

# Nahrung fürs *Leben*

Nahrung ist Lebensgrundlage. Aber auch Genuss, Lebensfreude und Gesundheit. Die Freude an Nahrung treibt Sven Altorfer und Barbara Stolba an, neue Wege in der Lebensmittel- und Vitalstoffherstellung zu gehen.

Die beiden Gründer der Swiss Health & Nutrition AG (SHN AG) und ihrer Marke BE THE CHANGE® haben sich der Gesundheit von Mensch und Umwelt verschrieben.

#### **Neue Wege. BE THE CHANGE.**

Eine ausgewogene Ernährung ist die Basis unserer Gesundheit. Zusatzstoffe, Farb- und Konservierungsstoffe sowie chemisch hergestellte Rohstoffe haben indes keine positive Wirkung auf unser Wohlbefinden. Und dennoch sind sie in vielen – vor allem in stark verarbeiteten – Lebensmitteln enthalten. Dass dies auf die Gesundheit einen schlechten Einfluss haben kann, muss auch Sven Altorfer, Gründer und Geschäftsführer der SHN AG, erfahren. Übergewichtig und chronisch krank, wird er mit Mitte Dreissig vor die Tatsache ge-

stellt, das Leben ändern zu müssen. Er stellt die Ernährung auf frische und saisonale Produkte um und stösst dabei auf ein Lebensmittel der besonderen Art: Kolostrum. Die Erstmilch, wie Kolostrum auch genannt wird, wird rund um den Globus, von Indien über China bis Europa, zur Unterstützung des Immunsystems eingesetzt. Die Expertise darüber angeeignet und nach Jahren des Aufbaus, absolviert er als Ironman die Langdistanzen und hat wieder eine gesunde Perspektive. Das Angebot an guter Sportnahrung ist dürftig und er stellt diese kurzerhand selbst her, was sich rasch herumspricht. Es sollte der Beginn eines jahrelangen Aufbaus werden: Der seiner Gesundheit und der des Zieles, den wertvollen Rohstoff Kolostrum Menschen zugänglich zu machen. Heute produzieren Sven Altorfer und Barbara Stolba mit ihrer Firma unter anderem hochwertige Swiss made Kolostrum-Produkte aus dem eigenen landwirtschaftlichen Partnernetzwerk.

**«Wir sammeln das überschüssige Kolostrum auf unseren Partner-Höfen. Dank des Upcycling-Prozesses, den wir aufgebaut haben, wird dieser wertvolle Überschuss nicht weggeworfen, sondern von uns zu hochwertigen Produkten verarbeitet. Wir verwerten das Kolostrum also nicht nur, sondern kennen auch den Namen der Kuh, von der es stammt. Und können so sicherstellen, dass alle Standards eingehalten werden und die Qualität stimmt.»**



## «Kolostrum repariert unsere Darmschleimhaut und stärkt so das Immunsystem.»

Die Milch von Säugetieren kurz nach der Geburt, die sogenannte Erstmilch, auch Kolostrum genannt, ist reich an wertvollen Stoffen, die das Immunsystem der Säuglinge aufbaut und stärkt. Stoffe, die auch ungemein gut sind für das Immunsystem von Erwachsenen. Barbara Stolba und Sven Altorfer von Swiss Health & Nutrition machen sich genau das bei ihren Kolostrum-Produkten zunutze.

Barbara Stolba, Sven Altorfer, wie jeden Winter diskutieren wir wieder über Sinn und Unsinn von Nahrungsergänzungsmitteln, die unser Immunsystem stärken sollen. Umso wichtiger ist festzuhalten, dass Kolostrum nicht dazugehört und als herkömmliches Lebensmittel gilt.

**Sven Altorfer:** Da hilft auch ein Blick ins Lebensmittelrecht. Hier wird Kolostrum als «Lebensmittel der besonderen Art» definiert. Also nein, Kolostrum ist definitiv kein Nahrungsergänzungsmittel.

Trotzdem ein «Lebensmittel der besonderen Art». Das bedarf einer genaueren Erklärung.

**Sven Altorfer:** Kurz gesagt ist das Kolostrum die Milch von Säugetieren und natürlich auch von uns Menschen, die in den ersten 72 Stunden nach der Geburt ausgeschüttet wird. Kurz vor der Geburt sammeln sich alle Immunfaktoren an – bei den ersten Säugungen werden diese ausgeschwemmt. Kolostrum ist also die gehaltvollste Milch mit allen wichtigen Immunfaktoren drin, damit sich das Immunsystem des Neugeborenen entwickeln kann. Es wird deshalb auch Erstmilch genannt.

### Sie verwenden für Ihre Produkte ausschliesslich Kolostrum von Kühen. Weshalb?

**Barbara Stolba:** Das hat verschiedene Gründe. Einerseits produziert eine Kuh – anders als etwa eine Ziege oder ein Schaf – Kolostrum im Überschuss. Das bedeutet, dass wir den Tieren auf keinen Fall etwas wegnehmen. Andererseits bekommt ein Kalb, anders als ein neugeborenes Kind, überhaupt gar kein Immunsystem mit auf den Weg. Das Kolostrum der Kuh ist deshalb einiges potenter als dasjenige von uns Menschen. Die Immunfaktoren im Kuh-Kolostrum können wir genau gleich verwerten wie ein Kalb.

### Kolostrum ist also die erste Nahrung für Neugeborene, ob Mensch oder Tier. Was können denn wir Erwachsenen damit anfangen?

**Sven Altorfer:** Etwas überspitzt ausgedrückt, schaden wir unserem Darm oft mit einer ungesunden Lebensweise und Ernährung. Kolostrum hilft, diese Schäden zu reparieren, den Darm zu entschlacken und die Darmzotten freizulegen. Kurz gesagt sorgt es für einen guten Zustand des Mikrobioms, also dem Darm als Ganzes, mit all seinen Schleimhäuten und guten Bakterien.

### Damit tut man seinem Darm Gutes. Inwiefern profitiert aber unser Immunsystem vom Kolostrum?

**Sven Altorfer:** Es gibt das sogenannte Leaky-Gut-Syndrom, auch Darmdurchlässigkeitssyndrom genannt. Mittlerweile ist das eine normale Zivilisationserscheinung und beeinträchtigt unser Immunsystem massgeblich. Beim Leaky-Gut-Syndrom ist die Darmschleimhaut rissig und durchlässig; unfertig aufgespaltene Moleküle können aus dem Verdauungstrakt in die Blutbahn geraten. Diese Proteine und Säuren haben in dieser Form da nichts zu suchen und können verantwortlich sein für Migräne oder allergische Reaktionen.

**Barbara Stolba:** Indem das Kolostrum unsere Darmschleimhaut repariert, stärkt es indirekt unser Immunsystem. Man sagt ja, dass rund 80 Prozent unseres Immunsystems im Darm stattfindet. Ist da unten alles in Ordnung, geht es uns meistens gut.

Früher war es ja auch gang und gäbe, dass auf Bauernhöfen Biestmilchkuchen, also Gebäck mit Kolostrum drin, zur Unterstützung des Immunsystems gebacken wurde. Wir haben da also nichts neu erfunden, sondern uns quasi einfach von Mutter Natur bedient. Die alte Tradition der Biestmilchkuchen lebt übrigens wieder auf.



### Das Produkt selbst ist zwar keine neue Erfindung, dafür aber die Filtrationstechnik, um das Kolostrum nicht erhitzen zu müssen.

**Barbara Stolba:** Genau, das Problem beim Pasteurisieren ist ja, dass viele aktive Stoffe dabei kaputtgehen. Und dazu gehören eben auch die Antikörper, von denen wir ja eigentlich so viel wie möglich erhalten wollen. Wir haben uns deshalb auf komplett neue Wege begeben.

**Sven Altorfer:** Und eine neue Filtrationstechnik erfunden, eigentlich ein Technologiemix aus Milchwirtschaft und Fruchtsaftherstellung. Denn auch bei letzterer ist es das Ziel, möglichst viele Vitamine zu erhalten. Das Kolostrum ist relativ dickflüssig. Wir trennen deshalb das Fett und Kasein ab, so entsteht eine klassische Molke – eine Molke aus Kolostrum. Und diese wässrige Lösung passt dann eben durch die Filter, die dafür sorgen, dass ganz ohne Hitze ein lebensmittelsicheres und hochreines Produkt entsteht.

**Barbara Stolba:** Ein Produkt, das übrigens ohne Kühlung bis zu drei Jahre haltbar ist. Auch das ist sehr aussergewöhnlich und gibt es in dieser Form in der Schweiz nur bei uns.

### Wichtig ist Ihnen auch der Bio-Aspekt.

**Barbara Stolba:** Richtig, wir sammeln das überschüssige Kolostrum selbst auf den jeweiligen Höfen. Wir haben einen Upcycling-Prozess aufgebaut, da dieser Überschuss ansonsten nicht verwertet würde. Wir verarbeiten es also nicht nur, sondern kennen auch den Namen der Kuh, von der es stammt. Und können so sicherstellen, dass alle Standards eingehalten werden.

**Sven Altorfer:** Unter anderem, dass also wirklich auch Überschuss an Kolostrum vorhanden ist und wir der Kuh respektive dem Kalb nichts wegnehmen. Und dass das Kalb nach der Geburt nicht von der Mutter getrennt wird.

### Und die fertigen Produkte mit Kolostrum? Eher etwas für Leute mit angeschlagenem Immunsystem oder auch für diejenigen, die grundsätzlich gesund sind?

**Sven Altorfer:** Für den Otto Normalverbraucher hat es einen präventiven Charakter. Treten allerdings Darmprobleme auf, von denen wir übrigens oft gar nichts spüren, hilft das Kolostrum, die Schäden zu reparieren und damit das Immunsystem zu stärken.

**Barbara Stolba:** Kolostrum ist allen zu empfehlen, die ihrer Gesundheit auf natürliche Art und Weise etwas Gutes tun wollen.

### Die Zukunft ist regenerativ.

Ein Lebensmittel besteht aus einer oder mehreren Zutaten, die im besten Fall natürlichen Ursprungs sind, gesund gewachsen, kundig gepflegt, lokal geerntet, schonend verarbeitet und nachhaltig verpackt werden. Die Herausforderungen, Nachhaltigkeit und Qualität zu vereinbaren, sind dabei enorm. Als Barbara Stolba Sven Altorfer kennenlernt und Einblick in die Einmann-Produktion erhält, wird ihr bewusst, wie umfassend das Thema Nahrung ist und wieviel Potenzial in einer gänzlich neuen Form der Produktion – von Zutat bis Verpackung – liegt. 2019 kommt schliesslich die Geburtsstunde von BE THE CHANGE und das Leitbild entsteht: Rohstoffe, Herstellung und Verpackung müssen sich sukzessive in einen regenerativen Kreislauf einfügen. Alles wird neu gedacht, neue Lösungen und Partner für diese Pionierarbeit werden gefunden.

Obschon eine jahrzehntelange Forschung vorangeht, wird bis anhin wenig über die Regenerative Landwirtschaft berichtet. Richtig umgesetzt, bindet diese Form der Landwirtschaft CO<sub>2</sub> in der Erde und kann, wenn global flächendeckend praktiziert, eine praktikable, schnelle und dauerhafte Lösung für den Klimaschutz darstellen. Und nicht nur: Die Regenerative Landwirtschaft bezieht Tier, Mensch und Umwelt mit ein und generiert neben sauberer Luft und Böden auch hochwertige Nahrungsmittel aus sich immerwährend regenerierenden Quellen. Die SHN AG bindet diese Form der Landwirtschaft wo immer möglich ein und baut sie aktiv im Lieferantennetzwerk mit auf. Den Lösungsansatz der Regeneration implementiert die SHN AG zudem sukzessive sowohl in die Produktentwicklung als auch in den gesamten Herstellungsprozess ihrer Produkte.

«Ernährung geht immer mit Konsum einher. Die Wahl beim Einkauf ist dabei nur die eine Seite. Die andere ist das Angebot. Mit BE THE CHANGE bieten wir eine umfassende Lösung für den regenerativen Kreislauf nachhaltiger Nahrungsmittel an. Für die Gesundheit von Mensch und Umwelt.»

Sven Altorfer, Gründer & CEO Swiss Health Nutrition AG







«Mit BE THE CHANGE setzen wir eine komplett recycelbare und kompostierbare Verpackungslösung der Produkte um. Unser Partner Vögeli AG spielt dabei eine zentrale Rolle und hat international eine Vorreiterrolle.»

*Sven Altorfer, Gründer & CEO Swiss Health Nutrition AG*

#### Zero Waste wird zur Selbstverständlichkeit.

Der Griff zum Frühstücksmüesli, der Bedarf an Vitalstoffpräparaten oder einem Sportgetränk – Nachhaltigkeit beginnt mit der Wahl der Lebensmittel und endet bei der Gesundheit von Mensch und Umwelt. Dazu gehören auch nachhaltige Verpackungslösungen. Mit dem neu lancierten Verpackungskonzept setzt das Unternehmen ein weiteres Ausrufezeichen: Die Verpackungen hinterlassen nicht nur keinen Abfall, sondern fügen sich vollständig in einen nachhaltigen Kreislauf ein.

Die Faltschachteln aller BE THE CHANGE-Produkte sind durch die Pionierarbeit der Vögeli AG Cradle to Cradle®-zertifiziert und somit 100 % zyklusfähig, inklusive Farben und Leim. Dies im Gegensatz zur herkömmlichen Kartonage, bei der im Recyclingprozess bis zu 30 % nicht verwertbare Schlacke übrig bleibt. Auch die Banderolen und Reiter der Nachfüllbeutel hat Vögeli AG hergestellt, natürlich ebenfalls Cradle to Cradle®.

#### Premium mit Liebe zum Detail.

Für Barbara Stolba ist die Kartonage das Highlight der Verpackungslösung: «Um unsere hochwertigen Produkte muss eine ebenso hochwertige Verpackung, die sämtliche Nachhaltigkeitsparameter erfüllt. Die Liebe zum Detail wird hiermit transportiert – und rechnet sich auch bei den Verpackungskosten.»

Die verschiedenen grossen Produktbeutel sind zertifiziert kompostierbar und können auf dem Heimkompost oder in der Grünabfuhr gänzlich in den natürlichen Kreislauf zurückgegeben werden. Das eingesetzte Mironglas schützt den lichtempfindlichen Inhalt vor schädlichen Lichteinflüssen (UVA und UVB) und ist sowohl langlebig wie auch nachfüllbar und mit Braunglas zu recyceln. Auch bei den eingesetzten Materialien und der Herstellung der Verpackungen werden neue Wege beschritten: Es werden keine Rohstoffe aus Nahrungsquellen für Mensch oder Tier, wie z.B. Mais, verwendet. Selbst die biologisch abbaubaren Produktbeutel von BE THE CHANGE werden ausschliesslich aus nachwachsenden organischen Resten hergestellt, d.h. upgecycelt.

#### Gesund mit Genuss.

Sich mit Qualitätsprodukten Gutes zu tun, ist vereinbar mit der Umwelt und kann künftig gar zu einem regenerativen Kreislauf für die Gesundheit von Mensch und Umwelt beitragen. Bis dahin gibt es noch viel zu tun. Ganz nach dem Motto BE THE CHANGE hat sich die SHN AG verpflichtet, den ganzen Weg zu gehen.

## Swiss Health & Nutrition AG

Die Swiss Health & Nutrition AG ist eine biozertifizierte Herstellerin für Lebensmittel, Vitalstoffpräparate und Sportnahrung, die nachhaltig zu Gesundheit und Wohlbefinden beitragen und die tägliche Ernährung unterstützen und vereinfachen. Jedes Produkt der Marke BE THE CHANGE® ist auf die menschliche Biochemie abgestimmt und entsprechend hoch bioverfügbar, was die optimale Resorption der Wirkstoffe in den Körper ermöglicht. Das BE THE CHANGE Logo steht dabei sinnbildlich für den nachhaltig regenerativen Kreislauf der Produkte auf die Gesundheit des Menschen und die der Umwelt. Natürlich unter den Swissness-Kriterien des Schweizer Bundes Swiss made hergestellt.

[www.bethechange.swiss](http://www.bethechange.swiss)

