

Slik startet det!

Anne Solås etablerer
Sunne Saker november 2011.

I et bittelite lokale
i Storveien 77 på Gressvik.

Fredrikstad Blad
var på hyggelig besøk
noen uker etter oppstart.

Veien videre

Nettbutikken ble startet samtidig
som butikken og i desember 2012
flyttet Sunne Saker til et større
lokale i Storveien 84b.

I juli 2022 flyttet butikken til egen
bygning på tomten til Rød
Planteskole. Vikaneveien 22,
også på Gressvik.

Her er trivselen stor!
Herlige omgivelser, rett ved
skogkanten og bekken.

Engasjementet for å finne
matvarer og andre produkter
som er sunnere, renere og mer
miljøvennlig er større enn
noen gang. Inkludert å gjøre det
enkler for deg med allergier,
overfølsomheter og intoleranser.

Ta gjerne en titt i nettbutikken
for mer informasjon
www.sunnesaker.com
Eller kom innom butikken
på Gressvik for en prat!

Hilsen Anne Solås
Telefon: 69331719
Epost: anne@sunnesaker.com



SUNT OG GODT: Anne Solås står smilende sammen med sitt utvalg av sunne og gode alternativer til maten man får i butikken.

Anne Solås driver en liten butikk ute på Gressvik, butikken er fylt av varer etter hennes hjertesak, sunnhet.

STEIN LIAN tekst og foto

Her skal du lete lenge etter brus eller loff, selv om en naturlig og god sjokolade har funnet veien inn i hyllene.

I andre etasje på Gressvik Minisenter har Anne Solås åpnet sin lille butikk «Sunne saker», i ett lite men innbydende lokale. Her har hun bare sunne, rene og økologiske varer. Hyllene er fylt opp med fargerike forpakninger av sunn og naturlig mat. Midt i rommet sitter en smilende Anne og ønsker oss velkommen.

– Jeg åpnet butikken i fjor, men startet på min reise i helsejungelen allerede i starten på 1990 tallet forteller en smilende Solås.

Var overvektig

Hun forteller at hun var overvektig og hadde ett anstrengt forhold til mat på den tiden. Sukkeravhengighet og usunn mat preget livet. Hun var en jo-jo slanker som var mye syk og utslitt, og hun hadde problemer med å finne en permanent løsning.

– Jeg jobbet med å se logikken i elleve år, før jeg endelig fant svaret forteller hun videre.

På starten av 2001 fant Anne ut, etter å ha forsøkt en mengde forskjellige dietter og produkter uten effekt på helse eller vekt, at hennes vei var ett stabilt blodsukker og naturlig mat uten gluten, melk og andre tilsetningsstoffer. Da blodsukkeret stabiliserte seg og fettysrebalansen ble stabil, førte dette til en positiv virkning på vekt og helse.

– Det tok tid, men det var utrolig godt å finne ut hva det var som feilte meg smiler Anne. For ikke å snakke om lettelsen da det faktisk

virket.

Løsningen ble også arbeidet

Så snart Anne fant ut at kostholdet var nøkkelen til velvære, brukte hun kunnskapen sin til å hjelpe andre som slet med de samme problemene.

– Jeg hadde på det tidspunktet testet det meste, og kjente til mange produkter og muligheter, så det var naturlig for meg å bruke dette videre smiler Anne.

Hun jobbet i nesten 10 år med å hjelpe folk med ernæring. Hun så resultatene, men også hvor vanskelig det kunne være å finne frem til de rette produktene. Hun bestemte seg for å starte opp for seg selv. Gi alle som ønsker det, råd og veiledning innen kosthold, samt muligheten til å få handlet sunt og trygt. Sent høsten 2011 tok Anne skrittet fullt ut, og startet opp en liten butikk på Gressvik.

Nøye utvalgte varer

Anne er nøye i utvelgelsen sin, og velger kun varer fra leverandører hun stoler på.

– Jeg er nøye med at innholdsfortegnelsen stemmer med det som faktisk er i produktet forteller Anne bestemt.

Hun viser til eksempler hvor det i følge forpakningen er glutenfritt, men i virkeligheten kan det inneholde en tillatt mengde gluten. Med seg selv som forsøkskanin har Anne funnet mange gode produkter, som bare har naturlige ingredienser og er fri for gluten og melk. Hyllene er fulle av varer, som er godt merket av produsent, og testet av Anne. Kunder vil alltid finne noe, og får god hjelp av Anne dersom de er usikre på hva de bør velge.

– For meg er det viktigste at kunden er fornøyd og kommer tilbake med ett godt resultat avslutter Anne.

red@byavisafredrikstad.no

