bæta sprettu og efni til að draga úr afföllum með tilheyrandi áhrifum á náttúruna og heilsu fólks,“ útskýrir Solla.

Hún heimsótti eitt sinn tómatabóndann á Ítalíu sem framleiðir lífrænu tómatana fyrir Himneskt-vörulínuna og gaf sú heimsókn henni góða innsýn. „Hann hefur aðeins leyfi til að framleiða tiltekið magn af tómatum á ári miðað við það landsvæði sem hann hefur yfir að ráða. Jarðvegurinn er ekki talinn þola meira og þarf hvíld inn á milli til að verða ekki næringarsnaudur, en það er ein af grunnforsendum lífrænnar ræktunar. Sömu kröfur gilda hins vegar ekki um hefðbundna ræktun.“

Heilbrigð skynsemi

Solla segir að í hennar huga snúist þetta um heilbrigða skynsemi. „Hvort viltu borða mat sem er ræktaður með hjálp tilbúinna efna og sprautuáferðum með skordýraeitri eða ekki?“

Viðráðanlegt verð

Solla segist því setja andlit sitt við Himneskt með mjög góðri samvisku og að hinn góði málstaður drifi hana áfram í starfi. „Þá höfum við alltaf lagt mikla áherslu

á að vörurnar séu á viðráðanlegu verði enda finnst mér ömurlegt til þess að hugsa að aðeins þeir efnameiri geti valið lífrænt. Til að halda verðinu niðri er verslað beint við framleiðendur. Þannig getum við bæði valið það besta sjálf og tökum út kostnaðarsama milliliði.“

Að sögn Baldvins er lögd höfuð-áhersla á að vörurnar uppfylli reglur Túns. „Í okkar huga er mjög mikilvægt að hafa vottunaraðilann nálægan og að neytendur þekki til hans.“

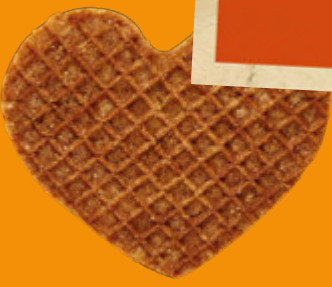
Hann segir ýmsar fyrirspurnir og ábendingar koma frá neytendum í gegnum vefsíðu Himneskt og í beinum símtölum. „Það er okkar reynsla að þeir sem velja lífrænt séu meðvitaðir neytendur og vilji eðlilega afla sér upplýsinga um uppruna varanna, framleiðsluáferðir og annað í þeim dír. Við tökum öllum fyrirspurnum vel og svörum eftir bestu getu.“

Á vefsíðu Himneskt er jafnframt að finna uppskriftir og uppskriftamyndbönd frá Solla þar sem hún sýnir hvernig nota má vörurnar sem fyrir sumum eru framandi. „Það vita til dæmis ekki allir að það getur verið gott að setja hveitigras í duftformi út í heimatilbúð síkku-laði til að tempru sætuna og annað í þeim dír,“ segir Solla og bendir á að ný og endurbætt vefsíða fari í loftið í byrjun árs. „Hún lofar svakalega góðu og ég er mjög spennt fyrir því að sýna afraksturinn.“

Himneskt vörulínan samanstendur m.a. af yfir 150 lífrænt vottuðum matvælum, sem eru sérvalin í samstarfi við Sollu.



Himneskt sækir lífræna vottun á vörurnar sínar til Vottunarstofunnar Tún ehf. - þær vörur sem uppfylla reglur Túns bera merki vottunarstofunnar því til staðfestingar.



Láttu hjartað ráða

Himneskt stendur fyrir fjölbreytt úrval af lífrænt vottuðum matvælum á hagstæðu verði. Himneskt vörurnar fást í verslunum Hagkaups, Bónus og Gló.



Lífræn vottun tryggir hag neytanda

Uppistaðan í húðsnyrtivörum **Sóley Organics** eru sóttar í aldagamlar uppskriftir úr fjölskyldu Sóleyjar Elíasdóttur en vörurnar eru bæði náttúrulegar og umhverfisvænar. Vinnustofa og verslun Sóleyjar í Hafnarfirði er opin til kl. 17 alla daga vikunnar fram að jólum.

Sóley Elíasdóttir er konan á bak við Sóley húðsnyrtivörurnar en hún hefur rekið fyrirtækið um áratuga skeið. Hún á ekki langt að sækja þekkinguna á íslenskum lækningajurtum en að baki henni standa margir ættliðir grasalækna, þar af nokkrar af þekktustu alþýðuhetjum Íslands.

Áður átti hún farsælan feril sem leikkona en í raun kom það fáum á óvart að Sóley skyldi taka upp þráðinn frá langalangömmu sinni, Grasabórunni (Þórunni Gísladóttur) og hefja framleiðslu græðismyrsla eftir aldagamalli uppskrift úr fjölskyldu Sóleyjar. „Uppistaðan í græðismyrslunum eru kraftmiklar íslenskar jurtir, t.d. villt handtínt birki og vallhumall sem saman mynda grunninn í allri Sóley húðsnyrtivörulínu,“ segir Sóley.

Tryggir hag neytenda

Vottunarferlið er tímafrekt og strangt ferli að sögn Sóleyjar. „Ég þurfti t.d. að bíða í tvö ár þar til landið, þar sem við tynum jurtirnar, fékk lífræna vottun frá þriðja aðila, Túni, enda þarf að vera tryggt að enginn áburður sé notaður á jörðinni. Ferlið er því mjög strangt enda er hægt að kalla svo margt lífrænt í dag þar sem orðið merkir svo margt. En það er auðvitað ekkert að marka þetta ef viðkomandi vörur eru ekki vottaðar.“

Lífræn vottun tryggir hag neytanda og undirstrikar að hægt sé að treysta vörumerknu bætir Sóley við. „Ég með íslenska vottun á mörgum vörum mínum, þ.e. íslenska lífræna vottun frá Túni, þar sem hvert einasta innihaldsefni er skoðað. Svo fór fyrirtækið í það ferli að fá náttúrulega og lífræna vottun erlendis frá Ecocert sem er ein stærsta vottunarstofan í Evrópu.“

Sóley húðsnyrtivörurnar eru því náttúrulegar og umhverfisvænar að sögn Sóleyjar. „Öll uppskera okkar er í einstökum gæðaflokki og um leið gættum við þess að hún innihaldi aðeins virk efni. Húðsnyrtivörurnar eru því lausar við tilbúin rotvarnar-, ilm- og litarefni, jarðólfur, parabenefni, paraffin, phthalates, propylene glycol, PABA, petrolatum, sem og önnur kemísk efni sem skaðað gætu manninn og náttúruna.“

Öll kremen vottuð

Meðal vinsælustu vara Sóleyjar eru Græðir, Eygló rakakrem,



Sóley Elíasdóttir er stofnandi Sóley Organics. Vörur fyrirtækisins byggja á gömlum uppskriftum úr fjölskyldu hennar.



Gjafakassar og ilmkerfi frá Sóley eru tilvalin í jólapakkann.

Hrein hreinsimjólk og Lóa handkrem. „Öll kremen okkar eru vottuð en ekki sápurarnar á þessu stigi en við erum í því ferli núna.“

Við sem samfélag erum orðin svo meðvituð um matvörur, en húðvörur eru líka fæða fyrir húðina. Það sem við berum á okkur fer



Verslun og vinnustofa Sóley Organics að Bæjarhrauni 10, Hafnarfirði. MYND/EYÞÓR

inn í húðina og því skiptir innihald húðsnyrtivara alveg gríðarlega miklu máli. Fólk getur því treyst á toppgæði þegar kemur að vörum okkar.“

Vinnustofa og verslun Sóleyjar er staðsett við Bæjarhraun 10 í Hafnarfirði. „Þangað geta áhugasamir alltaf leitað eftir frekari fróðleik og upplýsingum, auk þess sem við seljum líka vörur okkar þar. Fram að jólum er opið til kl. 17 alla daga vikunnar og við bjóðum alla velkomna.“

Nánari upplýsingar má finna á www.soleyorganics.com.



Nærd er róandi andlitsvatn með appelsínublómum og villtum íslenskum jurtum.

hrein er andlitsmjólk með kvöldvörórsarólfu og villtum íslenskum jurtum.

eyGLÓ er lífrænt vottað andlitskrem með villtum íslenskum jurtum.

KISStu mig er græðandi smyrsl með villtum íslenskum jurtum.

Græðir er græðismyrsl með villtum íslenskum jurtum.

Berum ábyrgð á eigin heilsu

„Jarðvegurinn er sem sé morandi af lífi sé hann rétt hirtur“

Jónas Kristjánsson læknir (1870–1960)



Landsþing Náttúrulækningafélags Íslands hvetur stjórnvöld til að móta stefnu um eflingu lífrænnar framleiðslu á Íslandi og að taka upp skipulegan stuðning við lífræna aðlögun í landbúnaði. Erfðabreytt efni eru ekki leyfð í lífrænni framleiðslu og hefur NLFÍ beitt sér fyrir takmörkun og helst banni á ræktun erfðabreyttra plantna á Íslandi.

Heilsustofnun NLFÍ

- Meginhlutverk Heilsustofnunar eru að sinna endurhæfingu, fræðslu og forvörnum
- Hollur og næringarríkur matur er hluti af meðferð á Heilsustofnun
- Lífræn ræktun hefur verið stunduð á Heilsustofnun í áratugi og er allt grænmeti sem ræktað er í garðyrkjustöð Heilsustofnunar með vottun frá Vottunarstofunni Túni
- Á Heilsustofnun starfa 100 manns og um 2000 dvalargestir koma á hverju ári
- Heilsustofnun er með gæðavottun frá ESPA – Heilsulindasamtökum Evrópu
- Á Heilsustofnun er boðið upp á fjölbreytt heilsunámskeið allt árið
- Matsalur Heilsustofnunar er opinn fyrir alla



Náttúrulækningafélag Íslands

Laugavegi 7 - 101 Reykjavík - nlfi@nlfi.is - nlfi.is





Íslenska kalkþörungafélagið, Ískalk, starfar í fögru umhverfi Vestfirðna á Bildudal.

Kalkþörungur úr Arnarfirði stuðla að betri heilsu manna og dýra

Kalkþörungur eru æ víðar skilgreindir sem ofurfæða. Íslenska kalkþörungafélagið er dótturfélag Marigot á Írlandi sem er framarlega í þróun fæðubótarefna úr kalkþörungum og hefur hlotið verðlaun fyrir. Framleiðsla Íslenska kalkþörungafélagsins er vottuð af Túni ehf.

„Marigot hefur um árabil unnið að rannsóknum með vísindamönnum á heilnæmi kalkþörungna og niðurstöðurnar gefa til kynna að neysla þeirra eigi sinn þátt í að styrkja bein og liði og örvi einnig og bæti meltingu,“ segir Einar Sveinn Ólafsson, framkvæmdastjóri Íslenska kalkþörungafélagsins. Hann bendir á að Marigot sé eitt helsta frumkvöðlafyrirtæki heims á sviði þróunar á fæðubótarefnum úr kalkþörungum fyrir hollustu- og heilsumatvæli fyrir menn og dýr, og þá aðallega kýr.

Acidbuf og Aquamin

Bætiefni Marigot fyrir landbúnað eru merkt vörumerkinu Acidbuf en afurðir til manndis eru merkt Aquamin. „Acidbuf hefur lengi þótt hafa jákvæð áhrif á heilsu húsdýra en stór hluti framleiðslu Ískalks á Bildudal er notaður sem bætiefni í dýrafóður,“ segir Einar Sveinn en kalkið þyki bæta og örva meltingu og almennt stuðla að aukinni vellíðan bústofsins. „Frekari rannsóknir á heilnæmi kalkþörungna leiddi til þróunar og síðan framleiðslu á heilsutengdum og vottuðum afurðum til manndis,“ segir hann.

Fjölmörg verðlaun

Jákvæð áhrif Aquamin á slitgigt og beinrýrnun hefur leitt til þess að Marigot hefur hlotið nokkur verðlaun fyrir Aquamin vöruflokkinn. Einar Sveinn nefnir meðal annars fyrstu verðlaun sem Hráefni ársins 2016 (Ingredient of the Year Award) í floknum Heilbrigð öldrun (Healthy Aging) á alþjóðlegri vörusýningu heilsuáæðarins, VitaFoods Exhibition 2016, sem haldin var í Genf. „Marigot hefur á undanförnum misserum hlotið fleiri sambærileg verðlaun fyrir þessa vöru sem seld er um allan heim. Að mati dómnefnda er Aquamin sérlega árangursríkt



Einar Sveinn Ólafsson, framkvæmdastjóri Íslenska kalkþörungafélagsins.

heilsubótarefni til að stuðla að heilbrigðri öldrun þegar kemur að mataræði og hollum lífsháttum.“

Dregur úr beinþynningu

Einar Sveinn nefnir einnig að Aquamin þyki draga úr beinþynningu og hafa jákvæð áhrif gegn æða- og hjartasjúkdómum. Hann greinir frá rannsókn sem hófst í Bretlandi árið 2012. „Þar voru tölfræðiupplýsingar skoðaðar í úrtaki 300 kvenna sem lokið höfðu tíðahvörfum. „Einn hópurinn fékk Aquamin, annar Aquamin sem einnig innihélt fásýkrum og þriðji hópurinn fékk lyfleysu. Niðurstöður rannsóknarinnar sýndu að báðir hóparnir sem fengu Aquamin eða Aquamin með fásýkrum voru með minna LDL-kólesteról, oft kallað vonda kólesterólið, en lyfleysuhópurinn. Fyrir upphaf rannsóknarinnar voru gildi hóp-

anna sambærileg. Kólesterólgildin í heild (Total Cholesterol) voru einnig lægri en í lyfleysuhópnum og innan allra eðlilegra marka. LDL-kólesteról er meðal þess sem valdið getur æða- og hjartasjúkdómum. Einnig var gildi IL-4, sem hamlar gegn bólgusjúkdómum, umtalsvert hærra meðal þeirra kvenna sem fengu Aquamin eða Aquamin með fásýkrum,“ upplýsir Einar Sveinn og bendir á að konunum í rannsókninni hafi verið fylgt eftir í fjögur ár að lokinni rannsókn.

Íslenska kalkþörungafélagið

Íslenska kalkþörungafélagið, sem oftast er kallað Ískalk, var stofnað árið 2001. „Hjá fyrirtækinu eru nú á þriðja tug starfsmanna og er Ískalk því einn af mættarstólum atvinnulífsins á Bildudal, þar sem íbúum fer nú fjölgandi á ný,“ segir Einar Sveinn en fyrirtækið vinnur árlega um 35 þúsund tonn af þurrkuðum þörungum og að sögn Einars Sveins er unnið að framleiðsluaukningu í um 50 þúsund tonn á ári. „Kalkþörungur eru æ víðar skilgreindir sem ofurfæða (superfood) ásamt þara og ýmsum þangtegundum og fer eftirspurnin vaxandi, sérstaklega eftir að heilnæmi vestfirska kalksins var staðfest,“ segir Einar Sveinn og bendir á að framleiðsluferlar Íslenska kalkþörungafélagsins séu vottuðir af Vottunarstofunni Túni ehf.

Tvær verksmiðjur á vegum Marigot

Marigot hyggur á enn meiri uppbyggingu á Íslandi og undirbýr um þessar mundir byggingu tveggja verksmiðja, annars vegar í Stykkishólmi þar sem stofnað hefur verið til félags með Matís til að vinna þang úr Breiðafirði, og í Súðavík þar sem ætlunin er að vinna kalkþörungur úr Ísafjarðardjúpi.



Hjá Ískalk starfa nú á þriðja tug starfsmanna.



Fyrirtækið vinnur árlega um 35 þúsund tonn af þurrkuðum þörungum og unnið er að framleiðsluaukningu í um 50 þúsund tonn á ári.



Nesbúegg var stofnað árið 1971, þá undir nafninu Nesbú hf., en það er nú eitt stærsta eggjabú landsins. Fyrirtækið sérhæfir sig í eldi á varphænum, allt frá ungaeldi til eggjaframleiðslu. Starfsemin fer annars vegar fram á Vatnsleysuströnd í sveitarfélaginu Vogum og hins vegar í Miklholtshelli II í Flóa. MYND/ANTON BRINK

Lífrænt vottuðu eggjin frá Nesbúeggjum komu á markað í lok janúar á þessu ári „Þeim var strax vel tekið og það hefur verið góður stígandi í sölnunni síðan. Í kjölfar umræðunnar um Brúnegg í Kastljósi hefur síðan orðið mikil aukning,“ segir Baldvin. Hann segir Nesbúegg hafa viljað svara kröfu neytenda um að fá lífrænt vottuð íslensk egg á markað. „Vitund neytenda um aðbúnað dýra hefur aukist mikið á undanförunum misserum og við ákváðum að fylla þetta skarð.“

Vottun lífrænnar eggjaframleiðslu felur að sögn Baldvins í sér að á búinu sem hýsir varphæurnar, Miklholtshelli II í Flóa, er fuglunum eingöngu gefið vottað lífrænt ræktað fóður og önnur náttúruleg aðföng. Til að tryggja það enn frekar er öll aðfangakeðja búans vottuð. „Lífræn vottun kveður auk þess á um að varphænur njóti útivistar þegar veður leyfir en þó aldræi minna en þriðjung líftímans.“

Útísvæðið í Miklholtshelli II nær yfir fimm hektara. „Í ljósi íslensks veðurfars tókum við ákvörðun um að ganga lengra og byggðum yfirbyggðan vetrargarð sem varphæurnar hafa afnot af þegar þannig viðrar,“ segir Baldvin. Hann segir rými fuglanna á innisvæði auk þess fimmtíu prósentum stærra en almennt viðgengst í hefðbundinni eggjaframleiðslu og að náttúrulegur undirburður sé í húsinu.

„Allur annar aðbúnaður lýtur ströngum kröfum um velferð og vellíðan fuglanna. Þannig hafa þeir til dæmis frjálstan aðgang að rykbaði, hreiðri og setpriki innandyrna,“ útskýrir Baldvin.

„Með þessu nýstárlega eggjabúinu erum við að koma til móts við hinn ört vaxandi hóp neytenda sem kallar eftir lífrænum afurðum. Við höfum auk þess

Fyrstu lífrænu eggjin á neytendamarkaði

Nesbúegg ehf. framleiðir lífrænt vottuð egg fyrir neytendamarkað.

Eggjin, sem eru með vottun frá vottunarstofunni Túni, komu á markað í byrjun árs og varð Nesbúegg þar með fyrsti íslenski stórframleiðandinn á eggjum til að hljóta slíka vottun. Eggjunum hefur að sögn markaðsstjórans Baldvins Hróars Jónssonar frá upphafi verið vel tekið.



Í ljósi íslensks veðurfars var tekin ákvörðun um að byggja yfirbyggðan vetrargarð sem varphæurnar hafa afnot af þegar þannig viðrar. MYND/ANTON BRINK



Rými fuglanna á innisvæði er fimmtíu prósentum stærra en almennt viðgengst í hefðbundinni eggjaframleiðslu. MYND/ANTON BRINK



Baldvin Hróar segir Nesbúegg hafa viljað svara kröfu neytenda um að fá lífrænt vottuð egg á markað.



Eggjin komu á markað í lok janúar á þessu ári.

um langt skeið haft aukna velferð varphænsna og næringargæði afurða á stefnuskrá okkar. Við erum því fjarska stolt af því að þessum áfanga sé náð og hlökkum til að þróa verkefnið enn frekar,“ segir Stefán Már Símonarson, framkvæmdastjóri Nesbúeggja ehf.

En hvað felst í því að velja lífræn egg frá Nesbú? „Neytendur fá hreinni vöru þar sem fuglafóðrið er lífrænt, óerfðabreytt og framleitt á umhverfisvænan hátt. Neytendur eru jafnframt að stuðla að dýravelferð þar sem hæurnar eru frjálstar, fá úrvals fóður og njóta aðgengis að stóru útivistarsvæði, sérhönnuðum vetrargarði og fimmtíu prósentum rýmra innisvæði en almennt þekkist. Þess utan styðja þeir við umhverfisvernd þar sem bændur, sem rækta lífrænt fóður, nota ekki tilbúinn áburð eða eiturfæni.“

Baldvin segir að fjölmargar fyrirspurnir hafi borist fyrirtækinu í kjölfar umfjöllunar Kastljóss um Brúnegg. „Fólk vill eðlilega vita hvort öll skilyrði lífrænnar vottunar séu uppfyllt. Við erum ófæiminn við þá athygli enda stent hér allt.“

Baldvin segir fólk stundum rugla saman vistvænni vottun og lífrænni vottun en komið hefur á daginn að vistvæn vottun er marklaus og hefur þess vegna verið felld úr gildi. Helsta ástæða þess að hún er marklaus er að lítið sem ekkert eftirlit var með því að skilyrði hennar væru uppfyllt. „Nesbúegg hefur ekki verið með egg á markaði með vistvænni vottun þar sem við töldum að vottunin væri marklaus og villandi fyrir neytendur.“

Við erum hins vegar með tvöfalt eftirlit, bæði frá MAST og Túni, en gott eftirlit er forsenda þess að hægt sé að taka mark á hvers kyns vottun.“

Gróðursetja tré fyrir hvern áskrifanda

Guðbjörgu Gissurardóttur er umhugað um að taka sífellt skref í átt að betra lífni. Hún er stofnandi í boði náttúrunnar sem gefur út tímarit þrisvar á ári þar sem lífrænu lífni, heilbrigði, umhverfinu og öllu íslensku er gert hátt undir höfði.

Sólveig Gísladóttir

solveig@365.is



„Útgáfuævintýrið byrjaði haustið 2009 þegar við maðurinn minn, Jón Árnason, byrjuðum með útvarpsþátt á RÚV sem við kölluðum Í boði náttúrunnar. Þar fjölluðum við um ræktun og sjálfbærni í stóru samhengi. Þetta var rétt eftir hrun og okkur, líkt og marga aðra, langaði til að rækta,“ segir Guðbjörg en þátturinn var á dagskrá Rásar 1 í þrjú sumur. „Við flökkkuðum á milli garða og landshluta og kynntumst fjölda af áhugaverðu fólki,“ segir Guðbjörg sem í kjölfarið ákvað að þetta væri það sem hana langaði að gera, það er að vinna með náttúrunni í víðum skilningi, taka heildræna nálgun að grænum lífsstíl og öllu sem íslensku náttúra hefur upp á að bjóða.

Tímarit í slow-stefnunni

„Eftir fyrsta sumarið í útvarpinu var ég verkefnaless. Þá kviknaði sú hugmynd að taka það sem við höfðum verið að gera í útvarpinu og færa það yfir í tímarit,“ segir Guðbjörg en fyrsta tímaritið undir heitinu Í boði náttúrunnar kom út sumarið 2010.

„Markmiðið er að veita innblástur og fróðleik um það sem tengir fólk betur við náttúruna og fá fólk til að hugsa um hvernig við

nýtum hana og njótum. Um leið að stuðla að andlegu og líkamlegu heilbrigði bæði hjá okkur og náttúrunni,“ lýsir Guðbjörg en í blaðinu má finna fjölmargt um heilsu, útivist, mat og ræktun.

„Innblásturinn er sá að fólk fái þær upplýsingar sem þarf til að taka lítil skref í átt að heilbrigðara lífni bæði hjá sjálfu sér og gagnvart náttúrunni.“

En hvaðan kemur áhuginn á málefni? „Ég bjó í New York í sjö ár og þegar ég kom heim kunni ég svo miklu betur að meta náttúruna. Það kraumaði í mér að gera eitthvað tengt okkar æðislegu náttúru á Íslandi,“ svarar Guðbjörg sem er grafískur hönnuður að mennt og er því annt um að tímaritið líti sem allra best út. „Ég vil sýna náttúruna í sinni fegurstu mynd.“

Tímaritið kemur út þrisvar á ári en þó ekki á sérstökum árstímum heldur þegar það er tilbúið í hvert sinn. „Við fylgjum slow-stefnunni í útgáfunni,“ segir hún glettin.

„Hins vegar höfum við bryddað upp á þeirri nýjung að senda áskrifendum fleira en blaðið. Til dæmis sátum við fjölskyldan á dögnum og pökkuðum inn handteiknuðu dagatali, korti til að skrifa á áramótaheit, lífrænu súkkulaði og taupoka til að minnka plastpökun.“

Guðbjörg reynir einnig að gefa til baka til náttúrunnar. „Við

eigum lítinn lund í Heiðmörk og gróðursetjum eitt tré fyrir hvern áskrifanda á ári.“

Áhugavert vefrit

Vefsíðan www.ibn.is fór í loftið 2014 en það er vefrit með fjölmörgum upplýsingum, uppskriftum og fróðleik. „Vefsíðan gefur okkur frekari tækifæri til að búa til samfélag, miðla efni sem við teljum skipta máli og er mikilvægur hlekkur í þeirri hugafarsbreytingu sem er að eiga sér stað varðandi umhverfismál og náttúrulegar leiðir að andlegri og líkamlegri heilsu.“

HandPicked Iceland

Guðbjörg hefur fleiri járn í eldinum og gefur til að mynda út bæklinginn HandPicked Iceland. „Þetta hófst á því að mig vantaði lista yfir góða matsölastaði úti á landi fyrir blaðið. Síðan heyrði ég í fararstjóra sem sagði að þetta væri það sem ferðamenn kvörtuðu helst yfir, að vita ekki hvar þeir gætu fengið góðan mat. Þetta þróaðist út í litla bæklinga sem liggja frammi á hótélum og víðar.“

Jólamarkaður á aðventunni

Skrifstofur Í boði náttúrunnar eru í gamla bænum á Elliðavatni. „Það er yndislegt að vera hér og geta gengið beint út í náttúruna,“ segir Guðbjörg en nú verður jólamarkaður við bæinn allar helgar fram að jólu. „Við verðum með



Guðbjörg er með skrifstofu í gamla Elliðavatnsbænum og kann vel að meta nálægðina við náttúruna. MYND/GVA

bás og kynnum tímaritið og fleira sem við erum að gera. Til dæmis handmálað náttúrukort þar sem merktar eru áhugaverðar nátt-

úruperlur um land allt. Það gefur bæði Íslendingum og ferðamönnum nýjar hugmyndir um áfangastaði.“

HIMNESK HOLLUSTA SELUR EINUNGIS LÍFRÆNAR VÖRUR







GRÓFAR HAFRAFLÖGUR
OAT FLAKES, COARSE GRAINED



RISTAÐAR KÓKOSFLÖGUR
ROASTED COCONUT CHIPS



KASJÚHNETU
CASHEW NUTS



KÖLÞRESSIÐ KÓKOSHNETUOLÍA
COLD PRESSED COCONUT OIL



STEFNLAUSAR DÖDLUR
DATES





HEILBRIGÐ SKYNSEMI

Lífrænt vottuð vara sem gerir gagn

Aðalbjörg Þorsteinsdóttir hefur þróað og framleitt vörur frá árinu 1990. Hún setti fyrirtæki á laggirnar árið 2005 og vörur hennar eru löngu orðnar þekktar undir nafninu **Villimey**. Áhuginn á jurtum og áhrifamætti þeirra vaknaði á unga aldri í Tálknafirði.

Aðalbjörg er alin upp við sjóinn á Tálknafirði, umvafin fjöllum. Orka og hreinleiki náttúrunnar hefur alltaf heillað hana. „Ég finn fyrir orkunni í jurturnum, sjónum og fjöllum og það var örugglega engin tilviljun að ég fór þessa leið í lífinu,“ segir hún. „Síðan er yndislegt þegar maður heyrir að varan hjálpi fólki.“ Aðalbjörg notar margar tegundir villtra jurta og misjafnt er hvaða hluti hverrar jurtar er nýttur.

Vörur Villimeyjar eru 100% lífrænt vottaðar frá Vottunarstofunni Túni en vottunin tryggir öryggi neytandans um hreinleika vörunnar og að fyrirtækið uppfylli þær kröfur um innihald afurða, uppruna og aðgreiningu hráefna, gæðastýringu og fleira sem reglur kveða á um. Það er mikið öryggi fyrir neytendur að varan er vottuð. Við skráum allt vinnsluferlið. Hver tínsla fær framleiðslunúmer og síðar þegar unnið er úr afurðunum þá er skráð hvaða afurðir eru notaðar í hverja framleiðslu fyrir sig og hún fær lotunúmer. Þannig getum við fylgst vel með öllu vinnsluferlinu,“ segir Aðalbjörg.

Eigin uppskriftir

Vinnslan fer fram á Tálknafirði en það skiptir máli fyrir ferskleika og virkni varanna. Það skiptir líka miklu máli á hvaða vaxtarstigi hver jurtt er tínd og hvaða hluti hennar er nýttur. Aðalbjörg hefur þróað allar uppskriftir sjálf og gætir að því að tína jurtirnar þegar virkni þeirra er mest.

Allar vörur Villimeyjar eru ákaflega vinsælar og Aðalbjörg fær oft að heyra frá ánægðum viðskiptavinum. „Ég bjó til fyrsta kremið mitt vegna þess að ég var alltaf kvalin af vöðvabólgu í öxlum. Ég prófaði alls kyns krem og olíur án árangurs. Það var ekki fyrr en ég hafði búið til Vöðva- og liða Galdur sem ég fór að finna fyrir betri liðan. Núna gæti ég ekki verið án þessara vara,“ segir Aðalbjörg. „Ég bjó til smyrslis, olíur og jurtaseyði í fimmtán ár en eingöngu fyrir fjölskyldu og vini. Virkni varanna spurðist út og fólk hvatti mig mjög til að setja þær á markað. Allar vörurnar eru lengi á prufutíma áður en þær fara í sölu,“ segir hún.

Lífræn vottun

„Þegar ég tók áskorunum um að setja vörurnar á markað fór ég strax í að sækja um lífræna vottun en það ferli tekur nokkurn tíma meðal annars vegna þess að landsvæði sem sótt er um vottun á, þurfa þrjú ára aðlögun. Fjölskylda mín starfar með mér í fyrirtækinu og við tinum jurtirnar eingöngu í Tálknafirði og Arnarfirði. Það þarf að passa vel upp á náttúruna, fara vel með landsvæðið og hvíla svæði milli ára til að raska ekki tegundasmætningu jurta á tínslusvæðum,“ útskýrir hún. „Landeigendur hafa stutt okkur ómetanlega í þessu. Þeir vita að við þöfum vel upp á þetta.“

Vörur Villimeyjar eru smyrslis, olíur og eplaedid. Þær heita allar Galdur: Vöðva- og liða Galdur, Æsku Galdur, Sára



Aðalbjörg Þorsteinsdóttir, eigandi og stofnandi Villimeyjar. Hún hefur sjálf þróað allar uppskriftir.

REYNSLUSÖGUR SEM BORIST HAFNA

FÓTA GALDUR

„Dóttir mín fékk í vetur mjög mikið af flökkuvörtum og var mér þá bent á Fóta Galdur. Ég bar á hana þrisvar á dag og á einum mánuði hurfu allar vörtur. Ég var í skýjunum að geta læknað þetta með náttúrulegum efnum. Ég mæli hundrað prósent með þessu kremi.“ Berglind.

VÖÐVA- OG LIÐA GALDUR

„Ég er hjúkrunarfræðingur og sinni heimahjúkrun. Meðal annars heimsæki ég sjúklinga sem hafa verið í liðskiptum á hnám og biða eftir aðgerð á mjóðmum. Þessi bið er oft löng og skjólstaðingur minn með slæma verki. Hann fann það upp hjá sjálfum sér að bera Vöðva- og liða Galdur á hnén fyrir nóttina. Það er með ólíkindum að sjá muninn eftir að hann fór að nota kremið reglulega, sleppir göngustaf og grind. Einnig talar hann um minni verki og betri hvíld. Gaman að upplifa að einhver söluvara standi undir væntingum og gefi sýnilega mun.“ Erna.

FÓTA GALDUR

„Ég fékk sveppasýkingu á fót og í nögl á fæti. Ég var settur á dyrt sveppalyf í þrjú mánuði en sýkingin kom aftur. Ég ákvað að prófa Fóta Galdur. Bar hann vel á kvöld og morgna og var ekkert að spara, passaði upp á að klippa nöglina oft svo að áburðurinn kæmist vel undir og ofan á hana. Ég bjóst ekki við því sem gerðist. Á þriðju viku fór ég að sjá mun á nöglinni og húðin var orðin góð. Á þremur mánuðum er sveppurinn farinn og nöglin gróin heil fram. Nú eru tærnar sínar og ég ber Fóta Galdur reglulega á, til að fyrirbyggja að ég fái aftur sýkingu.“ Þorsteinn

BOSSA GALDUR

„Verð að hrósa ykkur fyrir Bossa Galdur. Dóttir mín er í tanntöku og því fylgir oft rauður bossi. Ég notaði Bossa Galdur frá ykkur þar sem hann er taubliuvænn og gerir þær ekki vatnsheldar. Strax daginn eftir var roðinn farinn og sárin eru að gróa. Við mæðgur erum mjög ánægðar með það.“ Thelma

„Ég finn fyrir orkunni í jurturnum, sjónum og fjöllum og það var örugglega engin tilviljun að ég fór þessa leið í lífinu“

Galdur, Húð Galdur, Fóta Galdur, Vara Galdur, Bumbu Galdur, Bossa Galdur, Unga Galdur, Berja Galdur, Hvannar Galdur og Birki Galdur.

Ótrúleg virkni

Aðalbjörg segir að það sé stundum árstíðabundið hvaða vörur séu vinsælastar, sem dæmi segir hún að Húð Galdurinn taki kipp á haustin þegar fólk fær kuldaexem en stundum rjúki sumar tegundir allt í einu út, „Líklega er það virkni í vörunum sem þá fer manna á milli. Fólk notar vörurnar til að bæta heilsuna vegna ýmissa vandamála, vöðvabólgu, liðverkja, sprunginna ilja, sveppasýkinga, þurrar húðar, brenndra bossa og alls kyns vandamála eða bara til að liða betur og fyrirbyggja.“

Okkur er mjög umhugað um að fólk sé meðvitað um að það sem borið er á húðina fer inn í blóðrásina, sérstaklega hjá verðandi eða nýbökudum mæðrum og börnum en öll kremin og olíurnar má nota fyrir allan aldur. Þetta eru svo hreinar vörur og þær henta öllum.

Fyrir nokkrum árum uppgötvaðist að Fóta Galdur þurrkar upp flökkuvörtur sem börn fá oft á leikskólum. Ég hef heyrt frá foreldrum sem hafa prófað að bera kremið á vörtur með þessum góða árangri. Eins hafa vörtur á höndum og fótum horfið þegar hann hefur verið borinn á og plástur settur yfir til að kremið nái að liggja við. Það eru ótrúlegar reynslusögur sem ég fæ frá fólki og það er mjög ánægjulegt,“ segir Aðalbjörg. „Það heldur okkur gangandi því oft hefur röðurinn verið erfiður því mjög mikil vinna er að baki þessu öllu, meiri en fólk getur ímyndað sér. Ég veit að Sára Galdur hefur ótrúlega góð áhrif á brunasár, skurði eftir aðgerðir og legusár. Fóta Galdur hefur góð áhrif á sveppasýkingu og Vöðva- og liða Galdurinn er alveg magnaður, hreint ótrúleg virkni á bólgu og alls kyns verki. Ég gæti endalaust talið upp svona dæmi sem fólk hefur sagt okkur frá. Æsku Galdurinn er andlitsólía, borin á kvöld og morgna sem dag- og næturkrem. Samkvæmt rannsóknum inniheldur hún hátt hlutfall andoxunarefna og hægir því á öldrun húðarinnar. Hún inniheldur ekki vatn og því er hún frábær vörn í kulda og frosti auk þess að gefa henni góðan raka.“

Matis rannsakandi vörurnar og fengum við frábærar niðurstöður,“ segir Aðalbjörg og bendir á að fólk sé orðið mun meðvitað um hreinar vörur í dag en fyrir tæpum tólf árum þegar vörurnar fóru á markað. „Kemísk efni fara inn í blóðrásina og fólk vill ekki þessi aukefni, allra síst fyrir börnin sín,“ segir hún.

Vörur Villimeyjar eru nýlega komnar í öskjur og eru því falleg gjafavara við öll tilefni. Þær eru fáanlegar á heimasíðunni www.villimey.is og í mörgum verslunum um land allt.



Við framleiðum vörur með vottun Vottunarstofunnar Túns

Vottunarkerki Túns



Staðfestir að varan hafi lífræna vottun



AKURSEL EHF
LÍFRÆNAR ÍSLENSKAR GULRÆTUR

