

Best på håndarbeid

Familien

40 sider
STRIKK & HEKLING



Bli best på BLØTKAKE

+ Frist med enkel festmat



Hele Norges Mikkell fra «Team Pølsa»

**Ny kofte
Kun i Familien!**



Flott festdrakt til dukke



Lesernes favoritt

7 023066 403793
bc 0379 010 UKEBLADER

Dåpskjole med havskummønster



Varmt fellesskap

17. mai nærmer seg, og selv om nasjonaldagen gjerne forbindes med korpsmusikk, bunader og is-spising, er det først og fremst en dag for fellesskap og inkludering. På denne ene dagen i året feirer vi alle sammen – uansett bakgrunn, alder eller interesser – landet vårt og grunnloven. Og nettopp det at 17. mai er for alle, gjør dagen så spesiell og rørende.

I vinter lot jeg meg bevege av noe annet som samlet en hel nasjon, nemlig «Team Pølsa» på NRK. Jeg gråt meg bokstavelig talt gjennom alle episodene, så sterkt traff det meg. Det var noe med gleden, samholdet og viljestyrken som lyste av deltagerne, og som minnet oss på hvor viktig det er å føle seg inkludert. Historiene deres viste oss at ekte vennskap og varmt fellesskap kan overvinne mye – og det var umulig å ikke la seg rive med. Les intervjuet med Mikkel på side 4. Nå nyter han kjendisstatusen, og kanskje enda viktigere; følelsen av å være en del av en vennegjeng.

Akkurat som på 17. mai, handler «Team Pølsa» om at alle har en plass, og at vi alle fortjener å bli sett og heiet på. Det er jo tross alt det som gjør både nasjonaldagen og vennskapene våre så verdifulle. I denne utgaven byr vi også på mye godt du kan servere i mai når du samler «gjengen» din, enten den er stor eller liten.

Hanne

REDAKSJONSSJEF I FAMILIEN

E-post: hanne.stensvold@egmont.com

*Vibekes mamma
skjønnte tidlig at
det var noe galt
med datteren.
Heldigvis var lille
Vibeke en fighter.*

Side 108



26

Bak en perfekt
bløtkake

99

Pynt med en
vakker maibukett



FAMILIENS FACEBOOK-GRUPPER
Familiens strikkegruppe
Familiens barnestrikk
FAMILIEN PÅ FACEBOOK
[familien.egmont](https://www.facebook.com/familien.egmont)



DU FINNER OSS
OGSÅ PÅ INSTAGRAM
[@familiensstrikk](https://www.instagram.com/familiensstrikk)

Innhold

NR. 19 • 9. MAI 2025



63

Strikk sjal til bunaden



36

Festfin bolereo med hullstrikk



66

Lotta & bamsen
– strikk fra
Bråkmakergata

REPORTASJER

- 4 Møt Mikkel fra «Team Pølsa»
- 10 Hjem & antikk: Et lite stykke Norge
- 14 65 år i frelsens tjeneste
- 28 Slik husker du passordkoden
- 102 Redder garnet ingen vil ha
- 108 Vibeke ble født med hull i hjertet

HÅNDARBEID

- 35–81
- 82 Åses lune hjørne

MAT

- 20 Den store maifesten
- 26 Perfekt bløtkake

KRYSSORD

- 55–62

DE GRØNNE SIDENE

- 94 Frodig fjellhage
- 99 Hagepostkassen

LESELYST

- 84 Heksens datter (10:10)
- 88 Det hendte meg: Fars nye samboer har blitt et problem
- 90 Novelle: Den ledige stolen

STORT OG SMÅTT

- 32 Helsenytt
- 106 Loppetorget
- 114 Tro & liv





NYDELIG: Mikkel digger å bli kjent igjen og få fanbrev. Han blir latterlig glad av det, sier han.

Mikkel fra «Team Pølsa»

Nå får jeg fanbrev – hvor kult er ikke det?

Han fikk oss til å le, gråte og heie høyt. Med sin varme og store begeistring ble Mikkel (15) alles favoritt i «Team Pølsa». Bak lyset i øynene ligger en reise, fylt av utfordringer, tap og en families utrettelige kjærlighet.

TEKST: SIRI WALÉN SIMENSEN FOTO: GRY TRAAEN, NRK OG PRIVATE BILDER

Se her, a!
Rundt kjøkkenbordet på Stabekk utenfor Oslo sitter «Team Pølsa»s Mikkel og drar på seg en flott lue med VM-logoen mens mamma Martine Munthe leser en hyggelig hilsen fra en dame som har fulgt ham på TV. Fanbrev etter fanbrev åpnes, og hver gang det detter ut klistremerker, russekort eller hårbånd, kommer det et gisp av glede.

EN GLADGUTT

Glade Mikkel med de kvikke replikkene. Mikkel, som så lett lar seg begeistre. Mikkel, som hadde influensaen i kroppen da han og de andre på laget kjempet seg gjennom den bratte VM-løypa, og som var så sliten at han ikke visste forskjell på plogging og v-vending på skiene, men som tok seg sammen. Han hentet siste rest av krefter for at venninnen Pia skulle få oppleve sin drøm; å lykkes med og på sitt eget lag.

Vi har grått med ham og ledd av og med ham. Sjarmerende Mikkel, som ble født med William syndrom, er definitivt ikke som de fleste andre. Han gjorde bølgen da titusener klappet ved målgangen – elsket å være i sentrum.

Williams' syndrom er en sjelden tilstand, kjennetegnet av karakteristiske ansiktstrekk, medfødte strukturelle forandringer i hjertekarsystemet, redusert vekst og forsinket utvikling. Og en utadvent personlighet.

Hjemme i det trygge bekrefter Mikkel bildet av å være hurra- og gladgutten. Og vi opplever magien i å være rundt en person, som tør å la seg rive med. Du blir oppstemt og glad når du er rundt han.

– Folk kommer til oss og sier at det er fantastisk med Mikkel, som er slik en humørspreader. Og ja, det er det. Men veien vår for at han skulle oppleve mestring og



TEAM PØLSA: Bak fra venstre Mikkel, Sunniva, Peder, Øystein «Pølsa», Syver og Trygve. Foran til venstre Pia.

ha det bra, har til tider krevd mye av oss. Det ligger masse innsats og trening i alt, sier pappa Thomas Munthe.

POPSTJERNE-STATUS

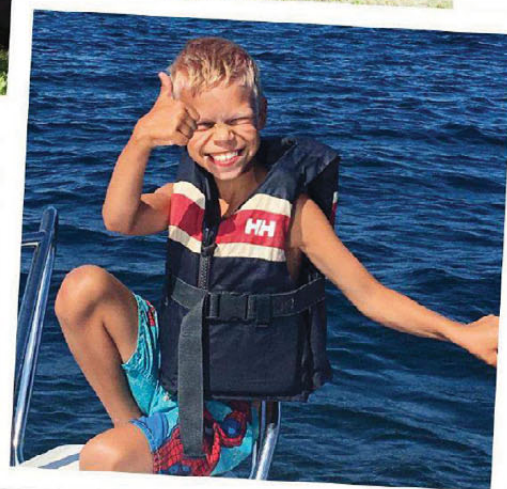
Mamma Martine sier at alt som har skjedd etter «Team Pølsa» har vært overveldende, både for dem, søsknene, Mikkel og alle som er i flokken rundt han. Han har mange støttespillere. Men at det har vært tøft og at det fortsatt kommer dager som kommer til å kreve masse av dem, jo, slik er det.

– Vi vet at Mikkel aldri vil kunne klare seg helt alene. Han vil trenge voksne personer rundt seg livet ut, konstaterer foreldrene.

I disse dager nyter den musikkglade 15-åringen det som minner om en popstjerne-status. Alle har sett ham på TV. Alle har fått med seg kjendismøtene han fikk. Etter at han og søsteren laget en TikTok-konto, har han på noen dager fått over 40 000 følgere.

– Hvor kult æ'kke det? Mikkel lyser opp da vi kommer inn på videosnuttene han har lagt ut og alle de flotte kommentarene han får fra folk han ikke kjenner.

MED PÅ ALT: Mikkel har vokst opp i en familie med mye aktivitet. Her er han på seiltur som liten.



”
Vi vet at Mikkel vil trenge voksne personer rundt seg livet ut.

Mamma Martine

Martine sier at de etter å ha fått plass på «Team Pølsa» hadde en standard samtale med en TV-psykolog for å snakke om hvordan man skulle håndtere det hvis det ble stort engasjement rundt serien. De lærte at det kanskje ikke var så lurt å lese i kommentarfeltet fordi ikke alt nødvendigvis ville være positivt.

– Selvfølgelig klarte vi ikke å følge rådet, men det utrolige er at det bare er positive kommentarer. Det føles som om absolutt alle heier på laget og Mikkel, sier hun.

Foreldrene har opplevd en telefon- og meldingsstorm de

siste månedene. Og da de bestemte seg for aktivt å bidra inn til lagkamerat Syvers Splcis til forskning på barnedemens gjennom et bollesalg i nærmiljøet, opplevde de velvilje og raushet blant folk.

– Vi opplevde at det ble betalt 5000 kroner for en bolle og ble så rørt at tårene bare kom. Ord kan ikke beskrive hvordan det var, sier Martine.

De dro inn rundt 300 000 kroner den lørdagen på Bekkestua utenfor Oslo.

SORGEN

Muntrasjonsrådet Mikkel er på rommet med fotograf Gry

da foreldrene forteller historien om han. Allerede under svangerskapet følte mammaen at noe var galt. Det var som om han sparket annerledes enn de to barna hun hadde båret frem.

– Da han ble født, skjønte vi at noe var annerledes, men det tok fire måneder før vi fikk diagnosen. Da visste vi ingen ting om Williams' syndrom.

Martine, som er fastlege i hjemkommunen, sier at det var en vanskelig tid. Da de fikk svaret, hadde hun siden fødselen hatt en vond klump i magen, men hadde klamret seg til alt som var positivt, grepet tak i alle små håp. «Bare litt sen», trøstet hun seg med.

– Å få diagnosen var trist, men også en lettelse fordi vi da visste hva vi hadde å forholde oss til, sier hun.

– Når jeg tenker tilbake på de første årene av Mikkel's liv, skjønner jeg nesten ikke at vi kom oss gjennom dem. Vi ble sendt hjem med 80

sonder, som vi skulle sette i selv for at Mikkel skulle få i seg næring. Det var veiing før og etter måltidene og ble et døgnkontinuerlig arbeid. «Dette går ikke», husker jeg at vi tenkte. Vi måtte også på sykehuset for gjennom døgnnet å få registrert pH-verdiene på grunn av refluks og Mikkel gråt hele tiden. Det viste seg at han hadde sure oppstøt flere ganger i minuttet, minnes pappa Thomas, som er økonom.

Det er krevende å få barn som trenger mer. Det er tungt å stå i foreldrerollen når et lite barn må få spesialomsorg i lang tid og du vet at han eller hun aldri vil få det

samme, friske livet som søsknene. Det erfarte også Thomas og Martine.

For dem snudde ting til det bedre da Mikkel fikk en knapp på magen, og de slapp sondene.

– Men det tok flere år før jeg klarte å akseptere diagnosen. Jeg slet mer enn Thomas og bar på en sorg, sier hun ærlig.

VENNENE BLE BORTE

Lykkelige Mikkel kommer inn på kjøkkenet og igjen skjer Mikkel-magien. Brått smiler alle. Storesøsteren Kaja, som er russ i år, kommer inn og gir lillebroren verdens beste klem, og han strå-

ler opp enda mer. Hun er så stolt! Det samme er storebroren Jacob, som er i militæret.

Mikkel har en personlighet som sjarmerer folk. Vi ler og ler når han snakker om bestekompsen, som er en diger høyttaler, tapetsert med klistremerker han har fått. Han, som lager musikk selv og drømmer om å bli artist, har full oversikt over alle tekniske detaljer.

Men også han har fått sorger. Fordi han sliter med å sette ord på savnet selv, gjør Martine det.

– Mikkel begynte på vanlig skole. Da det ble for vanskelig for ham faglig, søkte vi ham over til Haug skole og ressurscenter. I denne prosessen forsvant klassevennene hans. Det var tøft plutselig å stå utenfor fellesskapet han hadde vært en del av, forklarer hun.

Sønnen nikker bekreftende. Hva han opplevde i tiden etter skolebyttet, var at ingen svarte eller responderte når han oppsøkte gamle venner. Han følte seg forlatt og ensom.

«TEAM PØLSA»

Nå går Mikkel på en vanlig skole igjen, i en tilrettelagt klasse de fleste av timene, men er tilknyttet en vanlig klasse på skolen hvor han har noen få fag. Han sliter fortsatt med å lese og skrive.

– Jeg har gym og kunst og håndverk med klassen min, og skulle ønsket at jeg var mer med dem, sier han.

Integrering og fellesskap er fine ord, men ikke alltid like lett å få til, ikke engang med en gladlaks som Mikkel. Så ja, savn finnes i hans tilværelse. Heldigvis er han lett å lokke inn i lykkemodus gjennom musikk, utadventhet og iver. Det er gaven han fikk gjennom Williams' syndrom, som blant annet kjenetegnes av disse egenskapene.

– Jeg er ikke redd for at han ikke skal få det bra, nettopp fordi han er som han er.

”

*Vi er litt annerledes.
Det er forskjell på en som har Down
og en som har Williams.*

Mikkel



VOKSENSTØTTE: Mikkel trenger å ha oss voksne rundt seg, sier mamma Martine. Ellen er en av huset firbente bestevenner.



ELSKER MUSIKK: Mikkel elsker musikk og lager selv låter. Høyttaleren regnes som bestevenn.



STOLTE: - Vi er selvfølgelig stolte av Mikkel, sier mamma Martine og pappa Thomas Munthe.

Men vi er avhengige av at kommunen stiller opp når han blir eldre, konkluderer Martine.

Ilva familien ser, er at Mikkel aldri har hatt det så bra som nå. «Team Pølsa»-deltagelsen har gitt ham det han elsker – masse oppmerksomhet. Men aller viktigst, han har fått nære venner og er med i vennegjeng.

«Jeg liker at andre har det bra. Når de har det bra, er jeg glad», sa Mikkel i et av programmene.

”

*Jeg skal på
Palmesus med
Pia. Da skal vi bo
hos Pia og det
blir mye gøy.*

Mikkel

Det er ikke tilfeldig at han tenkte på Pias drøm da han selv hadde mest lyst til å gi opp.

TIL PALMESUS

På TV delte han at han hadde kjærlighetssorg. Nå har han lagt fortvilelsen bak seg og fokuserer på alt det fine som skal skje.

– Jeg skal på Palmesus med Pia. Da skal vi bo hos Pia og det blir mye gøy, sier han og lyser opp.

Mammaen forteller at de er blitt bedt til renn og tilstelninger både her og der, og med og uten ski. Sønnen bryter inn og sier at han helst vil slippe ski, og da smiler pappaen.

– Vi har pushet Mikkel gjennom årene. Vi som familie har tilpasset oss ham, men han har også måttet tilpasse seg oss. Vi brukte mange år på å lære ham å gå godt på ski. Det har resultert i at han har klart en tre miles distanse. Her spør vi ikke: Skal vi gå på ski? Vi spør: Hvor skal vi gå på ski?

Mikkel nikker og sier at han alltid har musikk på ørene



ELSKER MUSIKK:
Mikkel elsker musikk og lager selv låter. Høytaleren regnes som bestevenn.

når de går, men ikke Tix.

Tonene som gir glede til turen, er fra mammas spilleliste, som er roligere, og det er helt ok.

– Men nå gleder jeg meg mest til å rulle med russebussen til Kaja. Da blir det skikkelig party, sier han. Armene løftes opp, og vi ser for oss stemningen. Og Mikkel-magien følger oss ut døren til familien Munthe med familiehundene Theo og Ellen bjeffende som bakgrunnsmusikk.

MIKKELS FORKLARING

Mikkel lar oss se søknadsvideoen som ble sendt til NRK i

Team Pølsa: I NRK-dokumentaren «Team Pølsa»

følger vi en herlig gjeng ungdommer med ulike utfordringer. Målet var å gjennomføre et skiløp i VM-løypene i Trondheim. På nrk.no kan du se serien.

håp om at han skulle få bli en av deltagerne i «Team Pølsa»:

«Jeg er 14 1/2 år, er en tøfing, som har kjørt snøscooter og isbadet og mye mer. Jeg liker å bevege meg på basketballbanen og i skiløypa. Og jeg elsker å lage god stemning og gå på ski. En kul kar!»

– Det var cirka sånn. Jeg er en kid fra Stabekk, som elsker russetiden, sier han.

Og smilet brer seg over hele ansiktet.

Mikkel vet at han har Williams syndrom. Når vi ber ham forklare hva som er annerledes, sier han:

– Vi er litt annerledes. Det er forskjell på en som har Down og en som har Williams. De med Dows er mer glade i å trene mens jeg er mer glad i musikk.

Hjelp magen din!

Kjenner du igjen dette:

Om morgenen er magen flat og du føler deg vel, men etter flere måltider i løpet av dagen blir en følelse av oppblåsthet mer og mer merkbar.

MACOFORM Macoform er basert på ekstrakt av **artisjokk** som kan hjelpe ved oppblåsthet som følge av luft i magen, ved fordøyelsesproblemer bl.a. ved å fremme produksjonen av fordøyelsessaft er, pluss at den kan fremme vekttaap. Inneholder også ekstrakt av **løvetann**, som bidrar til å stimulere fordøyelsen, opprettholde pH-balansen, samt til en normal mage- og leverfunksjon.

Bestill nå - få levert rett i postkassen

50% på første pakke ved abonnement.

kr 199,- totalt 238,- inkl. frakt

SMS: FORM 38 TIL 2210

WEB: WELLVITA.NO

RING: 37 08 13 00
Hverdager kl 8-16



wellvita
Engenes 15, 4865 Åmli

Etter 1. levering vil du motta 2 mnd. forbruk hver 2. mnd. for kun 438,- inkl. frakt (219,- pr. mnd.). Avslutt abonnementet når du vil, men senest 2 uker før neste levering.

Stadig flere mennesker, i alle aldre, sliter med luft i magen, murring eller en stinn- og oppblåst mage, som følge av dårlig fordøyelse. For mye fet mat og en hverdag med stillesittende arbeid, får tarmen til å jobbe langsomt. Dermed kan avfallsstoffer hope seg opp i tarmen. Opphoping av avfallsstoffer i tykktarmen, setter i gang en gjæringsprosess. Da oppstår forskjellige gassdannelser, som blåser opp magen.

Sett i gang fordøyelsen

For å unngå mageproblemer, bør du få fart på fordøyelsen din. Macoform inneholder en unik sammensetning av ekstrakter fra artisjokk og løvetannrot, som hver på sin måte jobber på lag med magen.

Plantene har en bred virkning og kan derfor brukes mot mange forskjellige problemer med magen.

Les mer på wellvita.no

3 TEGN

på at du kan trenge hjelp til magen



Oppblåst mage



Fordøyelsesproblemer



Mye luft i tarmen

"Jeg ble kvitt den oppblåste magen"



ANETTE

- Jeg har vært plaget med en oppblåst mage i mange år. Magen føltes ofte stinn og hard. Jeg kjøpte alltid buksene et nummer for store, ellers kunne jeg ikke bruke de på kvelden, forteller Anette.

- Jeg hadde prøvd stort sett alt, men Macoform viste seg å være den riktige løsningen.

"Jeg var konstant bevisst den oppblåste magen"



KATRINE

Luft i magen og en følelse av ubehag etter måltider. Når Katrine gikk ut for å spise med venner, ble magen hennes så stinn og oppblåst, at vennene faktisk kunne se det. Det gjorde henne utilpass. Etter diverse mislykkede dietter, har hun i dag funnet en løsning - og effekten kan både merkes og ses.

BLODSIRKULASJON

- har innvirkning på konsentrasjon og hukommelse

Hjernen styrer alt fra adferd, språk, tilgang til lagret kunnskap og erfaring, slik at vi kan løse problemer og lære oss nye ferdigheter. En slik oppgave krever oksygen, og et velfungerende blodomløp som kan levere oksygenet. Dessverre forringes blodomløpet med alderen.

BACOPA MONNIERI bidrar til et normalt kretsløp, spesielt i de små blodårene. Bidrar også til å opprettholde en god kognitiv funksjon og til å opprettholde hukommelsen ved stigende alder.

GINSENG bidrar til å opprettholde kognitive evner som hukommelse og reaksjonsevne og motvirker tretthet og utmattelse.



Nå er hukommelsen min på plass igjen

Da Bodil opplevde at det ble vanskelig å holde seg konsentrert og huske ting, mistet hun lysten til å snakke i forsamlinger.

- Jeg måtte tenke mer før jeg snakket, og fant ikke alltid de rette ordene. Barna mine spøkte med at "mor har blitt gammel", sier hun.

Selv om spøken var vennlig ment, gikk det inn på henne. Hun savnet selvtiliten hun pleide å ha.

Planter til hukommelsen

Løsningen var faktisk enklere å finne enn Bodil hadde regnet



med. I lokalavisen kom hun over Remital, et plantepreparat til hukommelse og konsentrasjon. Det fanget straks interessen. Det var ikke langt fra tanke til handling den dagen, og det gikk ikke lang tid før jeg mottok min første pakke Remital, sier Bodil.

En merkbar forandring

- Jeg må innrømme at jeg ble positivt overrasket over virkningen. Etter kun noen måneder begynte jeg å merke forandring. Selv om jeg fortsatt kan sitte og lete etter et navn

på en person nå og da, holder jeg lettere konsentrasjonen og formulerer meg lettere. Jeg føler meg årvåken og klar igjen. Det er bare helt fantastisk. Hvis du har de samme utfordringene, vil jeg helt klart anbefale deg å prøve Remital.

Bestill Remital i dag

Få **50%** på 1. pakke ved abonnement

Nå kun 199,- (totalt 238,- inkl. frakt)
2 mnd. forbruk

SMS: REMITAL 25
til 2210

WEB: wellvita.no

RING: 37 08 13 00
Hverdager kl. 8-16



- ✓ Ingen bindingstid
- ✓ Fornøydgaranti

wellvita
Engenes 15, 4865 Åmli



Etter 1. levering vil du motta 2 mnd. forbruk hver 2. mnd. for kun 438,- inkl. frakt (219,- pr. mnd.). Avslutt abonnementet når du vil, men senest 2 uker før neste levering.

Et lite stykke Norge

Mange husker nok godt 17. mai 1945, da jubelen og gleden fylte gater i hele landet. I et urolig 2025 er det god grunn til å heise flagget til topps 17. mai og lokke frem den nasjonalromantiske følelsen. Her er litt inspirasjon på veien.



HURRA: Bunaden er stasplagg nummer en på Norges nasjonaldag, så også på det nasjonalromantiske postkortet som er om lag 100 år gammelt.

En bunad er plagget som aldri er feil ved store begivenheter. Både manns- og kvinnedraktene kan gå i arv fra generasjon til generasjon. En ny bunad med alt tilbehør er en svært kostbar investering, selv om du har den for livet og for kommende generasjoner.

På auksjon kan du ha flaks og få tilslag på en hel bunad med skjorte og sølv, eller du kan supplere med detaljene du mangler – et fint belte eller en kniv for eksempel. Du kan også skape egne tradisjoner ved hjelp av fine funn på auksjon, Facebook eller Finn.no.

De tradisjonelle bunadene utviklet seg også etter inspirasjon fra motebildet og viktige begivenheter. Ett eksempel er Måndalsbunaden med rutete stakk i silketaft. Trolig er den inspirert av skottetoget som i 1612 gikk i land i Romsdalen. Karene i skotskrutet kilt skapte frykt, inntil de ble beseiret under slaget ved Kringen i Gudbrandsdalen. Ellers har mange mannsbunader knebukser og jakker med lange skjøter, tydelig inspirert av rokokkoen, men søljer og silketørklær vitner om pynteglede og viser hva som kunne finnes i kramkarens skreppe.

Tar du godt vare på bunaden, holder den seg like flott i mange år. Gå alltid over bunaden etter bruk. Flekker kan fjernes med mildt såpevann. Fettflekker blir du kvitt ved å gni forsiktig med en klut fuktet med white-spirit. Bunaden bør oppbevares i en bunadspose av stoff som er lystett og puster. Du kan også bruke et dynetrekk. Beskytt bunaden mot møll, f.eks med sedertrekuler eller lavendel. Skjorten bør vaskes rett etter bruk, så flekker ikke fester seg. Bruk gjerne en vaskepose for å skåne broderiene. Skjorter med fargede broderier bør ikke ligge i bløt, da broderiet kan farge av. Vent med å stryke skjorten til den skal brukes, ellers kan den gulne. Har du en linskjorte med hvite broderier som er gulnet, kan den ligge natten over i kaldt vann. Til silkeskjorter anbefales kjemisk rens.



FARGERIK: Sølje med stener av glass, laget i Bergen rundt midten av 1800-tallet. Verdi ca. kr 2000–2500.

SIRLIG HÅNDVERK:

Eivind Tveiten er mesteren bak den forgylte bunadspennen. Solgt for kr 7800 hos Eek Auksjonshus.



ANTIKK: Hornring med masker fra 1800-tallet. Solgt for kr 2400 hos Eek Auksjonshus.



BRINGEPYNT: Det er noe eventyrlig over de gamle bringedukene som man laget av det man hadde for hånden av tekstiler og annet. Verdi ca. kr 1000–1500 pr. stk.



TILBEHØR: Slirekniv med graverte sølvholker. Solgt for kr 9600 hos Eek Auksjonshus.

BRUKTBUNAD: Dovre-bunad, bestående av stakk, liv, lomme, lue og to skjorter. En heldig ny eier fikk kjøpt den for kr 5880 uten sølv hos Blomqvist Nettauksjon.



Stell sølvet

Legg søljene i lunkent vann med en dråpe Zalo og en teskje salmiakk per liter vatn. Bruk en myk barnetannbørste og puss lett over. Skyll og tørk godt etterpå, bruk gjerne hårføner. Til sølv som er sydd fast i bunaden, bruk en sølvpussklut, gjerne i kombinasjon med pussebrett slik at du ikke søler på bunaden. Bruk en pappbit som du skjærer et snitt i, slik at du kan smette den under knappen. Sølv skal oppbevares mørkt, tørt og lufttett. Det kan være lurt å pakke plastfilm rundt sølvknapper, for å slippe så mye pussing. Se mer på sylvsmidja.no/inspirasjon.



STRAM INN: Seks 1800-talls maljer til bunadliv, stemplet SR. Solgt for kr 3840 hos Eek Aukstjnsforretning.



TRADISJONER: Våre vakre bunader og søljer representerer lokalhistorie og håndverk av ypperste slag.

STASELIG: En flott Vest-Telemark-bunad med rike broderinger ble solgt for kr 13 200 uten sølv hos Aukstjnsshallen i Porsgrunn.





FRA SETESDAL: Forgylt bolesølje laget i Setesdal på 1800-tallet. Solgt for kr 4560 hos Eek Auk-sjonshus.



BRUDEDALER ANGUS DEI: Delvis forgylt pan-serkjede. 2 mark fra 1657 i flettet ramme. Kr 4560 hos Christiania Auksjoner.



SØT: Hjer-te-sprette fra 1800-tal-let. Solgt for kr 1920 hos Eek Auk-sjonsforret-ning.



ET SMYKKE: Bunadkniv av kristtorn med rikt utskåret akantus og løve-hode med øyne av rubiner. Laget av Tore Noddeland i 1981 og solgt for kr 13 200 hos Eek Auk-sjonsforretning.



GJEVT: Gamle mynter ble ofte brukt til bunadsmykker, kalt brudedaler eller Agnus Dei som betyr Guds lam. Her bærer myntene Christian VII (1723–66) mono-gram, konge i Dan-mark-Norge fra 1766–1808. Verdi ca. kr 5000–7000.



FRA 1800-TALLET: Delvis forgylt slangesølje fikk en ny eier for kr 5520. Eek Auk-sjonsforretning.

65 år i frelsens tjeneste

Nordlandsbunaden er mitt nye festplagg

17. mai 2025 er Oddbjørg i Sandnessjøen en særdeles stolt bunadsbærer. Den avgåtte Frelsesarmé-soldaten fikk nordlandsbunaden i 85-årgave av en fingernem datter.

TEKST: SIRI WALÉN SIMENSEN

FOTO: KÅRE HANSEN, ANNE-LISE PEDERSEN/PRIVATE BILDER

En gang for mange år siden sto en tenåringsdatter midt i Sandnessjøen sentrum i Nordland og følte seg grusomt flau over sin egen mor. Mammaen hadde på seg soldat-uniform og sto sammen med en gjeng fra Frelsesarmeen og sang kristne lovsanger i pur glede over å ha Jesus i livet sitt.

I dag er mammaen 87 år gammel og kan se tilbake på mer enn seksti år som Frelsesarmé-soldat. Og fembarnsmor Oddbjørg Pettersen, som nå er blitt bestemor til 13 og oldemor til åtte, smiler da hun henter frem minnet.

– Mine barn ville ikke gå den samme veien som meg og faren. Han og jeg møttes gjennom Frelsesarmeen og var begge soldater da vi giftet oss. Vi hadde også på oss uniform da vi lovet evig troskap til hverandre på den store dagen, forteller hun.

Bildet av de to, lykkelige over å ha sagt ja til den de elsket, tar hun godt vare på, det står fremme i den hjemmekoselige stua. Sort/hvitt fotoet kaller frem mange gode minner om et ekteskap, et familieliv og hvordan det har vært å følge Jesus. Ikke alt har gått på skinner, selv-



JULEGRYTA:
I 2018 sto
Oddbjørg ved
Frelsesarmeens
julegryte i Amfi
Sandnessjøen.

følgelig ikke, men de store valgene hun tok står hun i fortsatt.

Denne dagen er også den grønne og vakre nordlandsbunaden, som kom til henne som en gave for halvannet år siden, hentet frem. Om litt skal den på for å vises i all sin prakt. Med glede i blikket forteller Oddbjørg at hun egentlig tenkte at hun var blitt for gammel til å få plagget hun alltid hadde ønsket seg. Det var ikke barna hen-

nes enige i. Nå har hun allerede brukt den til store anledninger og føler seg så fin med den på.

– Fortsatt er det mye å glede seg over i livet, konstaterer hun.

Vi skal komme tilbake til alle gledene. Først skal vi til en liten øy, Tomma, på Helgelandskysten, hvor Oddbjørg vokste opp. I bygda den gangen bodde det rundt 80 mennesker. Nå er bare fire igjen.

– Vi hadde en fem kilometer lang skolevei. Jeg begynte på skolen ett år senere enn jeg skulle fordi nabojenten var ett år yngre enn meg og vi med forsinket start kunne følge hverandre. Praktisk talt vokste jeg opp som enebarn, for halvbroren min var ti år eldre enn meg, forteller hun.

NESTEKJÆRLIGHETEN I FOKUS

Faren var fisker og småbruker og de levde et stille og



”

*Mine barn ville ikke gå den samme
veien som meg og faren. Vi var begge
soldater i Frelsesarmeen.*

STOLT: Da Oddbjørg
ble 85 år, fikk hun denne
vakre nordlandsbunaden,
sydd av datteren
Anne-Lise.



nøakternt liv. De vintrene det var snø, gikk hun på ski til skolen. Det var frisk luft og naturlig trim. Moren var med i en menighet. I dag tenker hun at det var en fin barndom.

– Jeg flyttet hjemmefra i slutten av tenårene og jobbet både som fiskearbeider og på fabrikk før jeg kom til Sandnessjøen, hvor jeg oppsøkte Frelsesarmeen fordi jeg var en kristen. Mannen jeg forelsket meg i var soldat, og jeg visste raskt at jeg også ville bli det.

Med Roald, som var blikkenslager, fikk hun en sønn og fire døtre fra 1960-1970, og de brukte fritiden i armeen og levde etter deres motto. Hos dem ble det for eksempel aldri nytt alkohol.

Å være soldat i Frelsesarmeen er frivillig, ikke-lønnet innsats og du har offiserene som sjef. Mens Roald sto ved julegryta, kunne

” «Nå har vi det så bra at vi ikke trenger å ha det bedre», sa vi på 60-tallet.

Oddbjørg sørge for bevertningen på møter og samlinger eller selge lodd i butikker de fikk sitte i. I alle disse årene som gikk, var det mye sang og glede. «Navnet Jesus» og andre kristne sanger spredte seg i hver krik og krok. Ofte snek melodiene seg også inn i hjertet.

– Jeg var hjemmeværende mens barna var små. Først da de to yngste tvillingjentene våre ble ti år, begynte jeg å jobbe. Vi valgte å ha mindre penger for å gi barna tilstedeværelse og omsorg hjemme. I mange år levde vi nøysomt, og jeg kunne ikke engang drømme om å kjøpe en nordlandsbunad, men det var en god tilværelse. Barna ble vant til å arve klær av

hverandre, og med unntak av noen dyre olabukser de yngste jentene ønsket seg, husker jeg ikke at det var et tema, minnes Oddbjørg.

Hun husker da de på 60-tallet sa: «Nå har vi det så bra at vi ikke trenger å ha det bedre».

Å ha det så bra at du ikke trenger å ha det bedre. I stedet for å hige etter mer, burde kanskje flere av oss lande på det. Oddbjørgs historie er et bilde på at lykken ligger i å gi mening til eget liv.

BARNA VILLE IKKE

De var ti soldater i den lille byen med rundt 6000 innbyggere, og det er hennes opplevelse at de ble tatt godt imot overalt. Etter skolen ble

barna med på møter og ukentlige fester, som ble arrangert.

– Jeg kan ha angret på mye, men aldri på at jeg ble med i Frelsesarmeen. Dessverre ville ikke barna våre gå den samme veien da de ble store nok til å velge selv. På en måte har det vært en sorg, men man må respektere slike livsvalg. Jeg vet at vår måte å leve på ikke gjorde det lett for dem bestandig, for vi bodde på et lite sted, der det skulle lite til for å bli sett på som annerledes, sier hun ettertenksomt.

Barna synes det er hyggelig at deres kjære mor blir omtalt i Familien, men ønsker ikke selv å ha bilder av seg i bladet. Frelsesarmeen ble som sagt ikke deres vei.

Nestekjærlighet, Jesus og kristendommen var hennes fokus. Favorittsangen til Oddbjørg er:



HJALP TIL: Faren var småbruker og fisker og moren husmor og gårdsarbeider. Lille Oddbjørg lærte tidlig å hjelpe til.



TAKKNEMLIG: Jeg har vært heldig, slår Oddbjørg fast. I ledige stunder strikker hun klær til heldige oldebarn.

BRYLLUPSBIDET:
Oddbjørg og Roald
Pettersen var begge
kledd i uniform da de
giftet seg i 1959. Han
døde i 2013.

*«Jesus er livet for meg.
Lyset han er på min vei,
alt jeg behøver, det har jeg
i ham*

Jesus er livet for meg.»

Hun sier at hun har hatt god helse og ble født med et lyst sinn. Motgang føler hun ikke at livet har gitt henne i store doser.

– Jeg fikk min andre ungdom i 50-årene. Da var barna ute av redet, vi hadde bedre råd, og jeg kunne ta sertifikatet og hjelpepleierutdanning. Jeg fikk jobb på sykehuset og det var en ny tid, da jeg følte at jeg fikk blomstre, beskriver hun.

BLE ALENE

Roald var mye syk de siste årene han levde og døde i 2013. Men han beholdt humøret, og de hadde det godt sammen, selv om han trengte hjelp til mye fordi han ble blind og endte opp i rullestol.

– Vi gikk mye på kafé sammen og hadde kontakt med søsknene hans, som bodde i nærheten. 54 gode år fikk vi sammen. Jeg er glad vi hadde en felles kristen tro, for den gjorde at vi forsto hverandre og var enige om det meste, sier hun.

Datteren Anne-Lise sier at mammaen har en genuin omsorg for alle andre. Da de ga henne avlastning fra omsorgsoppgavene med den syke ektemannen, brukte hun den ledige tiden til å hjelpe og gi glede til folk på sykehjem, blant annet.

Troen hjalp Oddbjørg gjennom sorgen og livet gikk videre. Hun var fortsatt soldat og stilte opp i det lokale korpset, som skruppet inn på grunn av medlemsfravall med årene. De var bare tre soldater igjen da korpset ble





HJERTEVENN: Som 80 år gammel enke fant Oddbjørg ny kjærlighet i en hun kjente fra unge dager, Håkon Sandøy fra Selvær.

lagt ned i mars i fjor på grunn av ledermangel.

En gang datteren Gunn, som bor på Jessheim, skrev i gjesteboken hjemme hos mor, fikk hun disse ordene. «Kjære, snille mamma. Du har alltid vært litt annerledes, kunne stå midt i byen og synge med Frelsesarmeen. Jeg var flau over deg. Men du har gitt kjærlighet, glede og omsorg. Verdiene du ga oss, var gode. Du brydde deg aldri om karakterer, bare vi var snille og oss selv. Du har et hjerte av gull».

Oddbjørg synes det er vemodig at Frelsesarmeen i hjembyen er lagt ned.

– Jeg har opplevd store og flotte ting som soldat. Jeg har vært på Frelsesarmeens kongress i Oslo med kolleger fra andre steder i Norge, Færøyene, Sverige og Island. Da gikk vi i samlet tropp oppover Karl Johan med musikkorps og hester. I det øyeblikket så jeg hvilken stor og fantastisk «familie» jeg var en del av.

FUNNET EN HJERTEVENN

Og når vi er inne på gledene. En annen, fin ting har skjedd i Oddbjørgs liv. På sine gamle dager har hun fått en hjertevenn, Håkon Sandøy, en mann hun kjente som ung.

– For seks år siden begynte

”
*Det går an å finne
kjærligheten når
du er 80 år. Og
det er godt ikke å
være alene.*

vi som «telefonvenner». Etter hvert begynte vi å besøke hverandre. Han har tre barn og jeg fem, og alle våre etterkommere gleder seg over at vi nå holder sammen. Så ja, det går an å finne kjærligheten når du er 80 år. Og det er godt ikke å være alene.

SYNGER FORTSATT

Uniformen henger i skapet som et vakkert minne, men Oddbjørg har i sitt nye liv fortsatt med å gi nestekjærlighet i alle retninger. Hun strikker klær til oldebarn og tar ensomme og eldre med

ut på kafé eller møter på menighetshuset. Å fylle livet med mening er alltid et mål.

– Jeg har aldri hatt fin sangstemme, men elsker å synge. Ennå hender det at jeg går rundt og synger for meg selv eller hører på kjente Frelsesarmé-sanger på YouTube. Favoritten til mannen min var «Det meg gleder mest», forteller hun.

*«Det meg gleder mest er Jesu
Underfulle frelsesverk,
Som kan reisa opp den svake,
Kraftelause gjera sterk,
Som kan gje meg lys og glede
Der kor sorga er så stor,
Trøysta den som her må syrgja
Gråta må på denne jord.*

Oddbjørg lever et godt liv i visshet om at hun har gjort så godt hun kan for å være et godt menneske, og hun sier:

– Jeg er veldig glad i og stolt av flokken min og ber hver dag for at Gud skal bevare og velsigne dem.

Stor bevegelse

Frelsesarmeen er en internasjonal evangelisk bevegelse og en del av den universelle kristne kirke. Budskapet bygger på Bibelen. Tjenesten er motivert av kjærligheten til Gud.

(Kilde: Frelsesarmeen.no)

HAR DU HØRT HISTORIEN OM NORGES ENKLESTE FISKEMÅLTID?





Den store maifesten

I mai er det mange anledninger til å samle familie og venner. Server gjerne et bugnende bord av forskjellige retter som både store og små kan like. Her serverer vi masse deilig inspirasjon.

OPPSKRIFTER OG FOTO: KRISTIN JØTUN

Flettelooff med urter

De smale flettebrødene passer perfekt som tilbehør på koldtbordet. Myke og saftige på samme tid.

6-7 stk.

7 dl melk
50 g fersk gjær
1 kg hvetemel
2 ss sukker
2 ts salt
1 egg
100 g smør

PENSLING:

1 egg
2 ss tørket oregano eller andre urter

Lag dem i god tid!

Brødene kan fint fryses og tas opp noen timer før de skal serveres.

Varm melk til 37° og rør ut gjær i den. Tilsett $\frac{3}{4}$ av melet, behold resten til utbaking. Tilsett sukker, salt og egg og elt det godt sammen i en kjøkkenmaskin, ca. 15 minutter. Tilsett romtemperert smør i biter og kjø deigen noen minutter til. Tilsett resten av melet om den er klissete. Heves under plast i ca. 50 minutter.

Ta deigen ut på bakebordet, kna den sammen og del den i 6 eller 7 like store deler, avhengig av hvor store flettene skal være. Del så hver del i tre og trill dem ut til like lange pølser. Fest tre og tre pølser sammen på toppen og flett dem sammen. Gjør tilsvarende med alle emnene. Legg fletteloffene på bakepapkledde stekeplater, og la brødene etterheve i ca. 1 time under et klede. Pensle loffene med lett sammenpisket egg og strø over oregano eller andre urter.

Stek brødene i ovnen på midterste rille ved 210° i ca. 15 minutter eller til flettene er jevnt stekt. Avkjøles på rist.

Rekesmørbrød med hjemmelaget aioli

Det er ikke så mye som slår et raust rekesmørbrød en fin maidag.

4 porsjoner

1 kg reker med skall
4 skiver godt landbrød eller loff
4 salatblader
dill og sitron til servering

AIOLI:

1 egg
1 ss Dijonsennep
1 hvitløkfedd
 $\frac{1}{2}$ ts salt
 $\frac{1}{4}$ ts pepper

3 dl solsikkeolje
5 ss olivenolje
 $\frac{1}{2}$ sitron
salt og pepper

Aioli: Her lager vi raskt aioli med stavmikser, men du kan også vispe for hånd eller bruke miksmaster, men da må oljen spes i gradvis under stadig pisking. Ha egg, sennep, presset hvitløk, salt og pepper i en kolbe (den som passer til stavmikseren) eller et litt smalt og høyt litermål. Kjør noen sekunder med stavmikseren til blandet. Ha i $\frac{1}{2}$ dl olje mens stavmikseren går. Start med stavmikseren i bunnen og løft den sakte oppover. Tilsett

resten i en stråle, mens majonesen tykner. Smak til med sitron.

Skrell reker og server brødskiver med salatblad, pillede reker, aioli, dill og sitron. Du kan også sette rekene i en stor bolle på bordet slik at alle kan skrelle sine egne reker.

Enda enklere?

Hurtigmetoden er pillede reker fra boks og ferdigkjøpt aioli.





Melonvri

Vannmelon gir flaggets farger til retten, men kan fint byttes med andre typer melon.

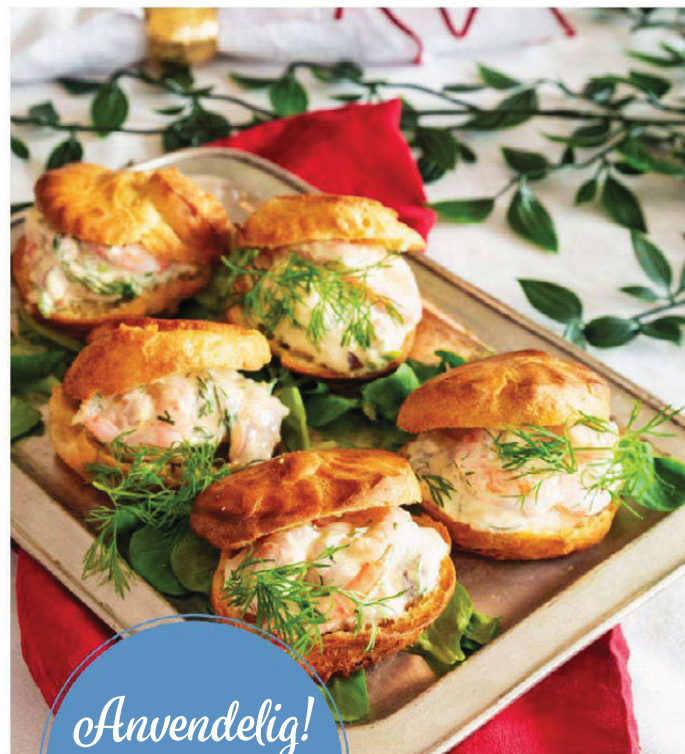
Vannmelonsalat med blåbær og fetaost

Vannmelon og fetaost er en herlig kombinasjon, og sammen med søte blåbær blir dette en smaksbombe i nasjonalfargene.

6 porsjoner

800 g vannmelon
200 g fetaost
125 g blåbær
65 g (1 pose) feldsalat ev. rucola
1 lime, saften
1 ts sukker (kan utelates)
½ neve urter, f.eks. mynte eller persille

Rens vannmelon og del i biter. Del fetaost i terninger. Skyll blåbær og la vannet renne av. Legg salat på et stort fat, legg på vannmelon, fetaost og blåbær. Skvis ut saften av limen og ha den i en liten bolle. Tilsett sukker om ønskelig. Ringle limesaften over salaten og strø over litt urter. Sett kjølig frem til servering.



Anvendelig!

Kan også serveres som forrett eller som en kveldsrett.

Fylte vannbakkels med røkelaks og reker

Smakfulle, lette og sprø vannbakkels gjemmer en deilig og frisk sjømatrøre.

6 porsjoner

VANNBAKKELS:

2½ dl vann
125 g smør
2½ dl hvetemel
3 små egg

RØKELAKS- OG REKERØRE:

1 dl majones
1 dl crème fraîche
150 g røkelaks
2 ss purre eller vårløk
½ rødløk
150 g reker uten skall
1 neve dill

1 ts salt
½ ts pepper

Vannbakkels: Kok opp smør og vann i en tykkbunnet kjele og ha i melet. Rør godt sammen med en visp til en tykk deig og avkjøl litt. Spe med ett og ett egg og rør godt for hver gang til en seig røre. Det kan være at du ikke kan tilsette alle eggene. Røren skal være så tykk at den holder formen og ikke flyter utover. Ha røren i en sprøytepose med stor tupp og sprøyt fine, små roser på en bakeplate med bakepapir eller sett røren med skje på platen. Stek på midterste rille ved 200° i 20–25 minutter. Pass på å holde ovnsdøren lukket; åpner du for tidlig, kan de falle sammen.

Røkelaks- og rekerøre: Bland majones og crème fraîche. Del laks, purre, vårløk og rødløk i biter og bland med finhakket dill. Rens reker og del halvparten i to, resten beholdes hele. Vend alt inn i majonesblandingen. Smak til med salt og pepper.

Servering: Del vannbakkels i to lag. Legg fyllet på bunnene like før servering. Sett på toppene og pynt med dill.



Spekefat med eggerøre og potetsalat

Et bugnende fat med et utvalg spekemat, eggerøre og potetsalat slår alltid an og er enkelt å lage til mange.

4-6 porsjoner

et utvalg spekemat, f.eks. spekeskinke, fenalår, salami og god pølser skåret i tynne skiver

*3 dl rømme
godt smør
flatbrød og/eller brød*

EGGERØRE:
5 egg
2 ss fløte
hakket gressløk
salt og kvernet pepper
smør til steking

KREMET POTETSALAT:
600 g små nye poteter
3 dl rømme
1 dl majones
4 ss sylteagurk, hakket
3 ss lake fra sylteagurk
2 vårløk, finsnittet
1 liten bunt gressløk, hakket
salt og kvernet pepper
Worcestersaus (kan sløyfes)

Potetsalat: Vask potetene nøye og kok dem møre i saltet vann. Hell av kokevannet, damp potetene tørre og avkjøl. Del potetene i passende biter. Visp sammen rømme, majones, sylteagurk, lake, finsnittet vårløk og hakket gressløk. Smak dressingen til med salt, pepper og noen dråper Worcestersauce. Vend dressingen med potetene. Salaten kan serveres med det samme, eller den kan helt fint stå en stund i kjøleskapet før servering.

Eggerøre: Visp sammen egg til godt blandet, men unngå å vispe inn for mye luft. Tilsett fløte og visp alt lett sammen.

Smelt litt smør i en middels varm stekepanne og tilsett eggmassen. Rør hele tiden (bruk gjerne en solid slikkepott som tåler varmen) til eggmassen tykner uten at den får stekeskorpe. Eggerøren skal få en «kremet» konsistens, den skal være bløt og saftig. Hell eggerøren over på en tallerken eller i en passende bolle. Dryss over en god klype salt, litt kvernet pepper (hvis ønskelig) og hakket gressløk.

Legg spekematen på et fat og server med eggerøre, rømme, smør og flatbrød/brød, og server potetsalat til.





Mini-hamburgere

Disse faller i smak hos både barn og voksne! De små burgerbrødene kan du bake på forhånd og fryse ned.

ca. 12 stk.

HAMBURGERBRØD:

250 g hvetemel
½ pk. tørrgjær
½ ss sukker
½ ts salt
1¼ dl lunken melk
½ dl lunkent vann
25 g smør, romtemperert

PENSLING:

1 egg
2 ss sesamfrø

HAMBURGERE:

800 g kjøttdeig
1½ ts fennikelfrø
3 ts chiliflak (chili explosion)
1 ts tørket oregano
1 ts salt
½ ts pepper
¾ dl vann
1 ss olje

TILBEHØR:

1 crispisalat
6 skiver cheddarost

Hamburgerbrød: Bland det tørre i en kjøkkenmaskin. Spe med melk og vann og elt i ca. 10 minutter til en smidig deig. Tilsett romtemperert smør i biter og elt i ytterligere 5 minutter. Dekk bollen med et klede og la den heve i ca. 1 time. Del deigen i 12 like store emner, form dem til små boller og trykk dem litt flate. Sett dem på et bakepapirkledd stekebrett og etterhev til dobbel størrelse. Pensle med egg og dryss på sesamfrø. Stek på midterste rille ved 210° i ca. 12 minutter eller de er gylne og gjennomstekt.

Hamburgere: Bland kjøttdeig med krydder, salt og pepper. Spe med litt vann. Ikke rør for lenge; deigen skal ikke bli seig. Form små, flate burgere på ca. 60 g hver. Pensle dem med olje og grill på sterk varme i ca. 2 minutter på hver side, til de er gjennomstekt. Legg på en halv skive ost og la den smelte.

Servering: Del hamburgerbrød i to. Legg salat og grillete hamburgere med ost på bunnene, og topp med resten av burgerbrødet.



Kremet pastasalat med kylling og karri

Mettende og smaksrik pastasalat med karri er en ordentlig smaksbombe.

4 porsjoner

200 g fullkorn pastaskruer
1 eple
2 spisspaprika
150 g sukkererter
3–4 stilker vårløk
1 liten boks mais
200 g ferdigstekt kyllingsalatkjøtt

KARRIDRESSING:

3 dl lettrømme
150 g majones
ca. 2 ss karrikrydder
ca. 2 ts paprikakrydder
½ ts salt
½ ts pepper
1 ss limesaft

Kok pasta etter anvisning på pakken. Avkjøl under rennende, kaldt vann. Kutt eple og grønnsakene i passe store biter. Sil av maisen og ha alt i en bolle med kyllingkjøttet.

KARRIDRESSING: Rør sammen ingrediensene til dressing og smak til med krydder og limesaft. Vend dressing inn i kylling- og pastasalaten.

Server gjerne limebåter til.

Andre smaker?

Tilsett gjerne en boks ananas; det smaker nydelig til karri. Du kan også bytte ut kyllingkjøttet med pølsebiter eller stekt biff i skiver.



Spiselige blomster!

Fioler, markjordbærblomster, kløver, roser, syriner, kornblomst er alle blomster som kan brukes som pynt på mat! Pass på at du bruker usprøytede blomster.

Ostekake med jordbær

Lag en deilig ostekake til festdagen og topp med deilige jordbær og jordbærsaus til.

12 porsjoner

BUNN:

200 g havrekjeks
1 dl valnøtter
100 g smør

OSTEFYLL:

3 dl kremfløte
250 g kremost naturell
3 dl kesam, original
1 pk. sitrongelé

JORDBÆRSAUS:

400 g frosne jordbær
1 dl vann
¼ dl limesaft
3 ss sukker
1 ss potetmel, kan utelates
½ dl vann, kan utelates

PYNT:

400 g jordbær

Bunn: Knus havrekjeksene og mal valnøttene fint. Smelt smør og bland alt sammen i en bolle. Trykk massen ned i bunnen av en rund springform, ca. 22 cm.

Ostefyll: Pisk kremfløten stiv, pisk deretter inn kesam og osten. Lag sitrongelé etter anvisning på pakken, men bruk bare halv vannmengde. Avkjøl geleen og hell den i kremblandingen i en tynn stråle under omrøring. Hell massen over bunnen og sett kaken kaldt i kjøleskapet til den stivner, gjerne over natten.

Jordbærsaus: Ha halvtinte jordbær i en kjøkkenmaskin med knivblad. Kok opp vann, limesaft og sukker i en kjele. Tilsett laken i en tynn stråle med de frosne jordbærene

mens maskinen går og kjør til en tykk saus som er fri for klumper. Sil gjerne sausen gjennom en sil om du ønsker den uten frø. Er den for tynn, kan den kokes opp og jevnes med litt potetmel utrørt i vann og kokt opp til en stor boble.

Pynt: Ta kaken ut av formen, sett kaken på et stettefat og pynt med halve jordbær. Hell gjerne litt av sausen på toppen av kaken like før servering, og server resten av sausen til.

SLIK BLIR BLØTKAKEN PERFEKT

En saftig klassiker

Alle elsker en god bløtkake, og den er gjerne midtpunktet på maifesten.
Her får du to varianter som gir oss vann i munnen.

OPPSKRIFTER: HANNE BUXRUD OG KRISTIN JØTUN FOTO: HANNE BUXRUD OG KIM HOLTHE



Bløtkake med mascarponekrem, banan og jordbær

Denne bløtkaken byr på det lille ekstra med mascarponeost i kremen.

12 porsjoner

SUKKERBRØD:

4 egg
160 g sukker
160 g mel
1 ts bakepulver
1 dl ananasjuice til dynking

MASCARPONEKREM:

9 dl kremfløte
500 g mascarpone-ost
4 ss melis

FYLL:

200 g jordbærsyltetøy
2 bananer
200 g jordbær

PYNT:

200 g jordbær
100 g bringebær
100 g blåbær

Forvarm ovn til 200° varmluft. Legg bakepapir i bunnen av en springform, ca. 22 cm. Smør og mel formen godt.

Sukkerbrød: Pisk egg og sukker til lys og luftig eggedosis, 6–7 minutter. Sikt mel og bakepulver ned i eggedosisen og vend inn med slikkepott til akkurat blandet. Hell røren i formen, sett på nederste rille, skru ned varmen til 170° og stek i 35–40 minutter. Sjekk med tannpirker/kakenål om den er ferdigstekt. Snu formen opp-ned på en rist og avkjøl med formen over.

Mascarponekrem: Pisk kremfløte og mascarpone til luftig,

gjør i to omganger da dette er en stor mengde.

Fyll: Del banan og jordbær i mindre biter. Del den avkjølte bunnen i to og legg bunnen på et kakefat. Dynk med halvparten av ananasjuicen. Knus syltetøyet med en gaffel hvis det er store biter. Smør halvparten av syltetøyet over, så et skikkelig godt lag med krem, deretter jordbær- og bananbiter. Noen klatter til med krem og så kakebunn. Dynk med resten av ananasjuicen, resten av syltetøyet og så krem over det hele. Sett kaken kaldt noen timer.

Pynt: Del resten av jordbærene i tynne skiver og pynt rundt kaken. Pynt toppen av kaken med resten av bærene.

Glutenfri!

Denne kaken passer godt til dem som har glutenintoleranse.



Bløtkake med mandel- og nøttebunn

Har du lyst til å gjøre det veldig enkelt, er dette en super måte å lage en deilig mandelbunn på. Fyll den med fløysmyk krem og masse deilige bær.

ca. 16 stk.

2 pk. (800–1000 g) kransekakemasse
6 egg
2 ts bakepulver
100 g hasselnøtter
3 ts maisenna

FYLL:

6 dl kremfløte
2 ts melis
200 g bringebær
200 g blåbær
200 g jordbær

Del den ferdige kransekakedeigen i biter og ha den i en bolle. Tilsett eggene og pisk godt til en jevn deig. Husk at alle klumper skal være borte. Hakk nøtter grovt eller fint, alt etter hva du ønsker. Vend inn nøttene og tilsett bakepulver. Hell deigen over i en bakepirkledd liten langpanne, 25 x 30 cm. Stek kaken i ovnen på midterste rille ved 175° i ca. 20 minutter, eller til bunnen er myk, men stekt. Avkjøl på rist. Del kakebunnen i to, legg på den halve delen på et fat.

Fyll: Pisk fløten til fløysmyk krem med litt melis og bre den utover bunnen. Fordel bær utover og legg på toppen. Dekk kaken med krem og pynt med bær.

6 TIPS TIL PERFEKT SUKKERBRØD

1. Bruk romtempererte ingredienser
2. Bruk en elektrisk visp og pisk egg og sukker til en veldig luftig og tykk eggedosis. Det er viktig å piske lenge nok, ca. 7 minutter.
3. Sikt hvetemel og bakepulver, og vend det veldig forsiktig inn med en slikkepott til akkurat blandet. Det er viktig å ikke røre for hard for da forsvinner luften.

4. Hell røren i formen i en sikksakk-bevegelse og sett rett inn i en forvarmet ovn. Ikke åpne ovnsdøren de første 20 minuttene, da kan kaken falle sammen.
5. Sjekk med en kakenål om kaken er gjennomstekt. Den skal komme ut helt ren.
6. Snu kaken i formen opp-ned på en rist og la den avkjøle seg. Fjern formen når den er avkjølt.



En hverdag med passord

Strømmetjenester, nettbank, nettbutikker – alt krever passord. Ofte med store og små bokstaver, tall og spesialtegn. Men hvilket passord hører til hvor?

En passordbehandler løser problemet. Den lagrer alle passordene dine, så du trenger bare å huske ett – hovedpassordet. Slike programmer kan lastes ned eller finnes i nettleseren din.



Dårlige passord

Unngå personlige opplysninger som navnet ditt eller adressen du bor på. Dropp også enkle tastatorkombinasjoner (f.eks. «123456») og ord som «passord».



HVA VAR DET NÅ IGJEN?

Knekk passordkoden

Glemmer du passord? Prøv bilder eller rim – det fungerer!

TEKST: ANNE HÖÖK

KILDER: BJÖRN APPELGREN, INTERNETTEKSPERT OG SVENSKER JONAS VON ESSEN
SOM ER DOBBELT VERDENSMESTER I HUKOMMELSE. LES MER: JONASVONESSEN.SE.

3

TO TRINN

Velg alltid totrinnssautentisering hvis mulig. Det betyr at når du logger inn på en konto, skriver du først inn passordet ditt. Deretter får du en kode på SMS eller i en app som du må skrive inn for å få tilgang.

Bruk et langt passord – minst 12 tegn. Korte passord kan knekkes på minutter, mens lange kan ta tusenvis av år.



8 gode tips



4

Husk å bytte

Verdens passorddag er første torsdag i mai. Tanken er da at vi alle skifter passord. Noen mener imidlertid at dette gjør at vi velger svakere passord. Dermed kan det være lettere å bli hacket. Uansett, dersom du mistenker at passordet ditt er svakt, bytt med en gang.



5

Lengden er viktig

Den svenske hukommelseseksperten, Jonas von Essen, husker over 100 passord ved å lage minnerike assosiasjoner. Bytt ut koden med noe kjent, som bynavn eller historiske hendelser. Legger du til noen tall, blir det enda vanskeligere å avsløre.

Ta en kode som «Jns1992». Da kan du tenke deg at Jns kan leses som «Jeans», og i 1992 undertegnet Norge EØS-avtalen med EU.



6

Fordeler og ulemper

PIN-kode: Kort og lett å huske, men lett å hacke.

Nonsenspassord: Lange setninger, gjerne kombinert med tall, gir høy sikkerhet. Kan være vanskelige å skrive riktig, særlig på mobil.

Tilfeldig passord: Vanskelig å huske, men ikke alltid sikrere.



Memory Master-metoden

7

Hukommelsesmestere bruker bilder for tall. Ta koden 2480. Da kan jeg tenke at 24 er julaften, og det assosieres det med julenissen. 80 er bildet på en gammel mann, julenissen.

Å lære seg bilder for alle tosfrede tall er noe alle kan gjøre. Hvis du tar tallet 24 og tenker at 2 er en svane og 4 er et seil, blir det enkelt. En svane som seiler.



8

SKRIV DEM NED

Bruk heller biometrisk innlogging, som ansiktsgjenkjenning eller fingeravtrykk, fremfor PIN-koder. For å huske passord trygt, skriv dem ned for hånd og oppbevar dem godt, for eksempel i en bok i bokhyllen. Risikoen for innbrudd hjemme er langt mindre enn for hacking.

*Eddik er et av historiens
eldste slankemidler og er
tilbake på moten igjen.*

NED I VEKT med eplecider- eddik



Siri er en aktiv østfolding som forteller at hun elsker å treffe gode venner til kaffe eller lunsj, og i tillegg er hun opptatt av hund.

For noen år siden fikk Siri beskjed om at hun hadde lavt stoffskifte. Da kom også problemene med vekten.

Prøvd nesten alt

Dessverre har hun ikke viljestyrke nok til å følge en streng diett. Siri har stor interesse for helsekost, og de siste årene har hun jobbet innen helse. Gjennom jobben ble hun anbefalt å prøve Apple Cider™-tablettene fra New Nordic.

Siden hun begynte med tablettene har Siri gått ned flere kilo. Det som er ekstra positivt er at huden også føles finere, og hun er ikke lengre oppblåst i magen.

Apple Cider™ finnes også som deilige gummies, og disse supplerer hun med på ettermiddagen. Trangen etter søtsaker er nesten borte, og Siri forteller at hun anbefaler Apple Cider™ til alle hun kjenner.

Hva er Apple Cider?

Apple Cider™-tablettene til New Nordic er et naturlig produkt som består av eplecidereddik, løvetann, artisjokk og kolin. Artisjokk kan bidra til en normal fordøyelse og kolin bidrar til et normalt fettstoffskifte og opprettholdelse av en normal leverfunksjon.

Apple Cider™-tabletter og gummies fra New Nordic kan kjøpes direkte på newnordic.no eller der du kjøper helsekost.



Bestill hjem i dag!

**Velg abonnement og spar 20%
Gå inn på newnordic.no
eller ring 69 25 73 00**

**Kan også kjøpes
der du kjøper helsekost.**

TEST

HVORDAN FØLER DU DEG?

Kroppen min kjennes tung og hoven ☐

Jeg elsker salt snacks ☐

Beina mine kjennes hovne ☐

Jeg har cellulitter ☐

Jeg drikker ikke nok vann ☐

Hvis du har svart ja på ett eller flere punkter, kan det gi noen hint om at du har mer vann i kroppen enn normalt. I så fall kan du prøve Apple Cider™.

Eplecidereddik er laget av fermenterte, modne epler, og er en tradisjonell og effektiv løsning mot vann i kroppen.

**Finnes
også som
velsmakende
gummies.**





Håndsignal

Det finnes et tegn for mennesker som blir utsatt for familie- eller partnervold og som trenger hjelp. Ved å holde opp hånden og vise fire fingre gir man et diskret og stille nødsignal. Dette er noe alle kan gjøre uten å lage lyd eller etterlate seg digitale spor. Signalet kan være livreddende.

Kilde: Sanitetskvinnene.no



Ting å glede seg til

Gå på loppemarked: Selv om vi rydder i boden, er det gøy med nye skatter. **Reis på småbyferie:** Våren kommer først til den sørlige delen av landet vårt. Og reiser du til en av de sjarmerende sørlandsbyene nå, er det fredelig og fint utenom sesong. **Opplev en buldrende foss:** Når snøen smelter, er fossene på sitt vakreste. **Hør fuglesang:** Trekkfuglene er tilbake. Ta med deg kikkert og kamera og oppsøk steder der de samler seg.

Kilde: Visitnorway.no

LEVER LENGRE

Stadig flere mennesker i verden lever til de er over 70 år. De viktigste årsakene til dette er trolig barnevaksinasjonsprogrammer, reduksjon av røyking og bedre tilgang til helsetjenester. Færre dør også av diabetes og hjerte- og karsykdommer.

Kilde: Forskning.no



FRYS DEN NED

Har du tenkt på hvor mye kaffe vi slår ut hver dag? I stedet for å helle ut kaffen som er blitt til overs, kan du ha den i isbitformer som du setter i fryseren. Da får du deilige isbiter som du kan bruke til å lage en oppkvikkende iskaffe. Godt for både miljø og lommebok!

Kilde: Matprat.no



6 tips til mykere ledd

Sliter du med stive ledd?

Her gir vi deg noen gode råd.

GURKEMEIE

1

Curcumin er det vidunderlige virkestoffet som finnes i gurkemeie, som kan ha en meget høy antiinflammatorisk virkning. Gurkemeie har svært mange positive egenskaper for en god helse og livskvalitet. Forskning tyder på at gurkemeie kan ha en lindrende virkning på ømme og stive ledd.



2

KOLLAGEN 2

Kollagen 2 er en av kroppens viktigste proteiner og det er hovedingrediensen i alt brusk og ledd. Forskning har vist at kollagentilskudd har positive effekter på både muskler og ledd.

CAMELINAOLJE

Camelinaoljen som blir brukt i Reumex Curcumin er dyrket i Østfold. Det er en ekstrem stabil olje med høyt innhold av blant annet omega-3-fettsyrer. Omega-3 fetttsyrene kan være betennelses-dempende. Camelina inneholder også andre fettløselige komponenter som kan være gunstig for helsen, som plantesteroler og antioksidanter.

VITAMIN C

Vitamin C er viktig for en rekke ting i kroppen vår, blant annet også for knokler og ledd. Vitaminet stimulerer kroppens dannelse av kollagen, som har en viktig betydning for knoklenes og bruskens normale funksjoner. Fukt, bær og grønnsaker er gode kilder til vitamin C.

4

VITAMIN D

Vitamin D er et fettløselig vitamin som lages i kroppen når sollys treffer huden. Vitamin D bidrar til å opprettholde normal knokkel- og muskelfunksjon. Fet fisk, rogn og fiskelever er rike på vitamin D, og en porsjon fet fisk dekker dagsbehovet.

Muskel og leddpakke:

**Curcumin +
Arnica-gel
kun kr. 298,-
(ordinær pris
kr. 548,-)**



Optimal effekt med
ARNICA-GEL
Gunstig for ømme
stive muskler og
ledd



MUSKLER OG LEDD

Reumex Curcumin inneholder den nye patenterte og dokumenterte Longvida® Curcumin, som har 65 ganger høyere biotilgjengelighet sammenlignet med vanlig curcumin. I tillegg inneholder den vitamin C, vitamin D, udenaturert kollagen 2 og Camelinaolje. Studier viser til longvidas egenskaper mot inflammasjoner i kroppen, plager i ledd og muskler, fordøyelsesplager, påvirkning på nervesystemet (hjernen), immunsystemet og mye mer. For å unngå rask utskillelse av kroppen, blir longvida curcumin absorbert direkte kroppens vev hvor den forblir stabil og oppnår en maksimal effekt.

Produktet kan også kjøpes hos Life, Kinsarvik Naturkost og Sunkost.
Kontakt oss på 69 33 50 29 eller info@biosan.no

Biosan er norskprodusert – Trygghet og kvalitet siden 1986

Biosan

I SALG NÅ!

2520

Enkel
Strikk

21. MARS 2025 • KR 109

36
OPPSKRIFTER
ALLE KLARER!

Strikk i en feil!
**LETT,
KJAPT &
TRENDY**

**INSTAGRAM-
FAVORITTER** ♥

**TIL FAMILIEN
OG HJEMMET**

**+
SMARTE
TEKNIKKER**
trinn for trinn

En spesial fra
NORSK
Ukeblad

7 023060 815073
bc 1507 02 MOTE

Bestill på SMS!

Send SMS: STRI25 til 2205

109 kr trekkes fra mobilabonnementet og er hele kostnaden tilknyttet kjøpet.

Eller klikk og bestill på Bladkiosken.no



Håndarbeid & ideer

NR. 10 - 9. MAI 2025



INNHold

- 36 Festfin bolero
- 39 Heklet rose-veske
- 42 Romantisk duk
- 44 Havskum dåpskjole
- 47 Smarte blomsterlapper
- 48 Søt sommertopp
- 50 Enkel vest med flette
- 52 Fargefin kofte
- 63 Vakkert maisjal

- 66 Lotta & bamsen
- 70 Festdrakt til dukke
- 74 Rød og festfin jakke
- 76 Rødstrømper
- 79 Myk ullgenser

40
SIDER



Familien

Festfin bolero

Lett og luftig bolero som blir festfin med blingknapper.

DESIGN: TANJA THERESE GRØNNEBERG OG MAY BRITT BJELLA ZAMORI

STYLING: JAN GUNNAR SVENSON FOTO: WENCHE HOEL-KNAI

BOLERO

Størrelser: XS (S) M (L) XL (2XL)

Plaggets mål:

Overvidde 82 (89) 97 (105) 113 (121) cm

Hel lengde 44 (46) 48 (50) 51 (52) cm

Ermelengde 23 (25) 27 (27) 28 (28) cm

Garn: Alpaca Bris fra Viking Garn (60 % baby alpakka, 11 % merinoull, 29 % nylon) 50 g = 150 meter

Garnmengde: Hvit (nr. 301) 200 (250) 250 (300) 350 (400) g

Garninfo: viking-garn.no

Pinner: Rundp nr. 4,5 og 5,5, strømpep nr. 4,5

Tilbehør: 6 knapper

Strikkefasthet: 17 m hullmønster på p nr. 5 = 10 cm

etter 2 cm på høyre stolpe som beskrevet. Bytt til p nr. 5,5 og sett de 5 første og 5 siste m på en sikkerhetsnål til stolper, som strikkes ferdig for seg til slutt. Sett en merketråd i hver side med 36 (40) 43 (47) 50 (54) til hvert forstykke og 77 (83) 91 (97) 105 (111) m til bakstykket. Strikk videre mønster etter diagr. Strikk til arb måler 26 (27) 28 (29) 30 (30) 31 cm.

Ermehull: Fell av 6 m i hver side på siste omg, 3 m på hver side av merkene = 33 (37) 40 (44) (47) 51 m til hvert forstykke og 71 (77) 85 (91) 99 (105) m til bakstykket. Legg arb til side og strikk ermene.

BAKSTYKKET

Forsett frem og tilbake etter diagr som før og tilpass mønsteret.

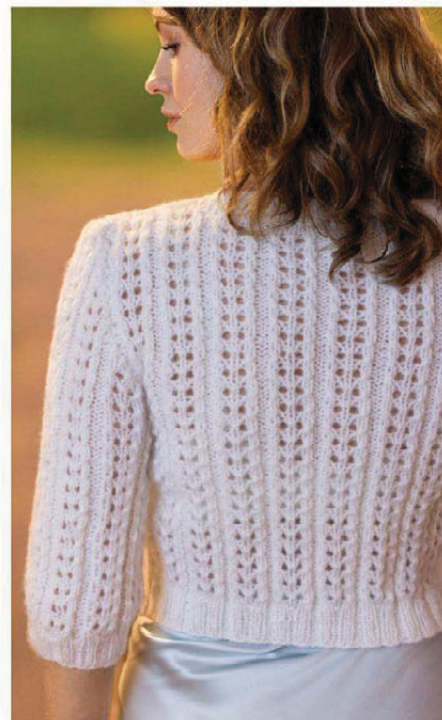
Ermehull: Fell i begynnelsen av hver pinne 2 m 0 (1) 2 (2) 2 (2) ganger og 1 m 1 (2) 2 (2) 3 (3) ganger. Strikk til arbeidet måler 42 (44) 46 (48) 49 (50) cm.

Halsfelling: Fell av de midterste 41 (41) 43 (43) 45 (45) m til hals og strikk hver skulder ferdig for seg. Forsett etter diagram og fell av 2 m på neste pinne fra halsen. Strikk til det gjenstår 1 pinne før hel lengde, og strikk 1 pinne r fra vrangen. Fell løst av fra retten. Strikk den andre skulderen på samme måte.

HØYRE FORSTYKKE

Fortsett etter diagr frem og tilbake som før, samtidig felles det til ermehull på hver annen p som på bakstykket. Strikk til arb måler 32 (34) 36 (38) 38 (40) cm.

Halsfelling: Sett de ytterste 10 (11) 11 (11) 11 (12) m mot midt foran på en tråd. Fell videre mot halsen på hver annen p 2 m 3 ganger og 1 m 4 (4) 4 (5) 5 (5) ganger. Strikk til det gjenstår 1 pinne før



hel lengde, strikk 1 p r fra vrangen og fell løst av fra retten.

VENSTRE FORSTYKKE

Strikkes som høyre forstykke, men motsatt.

ERMER

Legg opp 40 (44) 46 (48) 50 (54) m på strømpepinner nr. 4,5. Strikk 4 cm vrangbord rundt med 2 r, 2 vr. Bytt til pinne nr. 5,5. Sett et merke i starten av omg (= midt under ermet). Øk 16 (19) 24 (22) 27 (23) m på første omg, til 56 (63) 70 (70) 77 (77) m. Strikk rundt etter diagram, men strikk kun rapporten i

KNAPPHULL

Fell til knapphull på høyre stolpe. Strikk 3. og 4. m r sammen fra retten og lag 1 kast. På neste pinne fra vrangen strikkes kastet r. Fordel knapphullene slik:

S: Hver 2., 8., 14,5., 20,5., 27. og 34. cm

M: Hver 2., 8,5., 15., 21,5., 28. og 35. cm

L: Hver 2., 9., 16., 23., 30. og 36. cm

XL: Hver 2., 9., 16., 23., 30. og 38. cm

NB: Det siste knapphullet av disse 6 blir felt på halskanten.

BOLEN

Legg opp 159 (173) 187 (201) 215 (229) m på rundp nr. 4,5. Strikk 5 cm vrangbord med 2 r, 2 vr. Første knapphull lages



klammen. Strikk til ermet måler 23 (25) 27 (27) 28 (28) cm.

Ernehull: Fell av 6 m, 3 m på hver side av merket = 50 (57) 64 (64) 71 (71) m. Strikk videre frem og tilbake. Forsett etter diagram og fell til ermetopp på begynnelsen av hver pinne. Fell av 2 m 2 (3) 3 (3) ganger i hver side, 1 m 1 (2) 2 (2) ganger i hver side og videre 2 m i hver side til ermet måler 27 (30) 32 (32) 33 (33) cm. Fell av 3 m i hver side og fell deretter av de resterende m. Strikk et erme til på samme måte.

MONTERING

Sy skuldersømmene innenfor avfellingskanten.

STOLPER

Venstre stolpe: Sett de 5 m fra sikkerhetsnålen inn på p nr. 4,5. Legg opp 1 ny m inn mot forstykket og strikk 1 r, 1 vr. Strikk til den når opp til halskanten lett strukket og fell av

Høyre stolpe: Strikk som venstre stolpe, men med knapphull som beskrevet over.

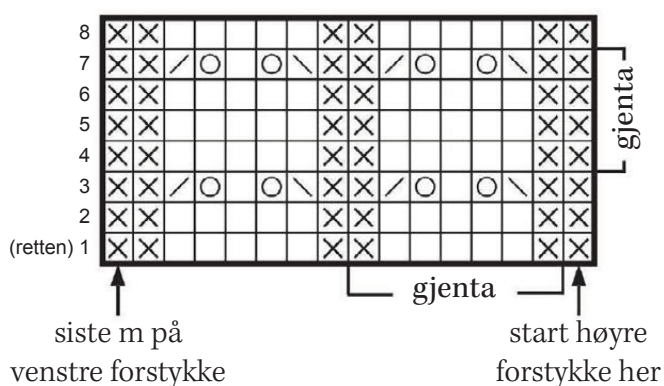
HALSKANT

Strikk opp ca. 112 (116) 120 (124) 128 (132) m på pinne nr. 4,5 langs halskanten fra retten, og sett samtidig stolpe-maskene i hver side inn på samme pinne. Strikk 4 cm vrangbord med 2 r, 2 vr, tilpass halsmaskene og stolpemarkene. Lag siste knapphull på høyre stolpe som beskrevet.

Sy stolpene pent til og sy i knapper. Sy i ermene.



DIAGRAM



TEGNFORKLARING

- = r på retten, vr på vrangen
- X = vr på retten, r på vrangen
- = 1 kast
- / = 2 vridd r sm
- \ = 2 r sm

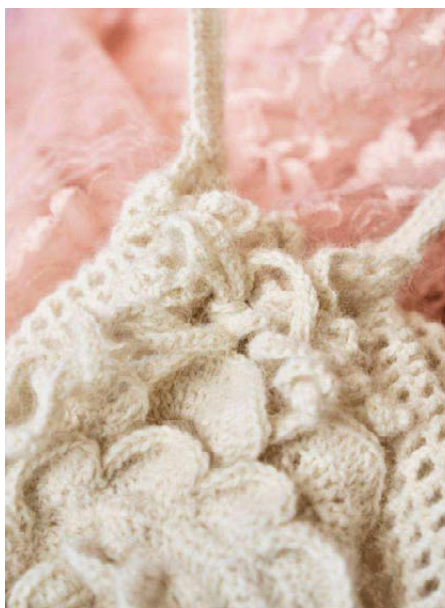
Rose- veske

Lag en dekorativ og romantisk
hekleveske til sommerfesten.

DESIGN: KWANNIE CHENG

FOTO: IMMEDIATE MEDIA

OVERSETTELSE: MAY BRITT BJELLA ZAMORI



ROSE-VESKE

Mål: Ca. 20 x 20 cm

Garn: Drops Alpaca fra Garnstudio (100 % alpaka, 50 g/167 m)

Garnforbruk: Natur (nr. 0100) 2 nøster

Garninfo: Se garnstudio.no

Heklenål: 2,5 mm

Heklefasthet: Den er ikke viktig for dette prosjektet.

HEKLEINFO

Bruk en maskemarkør for å markere hvor omg begynner. Hvis ikke annet er oppgitt, hekles det i begge m-ledd.



VESKE

Lag en magisk ring.

1. omg (retten): 1 lm, 7 fm om ringen. [7 fm]

2. omg: 3 lm (= 1. st ut arb), 1 st i samme m, 2 st i hver fm ut omg, 1 kjm i 1. st. [14 st]

3. omg: Som 2. omg. [28 st]

4. omg: 3 lm, 1 st i samme m, 1 st, (2 st i neste st, 1 st) 13 ggr, 1 kjm i 1. st. [42 st]

5. omg: 3 lm, 1 st i samme m, 1 st, (2 st i neste st, 1 st) 20 ggr, 1 kjm i 1. st. [63 st]

6. omg: 3 lm, 1 st i samme m, 2 st, (2 st i neste st, 2 st) 20 ggr, 1 kjm i 1. st. [84 st]

7. omg: 3 lm, 1 st i samme m, 3 st, (2 st i neste st, 3 st) 20 ggr, 1 kjm i 1. st. [105 st]

8. omg: 3 lm, 1 st i samme m, 4 st, (2 st i neste st, 4 st) 20 ggr, 1 kjm i 1. st. [126 st]

9. omg: 3 lm, 1 st i samme m, 5 st, (2 st i neste st, 5 st) 20 ggr, 1 kjm i 1. st. [147 st]

10. omg: 3 lm, 1 st i samme m, 6 st, (2 st i neste st, 6 st) 20 ggr, 1 kjm i 1. st. [168 st]

11. omg: 3 lm, 1 st i samme m, 7 st, (2 st i neste st, 7 st) 20 ggr, 1 kjm i 1. st. [189 st]

12. omg: 3 lm, 1 st i samme m, 8 st, (2 st i neste st, 8 st) 20 ggr, 1 kjm i 1. st. [210 st]

13. omg: 3 lm, 1 st i hver st ut omg, 1 kjm i 1. st.

14. omg: 5 lm (= 1. st + 2 lm ut arb), hopp over 2 m, (1 st, 2 lm, hopp over 2 m) gjenta ut omg, 1 kjm i 3. lm på beg av omg. [70 st, 70 lmb]

15.-40. omg: 5 lm, (1 st, 2 lm) i hver st ut omg, 1 kjm i 3. lm på beg av omg. Klipp av tråden og fest løse tråder.

SNOR

Legg opp 226 lm. Hekle 1 fm i 2. lm fra heklenålen og 1 fm i hver lm ut raden. Klipp av tråden og fest løse tråder. Før snoren gjennom 37. omg av vesken slik: Før snoren gjennom en lmb, (hopp over de 5 neste lmb, tre snoren gjennom neste lmb, hopp over de 3 neste lmb, tre snoren gjennom neste lmb) 6 ggr, hopp over de 5 neste lmb, tre snoren gjennom neste lmb.

SKULDERREM

Begynn godt inn på tråden så enden kan brukes til monteringen, og legg opp 341 lm.

1. rad (retten): 1 fm i 2. lm fra heklenålen, 1 fm i hver lm ut raden, snu. [340 fm]

2. rad: 1 lm, 1 hst i hver m ut raden, snu.

3. rad: 1 lm, 1 hst i det 3. m-leddet i hver m ut raden (dvs. i m-leddet som ligger på baksiden av de 2 vanlige m-leddene på toppen av m), snu.



4. rad: 1 lm, 1 fm i 3. m-ledd i hver hst ut raden.

Klipp av tråden med en lang ende. Bruk trådendene til å sy remmen fast på hver side av vesken.

ROSE

Legg opp 126 lm.

1. rad (retten): 1 fm i 2. lm fra heklenålen og i hver lm ut raden, snu. [125 m]

2. rad: 3 lm, 1 st i hver m ut raden, snu.

3. rad: 1 lm, (1 fm i neste m, 1 st i de 2 neste m, 1 fm i neste st) 9 ggr, (1 fm i neste m, 1 st i de 3 neste m, 1 fm i neste m) 7 ggr, (1 fm i neste m, 1 dbst i de 4 neste m, 1 fm i neste m) 5 ggr, (1 fm i neste m, 1 dbst i de 6 neste m, 1 fm i neste m) 3 ggr, snu.

4. rad: 1 lm, (1 fm i neste m, 1 dbst i de 2

neste m, 2 dbst i de 2 neste m, 1 dbst i de 2 neste m, 1 fm i neste m) 3 ggr, (1 fm i neste m, 1 st i neste m, 2 dbst i de 2 neste m, 1 st i neste m, 1 fm i neste m) 5 ggr, (1 fm i neste m, 1 st i neste m, 2 st i neste m, 1 st i neste m, 1 fm i neste m) 7 ggr, (1 fm i neste m, 2 hst i de 2 neste m, 1 fm i neste m) 9 ggr, snu. [166 m]

5. rad: 1 lm, (1 fm i neste m, 1 hst i neste m, 2 hst i de 2 neste m, 1 hst i neste m, 1 kjm i neste m) 9 ggr, (1 fm i neste m, 1 st i neste m, 2 st i de 2 neste m, 1 st i neste m, 1 kjm i neste m) 7 ggr, (1 fm i neste m, 1 hst i neste m, 2 st i neste m, 3 dbst i de 2 neste m, 2 st i neste m, 1 hst i neste m, 1 kjm i neste m) 5 ggr, (1 fm i neste m, 2 dbst i de 8 neste m, 1 kjm i neste m) 3 ggr, snu. [252 m]

6. rad: 1 lm, (1 fm i neste m, 1 hst i neste

m, 2 st i neste m, 2 dbst i de 12 neste m, 2 st i neste m, 1 hst i neste m, 1 kjm i neste m) 3 ggr, (1 fm i neste m, 1 hst i neste m, 2 st i neste m, 2 dbst i de 8 neste m, 2 st i neste m, 1 hst i neste m, 1 kjm i neste m) 5 ggr, (1 fm i neste m, 2 dbst i de 6 neste m, 1 kjm i neste m) 7 ggr, (1 fm i neste m, 1 hst i neste m, 2 st i de 4 neste m, 1 hst i neste m, 1 kjm i neste m) 9 ggr. [422 m] Klipp av tråden med en lang trådende.

MONTERING

Rull sammen blomsten, fra den smale til den brede enden, slik at den danner en rose. Sy den sammen med noen få sting og sy den fast på forsiden av vesken.

Romantisk duk

Det er både koselig og nostalgisk med en hvit hekleduk på sommerbordet. Den fineste lager du selv!

DESIGN: KARI H. ØDEGAARD STYLING: JAN GUNNAR SVENSON FOTO: WENCHE HOEL-KNAI



HEKLET DUK

Størrelse: Ca. 122 x 210 cm

Hver rapport måler ca. 17 cm

Materialer: Maxi heklegarn (100 % mercerisert bomull) nøster à 100 g

Garnmengde: Hvitt (nr. 102) ca. 6 nøster

Heklenål: 1,25 eller 1,50 mm

Heklefasthet: 36 st i bredden med heklenål 1,25 eller 1,50 mm måler 10 cm. Husk at heklefastheten må holdes hvis resultatet skal bli vellykket.

HEKLEINFO

Diagrammet viser halve duken i bredden. *Tips:* Siste rute på hver rad kan hekles slik: 2 kast på nålen, trekk gjennom 2 løkker, kast på nålen, trekk garnet gjennom 3 løkker (da blir det litt mer elastisitet på langsiden)

DUK

Legg opp 438 lm.

1. rad: Hekle 1. st i 9. lm fra nålen, (2 lm, hopp over 2 lm, 1 st) 146 ganger (= 147 ruter).

2. rad: 5 lm (= 1. st + 2 lm), 1 st i neste st, (2 lm, 1 st i neste st) 135 ganger, 2 lm, hopp over 2 lm, 1 st til slutt på raden.

3. rad: 5 lm, 1 st i neste st, 2 lm, 1 st i neste st, (2 st rundt de 2 lm, 1 st i st, 2 lm, 1 st i neste st) 73 ganger, 2 st rundt de 2 lm, 1 st i st, 2 lm, 1 st i neste st, 2 lm, hopp over 2 lm, 1 st.

Fortsett å hekle etter diagrammet med beg på 4. rad.

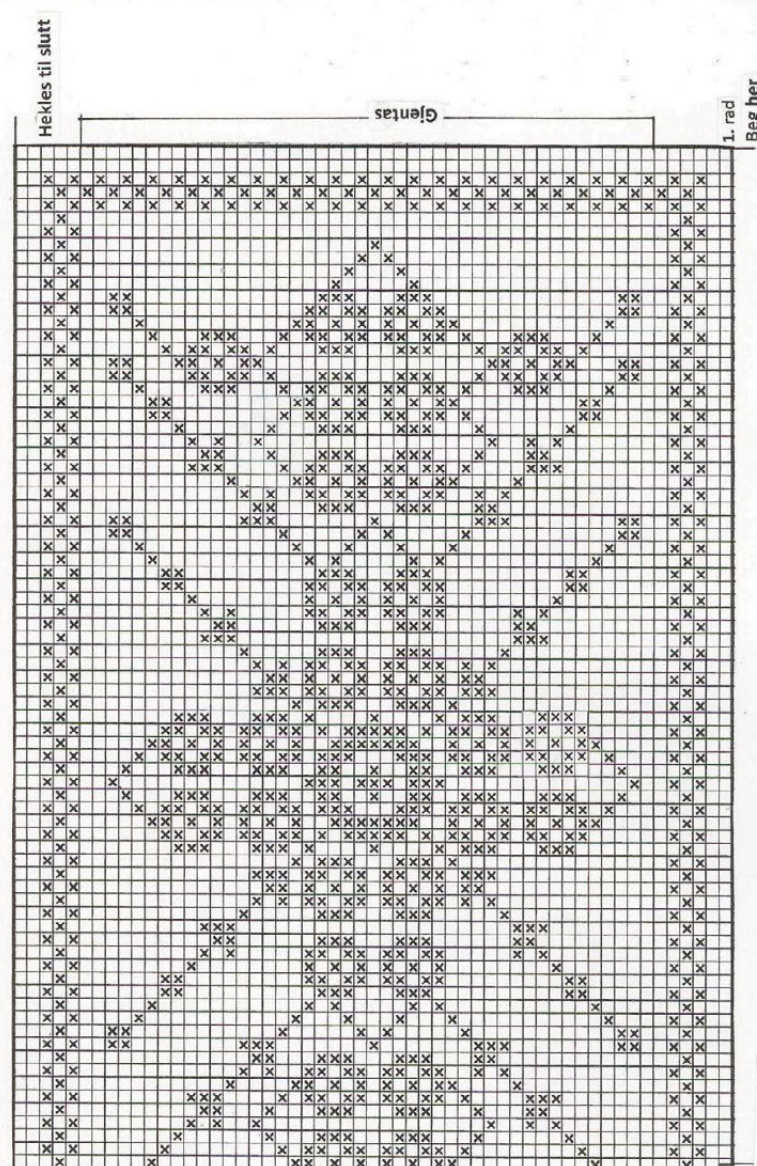
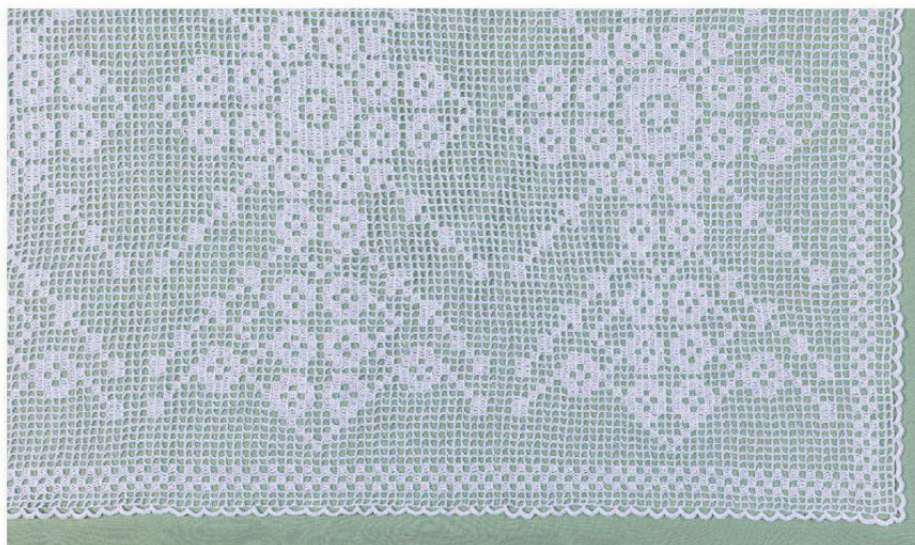
KANT RUNDT DUKEN

1. omg: 1 fm + 7 lm + 1 fm rundt hjørneruten, x 7 lm, hopp over 1 rute, 1 fm rundt neste rute, gjenta fra x langs hele siden, hekle de øvrige hjørnene som 1. hjørne og alle sidene like, slutt med 1 kjm i 1. fm.

2. omg: 1 lm, hekle videre 9 fm rundt hver lm-bue, slutt med 1 kjm i 1. fm.

FERDIGGJØRING

Når arb er ferdig, vaskes det og stives lett og strykes eller strekkes ut med nåler. Stykespray kan benyttes – stryk når arbeidet er litt fuktig.



Tom rute = 2 lm, hopp over 2 m, 1 st.

x = 4 st.

xx = 7 st.

xxx = 10 st o.s.v.

Midt på dukens bredde

Dåpskjole i havskum-mønster

Her får dere en av våre mest populære og etterspurte strikkeoppskrifter i reprise. Den vakre dåpskjolen med havskum-mønster er lettere å strikke enn det ser ut.

STRIKKET AV: TOVE H. LAUNER FOTO: MARIANNE OTTERDAHL JENSEN

*Lesernes
favoritt*

STRIKKET DÅPSKJOLE I HAVSKUM-MØNSTER

Plaggets mål:

Brystvidde ca. 49 cm

Hel lengde ca. 100 cm eller ønsket lengde

Ermelengde ca. 16 cm

Garn: Dåpskjolen er originalt strikket i Mamsell fra Sandnes Garn som nå er utgått – se garnalternativer under

Garnalternativer: Mini alpakka, Babyull Lanett, Mandarin petit, Tynn merinoull eller Sisu, alle fra Sandnes Garn

PS! Innhold og tykkelse avviker noe fra utgått kvalitet så det er viktig du strikker en prøvelapp for å se om du holder strikkefasthet

Garnmengde: Hvitt ca. 400 g av originalgarnet (må ev justeres om det brukes et annet garn)

Veil. pinner: Rundp nr. 3 og 3½, ev. 2½ til kanter

Strikkefasthet: 27 m glattstrikk og hullmønster = 10 cm og 24 m mønsterstrikk = 10 cm



HAVSKUM-MØNSTER

1. omg: *2 m r sammen, 2 m r sammen, 2 m r, 1 kast 1 m r, 1 kast 1 m r, 1 kast 1 m r, 1 kast 2 m r, 2 m r sammen, 2 m r sammen*. Gjenta *-* ut omg.

2.-4. omg: Glattstrikk.

5. omg: Som 1. omg

6.-7. omg: Glattstrikk.

8. omg: Vr.

Disse 8 p gjentas.

KJOLE

Begynn nede på skjørtet. Legg løst opp 270 m på p nr. 3½. Strikk 3 riller (1 rille = 1 omg r, 1 omg vr), og deretter havskum-mønster til arb måler ca. 85 cm.

Slutt med et helt mønster. Skift til p nr.

3. Strikk 2 omg glattstrikk og fell på 1. omg jevnt fordelt til 135 m (2 og 2 m sammen). Sett et merke i hver side med 66 m til forstykket og 69 m til ryggen. Fell 3 m midt bak = 33 m til hvert bakstykke, og strikk videre fram og tilbake.

Strikk hullmønster:

1. p (retten): 1 m r *ta 1 m løs av med tråden bak m, 2 m r, trekk den løse m over de 2 r, 1 kast*. Gjenta *-* ut p.

2. p (vrangen): Vr.

3. p: 2 m r *1 kast, 1 m løs av med tråden bak m, 2 m r, trekk den løse m over de 2 r*. Gjenta *-* ut p.

4. p: Vr.



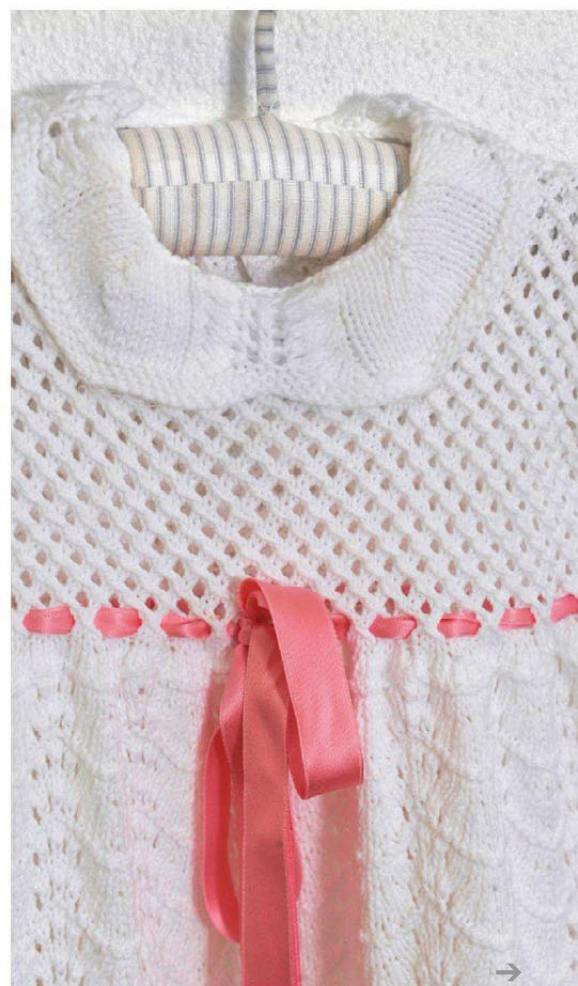
Gjenta disse 4 p.
Strikk 4 cm, del i hver side for ermehull
og strikk ryggen først.

BAKSTYKKET

Strikk til ryggen måler 14 cm, og ermehullet måler 10 cm. Skrå skulderen ved å felle fra ermesiden 11 m 1 gang og 10 m 1 gang. De 12 m som er igjen i nakken, settes på en tråd. Strikk den andre siden tilsvarende.

FORSTYKKET

Strikk som ryggen til arb måler 10 cm. Fell til halsåpning slik: Sett de 10 midt-erste m på en tråd og strikk hver del for seg. Fell 3 m 1 gang, 2 m 1 gang og 1 m 2 ggr. Strikk til forstykket er like langt som ryggen, og skrå skulderen på samme måten. Den andre delen strikkes tilsvarende.





ERMER

Legg opp 60 m litt løst på p nr. 3. Strikk 3 riller, og deretter mønster som på skjørtet. Strikk til ermet måler ca. 16 cm. Slutt med et helt mønster + 2 p glattstrikk til sømrom.

MONTERING

Sy sammen skuldrene og sy i ermene.

KANT BAK

Ta opp ca. 46 m på p nr. 2½ langs venstre kant. Strikk 1 p glattstrikk, deretter vrbord, 1 r, 1 vr, i 1½ cm. Fell av med r og vr m. I høyre kant strikkes 4 knapphull på 3. p, hvert over 2 m. Det første 2 m fra nedre kant, det siste 2 m fra øverste kant. De andre med jevne mellomrom.

HALSKANT

Ta opp 72 m på p nr. 2½ og strikk 1 rille. **Krage:** Legg opp 105 m på p nr. 3. Strikk 2 riller, deretter mønster slik: 15 m glattstrikk, 15 m havskum-mønster som på skjørtet, gjenta ut p. Strikk 13 p mønster samtidig som du feller på 7., 11. og 13. p 2 m midt i de glattstrikkede feltene ved å ta 1 m løs av, 2 m r sammen, trekk den løse m over. Det er nå 81 m på p. Strikk 2 p r. Fell på siste p jevnt fordelt til 72 m. Sy eller mask kragen til halskanten.



DÅPSLUE

Legg opp 75 m på p nr. 3 og strikk 2 riller, deretter 10 cm havskum-mønster som på skjørtet. Fell 24 m i hver side. Strikk hullmønster som på kjolen over de 27 m som er igjen. Fell 1 m i hver side hver 2. cm til det er 17 m igjen på p. Strikk til bakstykket er like langt som de avfelte m (ca. 10 cm). Sy luen sammen i hver side.

Ta opp 62 m langs kanten nede på p nr. 2½. Strikk vrbord, 1 r, 1 vr, i 2 cm. Etter 1 cm strikk en hullrad slik: *1 kast, 2 m sammen*, gjenta fra *-* ut p. Fortsett med vrbord. Fell av med r og vr m. Trå en silkesnor gjennom første hullrad i livet på kjolen og i luen.

Smarte blomsterlapper

Bruk restegarnet ditt til å fornye en bukse, jakke eller annet du er lei av. Blomstene passer også fint til å pynte et dekket bord med!

DESIGN: EMMA FRIEDLANDER-COLLING FOTO: IMMEDIATE MEDIA
OVERSETTELSE: MAY BRITT BJELLA ZAMORI

HEKLEBLOMSTER

Mål: Stor blomst 15 cm i diam

Liten blomst 12 cm i diam

Garn: Happy Chenille fra Sirdar (100 % polyester, 15 g/38 m)

Garnforbruk: Duckling (nr. 0014), snowflake (nr. 0020), fuzzy (nr. 0013), cheeky (nr. 0015), firework (nr. 0034), bon bon (nr. 0017), lollypop (nr. 0031), mermaid (nr. 0016), splash (nr. 0026), fizzy (nr. 0029), picnic (nr. 0027), 15 g av hver frg

Garnalternativ: Go Handmade Happy Chunky Fine fra *hobbii.no*, eller bruk garn, gjerne restegarn, som passer heklenål 4 mm

Heklenål: 4 mm

HEKLEINFO

Blomstene hekles rundt og sys fast på ønsket plagg. Bruk hvilken som helst frg til hvilken som helst omg på blomstene, og skifte frg der det er angitt.

SMÅ BLOMSTER (4 STK.)

Lag en magisk ring med hvilken som helst frg.

1. omg: 1 lm (teller ikke som en m), 8 fm om ringen, 1 kjm i første fm. Klipp av tråden. Fest neste frg i hvilken som helst m.

2. omg: 3 lm (= 1. dbst), 1 dbst i samme m, (2 dbst, 2 lm) i hver m ut omg, 1 kjm i 1. dbst. Klipp av tråden. Fest neste frg om hvilken som helst 2-lmb.

3. omg: 2 lm (= 1. st), (1 st, 3 lm, 2 st) om samme lmb, (2 st, 3 lm, 2 st) om hver

2-lmb ut omg, 1 kjm i 1. st.

4. omg: Hopp over de 2 første m, *7 st om neste 3-lmb, hopp over 2 st, 1 kjm i m før neste st, hopp over 2 m; gjenta fra * 6 ggr til, 7 st om neste 3-lmb, hopp over 2 st, 1 kjm i m før neste st. Klipp av tråden.

STORE BLOMSTER (3 STK.)

Lag en magisk ring med hvilken som helst frg.

1.-2. omg: Som 1.-2. omg for Liten blomst. Klipp av tråden. Fest neste frg i hvilken som helst 2-lmb.

3. omg: 3 lm (= 1. dbst), (1 dbst, 3 lm, 2 dbst) i samme m, (2 dbst, 3 lm, 2 dbst) om hver 2-lmb ut omg, 1 kjm i 1. dbst.

4. omg: Hopp over de 2 første m, *9 dbst om neste 3-lmb, hopp over 2 st, 1 kjm i buen før neste st, hopp over 2 m; gjenta fra * 6 ggr til, 9 dbst om neste 3-lmb, hopp over 2 dbst, 1 kjm i buen før neste dbst. Klipp av tråden.

BLADER (5 STK.)

Lag en magisk ring med frg picnic.

1. omg: 1 lm, 6 fm om ringen, 3 lm, 1 kjm i første fm. Klipp av tråden. Fest frg fizzy i 3-lmb.

2. omg: 2 lm (= 1. st), (1 st, 3 lm, 2 st) om samme lmb, (1 hst, 1 fm) i neste m, 2 fm i de 4 neste m, (1 fm, 1 hst) i neste m, 1 kjm i 1. st. Klipp av tråden.

MONTERING

Fest løse tråder. Bruk bildene som veiledning til å feste motivene på plagget. Fest motivene med knappnåler før du syr dem fast, slik at de blir flate og jevne. Sy med nål og matchende tråd.



TIPS: Bruk tre farger per blomst og to farger per blad, og bland fargene som du vil. De to første omgangene i begge blomsterstørrelsene er like, men kronbladene er forskjellige.



Søt sommertopp

Denne toppen er strikket med et garn som er en miks av bomull og bambus, helt perfekt til lette og luftige sommerplagg.

DESIGN: TANJA THERESE GRØNNEBERG STYLING: TONE SKIPA
FOTO: ESTEN A. BORGOS

SOMMERTOPP

Størrelser: S (M) L (XL) 2XL (3XL)

Plaggets mål:

Overvidde 86 (93) 100 (107) 114 (121) cm

Hel lengde ca. 55 (56) 58 (59) 60 (60) cm

Garn: Bambino fra Viking Garn (50 % bomull, 50 % bambus, 50 g/176 m)

Garnmengde:

Frg 1: Rosa (nr. 464) 5 (5) 6 (6) 7 (7) nøster

Frg 2: Hvit (nr. 400) 1 (2) 2 (2) 2 (2) nøster

Opplysninger om garnet fås hos:

Viking Garn tlf. 51 61 16 60 eller
post@viking-garn.no

Pinner: Kort og lang rundp og strømpep nr. 2,5 og 3

Strikkefasthet: 28 m glattstrikk på p nr. 3 = 10 cm

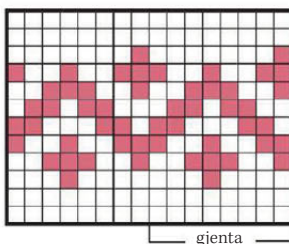
FALSKE FLETTER

- 1. omg:** *2 r, 2 vr*, gjenta *-* ut omg.
 - 2. omg:** *1 r, 1 kast, 1 r, 2 vr*, gjenta *-* ut omg.
 - 3. omg:** *3 r, 2 vr*, gjenta *-* ut omg.
 - 4. omg:** *Ta 1 m løs av, 2 r, løft den løse m over de 2 strikkede m, 2 vr*, gjenta *-* ut omg.
- Gjenta 1.-4. omg.

BOLEN

Legg opp 240 (264) 280 (304) 320 (344) m med frg 1 på rundp nr. 2,5. Strikk 6 cm vrbord med falske fletter som forklart over. Skift til p nr. 3, fortsett i glattstrikk og strikk mønster etter diagr 1. Strikk videre med frg 1 og sett et merke i hver side med 120 (132) 140 (152) 160 (172) m til for- og bakstykket.

DIAGRAM 1



TEGNFORKLARING

- = frg 1
- = frg 2
- = 2 r sm
- = 3 m sm (midtstilt felling):
Ta 2 m løs av p sammen som om de skulle strikkes r, strikk 1 r og løft de løse m over

Strikk til arb måler 37 (38) 38 (39) 39 (40) cm.

Ernehull: Fell av 12 m i hver side, 6 m på hver side av merkene = 108 (120) 128 (140) 148 (160) m på for- og bakstykket. Legg arb til side og strikk ermene.

ERMER

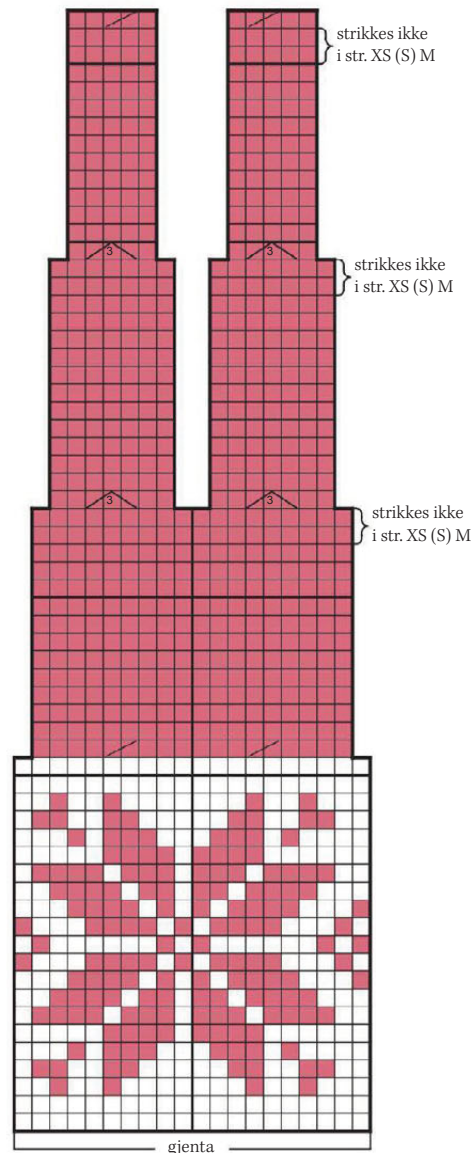
Legg opp 96 (100) 104 (108) 112 (120) m med frg 1 på strømpep nr. 2,5 og strikk 5 cm vrbord med falske fletter. Skift til p nr. 3, strikk 2 omg r og fell til ermehull på siste omg.

Ernehull: Fell av 12 m midt under ermet, de 6 første og siste m på omg = 84 (88) 92 (96) 100 (108) m. Legg arb til side og strikk et erme til på samme måte.

BÆRESTYKKET

Strikk alle delene inn på samme rundp nr. 3 med frg 1, et erme over hvert ermehull på bolen = 384 (416) 440 (472) 496 (536) m på p. Fortsett med mønster etter diagr 2 og fell 24 (16) 20 (12) 16 (36) m på 2. omg i diagr = 360 (400) 420 (460) 480 (500) m. Fell videre som tegnet inn = 144 (160) 168 (184) 192 (200) m på p etter alle fellinger.

DIAGRAM 2



HALSKANT

Skift til p nr. 2,5 og strikk 4 cm vrbord med falske fletter. Fell av med r over r og vr over vr.

MONTERING

Fest løse tråder og damp toppen lett på vrangen.



Enkel vest med flette

Strikk deg en chunky flettevest på 1-2-3. Vesten strikkes med dobbelt garn på tykke pinner.

DESIGN OG FOTO: PERMIN

CHUNKY VEST MED FLETTE

Størrelser: (S) M (L) XL (XXL)

Passer brystvidde (85) 95 (105) 115 (125) cm

Modellen på bildet er 177 cm høy, har brystmål 86 cm og har på seg størrelse M

Plaggets mål:

Overvidde ca. (92) 102 (112) 127 (132) cm

Hel lengde: (54) 56 (58) 60 (62) cm

Garn: Bella Color fra Permin (75 % kid mohair, 20 % ull, 5 % polyamid 50 g = 145 m)

Garnmengde: Orange-Pink (nr. 883172) (4) 4 (5) 5 (6) nøster

Veil. pinner: Stor og liten rundp nr. 10 og 12 og flettep

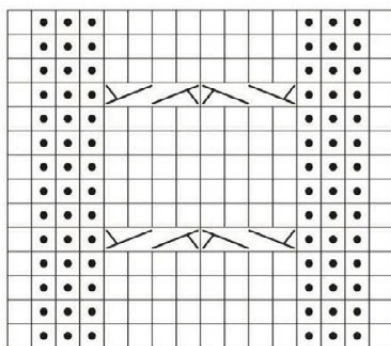
Strikkehjelp: Opplysninger om nærmeste forhandler: norge@permin.dk

Strikkefasthet:

9 m x 12 p = 10 x 10 cm i glattstrikk på p nr. 12 med 2 tr Bella Color

10 m x 12 p = 10 x 10 cm i mønster på p nr. 12 med 2 tr Bella Color

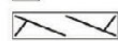
Info: Hele arb strikkes med dobbel tråd



R på rettsiden, vr på vrangsidan



Vr på rettsiden, r på vrangsidan



2 m på hjelpep foran arb, 2 m r strikk m fra hjelpep. r



2 m på hjelpep bak arb, 2 m r strikk m fra hjelpep. r

BAKSTYKKET

Legg opp (46) 50 (54) 60 (64) m på p nr. 10 med 2 tr Bella Color. Strikk 10 cm vrbord (1 r, 1 vr) fram og tilbake. Skift til p nr. 12 og strikk videre fram og tilbake slik: Strikk (15) 17 (19) 22 (24) m glattstrikk, 16 m mønster etter diagr og (15) 17 (19) 22 (24) m glattstrikk til arb måler (32) 34 (35) 36 (37) cm. Fell 2, 1, 1 m på hver 2. p til ermehull i hver side = (38) 42 (46) 52 (56) m. Strikk til arb måler (50) 52 (54) 56 (58) cm. Fell de midterste (20) 20 (22) 22 (22) m til hals og strikk hver side ferdig for seg = (8) 11 (12) 15 (17) m. Fell til hals ved å strikke 2 m sm mot halsen 1 gang. Strikk til arb måler (54) 56 (58) 60 (62) cm. Fell de resterende (7) 10 (11) 14 (16) m av til skulder og strikk den andre siden lik speilvendt.

FORSTYKKET

Strikkes som bakstykket til arb måler (40) 42 (44) 46 (48) cm. Fell de midterste (12) 12 (14) 14 (14) m til hals. Hver side

strikkes ferdig for seg. Fell til hals med å strikke 2 m sm mot halsen på hver 2. p i alt 5 ggr. Fell de resterende (7) 10 (11) 14 (16) m til skulder og strikk den andre siden lik speilvendt.

MONTERING

Sy skuldrene sm. Sy sidesømmene.

HALSKANT

Plukk opp ca. (64) 64 (68) 68 (68) m med rundp nr. 10 og 2 tr Bella Color og strikk 4 cm vrbord (1 r, 1 vr). Fell løst av i vrbord.

ERMEKANT

Plukk opp ca. (46) 46 (48) 50 (52) m med rundp nr. 10 og 2 tr Bella Color og strikk 4 cm vrbord (1 r, 1 vr). Fell løst av i vrbord.

VIDERE MONTERING

Fest alle ender og damp lett.



Fargefin kofte

En vakker og sommerlig kofte i moderne farger.
Mykt alpakkagarn gjør koften luftig og lett.

DESIGN: ANNE-KIRSTI ESPENES STYLING: JAN GUNNAR SVENSON FOTO: WENCHE HOEL-KNAI

FARGEFIN KOFTE

Størrelser: XS-S (M) L-XL (XXL)

Garn: Mitu fra Rauma Garn (50 % alpaka, 50 % ull) 50 g = ca. 100 meter

Plaggets mål:

Overvidde ca. 92 (105) 119 (132) cm

Hel lengde ca. 56 (58) 60 (62) cm

Ermelengde (til ermehull) ca. 48 cm, eller ønsket lengde

Garnforbruk:

Lys grå melert (nr. SFN38) 10 (11) 12 (13) nøster

Rosa (nr. 8141) 3 (3) 3 (4) nøster

Oransje (nr. 0784) 2 (2) 2 (3) nøster

Tilbehør: 8 tinnknapper

Veil. pinner: Stor og liten rundp og strømpep nr. 3 og 3½

Strikkefasthet: 24 m glattstrikk og mønster på p nr. 3½ = 10 cm



FOR- OG BAKSTYKKER

Legg opp 218 (250) 282 (314) m med Lys grå melert på rundp nr. 3. Strikk 6 cm vrbord frem og tilbake med 2 r, 2 vr (slutt med 2 r), siste p fra vrangen. På siste p justeres m-tallet til 219 (251) 283 (315) m. Skift til p nr. 3½, legg opp 5 nye m midt foran og strikk mønster rundt etter diagr A. Omg begynner midt foran. Beg ved pil merket «beg bolen alle str». De 5 m midt foran strikkes vr (ikke mønster) og skal siden brukes til å klippe i. For å unngå lange tråder på vrangen når de 5 m strikkes med 2 farger, anbefales å veksle mellom de 2 fargene. Når arb måler 35 (36) 37 (38) cm, felles 1 m i hver side slik (de 5 m midt foran ikke medregnet): Strikk 53 (61) 69 (77) m, fell 1 m, strikk 111 (127) 143 (159) m, fell 1 m, strikk 53 (61) 69 (77) m. Videre strikkes for- og bakstykker hver for seg.

FORSTYKKET

Forts med mønster som før, frem og tilbake, samtidig som det felles 1 m i hver side til ermehull hver 2. p 7 (7) 8 (8) ggr = 46 (54) 61 (69) m på hver side av de 5 midt-m. Strikk til arb måler 50 (52) 53 (55) cm. Fell av de 5 midt-m. Videre strikkes hver side for seg.

VENSTRE FORSTYKKE

Sett 8 (9) 10 (11) m på en m-holder til hals. Fell videre 3,2,1,1,1 m på hver 2. p til hals = 29 (36) 42 (49) m. Strikk til arb måler 56 (58) 60 (62) cm. Sett skulder-m på en m-holder.

HØYRE FORSTYKKE

Strikkes som venstre forstykke, men speilvendt.

BAKSTYKKET

Forts med mønster som før, samtidig som det felles til ermehull i hver side som til forstykket = 97 (113) 127 (143) m. Strikk videre mønster som til forstykket. Når bakstykket er 2 cm kortere enn forstykket, settes de midterste 33 (35) 37 (39) m på en m-holder til nakke = 32 (39) 45 (52) m på hver side. Strikk hver side for seg slik: Fell 2,1 m til nakken = 29 (36) 42 (49) m. Strikk til bakstykket er like langt som forstykket. Sett skulder-m på en m-holder.

ERMER

Legg opp 48 (52) 56 (60) m med Lys grå melert på strømpep nr. 3. Strikk 6 cm vrbord rundt med 2 r, 2 vr. Sett et merke rundt siste m på omg = merke-m. Skift til p nr. 3½. Strikk mønster etter diagr B, samtidig som det på 2. omg økes 10 m jevnt fordelt = 58 (62) 66 (70) m. Tell ut fra midt på ermet hvor på diagr mønsteret begynner. Merke-m regnes ikke



med i mønsteret og strikkes med Lys grå melert. Når arb måler 7 cm, økes 1 m på hver side av merke-m. Gjenta økningene på hver 2. cm til det er økt i alt 20 ggr = 98 (102) 106 (110) m. Strikk til ermet måler 48 cm, eller ønsket lengde. Fell av merke-m. Strikk videre frem og tilbake, samtidig som det felles 1 m i hver side på hver p 12 (12) 13 (13) ggr = 73 (77) 79 (83) m. Strikk 1 p. Fell av. Strikk det andre ermet på samme måte.

MONTERING

Sy 2 doble maskinsømmer med korte sting midt i de 5 m midt foran. Klipp opp mellom sømmene. Strikk eller mask sammen på skuldrene. Det går også an å felle av og sy sammen på skuldrene. Sy ermene i jakken. Pass på at midten av ermet møter skuldersømmen.

HALSKANT

Strikk opp 11–12 m per 5 cm med Lys grå melert på p nr. 3 langs halsfelling og strikk med m som ble satt på m-holdere. M-tallet skal være et oddetall. Strikk 1 p r fra vrangen. Skift til p nr. 3½ og strikk mønster etter diagr C. Tell ut fra midt bak hvor i diagr mønsteret begynner. Skift til p nr. 3 og strikk 1 p r fra vrangen (= brettekant) og videre glattstrikk like langt som forsiden av halskanten. Fell av litt løst. Brett kanten dobbel mot vrangen og sy til med løse sting.

VENSTRE FORKANT

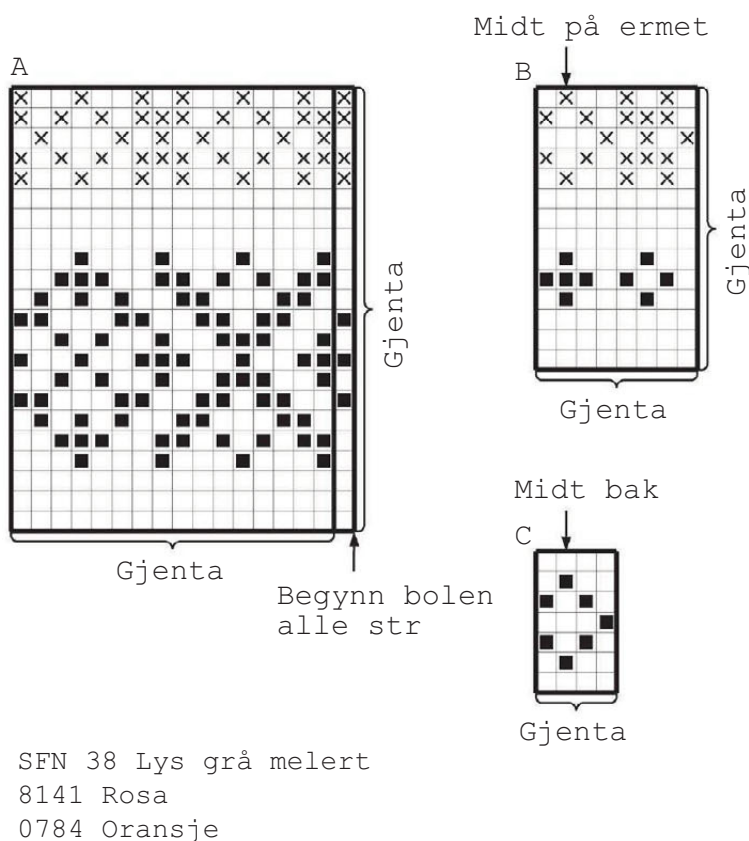
Strikk opp ca. 11 m per 5 cm med Lys grå melert på p nr. 3 langs halskanten, innenfor klippekanten og langs vrorden (= 1 p r). Strikk 10 p r (= rillestrikk). Fell av med r m fra vrangen.

HØYRE FORKANT

Strikkes som den venstre, men langs midten lages 8 knapphull jevnt fordelt, det øverste og det nederste ca. 1 cm fra kanten. Fell 2 m til hvert knapphull. Neste p legges det opp 2 nye m over de felte.

BELEGG

Strikk opp ca. 12 m pr 5 cm med Lys grå melert på p nr. 3 i overgangen mellom forkant og forstykke. Strikk ca. 2 cm glattstrikk. Fell av. Legg belegget over klippekanten og sy til med løse sting uten at det vises på retten. Det går også an å sy fast et bånd over klippekantene i stedet for å strikke belegg. Sy i knapper.



Familiens kryssord

Hyggekryss*

AV SIGBJØRN STABURSVIK

Når du har løst kryssordene, kan du skrive inn løsningsgatene på kupongen bakerst i kryssordheftet og sende den inn. Da blir du med i trekningen om premien, der du kan velge mellom en ting eller 10 lodd. Du kan også sende inn løsningsgatene på www.kryssord.no/familien eller på sms «XFAM + løsningsgater» til **2205** (kr 5,- pr melding).

Vanskelighetsgrad på kryssordene:

* LETT ** MIDDELS *** VANSKELIG

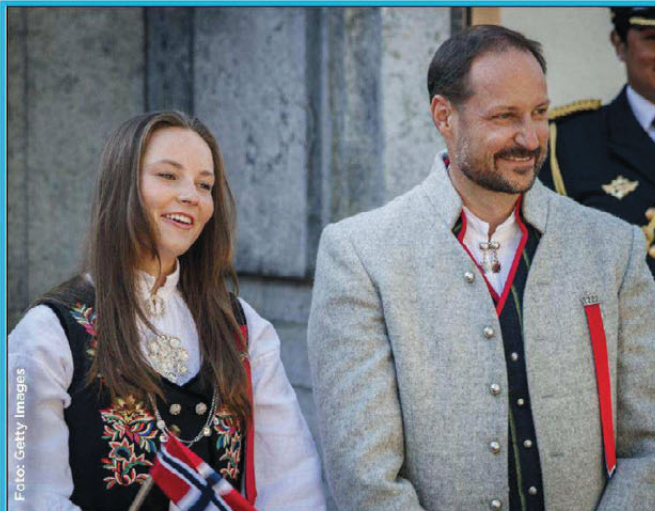
Napp ut!



VINN
beauty-produkter!

eller velg
10
Flaxlodd

Natural Magic™ Anti-Ageing Cream og Firming Serum.



										MOT	↓	BERTE	↙	OFRE	RENNE	FRIST- ELSE FORMID- DAGSMAT	↘	BILER	GALOP- PERER	BANDE- LEDER	
										↘				KIRKE- BORD ROVDYR							
										UTROP			UBØYE- LIG TRÆR								
										MØBELET							BYGG- VERK PROVI- ANT				
										ROVDYR					ARBEIDE				GAMMEL- DAGS		
										ULLDOTT					VOGGE						
										↘		PRIMAT		MISUN- NELIG DRIVE SPORT						TRÅKKE	
										HOLDE FOR NARR						DRES- SERT LITEN HVAL					
BOKSER	RAR	ETTER- FORSKER SANG- GRUPPEN	↘	HØY- REIST	STIVNE	↘	SVINNE HEN DRIKK	↘	LØYER SKY			RETNING HES					HAR BÅTEN BRUKE BÅT				
↘					FOTTØY FIN									OFRER BANK				OMKOMME GAMMEL MYNT			
REGNING- ENE STØ- ENDE							GJENNOM GODT				RØYS LEDD			SVERTE SMAL VEI					KOKEKAR		
↘						KNALL BIBELSK NAVN					RIME SKYTE I VERET					KJAS GRØDE					
VÆRE UTETT						EKSISTE- RER OMRÅDE			REDSEL KORT							FUGLEN BÅTER					
FJERN- SYN	TRYGG TRAFIKK KLOK			TRØNDER- BY I HJUL									KLES RUTSJE								
↘		NY- MOTENS SIFTER			DELTE UT UTBRUDD			HÅLKE ORDNER SENGA			PLUSS STRENG			VOKSE DÅRLIG					UTROP		
DRIKK						OPP- STRAMMER KJØRE- TØY					SKITT ODDE						EVENTYR- FIGUR BLAD				
↘			UTSIKT HOLD MUNN		FORTEL- LING FLYGER											HUSDYR HODE- PLAGGET					
UFF	IKKE INN ARBEIDS- STOKK			PÅ KIRKEN MILLI- METER				EURO- PEER LÅT					GULVI BÅT SAMISK SANG						KJØRTE		
MENGDE VRIEN OG VRANG					FART I KORT- STOKKEN			BULK TALL					ÆRE TIDS- PUNKT					AVL LUE			
↘			PULVER TALL			MOSJON REKLAME					FINT SKREM- MEORD			SPYTT ANMODE							
DET HELE				KVINNE- STEMME							SELE										
FLORERE									FUGL						SLUTTER						

Vinkelkryss **

AV SIGBJØRN STABURSVIK

«Fyll inn de to kryssende gule løsningordene på kupongen bak eller på kryssord.no/familien og bli med i trekningen om valgfri premie.»



VINN
beauty-produkter!



eller velg
10
Flaxlodd

18+ Vinningsjanse toppremie 1: 625 050
- Hjelpelinjen.no **SPILL MED MÅTE**

FOR- HANDLER	↓	OPP- DRETT SLAG- STED	↓	BYGDE NOA	STONE	ART. START	↓	IKKE FRA	I RETTE	TITTE URØT	↓	REKKE	VENT	↓	DEN GANG	REISE DYRENE	↓	IKKE OPPE	GODT- GJØRE
↳													TANKENE SMERTE						
ORDNE FASE			VERS 52 UKER			TEMA RYGG				NARRE- STREKER TENNE OPP			ENGER ORGANI- SASJON						
↳		BYRDE 100 M2			SY- UTSTYR HJORTE- DYR				LAND SPRÅK						SJANSE SNUR				
MANN				TÅKE IKKE HAN				NEDBØR VISER				BAJAS NORD- MANN					ART. TALL		
LØVTRE MØR- BANKET			FORAKT BEAR- BEIDE			ERØBRE GUTTE- NAV			STAGGE KOBBE				TRAVEL TID DEL					PÅPEKTE	
↳		FE IDOL			LEK BELEGG								GUDSFØR- NEKTER TRILLE						
TEGNE- SERIEMUS						SANG KART				MORD- FORSØK LAND									
JENTE- NAV HEVE				TYVERI IKKE INN				BEREG- NENDE ANLØPS- STED				STYRET EVENTYR- FIGUR						PUSLE	
↳			PLANTE BARBIES VENN			BLAD DÅRLIG			VRIMLE POLERE							HÅLKE AKSJE- SELSKAP			GUFNE
FORFØLG- ELSE					PLAGGET RØRT			STRIKKE- TØY HAKEN					STANSE RANK						
DOLES BRØR				BØLLE RELI- GION						VI BORG					ELENDIG JENTE- NAV				
EGEN		SLEKT- NING DRIVE SPORT						ADGANGS- TEGN UTROP								SAUEHÅR HJEM- REISE			
↳			SLUKE SYMBOL						LANG FISK AVLES				GRUS STILK				FNISE LOV- PRISER		
GEVÆRER						LAND I ASIA GRESK BOKSTAV						MINDRE BLID LUKKE OPP							ADELS- KVINNEN
SØTSAK FEIL		GLASUR FOR- BRYTER				ELITE RENSER						TALL GALOP- PERT						RAMPO- NERE	
↳								PUGGE ROP OM HJELP						FINNER- LØNN HISSE					
VESKE				FJOMPE- NISSE ALFA- KRØLL				HARME PARTI							KLAR STRØM				
MARKEN					FORVIR- RING BLØD- SUGERE					KJÆLE BLI GAMMEL						MIKKEL JENTE- NAV			
ROLLING STONES LOFT			IKKE TALE RIKE			SMAL EIM						HISSE OPP HØY ALDER						BAKKE PLANET	
↳				VOKSE HA PEILING				TEMPO I MUSE- FELLA				KRYPE SÅ SYND				SLUTT- ORD DUNSTE			
FRUKTEN	VEHME- LIG UTROP					MENIG UKJENT							BEHERSK- ELSE GLI					LOKKE- MAT JULE- BRYGG	
↳							FA- MILIE								VÆRE LEISEG				
ELEV- HJEM								FIGUREN											

AV MERETE MARKENG

Fyll inn de to gule løsningsordene på kupongen bak eller på kryssord.no/familien og bli med i trekningen om valgfri premie.



eller velg
10
Flaxlodd

18+ Vinningsjansetoppremie 1: 625 050 - [Hjelpelinjen.no](https://hjelpelinjen.no)

SPILL MED MÅTE

[illegible]

6

Her har du noen ganger valget mellom to stikkord. Kun ett av dem er riktig.

FILLE- TING	FE eller FRØ	VESKE BRA	↓	AVLEDE eller AVTREDE	KNAS eller NÅSKE	↓	TAUET eller TUTET
↳							
FIRMA- MERKE PLATE					STJELE FYRER		
↳			SKLIS RETT				
INSTRU- MENTER	ÆRE eller ÆSJ	STED BYGG- VERK					SIVBÅT eller SLÅTT
↳							
STEKE ETTER SKOLEN							
↳			SUNN DRIKK				

AMERIKANSK KRYSSORD

1		2	3	4
5	6			
7				
8				
9				

VANNRETT

- 1 Papiret
- 5 Planet
- 7 Til grøten
- 8 Spion
- 9 Gjøre ren

LODDRETT

- 1 Blekksprut
- 2 Fruen
- 3 Paradisets hage
- 4 Campe
- 6 Skape

7



En lett og én vanskelig del. Løsningsordet går gjennom begge.

8

TODELT

Lett	↓	EURO- PEISK SMERTE	FRESE SIIFRA	↓	BLINK	Vanske- lig	LAGE	↓	SLEKT- NINGEN	HAMMER SYNGE	↓
GAL						SJARM					
↳						TERP			PRONO- MEN GRÅT		
KRUS		VRENGE JA				SLITES					
YNDEFULL											
SANG- GRUPPEN						PRIMI- TIV					



Kodekryss

1	2		3	4	5	6	2
2	7	3	8	7		7	8
6	6			9	10	9	11
2	5	12	2	13	8	13	
13	2	8	12		6	8	7 L
8		7	2	8		6	2
6	14	12		10	2	5	5
	11	9	10	9	11		5

10



9

FORTELLER	BILDET	TRE- VIRKE GJØRE I STAND	↓	MOSJON	GJENOM- GANG SMELTES	↓
↳						
USSEL						
		LUKTE	MODERNE ABER			TILLIT
IKKE INN VÆREL- SET						
ØKE				INNE- BÆRE IKKE FRA		
1/100 EURO STOFF					KROPPS- DEL	
↳		KONJ.	LØPT ALFABET- NABOER			
LEGEMS- DELER						
OMRÅDE				TRETT		

AV MERETE MARKENG

Løsningsordet fremkommer i rutene med sirkel. Les ovenfra og ned.



**VINN
beauty-
produkter!**



eller velg
10
Flaxlodd



18+ Vinnarsjanse toppremie 1: 625 050 - Hjelpelinjen.no

SPILL MED MÅTE



AFRIKANER GODTA ↳	BANDOLÆR FORBUD ↳	DYREFØDE ↳	LOKKE-MAT GRELL JEVNLIG	VEKST	TALL ◯	PREST	PRONOMEN ASJETT ↳	KOMM.I INNLANDET ↳	PLAGG KRETSER ↳	FRI KONGE ↳
								HUSDYR HELST		
UFØR BAR ↳		ATTER PRONOMEN ↳			KLAGE-SANG ØKT				NETT-BRETT LENS	
		PÅ STEDET FISK		SKRIV GRUMSET			GRISERI GJEN-GJELD			
SATTE UTROP FELLE ↳			ROLIG HAR ELGEN			KOLLI-SJON LEI			VÅPEN GRUE SEG	
	TYSTER GUFNE			◯	LAG HANNER			FOR-STAVELSE ÅRE		SKJEBNE-SVANGER
SKY		SÆRT MORALSK			TALL KROPPS-DEL			NETT-VERK HARDT STOFF		UVENN-LIG
BAS GJENNOM ↳			STOFF ABON-NENT			VERDENS-DEL FISKER			◯	
		BEGYNNE I ENERNE			FJÆREN KLAGE				BELG-FRUKT AV-DRAGET	
FOR JORDART NYBEGYN-NER ↳			FUGL BUTIKK-KJEDE		EURO-PEER MALM				AD ACTA JULER	
			HERR GRUS-RYGGENE		RUTE-BÅTEN LÆR-REMME			BRED-BÅND UTVIDES		
BEMERKE	BELJET KAKE		◯	BIDRA SJØ-PLANTER			SØKES UTLØPET			VEKSTEN
↳		OMRÅDET ARKI BOKA				KORT-SPILL OFRES ◯				BÅTER
VASKE			DRETTE OMRÅDE		FLY-SELSKAP FEIL			ENG-STYKKER BANKE		
GRISETE BEITET ↳			DYR LEVERTE		RIM KALDT			BESITTE DESS-UTEN		
		STELLE FOR			MAT-PAKKE			GREIE TALL		
FROSSEN JORD	◯		BEDØ-VELSE				BUKT UENIG-HET		SPIS SANG	
				BRUKBAR ABER ↳				KEISER PLASS		USAMDE
						LITT TIL EGGE			HERR	
				LUKT	LOVE BYG-NINGEN			DELFIN ARBEIDS-LAG		
				◯		VON LIK		DRIKKEN BAKKEN		
				OPPLYS LET ↳				TALL ALBUM		
							SAMTALE			
				ARBEI-DER		◯	ARGE			



Klassikeren ***

AV SIGBJØRN STABURSVIK

Løsningsordet fremkommer i sirklene og leses ovenfra og ned.

VINN
beauty-produkter!

eller velg
10
Flaxlodd



18+ Vinningsjansetoppremie 1: 625 050 - Hjelpelinjen.no

SPILL MED MÅTE

VANNRETT

- 1 Dukkerten
- 6 Land
- 10 Far slang
- 11 Bakdel
- 12 Eske
- 14 Forlikt
- 16 Pron
- 17 Dult
- 20 550
- 21 Naturfenomen
- 23 Kan gevær være
- 25 Adj
- 27 Dumdrstig
- 29 Blest
- 30 Fisk
- 31 Besettes
- 33 Minket
- 35 Arne
- 36 Harm
- 38 Myndighetsalder
- 39 Myse
- 40 Frukt
- 42 Norge
- 43 Dumrian
- 44 Ukeblad
- 46 Styre
- 47 Prefiks
- 49 Hulmål
- 51 Attakk
- 53 Mas
- 55 Avviste
- 58 Sankt
- 59 Drysse
- 61 By i japan
- 63 Sklis
- 65 Energisparing
- 66 Økt
- 67 Grisen
- 69 Ynk
- 70 Kjøpte
- 73 Knuste
- 74 Hel
- 76 Golv
- 78 Hovdyr
- 80 Gnisle
- 81 Vekst
- 82 Oppdragelsen
- 84 Bedrag
- 86 Særskilt
- 88 Sum
- 89 Tauet
- 90 Karakter

LODDRETT

- 2 Ertet
- 3 Dorsk
- 4 Del av serie
- 5 Teskje
- 6 Påpekte
- 7 Øde
- 8 Pron
- 9 Tørr
- 12 Nøktern
- 13 Kurer
- 15 Begeistret
- 18 Omsvøpsfri
- 19 Øyeblikk
- 21 Sidemenn
- 22 Jaget
- 24 Varmere
- 26 Mineralet
- 28 Tre
- 29 Rask
- 32 Mann
- 34 Måler
- 35 Plante
- 37 Overrakte
- 38 Militærutstyr
- 41 Tall
- 43 Tall
- 45 Grue
- 48 Konge
- 50 Epilog
- 52 Kan vi gå i
- 54 Anmodning
- 56 Pine
- 57 Organisasjon
- 58 Fiskefartøyet
- 60 Plante
- 62 Fornem
- 64 Hunnen
- 67 Berg
- 68 Kveld
- 71 Fagmann
- 72 Spor
- 73 Redskapet
- 75 Bartre
- 77 Fyr
- 79 Remmen
- 81 Fór
- 83 Karakter
- 85 Blåse
- 87 Anholde
- 88 Arbeidsområde

1	2	3	4	5		6	7	8	9	
	10					11				
12					13		14			15
16			17	18		19			20	
		21						22		
23	24					25			26	
	27				28					
29				30				31		32
33			34				35			
36				37		38				
39				40		41			42	
		43					44	45		
	46					47				
48		49			50		51			52
53	54		55	56		57			58	
59		60				61		62		
63					64		65			
66				67		68		69		
	70		71				72			
73						74				75
		76			77					
78	79		80						81	
82		83					84	85		
	86			87		88				
89						90				

LØSNINGER og vinner fra nr 5/25

SUDOKU

Fyll ut de åpne feltene slik at både de loddrette og de vannrette radene, samt hver av boksene med 3 x 3 ruter, inneholder tallene fra 1 til 9.

Løsningene finner du under.

Hyggekryst



Vinkelkryst



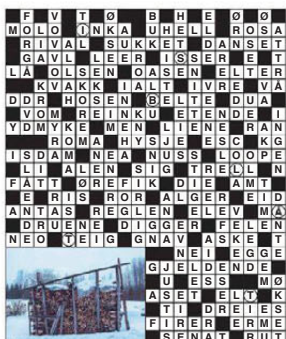
Familiekryst



Klassikeren



Fargekryst



10-kampen

- | | |
|----------|---------------|
| 1 REAL | 6 UTILPASS |
| 2 NEGLEN | 7 ABBED |
| 3 ØYNE | 8 UTHOLDENHET |
| 4 OLME | 9 UPPSALA |
| 5 AKKE | 10 MOTOCROSS |

Premievinner nr 5:

Tori Bakken, Larvik



SAMLEKUPONG nr 10/25

De som har minst fire av de seks oppgavene rett, er med i premietrekningen.
(7 rette i ti-kampen regnes samlet som en av de seks).

Sett ring rundt ønsket premie: **Alvedrøm bolle/10 lodd**

HYGGEKRYSS:.....

VINKELKRYSS:.....

FAMILIEKRYSS:.....

TIKAMPEN: 1:.....6:.....

2:.....7:.....

3:.....8:.....

4:.....9:.....

5:.....10:.....

FARGEKRYSS:.....

KLASSIKEREN:.....

Navn:.....

Adresse:.....

Postnr./-sted:.....

Sudoku løsninger

9	7	4	7	3	8	5	6	2	1
2	8	6	2	6	4	1	5	9	8
1	6	5	9	2	7	4	3	8	9
7	5	8	6	4	2	2	4	3	1
4	3	2	9	1	7	7	5	8	6
6	1	1	9	5	3	8	2	7	4
1	7	3	4	1	7	5	9	8	6
8	9	4	1	7	2	1	4	6	3
5	2	5	1	3	7	8	9	2	4

KONTAKT-INFORMASJON

Har du spørsmål om kryssord i Familien, kontakt Egmont Kids Media Nordic AS.
E-post: marit.laastad@egmont.no

INNSENDINGFRIST: 6. JUNI

Du kan sende inn løsningene slik:

SMS med kodeord **XFAM**

<løsningsordet/gaten> til **2205**

(kr 5,- pr. melding)

Internett: Bruk kupongen på

www.kryssord.no GRATIS!

Brevpost: Skriv inn løsningsordet/gaten og send kupongen til:

Egmont Kids Media Nordic AS, Familien 10, PB 4683 Nydalen, 0405 Oslo.

Vakkert maisjal

Maisjalet er dedikert til Lofotbunaden, men kan selvfølgelig brukes til alle bunader eller til alle andre antrekk resten av året. Velg den fargen du liker best.

DESIGN: SOLVI LAUPSTAD FOTO: KJARTAN TOLLEFSEN LAUPSTAD

MAISJAL

Størrelse: One size

Garn: Finull fra Rauma Garn (100 % ull) 100 g = ca. 350 meter eller Ask fra Hillesvåg (100 % ull) 100 g = ca. 315 meter

Garnmengde:

Finull marineblå (nr. 0459) 150–200 g eller Ask mørk terracottarød (nr. 6003) 150–200 g

Veil. pinner: Rundp nr. 5 eller 6 (80 eller 100 cm)

Modellene på bildet er strikket med p nr. 6, men designeren strikker ofte med p nr. 5 som gir et litt fastere, men mindre, sjal

Strikkefasthet:

13 m x 32 p på p nr. 6 = 10 x 10 cm

16 m x 36 p på p nr. 5 = 10 x 10 cm



TEKNIKKER

1 dblo: Ta en m løst av strikk de to neste m sammen og trekk den løse m over, 3 m har blitt til 1 m

Midtmaske: MM

SJAL - SPISSEN

Arbeidet begynner nede i spissen av sjallet, bak. Strikk slik:

P 1 (rettside): Legg opp 3 m og strikk 3 r.

P 2 (vrangside): Strikk 3 m r.

P 3 (rs): Strikk 1 r, kast, 1 r, kast, 1 r.

P 4 (vrs): Strikk 5 r.

P 5 (rs): Strikk 2 r, kast, 1 r, kast, 2 r.

P 6 (vrs): Strikk 7 r.

P 7 (rs): Strikk 3 r, kast, 1 r, kast, 3 r (de 3 rette m i hver side vil danne ytterkant av sjallet gjennom hele arb og strikkes alltid rett).

P 8 (vrs): Strikk 3 r, 3 vr, 3 r.

P 9 (rs): Strikk 3 r, kast, 3 r, kast, 3 r.

P 10 (vrs): Strikk 3 r, 5 vr, 3 r.

P 11 (rs): Strikk 3 r, kast, 1 r, kast, 1 dblo, kast, 1 r, kast, 3 r (= 1 rapport).

P 12 (vrs): Strikk 3 r, strikk vr til du har 3 m igjen på p, 3 r.

P 13 (rs): Strikk 3 r, kast, 2 r, kast, 1 dblo, kast, 2 r, kast, 3 r.

P 14 (vrs): Strikk 3 r, strikk vr til du har 3 m igjen på p, 3 r.

P 15 (rs): Strikk 3 r, kast, 3 r, kast, 1 dblo, kast, 3 r, kast, 3 r.

P 16 (vrs): Strikk som p 14.

P 17 (rs): Strikk 2 r (her er det en justering i starten for å få økningen til å stemme), kast, 1 r, kast, 1 dblo, kast, 1 r, kast, 1 dblo (de 3 midt-m (MM)), kast, 1 r, kast, 1 dblo, kast, 1 r, kast, 2 r. (2. og 3. rapport kommer med her)

P 18 (vrs): Strikk som p 14.

P 19 (rs): Strikk 3 r, kast, 1 r, kast, 1

dblo, kast, 1 r, kast, 1 dblo (de 3 MM), kast, 1 r, kast, 1 dblo, kast, 1 r, kast, 3 r.

P 20 (vrs): Strikk som p 14.

P 21 (rs): Strikk 3 r, kast, 2 r, *kast, 1 dblo, kast, 1 r*, gjenta fra *-* til det er 5 m igjen på p, kast, 2 r, kast, 3 r.

P 22 (vrs): Strikk som p 14.

P 23 (rs): Strikk 3 r, kast, 3 r, kast, *1 dblo, kast, 1 r, kast*, gjenta fra *-* til det er 6 m igjen på p, 3 r, kast, 3 r.

P 24 (vrs): Strikk som p 14.

P 25 (rs): Strikk 2 r (som p 17), kast, *1 r, kast, 1 dblo, kast*, gjenta fra *-* til det er 3 m igjen på p, 1 r, kast, 2 r.

P 26 (vrs): Strikk som p 14.

P 27 (rs): Strikk 3 r, kast, *1 r, kast, 1 dblo, kast* gjenta fra *-* til det er 3 m igjen på p, kast, 3 r.

P 28 (vrs): Strikk som p 14.







STRIKKE-TRADISJONER

De nordiske sjalene er som regel bygd opp over trekantformen, trekanten kan vi få frem på ulike måter, og formene på dette sjalet kalles ofte for grunnform 1. Denne grunnformen starter strikkingen bak i spissen og øker på hver side av spissen annenhver pinne.

Maisjalet er strikket med knytebånd. Historisk sett ble sjalene ofte strikket med bånd og kalt for bindingssjal. Sjalet ble bundet rundt kroppen, gjerne i kryss foran og knyttet bak.

Maisjalet har båndene ved halsfelling for lettere å holde sjalet på plass over bunaden. Sjalet har en avrundet hals som gir et fint fall over skuldrene og som fortsatt viser det flotte broderiet på skjortekraven.

P 29 (rs): Strikk 3 r, kast, 2 r, *kast, 1 dblo, kast, 1 r, kast* gjenta fra *-* til det er 5 m igjen på p, kast, 2 r, kast, 3 r.

P 30 (vrs): Strikk som p 14.

P 31 (rs): Strikk 3 r, kast, 3 r, *kast, 1 dblo, kast, 1 r*, gjenta fra *-* til det er 6 m igjen på p, kast, 3 r, kast, 3 r.

P 32 (vrs): Strikk som p 14.

MIDTPARTIET

På pinne 33–48 gjentar du p 25–32 to ganger til. På p 49 har du fått plass til 2 rapporter til, en på hver side. Du har nå 11 rapporter og 43 masker på p. I tillegg har du de 3 m som utgjør kantmasker på hver side av sjalet, tilsammen 49 m på p.

Dette utgjør midtpartiet på mønstret og skal fortsette opp ryggen slik det nå framstår, over 43 m. Mønstret beg med den første 1 dblo og avsluttes med den siste 1 dblo på p, sett gjerne merketråder, det gjør det lettere å se hvor mønstret beg og slutter. De resterende m strikkes som perlestrikk, bortsett fra de 3 kantm på hver side som forsetter som før med rillestrikk (kun rette m på rett og vrangside).

Økningen fortsetter med et kast før og etter de 3 kantm på hver side av sjalet. M som kommer til ved økningen skal nå strikkes som perlestrikk, 1 r, 1 vr på 1. p og på neste p strikkes 1 r over 1 vr og 1 vr over 1 r. På p 50 strikk 3 r, kast, 1 r, ta 1 m løst av og strikk den neste m og

trekk den løse m over, strikk midtpartiet til det er 6 m igjen på p, ta en m løst av, strikk den neste m og trekk den løse m over, 1 r, kast, 3 r (da er du igang med økningen på sidevingene).

SIDEVINGER

Fortsett mønster på midtpartiet og med perlestrikk på hver side av midtpartiet til du har strikket 122 p, eller avhengig av hvor stort du ønsker sjalet. Her kan du måle hvor langt du vil ha sjalet fra nakken og ned. Modellen på bildet består av 122 p. Du har da 42 m (sidevinge) + 43 m (midtparti) + 42 m (sidevinge) på p.

M på midtpartiet (43 m) settes nå på hjelpenål, det samme gjøres på den ene siden med perlestrikk (42 m), mens du fortsetter å strikke halsfelling på den andre perlestriksiden over 42 m. Marker med nål eller hjelpetråd langs begge ytterkantene der du nå er kommet, det vil da være lettere å telle hvor langt du skal strikke mens du lager avrundet halsfelling.

HALSFELLING

Fortsetter med økning i form av kast etter de 3 kantm på rettsiden, mens du på halssiden feller 1 m ved å strikke de 2 siste m sammen på rettsiden. Dette gjøres over ca. 44 p, avhengig hvor dyp du ønsker halsfelling. Modellen på bildet har 44 p eller 22 riller langs ytterkante-

ne. Når du har strikket ferdig den ene siden, setter du disse på hjelpenål og strikker den andre siden lik, men med felling og økning på motsatt side. Nå skal du avslutte halsfelling med rillestrikk. Plukk opp 22 m (eller mer), på hver side av halsfelling avhengig av hvor dyp du har gjort den. Det er nå $42+22+43+22+42$ på p = 171 m.

AVSLUTT ARBEIDET

Strikk 6 p med kun r m (rillestrikk). Reduser gjerne pinnestørrelsen for hver p fra p 6 til p 4. Fell løst av. Du kan alternativt strikke en I cord-kant som avslutning, slik: Legg opp 4 m med strikket opplegg på venstre p fra rettsiden. *Strikk 3 r, 2 vridd r sm, sett 4 m tilbake på venstre p*. Gjenta fra *-* i alt 3 ggr. Strikk 3 r, 3 vridd r sm, sett 4 m tilbake på venstre p (slik felles 5 m når det strikkes 4 «i-cord-sekvenser»). Overstående gjentas ut p til alle masker er felt av.

KNYTEBÅND

Strikk knytebånd, 2 stk som settes øverst på hver side av halsfelling. Du kan sy de på eller plukke opp 4 m fra kanten. Knytebåndene er strikket som rillestrikk, 4 m x 70 p, dette utgjør 35 riller.

Blokk sjalet og form halsutringningen og mønstret i midtpartiet slik at det får rette linjer.

Lotta & bamsen

La deg inspirere av Astrid Lindgrens søte karakter Lotta fra Bråkmakergata og strikk den lille, røde kjolen og den kjente grisebjørnen. Lotta tror nemlig grisen er en bamse.

DESIGN: AGNES BRANDELS FOTO: JÄRBO

LOTTAS KJOLE

Størrelser: 86/92 (98/104) 110/116 (122/128) 134/140 cl

Plaggets mål:

Overvidde: ca. 59 (61) 63 (69) 75 cm

Lengde: ca. 54 (58) 60 (64) 68 cm

Ermelengde: ca. 2 cm fra ermehullet

Garn: Astrid Lindgren & Ilon

Wikland ensfarget (75 % ull, 25 % polyamid, 50 g = ca. 130 m)

Garnalternativ: Mellanraggi (75 % ull (sw), 25 % polyamid, 100 g = ca. 260 m), Alpaca Silke (45 % babyalpaka, 40 % merino, 15 % silke, 50 g = ca. 165 m)

Garnforbruk: Lotta Röd (nr. 16104) ca. 170 (200) 220 (250) 300 g

Strikkehjelp: Opplysninger om oppskrift 93106 og garn: info@jarbo.se

Veil. pinner: Rundp nr. 3 og 3,5 (80–100 cm)

Tilbehør: 5 markører

Strikkefasthet: Ca. 24 m x 32 omg i glattstrikk på p nr. 3,5 = 10 x 10 cm

seg og du får en m med «doble ben», en dobbelm. Strikk videre som vanlig. Når dobbelm senere strikkes, skal de «doble bena» strikkes som én m. Sett gjerne en markør (M) der snum er – den gjør det lettere å telle, og du ser hele tiden hvor snum er når du strikker videre.

BAKSTYKKE

Legg opp 60 (62) 62 (68) 74 m på p nr. 3,5. Strikk 1 p vr tilbake. Nå strikkes forkortede pinner for å forme bakstykket slik:

P 1 (retten): Strikk r til 18 (20) 20 (23) 25 m gjenstår, snu og lag en dobbelm.

P 2 (vrangen): Strikk vr til 18 (20) 20 (23) 25 m gjenstår, snu og lag en dobbelm.

P 3: Strikk r frem til dobbelm, strikk sammen dobbelm og deretter 4 r, snu og lag en dobbelm.

P 4: Strikk vr frem til dobbelm, strikk dobbelm og deretter 4 vr, snu og lag en dobbelm.

Gjenta p 3–4 totalt 4 (4) 5 (5) 6 ggr. Strikk 4 p glattstrikk og klipp så av garnet. La m hvile på en tråd. Nå plukkes opp m til skuldrene.

HØYRE SKULDER

Plukk opp 18 (20) 20 (23) 25 m med p nr. 3,5 langs høyre side på bakstykket. Strikk 4 (5) 6 (7) 7 cm glattstrikk frem og tilbake. Avslutt med 1 p fra vr. Klipp av garnet og la m hvile på en tråd.

VENSTRE SKULDER

Plukk opp 18 (20) 20 (23) 25 m med p nr. 3,5 langs venstre side på bakstykket. Strikk 4 (5) 6 (7) 7 cm glattstrikk frem og tilbake. Avslutt med 1 p fra vr.

BOL OG ERMER

Nå plukkes det opp m til ermene og deretter økes det til halsen slik: Strikk over venstre skulder, sett markør, plukk opp 12 (14) 16 (18) 20 m langs skulderkanten til ermet, sett markør, sett tilbake og

strikk over m på bakstykket, sett markør, plukk opp 12 (14) 16 (18) 20 m langs den andre skulderkanten, sett markør, avslutt med å sette tilbake og strikk over m på høyre skulder. Strikk 1 p vr tilbake = 120 (130) 134 (150) 164 m. Strikk videre frem og tilbake slik:

P 1 (retten): 3 r, ølv, strikk frem til markør, løft markør, ølv, strikk frem til neste markør, ølh, løft markør, strikk r over bakstykket frem til neste markør, løft markør, ølv, strikk r frem til neste markør, ølh, løft markør, strikk r til 3 m gjenstår, ølh, 3 r (= 6 m økt)

P 2 (vrangen): 1 r, strikk vr frem til siste m, 1 r

Gjenta disse 2 p totalt 5 ggr. På neste p legges det opp m i halsen og arb strikkes videre rundt.

Omg 1: Strikk r frem til markør, løft markør, ølv, strikk frem til neste markør, ølh, løft markør, strikk r frem til neste markør, løft markør, ølv, strikk r frem til neste markør, ølh, løft markør, strikk r ut omg og avslutt med å legge opp 14 (12) 12 (12) 14 nye m med løkkeopplegg, sett markør i starten på omg = 168 (176) 180 (196) 212 m

Omg 2: Strikk r ut omg

Omg 3: Strikk r frem til markør, løft markør, ølv, strikk frem til neste markør, ølh, løft markør, strikk r frem til neste markør, løft markør, ølv, strikk r frem til neste markør, ølh, løft markør, strikk r ut omg (= 4 m økt)

Gjenta omg 2–3 totalt 2 (3) 4 (5) 7 ggr. Avslutt med omg 2 = 176 (188) 196 (216) 240 m

Nå økes også på for- og bakstykket:

Omg 1: Strikk r frem til 2 m før markør, ølh, 2 r, løft markør, ølv, strikk frem til neste markør, ølh, løft markør, 2 r, ølv, strikk r frem til 2 m før neste markør, ølh, 2 r, løft markør, ølv, strikk r frem til neste markør, ølh, løft markør, 2 r, ølv, strikk r ut omg (= 8 m økt)

Omg 2: Strikk r ut omg

Gjenta disse 2 omg totalt 6 (7) 8 (9) 10

FORKLARINGER

Ø1h: Øk 1 m som skrår mot høyre slik: plukk opp tråden mellom to m bakfra med venstre p og strikk den r i fremre maskebue.

Ø1v: Øk 1 m som skrår mot venstre slik: plukk opp tråden mellom to m forfra med venstre p og strikk den r i bakre maskebue.

Løft løft rett (LLR): løft 1 m over på høyre p som om den skulle vært strikkes r. Løft ennå 1 m over på høyre p som om den skulle vært strikkes r. Sett begge m tilbake på venstre p og strikk m sm gjennom bakre m-ledd.

German Short Rows: Ta første m vr løs av med garnet foran arb. Før garnet bak over høyre p og stram til så m vrenger



ggr = 72 (76) 78 (86) 94 m på for- og bakstykket og 40 (46) 52 (58) 66 m på ermene. Nå settes ermemaskene på hver sin tråd og bolen strikkes videre rundt slik: Strikk frem til markør, ta bort markør, sett de neste 40 (46) 52 (58) 66 m på en tråd og legg opp 6 (8) 8 (10) 10 nye m med løkkeopplegg, ta bort neste markør og strikk over m på bakstykket, ta bort neste markør, sett de neste 40 (46) 52 (58) 66 m på en tråd og legg opp 6 (8) 8 (10) 10 nye m med løkkeopplegg, ta bort den siste markør og strikk ut omg. Strikk frem til de nye ermemaskene ved venstre erme, strikk 3 (4) 4 (5) 5 av de nye m og sett en markør. Her starter nå omg. Sett også en markør midt på ermemaskene under høyre erme. Det er nå 156 (168) 172 (192) 208 m på bolen.

SKJØRT

Strikk rundt i glattstrikk ca. 4 cm. Nå strikkes første økning for å gi vidde til skjørtet. Økningene vil senere gjøres med ca. 3 cm mellomrom helt ned til skjortekanten.

Økningsomg: Løft markør, 1 r, ølv, strikk r frem til 1 m før neste markør, ølh, 1 r, løft markør, 1 r, ølv, strikk r frem til 1 m før startmarkør, ølh, 1 r. Strikk glattstrikk rundt og gjenta økningsomg med 3 cm mellomrom. Pass på at siste økning gjøres maks 3 cm fra nederkanten. Strikk rundt til kjolen måler ca. 54 (58) 60 (64) 68 cm, målt fra nakken og ned.

Nå strikkes falden på skjørtet slik: Strikk 1 omg vr (= brettekant). Bytt til p nr. 3 og strikk ca. 3 cm glattstrikk rundt. Fell av. Brett falden mot vrangen langs brettekanten og sy til.

ERMER

Start midt under ermet og plukk opp fra retten 3 (4) 4 (5) 5 m med p nr. 3,5, plukk deretter opp 1 m i overgangen mellom bunnen på ermehullet og ermemaskene, sett tilbake og strikk over ermets 40 (46) 52 (58) 66 m, plukk opp ytterligere 1 m i overgangen mellom ermemaskene og ermehullet, avslutt med å plukke opp 3 (4) 4 (5) 5 m = 48 (56) 60 (70) 78 m på ermet. Strikk glattstrikk rundt til ermet måler ca. 2 cm fra ermehullet.

Strikk 1 omg vr (= brettekant). Bytt til p nr. 3 og strikk ytterligere 2 cm glattstrikk. Fell av. Brett kanten mot vrangen langs brettekanten og sy den til.

HALSKANT

Start midt bak i nakken og plukk opp m rundt halsen fra retten med p nr. 3.



Plukk opp 1 m i hver m, avslutt med å legge opp 3 nye m på høyre p. **I-cordavfelling:** *Flytt over 3 m fra høyre til venstre p, strikk 2 r, LLR*, gjenta fra * til * til alle m er felt av og det gjenstår 3 m. Klipp av garnet og sy sammen starten og slutten på i-corden med maskesting.

AVSLUTNING

Fest løse tråder. Fukt arb. Legg det til tork på et flatt underlag og spenn det samtidig ut etter angitte mål.

LOTTAS BAMSE

Størrelser: One size

Plaggets mål:

Høyde ca. 17 cm

Lengde ca. 26 cm

Garn: Astrid Lindgren & Ilon Wikland ensfarget (75 % ull (sw), 25 % polyamid, 50 g = ca. 130 m)

Garnalternativ: Mellanraggi (75 % ull (sw), 25 % polyamid, 100 g = ca. 260 m), Alpacka Silke (45 % babyalpaka, 40 % merino, 15 % silke, 50 g = ca. 165 m)

Garnforbruk: Bamsen Rosa (nr. 16105) ca. 100 g

Strikkehjelp: Opplysninger om oppskrift 93105 og garn: info@jarbo.se

Veil. pinner: Rundp nr. 2,5 (80–100 cm)

Tilbehør: Ullnål, sort broderigarn til øynene, polyesterbatt 250 g, 8 markører

Strikkefasthet: Ca. 30 m x 38 omg i glattstrikk på p nr. 2,5 = 10 x 10 cm



FORKLARINGER

sfb (strikk foran og bak): Strikk 2 m i samme m, først i fremre maskebue og deretter, uten å løfte av m, i bakre maskebue. Løft av m. 1 m økt.

ø1vu: Med venstre p, løft opp en m fra p under og strikk den r i fremre maskebue.

ø1hu: Med høyre p, løft opp en m fra p under, før den over på venstre p og strikk den r i fremre maskebue.

ø1h (økning som skrå mot høyre): Med venstre p plukk opp tråden mellom to m bakfra og strikk den r i fremre maskebue.

ø1v (økning som skrå mot venstre): Med venstre p plukk tråden mellom to m forfra og strikk den r i bakre maskebue.

I-cord: Skyv m fra venstre side av p tilbake over til høyre side etter å ha strikket den siste m slik at du kun strikker fra retten. Trekk garnet stramt rundt på baksiden av m når du beg på neste p. Slik strikker du en tube med få m.

PM: Plasser markør

TRYNE

Legg opp 6 m på p nr. 2,5 og strikk trynet rundt. Pass på at m ikke vrir seg!

1. omg: PM i starten av omg, strikk r ut omg.

2. omg: Sfb i alle m. (12 m)

3. omg: *1 r, sfb*, gjenta *-* totalt 6 ggr. (18 m)

4. omg: *2 r, sfb*, gjenta *-* ut omg. (24 m)

5. omg: *3 r, sfb*, gjenta *-* ut omg. (30 m)

6. omg: *4 r, sfb* gjenta *-* ut omg. (36 m)

7.-8. omg: r ut omg.

9. omg: vr ut omg.

10.-16. omg: r ut omg.

HODE

Nå formes hodet. Det gjøres først med sfb og deretter med økninger som skrå mot høyre (ø1h) og venstre (ø1v), og økninger fra m under.

1. omg: *5 r, sfb*, gjenta *-* ut omg. (42 m)

2. omg: r ut omg.

3. omg: *6 r, sfb*, gjenta *-* ut omg. (48 m)

4. omg: r ut omg.

5. omg: 22 r, ø1vu, ø1v, 4 r, ø1h, ø1hu, strikk de siste 22 m. (52 m)

6. omg: r ut omg.

7. omg: 23 r, ø1vu, ø1v, 6 r, ø1h, ø1hu, strikk de siste 23 m. (56 m)

8. omg: r ut omg.

9. omg: 24 r, ø1vu, ø1v, 8 r, ø1h, ø1hu, strikk de siste 24 m. (60 m)

10. omg: r ut omg.

11. omg: 25 r, ø1vu, ø1v, 10 r, ø1h, ø1hu, strikk de siste 25 m. (64 m)

12. omg: r ut omg.

13. omg: 26 r, ø1vu, ø1v, 12 r, ø1h, ø1hu, strikk de siste 26 m. (68 m)

14.-15. omg: r ut omg.

16. omg: 27 r, ø1vu, ø1v, 14 r, ø1h, ø1hu, strikk de siste 27 m. (72 m)

17.-19. omg: r ut omg.

20. omg: 28 r, ø1vu, ø1v, 16 r, ø1h, ø1hu, strikk de siste 28 m. (76 m)

21.-24. omg: r ut omg.

25. omg: 29 r, ø1vu, ø1v, 18 r, ø1h, ø1hu, strikk de siste 29 m. (80 m)

26.-30. omg: r ut omg.

31. omg: 30 r, ø1v, 20 r, ø1h, strikk de siste 30 m. (82 m)

32. omg: r ut omg.

33. omg: 20 r, 11 vr, ø1v, 20 r, ø1h, 11 vr, strikk de siste 20 m. (84 m)

Broder øyne med sort garn, ett på hver side av hodet. Strikk videre rundt i glattstrikk til hele bamsen måler ca. 23 cm fra den vr omg på trynet. På siste omg felles 4 m jevnt fordelt = 80 m

BAKDEL OG HALE

Fell annenhver omg ved å strikke 2 r sm. På første omg plasseres 7 markører med 10 m mellomrom.

1. omg: *Løft markør, strikk til 2 m før neste markør, 2 r sm*, gjenta *-* 7 ggr til.

2. omg: r ut omg.

Fyll bamsen med vatt etter hvert som det felles. Gjenta omg 1 og 2 til du har 8 m igjen. Klipp tråden og trekk den gjennom de resterende m.

Plukk opp 6 m på overdelen av bakkdelen med p nr. 3. Strikk rundt i glattstrikk til du får en tykk i-cord på ca. 6 cm. Neste omg: 2 r sm, 3 ggr. Klipp tråden og trekk den gjennom de resterende m.

BEN

Merk av hvor bena skal sitte. Med undersiden mot deg, plukk opp 12 m, snu og plukk opp ytterligere 12 m midt imot. Strikk rundt i glattstrikk over 24 m til benet måler ca. 3 cm. Fyll benet med vatt etter hvert og strikk fellinger slik for å avslutte benet:

1. omg: *4 r, 2 r sm*, gjenta ut omg.

2. omg: *3 r, 2 r sm*, gjenta *-* ut omg.

3. omg: *2 r, 2 r sm*, gjenta *-* ut omg.

4. omg: *1 r, 2 r sm*, gjenta *-* ut omg.

5. omg: 2 r sm ut omg.

Klipp tråden og trekk den gjennom m. Gjenta for de 3 andre bena.

ØRER

Med trynet mot deg, plukk opp 12 m på ene p langs den venstre vrangrillen oppå hodet på, PM, fortsett å plukke opp 12 m med den andre p langs den andre siden av den vrangrillen, PM. Strikk 2 omg glattstrikk rundt. Nå formes øret med økninger og fellinger slik:

1. omg: strikk til 1 m før neste markør, ø1v, 1 r, løft M, 1 r, ø1h, strikk ut omg.

2. omg: r ut omg.

Gjenta omg 1-2 totalt 3 ggr. (= 30 m)

3. omg: strikk til 2 m før M, 2 r sm, løft M, LLR, strikk ut omg.

4.-5. omg: r ut omg.

Gjenta omg 3-5 totalt 3 ggr. (= 24 m)

6. omg: strikk til 2 m før M, 2 r sm, løft M, LLR, strikk ut omg.

Gjenta omg 6 til 4 m gjenstår.

Klipp av garnet, trekk tråden gjennom de resterende m og fest den.

Gjenta på den andre siden, men start å plukke opp m med trynet vendt bort fra deg.

MONTERING

Fest løse tråder.



Flott i festdrakt

Gjør dukken klar til 17. mai-festen med en ny festdrakt i 6 deler!

DESIGN: KARI H. ØDEGAARD STYLING: JAN GUNNAR SVENSON FOTO: WENCHE HOEL-KNAI

FESTDRAKT

Størrelser: 43/45 (50) cm

Kjole:

Overvidde ca. 31 (34) cm

Belte ca. 3,5 x 40 (45) cm

Hel lengde ca. 32 (35) cm

Bluse:

Overvidde ca. 31 (32) cm

Hel lengde ca. 16 (18) cm

U-ermelengde ca. 10 (11) cm

Skaut: Øverst ca. 30 cm x 30 (side) cm, 2 stk. knyttébånd ca. 2 x 15 cm

Sko: Fotlengde ca. 6 (7) cm

Truse: Ca. 28 x 14 cm.

Garn: Frøya fra Viking Garn (80 % Superwash Ull, 20 % Nylon) nøster à 50 g

Garnmengde:

Bunnfarge: Sort (nr. 201) ca. 2 (2) nøster

Mønsterfarge 1: Oransje (nr. 236) ca. 1 (1) nøste

Mønsterfarge 2: Grønt (nr. 231) ca. 1 (1) nøste

Mønsterfarge 3: Hvitt (nr. 202) ca. 2 (2) nøster

Garninfo: viking-garn.no

Veil. pinner: Strømpep og liten rundp nr. 2½ og 3 mm. Heklenål 3.00 mm

Strikkefasthet: 26 m glattstrikk i bredden på p nr. 3 måler 10 cm

Tilbehør: Butt kanvasnål til brodering, 1 synål til montering av pyntebånd, ca. 50 cm sølvfarget bånd, bredde ca. 0.8 cm, 9 små knapper og en pynteknapp til blusen, 2 pynteknapper til sko, ca. 175 (200) cm smale sølvfarget krokliesser til kjole og skaut, ca. 45 (50) cm sort fløyelsbånd til belte, bredde ca. 3,5 cm, sort sytråd til belte, 1 pyntehekte til belte, litt elastikk til truse og sølvfarget sytråd til montering av bånd.

KJOLE

Legg opp 160 (180) m på liten rundp nr. 3 med bunnfargen og strikk 8 (10) omg rundt i glattstr. Strikk 1 hullomg slik: x 1 kast, 2 m r sm, gjenta fra x omg ut. Strikk videre rundt i glattstrikk. Strikk 8 omg med bunnfargen. Strikk deretter mønsterbord I etter diagr. Strikk videre rundt med bunnfargen rett opp i glattstrikk til arb måler ca. 18 (20) cm fra hullomg – eller til ønsket lengde. Strikk på neste omg 2 og 2 m r sm (= 80 (90) m). Skift til p nr. 2½ og str ca. 2 cm rundt i vrangbordstr med 1 r, 1 vr. Bytt til mønsterfarge 2 og str 4 p frem og tilbake i glattstr. Sett en merketråd i hver side. På neste p felles det 1 m i hver side innenfor den ytterste m (som strikkes r på alle p) mot forkantene. Strikk 2 m vridd r sm i beg på p (innenfor kantm) og 2 m r sm før kantm i slutten på p. Strikk til arb fra livet måler ca. 4 (5) cm. Del arb til rygg og forstykker som str ferdig hver for seg.

RYGGEN

Fell 2 m i hver side til ermehull og fortsett frem og tilbake i glattstrikk over de resterende 36 (41) m. Fell videre i hver side på hver 2. p med 1,1,1,1 m. (= 28 (33) m) Fortsett rett opp til ermehullet måler ca. 8 (9) cm. Fell av de midterste 6 (7) m til nakken og str hver side ferdig for seg. Fell videre på hver 2. p mot nakken med 2,1 m. Str til ermehullet måler ca. 10 (11) cm. Fell de resterende 8 (10) skulderm rett av. Strikk den andre siden lik, men speilvendt.

FORSTYKKER

Fell til ermehull i siden som på ryggen. og fell 1 m mot forkanten som før til det er 8 (10) m igjen. Strikk til arb måler som ryggen og fell av. Strikk den andre siden lik, men speilvendt.

MONTERING OG KANTER

Sy eller mask sm på skuldrene. Plukk eller strikk opp ca. 54 (60) m med bunn-

fargen rundt ermehullet på p nr. 2½ og strikk 2 p r frem og tilbake og fell på neste p av med rette m til en pen, jevn kant som ikke strammer. Plukk eller strikk opp ca. 88 (92) m med bunnfargen langs forstykket, rundt halsen og ned langs det andre forstykket på p nr. 2½ og strikk 2 p r. Fell på neste p av med rette m til en pen, jevn kant. Brett i hullraden nede på skjortet og sy til kanten med løse sting. Sy fast pyntebånd rundt ermehullene og langs vestens venstre forkant/nakke og høyre forkant med sytråd. Sy 1 sett heker på vrangen nede på hvert forstykke for lukking.

BLUSE

HULLMØNSTER

1. p: r.

2. p: vr.

3. p: x (2 r sm) 3 ganger, (kast, 1 r) 5 ganger, kast, (2 r sm) 3 ganger, gjenta fra x p ut, slutt med 1 r.

4. p: r.

Gjenta disse 4 p.

BOLEN

Legg opp 81 (85) m med mønsterfarge 3 på p nr. 2½ og strikk frem og tilbake, 4 riller (8 p r). Skift til p nr. 3 og fortsett videre frem og tilbake i glattstrikk, men strikk de 19 midterste m i mønster, de 4 ytterste m i hver side strikk r på alle p (= rillestr) til stolpekanter. Etter ca. 1½ cm strikkes det inn ett knapphull i høyre side slik: Strikk 1 m r, 2 m r sm, 1 kast, 1 r. Strikk videre inn knapphull i hver 6. eller 8. rille. Strikk til arb måler ca. 4 cm, herfra strikkes hver 4. p r (som i mønsteret) over hele p. Strikk til hele arb måler ca. 9 (10) cm. Del arb i hver side med 39 (41) m til forstykket og 21 (22) m til hvert ryggstykke som strikk ferdig hver for seg. Merk! Blusen knappes bak.



**FORSTYKKET**

Strikk over forstykkets 39 (41) m med mønsterfarge 3 frem og tilbake i glattstr og mønster over de 19 midterste m som før – og på hver 4. p strikkes en rille (som 4. p i mønsteret). Fell 2 m i hver side til ermehull. Strikk rett opp til arb måler ca. 14 (15) cm. Fell av de midterste 7 (9) m til halsringning og strikk hver side ferdig for seg. Strikk vider i glattstr over alle m. Fell deretter mot halsen på hver 2. p med 1,1 m. Fortsett

til arb måler ca. 16 (18) cm og fell de resterende 12 (12) skulderm rett av. Strikk den andre siden lik, men speilvendt.

BAKSTYKKET

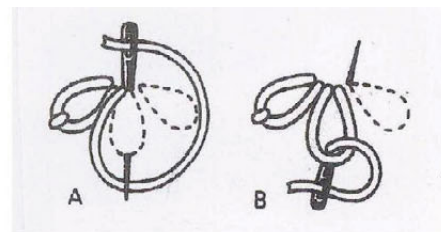
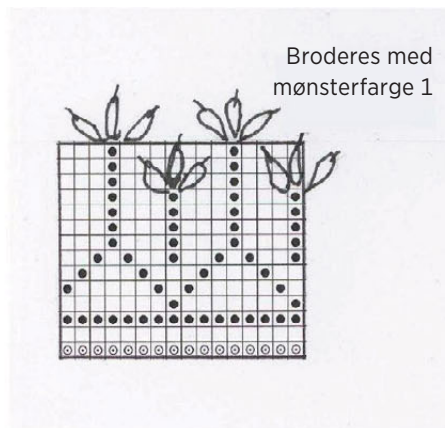
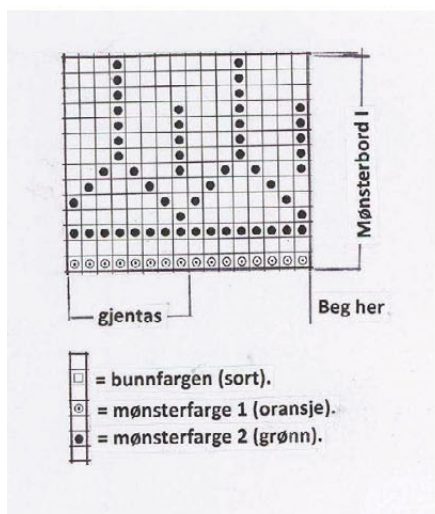
Høyre side: Fell 2 m i siden til ermehull som på forstykket. Strikk videre rett opp i glattstrikk og med 4 stolpem som hele tiden strikkes r på alle p (husk knapphullene). Strikk til arb måler ca. 13 (14) cm. Fell mot kanten på hver 2. p

med 4,2,1 (4,3,1) m. Fell de resterende 12 (12) skulderm rett av ved samme høyde som forstykket.

Venstre side: Strikkes som høyre, men speilvendt og uten knapphull.

ERMENE

Legg opp 41 (45) m med mønsterfarge 3 på p nr. 2½ og str 2 riller frem og tilbake (4 p r). Skift til strømpep nr. 3 og str 1 hullrad slik: 1 r, x 1 kast, 2 m r sm, gjenta fra x omg ut. Fortsett videre i glattstr



Mille-fleur-sting

Tre eller flere kjedesting sys fra samme punkt, slik at det dannes en blomst.

med de 19 midterste m i mønster og glattstr på hver side av mønsteret. Str til arb måler ca. 10 (11) cm. Fell av til en pen, jevn kant som ikke strammer. Str det andre ermet likt.

MONTERING OG HALSKANT

Sy eller mask sm på skuldrene. Plukk eller str opp ca. 44 (48) m på p nr. 2½ og str 5 p r. Fell av til en pen, jevn kant som ikke strammer.

Sy ermene pent til bolen. Sy i knapper langs venstre ryggstykke. Fest alle løse tråder pent på vrangen. Træ «sølv-bånd» i hullraden nede på ermene.

BELTE

Brett inn ca. 1 cm i hver side (mål til slik at beltet passer) og sy til sømmonnet med sort sytråd på vrangen. Sy fast hekten for lukking.

SKAUT

Legg opp 77 m med bunnfargen på p nr. 3. Strikk 16 p frem og tilbake i glattstrikk, 1 p vr til brettekant. Deretter strikkes de 3 ytterste m i hver side r på alle p til rillekant. Samtidig felles 1 m i hver side innenfor rillekanten på hver 2 p ved å strikkes 2 m vridd r sm etter de 3 rille m i beg av p og 2 m r sm før de 3 rille m i slutten av p.

Fortsett med fellingene til det er 3 m igjen på p. Strikk disse 3 m sm til 1 m. Klipp av garnet og trekk tråden gjennom den siste m og fest godt. Brodér noen Mille-fleur-sting midt på forkanten med mønsterfarge 1. Brodér 1 Mille-fleur-sting nede i spissen på skautet. Fest alle løse tråder pent på vrangen. Brett inn kanten oppe mot vrangen i rillekanten og sy til på vrangen. Hekle 1 rad fm langs langsidene på skautet med



mønsterfarge 2. Hekle deretter en picot-kant slik: Hekle 1 fm + 2 lm + 1 fm i 1. fm, hopp over 1 fm, x 1 fm + 2 lm + 1 fm i neste fm, hopp over 1 fm, gjenta fra x langs langsidene på skautet. Hekle 1 picot i spissen nede.

Knyttebånd: Legg opp 5 m med bunnfargen og strikk ca. 15 cm frem og tilbake i rillestr (alle p r). Fell av. Strikk 1 bånd til. Sy 1 bånd i hver side av skautet fra brettekanten og innover.

SKO

Legg opp 18 (18) m med bunnfargen på p nr. 3 og strikk 10 (12) p frem og tilbake i rillestr. Sett m på 3 strømpep og strikk 10 (12) omg rundt i glattstr. Fell på neste omg slik: x 1 r, 2 m r sm, gjenta fra x

omg ut. Strikk på neste omg 2 og 2 m r sm. Klipp av garnet og trekk tråden gjennom de resterende m. Trekk godt sm og fest godt, sy pent sm midt bak. Hekle 1 omg fm rundt skoåpningen med mønsterfarge 2. Hekle deretter 1 omg picoter slik: 1 fm + 2 lm + 1 fm i 1. fm, x hopp over 1 fm, 1 fm + 2 lm + 1 fm i neste fm, gjenta fra x omg rundt. Hekle på samme måte rundt den andre skoåpningen.

Sy en pynteknapp på vristen på hver sko.

TRUSE

Legg opp 72 (80) m med mønsterfarge 2 på strømpep nr. 3 og strikk 3 omg rundt i glattstr. Strikk deretter 1 hullomg slik: x strikk 2 m r sm, 1 kast, gjenta fra x omg ut. Fortsett videre rundt i glattstr til arb måler ca. 6 (8) cm. Del arb i hver side med 36 (40) m til hver del som strikkes ferdig hver for seg. Strikk frem og tilbake i glattstr, men strikk de 2 ytterste m r på alle p til kantm. Fell til benåpning fra r-siden slik: Str 2 m r, 2 m r sm, str til det er 4 m igjen på p, ta 1 m løs av, strikk 1 m r, trekk den løse m over og strikk de 2 siste m på p r. Strikk vr tilbake med 2 m i hver side som strikkes r. Fell slik på hver 2. p til det er 10 m igjen på p. Fell av til en pen jevn kant som ikke strammer. Strikk det andre stykket på samme måte. Fest alle løse tråder og sy sm i skrittet. Træ elastikk gjennom hullomg i livet.

Fin i rødt

Denne vakre jakken med bord i hullmønster er perfekt over sommerkjolen.

DESIGN OG FOTO: LANA GROSSA

JAKKE MED HULLMØNSTERKANT

Størrelser: 36/38 (40/42) 44

Plaggets mål:

Overvidde 108 (116) 124 cm

Hel lengde 53 (57) 59 cm

Ermelengde ca. 45 cm

Garn: Lana Grossa Landlust bomull (100 % bomull (bio), 50 g = 115 m)

Garnmengde: Rød (nr. 19) 450 (500) 550 g

Veil. pinner: P nr. 4, 2 strømpep nr. 3,5

Strikkefasthet:

18 m og 28 p hullmønsterkant på p nr. 4 = 10 x 10 cm

21 m og 28 p glattstrikk på p nr. 4 = 10 x 10 cm

Tilbehør: 3 knapper fra Union Knopf, farge rød, 18 mm i diameter

Strikkehjelp: Opplysninger om oppskrift og garn: office@filati.no eller filati.no



TEKNIKKER

Glattstrikk: Strikk r på retten, strikk vr på vrangen.

Vrangstrikk: Strikk vr på retten, strikk r på vrangen.

Hullmønsterkant: M-antall delelig med $9 + 3 + \text{kantm.}$

P 1 (retten): kantm, *3 r, 1 kast, 1 dobbel otf (= ta 2 m løs av r, strikk 1 r, og trekk deretter de løse m over), 2 kast, 1 dobbel otf, 1 kast*, gjenta fra *-*, 3 r, kantm.

P 2 (vrangen): kantm, *5 vr, strikk 1 vr og 1 vridd vr i de 2 kast fra foregående p, 2 vr*, gjenta fra *-*, 3 vr, kantm. Gjenta p 1 og 2.

Knutekantm: Strikk m r fra retten og vrangen.

Kjedekantm: Strikk 1. m vridd r på hver p, ta siste m løs av vr med tråden foran arb.

Doble kantm: P 1: Ta 1. m løs av vr med tråden foran arb, 1 r. På slutten av p: ta nest siste m løs av vr med tråden foran arb, 1 r. Gjenta p 1.

Fremhevede felling 1 (felling av 2 m):

Høyre kant: (første 7 m på retten) knutekantm, 2 r, 1 vr, 3 m r sm.

Venstre kant: (siste 7 m på retten) 1 dobbel otf (= ta 1 løs av r, strikk 2 r sm, og trekk den løse m over), 1 vr, 2 r, knutekantm.

Fremhevede felling 1 (felling av 1 m):

Høyre kant: (første 6 m på retten) knutekantm, 2 r, 1 vr, 2 m r sm.

Venstre kant: (siste 6 m på rettsen) 1 otf (= ta 1 m løs av r, strikk neste m r, trekk den løse m over), 1 vr, 2 r, knutekantm.

Fremhevede felling 2:

Høyre kant: (første 7 m på retten) doble kantm, 1 r, 2 vr, 2 m r sm.

Venstre kant: (siste 7 m på retten) 1 otf (= ta 1 m løs av r, strikk neste m r, trekk den løse m over), 2 vr, 1 r, doble kantm.

Fremhevede økninger:

Høyre kant: (første 3 m på retten) knutekantm, 2 r, øk 1 vridd r i tverrtråden før neste m.

Venstre kant: (siste 3 m på retten) øk 1 vridd r i lenken til neste m, 2 r, knutekantm.

BAKSTYKKE

Legg opp 113 (122) 131 m på p nr. 4, og strikk 1 p vr (vrangen). Strikk hullmønsterkant med knutekantm slik: knutekantm, strikk hullmønsterkant 12 (13) 14 ggr fra *-* (se under teknikker), 3 r, knutekantm. Etter 10 cm, strikk videre i glattstrikk med knutekantm, og øk 2 (1)



0 m jevnt fordelt på p 1 = 115 (123) 131 m. Når arb måler 33 cm, fell 2 m 1 gang på hver side til raglan, fell deretter 2 m 10 ggr og 1 m 20 ggr (2 m 11 ggr og 1 m 22 ggr) 2 m 12 ggr og 1 m 24 ggr på hver side på annenhver p (strikk fremhevede felling 1). Når arb måler 55 (57) 59 cm, fell de resterende 31 m.

VENSTRE FORSTYKKE

Legg opp 63 (72) 81 m på p nr. 4, og strikk 1 p vr (vrangen). Fordel m slik på neste p (retten): knutekantm, 57 (66) 75 m hullmønsterkant slik: strikk 6 (7) 8 ggr fra *-* (se under teknikker), 3 r, avslutt med 2 m i vrangstrikk, 1 m glattstrikk, doble kantm. Etter 10 cm, strikk videre i glattstrikk, fell 1 (4) 9 m jevnt fordelt på p 1 = 64 (68) 72 m. Fordel m slik: knutekantm, 58 (62) 66 m glattstrikk, 2 m i vrangstrikk, 1 m glattstrikk, doble kantm. Når arb måler 33 cm, fell 2 m 1 gang på høyre side til raglan, deretter 2 m 10 ggr og 1 m 16 ggr (2 m 11 ggr og 1 m 18 ggr) 2 m 12 ggr og 1 m 20 ggr på høyre side på annenhver p (strikk fremhevede felling 1). Samtidig, når arb måler 35 (37) 39 cm, fell 1 m 1 gang på venstre side til hals, deretter 1 m 16 ggr på annenhver p og 1 m 4 ggr på hver 4. p (strikk fremhevede felling 2). Når arb måler 53 (55) 57 cm, la de resterende 5 m hvile.

HØYRE FORSTYKKE

Strikk som venstre forstykke, men speilvendt. Strikk inn 3 knapphull i de 2 vr m på stolpen slik: (retten) doble kantm, 1 r, 2 vr sm, 1 kast, strikk resten av p. Strikk kastet r på neste vrang-p. Strikk første knapphull når arb måler 15 cm, og de neste med 9 (10) 11 cm mellomrom.

VENSTRE ERME

Legg opp 59 m på p nr. 4, og strikk strikk 1 p vr (vrangen). Strikk hullmønsterkant med knutekantm slik: knutekantm, strikk 6 ggr fra *-* (se under teknikker), 3 r, knutekantm. Etter 10 cm, strikk videre i glattstrikk med knutekantm, og øk 2 m jevnt fordelt på p 1 = 61 m. På p 3, øk 1 m 1 gang på hver side, deretter 1 m 15 ggr på hver 6. p (1 m 16 ggr vekselvis på hver 4. og 6. p, deretter 1 m 3 ggr på hver 4. p) 1 m 23 ggr på hver 4. p = 93 (101) 109 m. Når arb måler 45 cm, fell 2 m 1 gang på hver side til raglan, deretter 2 m 10 ggr og 1 m 16 ggr (2 m 11 ggr og 1 m 18 ggr) 2 m 12 ggr og 1 m 20 ggr på hver side (strikk fremhevede felling 1). For ytterligere raglanfelling, fell 1 m 4 ggr på høyre side på annenhver p (strikk fremhevede felling 1), og fell samtidig på venstre side 4 m 1 gang og 3 m 3 ggr.

HØYRE ERME

Strikk som venstre erme, men speilvendt.

MONTERING

Strekk delene etter mål, fukt og la tørke. Sy raglansømmene. Sett de 5 hvilende halskantm fra venstre forstykket på strømpep nr. 3,5, og øk 1 m som kantm på høyre side = 6 m. Strikk videre i samme fordeling, strikk den økte kantm som kjedekantm. Strikk halskanten ca. 13–14 cm lang, plasser den opp til midt bak, lett strukket, og fell m. Strikk halskant på samme måte men speilvendt til venstre halskant. Sy sammen kortsidene på halskanten, og sy den i halsringningen. Sy side- og ermesømmene. Sy i knappene.

Rødstrømper

Disse strømperne er strikket fra tåen og opp. Hælen er en klassisk timeglass hæl, strikket med forkortede pinner. I oppskriften finner du også et lite triks til hvordan du kan unngå å få små hull som ellers oppstår i overgangen mellom hælen og sokkeskaftet.

DESIGN: SANNE BJERREGAARD FOTO: FILCOLANA

RØDSTRØMPER

Størrelser: 20/21 (22/23) 24/25
(26/27) 28/29 (30/31) 32/33 (34/35)

Plaggets mål:

Lengde fot, fra tå til hæl 12 (14,5)
15,5 (17) 18 (19,5) 21 (22) cm
Høyde sokkeskaft 5 (6) 6 (7) 7 (8) 9
(9) cm

Garn: Filcolana Arwetta (80 % merinoull, 20 % nylon, 50 g = ca. 210 m)

Garnmengde: Chinese Red (nr. 218)
20 (22) 25 (28) 35 (40) 45 (50) g

Veil. pinner: Rundp nr. 3 (80 eller
100 cm) og heklenål nr. 2,5 eller 3

**Oppskriften oppgir at du strikker
rundt med teknikken magic loop,
men velg strømpep om du liker det
bedre**

Strikkefasthet: 34 m og 42 omg = 10
x 10 cm, i glattstrikk på p nr. 3.

Strikkehjelp: Opplysninger om garn
og forhandlere: filcolana.dk



SPESIELLE TEKNIKKER

Tyrkisk opplegg: Lag en løkke av garnet, som når du lager den første m i vanlig opplegg, hold spissene på rundp i venstre hånd, den ene over den andre og sett løkken inn på den nederste p. Ta den tråd av garnet som garnnøstet sitter i, og vikle garnet rundt begge p, slik: Hold fast i løkken på nederste p og før garnet under begge p med retning vekk fra deg selv og over p mot deg selv, altså vikler du mot klokka. Hver omvikling teller som 1 m. Vikle stramt rundt p til det ønskede antall omviklinger = startmasketallet dividert med 2, løkken du holder i teller IKKE med. Legg garnet over pekefingeren, hold godt og trekk den nederste pinnespissen mot høyre, så m i stedet kommer ut wire på rundp og du lager en magic loop.

Omg 1: Strikk kastet på øverste p r, snu og flytt kastene på wiren tilbake på pinnespissen, hold garnet stramt på pekefingeren, ta startløkken av og strikk alle kastene r. Første omg er nå strikket.

Forkortede pinner: Ta 1. m vr løs av med garnet foran m, mot deg selv, før garnet over høyre p og ned bak arb, vekk fra

deg selv og trekk i garnet så det oppstår en dobbelmaske (dbl-m). Strikk videre ifølge anvisningene i oppskriften. Når du så skal strikke over dbl-m, strikker du denne som én m. Denne teknikken kalles German Short Rows.

Øking 4 tverrtråder nede: For å unngå hull i begge sider av hælen, når du etter hælen igjen strikker rundt, legger du inn en ekstra m for å fylle hullet med. Økingen gjør du lettest med heklenål, slik: Tell trådene mellom første m på venstre p og første m på høyre p. Du skal ha tak i den fjerde lenken talt ovenfra. Hold heklenålen loddrett nedover, og før nålen foran de tre øverste lenkene og bak den fjerde tråden. Snu heklenålen loddrett opp, og hold den med det vanlige heklegrepet ditt. Nå sitter den fjerde tråden vridd på heklenålen som en m. Bruk nå trådene nedenfra og opp og hekle 1 m i hver tråd. Når den siste tråden er heklet, flytter du den nye m fra heklenålen til venstre pinnespiss.

ARBEIDSGANG

Denne oppskriften er skrevet til magic loop strikket på lang rundp. Du strikker sokkene fra tåen og opp, og den er monteringsfri, med unntak av å feste tråder. Først legger du opp m med tyrkisk opplegg, slik at tåen lukkes med det samme. Deretter øker du ut på begge sidene av tåen til det totale antall m og strikker videre til den angitte lengden på foten. Hælen strikker du med forkortede p og dbl-m med teknikken German Short Rows. Når hælen er ferdig strikket, fortsetter du videre opp til skaftet har den angitte lengden. Så avslutter du med en vrbord som du feller av med elastisk avfelling, slik at kanten ikke

TEKNIKKER

Øking høyre (økH): Før venstre p, med retning fra baksiden og inn mot deg selv, inn under lenken mellom 2 m, løft lenken opp på p og strikk den r.

Øking venstre (økV): Før venstre p, med retning fra forsiden og vekk fra deg selv, inn under lenken mellom 2 m, løft lenken opp på p og strikk den vridd r.

Felling venstre (fv): Strikk de 2 neste m slik: Stikk høyre p r inn i 1. m og vridd r inn i 2. m, og strikk begge m r sammen. Du har nå en felling som lener seg litt mot venstre.







Rødstrømpene

Rødstrømper var en betegnelse for en feministisk bevegelse som oppstod på 1960- og 70-tallet. Rødstrømpebevegelsen hadde en stor innflytelse på det skandinaviske samfunnet, og utgjorde en viktig del av den globale feministiske bevegelsen. Navnet «rødstrømper» refererer til de røde strømpene som noen av kvinnene hadde på seg som et symbol på deres aktivisme og solidaritet. Rødstrømpernes opprør bidro til å endre lover og holdninger i retning av større likestilling mellom kjønnene.

blir for stram og sokken blir vanskelig å ta på.

TÅ

Hold p som beskrevet under tyrkisk opplegg, og vikle 12 (12) 12 (12) 14 (14) 14 (14) kast på p. Strikk omg 1 som beskrevet under tyrkisk opplegg = 24 (24) 24 (24) 28 (28) 28 (28) m. Sett en m-markør i starten av omg. Nå skal du starte å øke til tåen, slik: **Omg 2:** *1 r, økv, strikk r til siste m på denne pinnespissen, høyre-øking, 1 r*, snu arb til den andre pinnespissen og strikk fra *-*.

Omg 3: Strikk r omg ut.

Strikk disse 2 omg i alt 4 (5) 6 (6) 6 (6) 6 (7) ggr til det er 40 (44) 48 (48) 52 (52) 52 (56) m på omg. For å markere de 20 (22) 24 (24) 26 (26) 26 (28) første m på omg, sett en m-markør i arb, ca. midt på tåen. Fortsett videre opp over alle m til arb måler 9 (11) 11,5 (13) 14 (15,5) 17 (17,5) cm, målt fra tåspissen. Fjern omg-markøren. Heretter bruker du m-markøren som ble satt fast nede i tåen for å se om du strikker den første eller siste p på omg.

HÆL

Nå skal du strikke forkortede p over de 20 (22) 24 (24) 26 (26) 26 (28) første m på omg på første pinnespiss, slik:

1. forkortet p (retten): Strikk r over alle m på denne p og sett samtidig inn en m-markør imellom de 2 midterste m, snu arb når du har strikket p ut.

2. forkortet p (vrangen): Lag 1 dbl-m, strikk vr p ut.

3. forkortet p: Lag 1 dbl-m, strikk r til

dbl-m fra forrige p, snu.

4. forkortet p: Lag 1 dbl-m, strikk vr til dbl-m fra forrige p, snu.

Gjenta 3. og 4. forkortet p til du i alt har 8 (8) 8 (8) 10 (10) 10 (10) m igjen mellom dbl-m, siste forkortet p er når du har snudd fra vrangen til retten. Det er nå 6 (7) 8 (8) 8 (8) 8 (9) dbl-m i hver side av p, og 4 (4) 4 (4) 5 (5) 5 (5) m hvor du ikke har snudd på hver side av hæl-markøren. Etter siste gang du snudde, forts du rundt i r fra retten, over alle m på begge p, og strikk hver dbl-m sammen som én m. Strikk i alt 2 omg r over alle m på begge p. Den siste av disse omg slutter ved hæl-markøren som sitter mellom de 2 midterste m.

Nå skal du strikke forkortede p «den andre veien», hvor det blir flere og flere m imellom dbl-m, slik:

1. forkortet p (retten): Strikk r til 5 (5) 5 (5) 6 (6) 6 (6) m etter hæl-markøren, snu.

2. forkortet p (vrangen): Lag 1 dbl-m, strikk vr til 5 (5) 5 (5) 6 (6) 6 (6) m etter hæl-markøren, snu.

3. forkortet p: Lag 1 dbl-m, strikk r til dbl-m fra forrige p, strikk r igjennom dbl-m, strikk ytterligere 1 r, snu.

4. forkortet p: Lag 1 dbl-m, strikk vr til dbl-m fra forrige p, strikk vr igjennom dbl-m, strikk ytterligere 1 vr, snu.

Gjenta 3. og 4. forkortet p til alle m er snudd, og det er 1 m igjen etter den siste dbl-m på den siste gjentakelsen av forkortet p 4, strikk den siste m vr og snu arb.

Nå skal omg igjen «settes sammen» uten at det blir små hull på begge sider av hælen, slik:

Neste omg (retten): Lag 1 dbl-m, strikk

r til dbl-m i den andre siden. Flytt forsiktig dbl-m løs av uten å strikke den. «Øking 4 tverrtråder nede» som beskrevet over (se under Teknikker), flytt den nye m til venstre pinnespiss, flytt forsiktig dbl-m tilbake og strikk den nye m og dbl-m r sm. Strikk alle m på den andre p r, strikk «Øking 4 tverrtråder nede», strikk den nye m og dbl-m sm som en venstre-felling, strikk r til hæl-markøren.

SOKKESKRAFT

Fortsett videre opp i glattstrikk til skafet måler 5 (5) 6 (6) 7 (8) 9 (9) cm, målt fra der du snudde den siste gangen på hælen, hvor arb ble satt sammen og du strikket rundt.

VRANGBORD

Strikk vrbord, 2 r, 2 vr, til vrborden måler 3 (3) 3 (3) 3 (3) 3 (4) cm. Fell av med elastisk avfelling slik: Strikk 2 r, *stikk venstre p inn i begge m på høyre p, så p ligger foran høyre p, fang garnet med høyre p og trekk garnet igjennom begge m*, strikk 1 vr, gjenta fra *-*, strikk 1 vr, gjenta fra *-*, forts slik og strikk m som m viser og forts selve fellingen som beskrevet fra *-*. Strikk den andre sokken på tilsvarende måte.

MONTERING

Fest alle ender. Vask sokkene ifølge anvisning på banderolen.

Myk og god

Denne myke genseren i islandsk ull er deilig å ha klar til kalde sommerkvelder eller bruk utover høsten.

DESIGN: GUNN BIRGIRSDOTTIR STYLING: JAN GUNNAR SVENSON
FOTO: WENCHE HOEL-KNAI





JOSEFINE-GENSER

Størrelser: XS/S (M) L (XL) XXL

Plaggets mål:

Overvidde: 89 (98) 107 (115) 124 cm

Lengde på bol fra under erme og ned 41 (42) 43 (44) 45 cm

Ermelengde dame: 45 (46) 47 (48) 49 cm

Ermelengde herre: 49 (50) 51 (52) 53 cm

Garn: Létt Lopi fra birgirsdottir.no (100 % islandsk ull, 50 g = ca. 100 m)

Garnmengde:

Farge A (nr. 1700) 7 (7) 8 (9) 9 nøster

Farge B (nr. 0867) 3 (3) 4 (4) nøster

Farge C (nr. 0086) 1 (1) 1 (1) nøste

Farge D (nr. 9427) 1 (1) 1 (1) nøste

Strikkehjelp: Opplysninger om forhandler eller garn: istetex.is

Veil. pinner: Rundp nr. 3,5 og 4,5 (40 og 60 cm), strømpep nr. 3,5 og 4,5

Strikkefasthet: 18 m og 24 omg i glattstrikk på p nr. 4,5 = 10 x 10 cm



BOLEN

Legg opp 156 (168) 184 (200) 216 m med farge B på rundp nr. 3,5. Ta arb sammen i en ring og strikk vrbord (1 r, 1 vr) i 5–7 cm, eller ønsket lengde. Øk på siste omg 4 (8) 8 (8) 8 m = 160 (176) 192 (208) 224 m. Bytt til p nr. 4,5.

Strikk glattstrikk og mønster etter diagr 1. Strikk videre i glattstrikk med farge A til bolen måler 41 (42) 43 (44) 45 cm fra oppleggskanten. Ikke strikk de siste 5 (6) 7 (8) 9 m på bolen, ikke klipp tråden.

Legg bolen til side og strikk ermene.

ERMER

Legg opp 44 (44) 44 (48) 48 m med farge B på p nr. 3,5. Sett arb sammen i en ring og strikk vrbord som på bolen. Bytt til p nr. 4,5, strikk 1 omg glattstrikk og øk 4 (4) 4 (8) 8 m jevnt fordelt = 48 (48) 48 (56) 56 m. Strikk glattstrikk og mønster etter diagr 1. Forts i glattstrikk med farge A og øk 2 m midt under ermet, hver 7. (7.) 6. (7.) 7. omg, til sammen 10 (12) 14 (12) 14 ggr = 68 (72) 76 (80) 84 m. Forts i glattstrikk uten økninger til ermet måler 45 (46) 47 (48) 49 cm (dame) eller 49 (50) 51 (52) 53 cm (herre) målt fra oppleggskanten.

Sett 10 (12) 14 (16) 18 m midt under ermet på en tråd = 58 (60) 62 (64) 66 m

BÆRESTYKKE

Strikk ermer og bol sammen slik: Bruk farge A og rundp nr. 4,5. Sett de siste 5 (6) 7 (8) 9 og første 5 (6) 7 (8) 9 m fra bolen på en hjelpetråd/-nål. Strikk 58 (60) 62 (64) 66 m fra erme 1, strikk 70 (76) 82 (88) 94 m fra forstykket, sett de neste 10 (12) 14 (16) 18 m fra bolen på en hjelpetråd/-nål, strikk 58 (60) 62 (64) 66 m fra erme 2, strikk 70 (76) 82 (88) 94 m fra bakstykket = 256 (272) 288 (304) 320 m. Strikk glattstrikk videre rundt med mønster etter diagr 2 og foreta fellinger som vist i diagr. Når diagr er strikket ferdig, er det i alt 96 (102) 108 (114) 120 m på omg.

HALSKANT

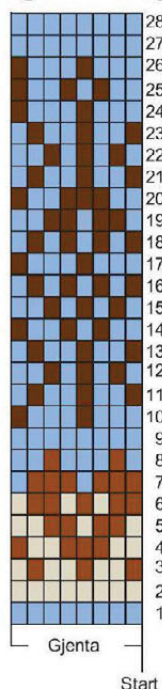
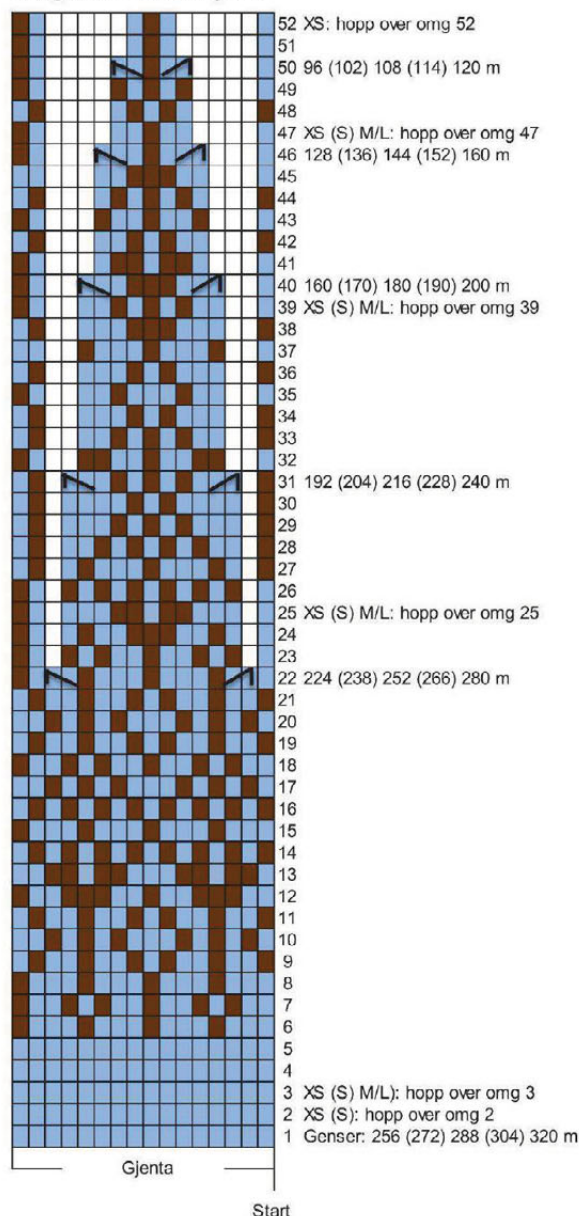
Bytt til p nr. 3,5. Strikk med farge B, 1 omg r og fell 24 (28) 32 (36) 40 m jevnt fordelt over omg = 72 (74) 76 (78) 80 m. Strikk vrbord (1 r, 1 vr) i 5–7 cm eller ønsket lengde. Fell løst av.

MONTERING

Fest løse tråder på vrangen. Sy sammen under ermene med maskesting.

Forklaring

- = A 1700
- = B 0867
- = C 0086
- = D 9427
- = Str 2 m sammen mot venstre
- = Str 2 m sammen mot høyre
- = Ingen maske

Diagram 1 Bol og erme**Diagram 2 - Bærestykke**



ÅSES lune hjørne

VED: ÅSE MYHRVOLD EGELAND

Sløyfe med sølje

Den nye 17. maisløyfen fra Sylvsmdja passer perfekt til bunader. Sløyfebåndet kan tas av, så du kan bruke søljen alene også. Selve søljen er laget av sølv og måler 23x27 mm. Sløyfen er 23 cm lang. Om du ønsker, kan du få gravert inn et navn på søljen. Prisen uten gravering er kr 955, med gravering blir det 485 i tillegg. Nærmere opplysninger får du på sylvsmdja.no eller telefon 56523910.



Følg oss på
FACEBOOK

familien.egmont
Familiens strikkegruppe

Familiens barnestrikk

INSTAGRAM

@familienstrikk

**MERK!
NY ADRESSE**



FESTLIG FESTDRAKT

Lisbet Thoresen er en flittig bidragsyter til Familiens strikkegruppe på Facebook. Her har hun strikket en søt festdrakt til en ettåring. Oppskriften ligger gratis i arkivet til Sandnes Garn, i katalog 9910 Lanett Baby, design nummer 7. Der finner du også oppskrifter på matchende jakke, to gensere, nikkere og knestømper. Alle oppskriftene er i Lanett, men Lisbet har strikket kjolen i litt andre farger i garn fra restelageret sitt.



Har du laget noe du er riktig fornøyd med, eller har du funnet på noe lurt, et knep du vil lære bort til andre? Send det gjerne til Åses lune hjørne, helst med bilde. E-postadressen er aase.egeland@egmont.com

Sokker som varmer

Takk til alle dere som strikker sokker til prosjektet Sokker som varmer arrangert av Familien og Frelsesarmeen. I 2024 satte vi ny rekord for innsendte sokkepar! Målet var å få inn 20.000 par sokker og vi fikk inn 25.347 par strikket av over 750 damer og menn over hele landet. Den yngste var nok Birk på 7 år som strikket sitt første sokkepar. Til tross for en fantastisk innsats er behovet for sokker

fremdeles stort, så vi håper dere fortsatt er med på dugnaden.

NY ADRESSE

Send dine hjemmestrikkede sokker til: Frelsesarmeen – Sokker som varmer, Postboks 200 Bryn, 0611 OSLO. Merk pakken «Sokker som varmer», og husk å legge ved ditt navn, adresse, telefonnummer og gjerne e-postadresse.

Lei av mørke flekker på ansikt og hals

Etter mange år med mye soling hadde Jane fått mørke pigmentflekker på halsen og i ansiktet. Det så ut som om jeg var skitten, og det plaget meg veldig. Jeg har brukt Pigment Clear™ Cream de siste 4 månedene, og jeg er så fornøyd med resultatet. Huden er blitt jevn og den stråler. Nå er jeg utrolig fornøyd med utseendet mitt.

Endelig ble jeg kvitt PIGMENT- FLEKKENE

Jane er 52 år og jobber i salgsavdelingen i et grossistselskap. –Jeg elsker arbeidet og kollegene, og utseendet mitt betyr mye for meg. Som ung «dyrket» jeg sola, og lå mange timer på stranda. Jeg dro på ferie med venninnene mine bare for å ligge i solen. Resultatet ble at jeg som voksen fikk mange mørke pigmentflekker, spesielt i ansiktet og på halsen. Det startet med bare noen få flekker her og der på kinnene og pannen.

Så ut som jeg var skitten

–Spesielt de siste årene synes jeg at de mørke pigmentflekkene

har blitt mer synlige både på ansikt og hals. Det så ut som om jeg var skitten. Til å begynne med kunne jeg dekke over det med litt sminke, men med årene har det bare blitt verre.

Søkte etter hjelp for en mer jevn og vakker hud

–Det er mange produkter og behandlinger man kan prøve, men jeg ble litt forvirret over hva som var best. –Jeg har en venn som hadde kjøpt Pigment Clear™ Cream. Hun var veldig spent, men jeg kunne tydelig se at flekkene hennes var redusert. For ca 4 måneder siden bestemte jeg meg for å kjøpe kremen selv. Jeg har brukt

kremen morgen og kveld. Den har en utrolig deilig tekstur og duft, og er veldig enkel å bruke.

Huden min er så vakker

–I dag kan jeg tydelig se forandringen i huden min. Den har blitt mye jevnere. Flekkene på halsen er helt borte. Huden min gløder, og jeg ser mye friskere og sunnere ut. Jeg er så glad for at jeg ble kvitt pigmentflekkene mine. Jeg kjenner mange på min alder som lå mye i solen da de var unge og som i dag har problemer med mørke pigmentflekker. Jeg anbefaler at du prøver Pigment Clear™ Cream.

Hvor kan man kjøpe Pigment Clear Cream?

Pigment Clear™ Cream kan kjøpes direkte på newnordic.no, eller der du kjøper helsekost.

Bestill Pigment Clear™ Cream hjem i dag!

Gå inn på newnordic.no eller ring 69 25 73 00

Kan også kjøpes der du kjøper helsekost.



Næringsrik håndkrem for vakrere hender

Pigment Clear™ Hand Cream er en fløyelsmyk, ikke-fetende håndkrem som trekker raskt inn i huden. Den bidrar til å korrigere mørke flekker samtidig som den fukter og nærer huden. Håndkremen inneholder blant annet indisk stikkelsbær, som er rik på vitamin C, ellagintannin og en lang rekke polyfenoler. Dette er en relativt ny og trendy ingrediens i skjønnhetsprodukter.



Heksens datter

I tre dager og netter våket Leonora over Valdemar. Hun vasket og rensset sårene hans og ga ham helbredende medikamenter. Hun beroliget Eskild når han bekymret seg for faren, men innerst inne fryktet Leonora at hun skulle miste sin elskede.

ROMAN AV: HELENE HERTZ ILLUSTRASJON: KRISTIN NYGÅRD

HANDLINGEN HITIL:

LEONORA bor alene i en hytte i skogen etter å ha blitt forvist fra gården sin av den ondskapsfulle onkelen ULF, som er gift med RASMINE, søsteren til Leonoras mor, RIGBORG. Moren ble anklaget for hekseri og dømt til drukning. Det sladres også om Leonora; at hun er heksens datter og har arvet morens evner. Leonora hjelper mennesker med sår og sykdommer. Nabogutten JOHANNES STOLT var Leonoras store kjærlighet, men han ble giftet bort til Caroline Hansdatter. Da Caroline dør i barsel, kommer han til Leonora og sier at nå kan de to endelig få hverandre. Men han blir rasende og hevngjerrig da Leonora avviser ham. Hun elsker en annen, VALDEMAR POULSSØN fra Klostervang. Valdemar elsker også henne. Han blir slått ned en kveld på vei hjem fra hytta hennes. Johannes dukker opp og truer henne. ESKILD, Valdemars unge sønn, dukker opp og jager Johannes og ber henne bli med fordi faren ligger hardt skadd hjemme. På Klostervang står prest og lensmann og venter på Leonora og tar henne med til arresten. Noen har anmeldt henne for å stå bak overfallet på Valdemar. I fengselet dukker Johannes opp igjen. Han har bestukket vakten, og nå sier han at hvis hun vil bli hans, skal han trekke anklagene mot henne om at hun har forvandlet seg til et uhyre og overfalt Valdemar i skogen. Men hun ber ham rolig om å forsvinne.

Danmark ca. 1640:

Rådstueretten fant sted i riddersalen på Romerhus åtte dager etter Johannes' besøk i fangekjelleren. Det høyloftede rommet var fylt til siste plass med folk. Dempet mumling summet mellom de mange fremmøtte, men da selveste lensmannen på Romerhus, egnens øverste myndighet, trådte inn sammen med presten fra Vesterled og bispen, forstummet snakket. De tre mennene tok plass på en liten forhøyning midt i rommet. På tegn fra lensmannen gikk en smal dør i den motsatte enden av rommet opp, og den anklagede ble ført opp fra fangekjelleren.

Leonora skalv av redsel og kulde, hendene hennes var følelsesløse etter å ha vært bakbundet mesteparten av dagen. Etter to ukers opphold i mørket ble hun blendet av dagslyset og kunne ikke se noe til å begynne med. Fangevokteren ga henne et puff i ryggen, og hun snublet

mot det lille avlukket der hun skulle sitte. Svak hvisking summet et øyeblikk i rommet, men så slo lensmannen neven i bordet og forlangte ro.

Da Leonoras øyne hadde vent seg til lyset, myste hun mot de mange tilhørerne. Hun kjente de aller fleste ansiktene, men dem hun aller helst ville se, var ikke der. Hun hadde ikke hørt nytt om Valdemar og var forferdelig redd for livet hans. Helt siden konen i kjelleren hadde avslørt at Valdemars sønn Eskild daglig kom til Romerhus og forlangte at Leonora skulle få lov til å pleie farens sår, hadde hun ikke villet si noe mer, selv om Leonora tryglet og ba. Men Valdemars unge sønn var heller ikke til stede i retten denne dagen, og det fikk Leonoras hjerte til å synke. Våket han over farens dødsleie, eller var han ganske enkelt klar over at han ikke hadde noe å stille opp med overfor overmakten i form av lensmannen og bispen?

Til gjengjeld gjenkjente Leonora mosters ektemann Ulf, som satt forrest. Han stirret ondskapsfullt på henne med de små, plirende øynene sine, og ved hans side smilte vaskerokonen Helga skadefro. Bakerst mente hun å få et glimt av Johannes Stolt og moren hans.

– Leonora Mariusdatter, som står anklaget for å ha begått onde gjerninger ved Satans hjelp, er allerede for lengst forhørt ved underretten på Vesterled byting, begynte lensmannen høyt. – Hun er dertil blitt underkastet forhør fem ganger under sin fengsling på Romerhus, men har ikke villet innrømme noe. Anklagen går ut på at Leonora har skapt seg om til et av skogens vesener og i skikkelse av det skadet Valdemar Poulssøn dødelig. Det er derfor denne retts påstand at Leonora Mariusdatter bør dømmes til bålet!

Han tidde, og igjen gikk det en mumling gjennom tilhørerne.

– Har noen av dere godtfolk andre anklager å komme med, så la det skje nå!

Det ble uro i rekkene. Så trådte Ulf frem og rettet en dirrende pekefinger mot Leonora.

– Hun truet med å forgjøre meg da jeg måtte overta Marius Anderssons gård, og det lyktes henne, for nå er gården pantsatt etter feilslått avling og dødsfall blant dyrene.

– Det er så sant som det er sagt, istemte Helga skingrende.

Lensmannen løftet hånden og brakte dem til taushet.

– Har du noe å si til ditt forsvar, Leonora Mariusdatter?

– Bare det at Ulf selv kjenner til sannheten om sine uhell, svarte Leonora. Hun dirret og skalv over hele kroppen.



Kristin Nygård 2004

Likevel tvang hun seg til å møte Ulfs øyne uten å blunke, og midt i ulykken frydet det henne at han trådte tilbake og unnvek blikket hennes.

Nå ble det røre blant de bakerste tilhørerne. En ung kvinne kjempet seg frem. Hun hadde et spedbarn på armen. Den blå fløyelskjolen hadde en gang vært vakker, men nå var den slitt og skitten. Med ett gjenkjente Leonora henne; Det var den unge kvinnen fra Sofieborg, hun som hadde søkt hennes hjelp flere ganger. Da hadde hun vært fornemt kledd og iført parykk, og hun hadde kommet i Sofieborgs lukkede vogn med kusk. Siste gang hadde hun tilbudt å betale Leonora rikelig for å fordrive barnet hun ventet. Men Leonora hadde nektet, og nå var det tydelig at kvinnen hadde kommet i ulykken, slik hun hadde forutsagt. Alt dette fløy gjennom hodet til Leonora mens kvinnen trådte frem på gulvet.

– Dumhet, dovenskap, misunnelse og liderlighet kommer til orde her, sa hun i en spottende tone og møtte lensmannens blikk uten antydning til frykt. – Men det burde også komme frem noe annet om Leonora. For mens jeg fortsatt levde godt på en viss herremanns nåde, søkte jeg Leonora mer enn én gang, og hver gang hjalp hun meg. Men det var med det gode, ikke det onde. Urter og planter kan

enhver som gidder plukke, kunnskap om bruken kan enhver som ikke er for dum til det, tilegne seg.

Hun tidde og rettet isteden blikket mot Leonora. Det var dødsstille i riddersalen. Leonora så forbløffet på kvinnen. At noen skulle ta ordet til hennes fordel, var mer enn hun hadde våget å håpe på.

Nå rev en annen kone seg løs fra mengden.

– Den gode Gud vil aldri gi meg fred dersom jeg ikke opplyser retten om dette, begynte konen som tydeligvis ikke var vant til å snakke i forsamlinger.

– For jomfru Leonora reddet meg med det gode da jeg led av et betent leggsår. Hennes såkalte heksekunster besto bare av rensende vann og blader av rødbete, vask og pleie. Og benet ble bra igjen, gjorde det ...

– Min datter Bolette ble også kurert av jomfruen, istemte en kone midt i forsamlingen. – Bolette var i ferd med å hoste hjertet ut av kroppen, men Leonora ga henne en saft av alantrot og rådet meg til å holde henne borte fra husets mest røykfylte rom. Og piken ble kurert!

Plutselig overgikk tilhørerne hverandre med beretninger om hvordan Leonora hadde helbredet eller avhjulpet sykdommer og lidelser, og det var ingen som hadde funnet noe unaturlig ved det. Leonora ble så takknemlig at tårene →

sved i øynene. Det var modig gjort av disse hederlige menneskene å ta henne i forsvar, men det var nok til ingen nytte. Lensmannen satt med makten, og nå hamret han på nytt knyttneven i bordet og ropte på ro.

– Hui har galdret dere alle, det er jo åpenlyst! ropte herr Morten og reiste seg. – Som sin mor, fru Rigborg, bærer hun heksens tegn. Leonoras pupiller har fasong som en hund!

En stemme fra mengden ropte opp om at det måtte være herr Morten som hadde svake øyne eller en skitten fantasi, men innen urostifteren ble oppdaget, ble døren til riddersalen brått slått opp. Alle de tilstedeværende snudde seg mot døren, der to fornemt kledde menn trådte inn. Leonora var nær ved å segne om da hun så Eskild Valdemarsøn. Sammen med ham var den svære mannen som hun gjenkjente som kongens adjutant. Det var han som hadde fått en tinktur med giktsmerter i den rengjorte burgunderflasken.

– I kong Christians navn, stans denne vanvittige prosessen! ropte Eskild modig.

– Tar han kongens navn i sin munn, den frekke karen! skrek lensmannen og reiste seg.

– Det kan han gjerne gjøre, svarte adjutanten og trådte frem med stor verdighet. Fra ermet trakk han frem et sammenrullet papir, som han langsomt brettet ut. – Dette er en skrivelse fra dronningen, og her står det at jomfru Leonora Mariusdatter har befridd dronningen fra slemme giktsmerter, og at hun blir anmodet om å fremstille mer av denne medisinen og få meget godt betalt.

Han tidde, og et samstemt gisp ble avløst av opphisset hvisking. Bare de tre mennene foran Leonora sa ingenting. Lensmannen var blitt skinnende rød i ansiktet, mens herr Morten var likblek.

– Jeg har bestandig tvilt på Leonoras skyld, stammet presten og kremtet. – Det må straks føres til protokolls at jeg hele tiden var i tvil ...

Leonora hadde følt seg syk og utmattet til døden da hun ble ført opp i riddersalen. Men støtten fra de mange tilhørerne og til slutt dronningens anerkjennelse av midlet hennes jaget bort all tretthet.

Nå ilte Eskild mot henne, og frigjorde hendene hennes.

– Bli med straks, Leonora, for far er så svak, hvasket han inn i øret hennes.

Hun nikket og ble med ham. Bak henne var herr Morten travelt opptatt med å forklare seg for kongens adjutant, mens bispens kranget med lensmannen om hvem av dem som hadde ansvaret for den forsmedelige historien.

Den trette hesten til Eskild var blitt skiftet ut med en frisk, og på ryggen av den jaget Eskild og Leonora mot Klostervang. De satt tause, og igjen virket det som om bekymringen og uroen drev hesten deres fremover i hissig galopp.

Denne gangen ventet det ingen anklagende rop på Leonora utenfor Valdemars vakre gård. Derimot hjalp en gråtende kone henne ned fra hesten og trakk henne bort til Valdemars stue.

– Redd husbond hvis du kan, hvasket konen, som for lengst hadde gitt opp å tørke øynene. – Han har ligget slik i dagevis, og han blir ikke bedre. Mange ganger har han

snakket i villelse, og da har han nevnt jomfruen med stor hengivenhet ...

Ordene gledet Leonora, men likevel var det bare så vidt hun greide å holde tilbake et skrik da hun trådte inn i stuen der Valdemar lå.

Luften var tung og dårlig, og Valdemar var bare en skygge av seg selv. Gul i huden og med et betent sår i pannen. Leonora vaklet et øyeblikk. Så snudde hun seg mot konen.

– Slå opp et vindu og heng et klede foran. Kok vann og avkjøl det litt og bring hit en såpeoppløsning og kokt lerret.

La dessuten gårdens beste og hurtigste rytter komme hit til meg, for Eskild må straks ri til kullsvierhytta i Stenskoen og hente urtene mine der ...

I tre dager og netter våket Leonora over Valdemar. Hun vasket og rensket sårene hans, skiftet forbindelse to ganger om dagen og ga ham helbredende medikamenter. I sin bevisstløse tilstand var han ute av stand til å svelge på normalt vis, så hun måtte liste medisinen inn mellom de tørre leppene hans, dråpe for dråpe.

Hun satt oppreist og sov ved sengens mens Eskild travet ulykkelig rundt i stuen eller på gårdsplassen. Av og til søkte

han inn til Leonora og faren og fortalte om unge Pernille i København, som han ville ekte så snart Valdemar ble frisk.

– For far blir frisk? gjør han ikke? tryglet han Leonora.

– Han er en sterk mann, derfor kan vi håpe det beste, svarte hun hver gang.

Men helt til den sene nattetimen da Valdemar for første gang slo opp øynene og var noenlunde klar, fryktet Leonora at hun skulle miste sin elskede.

Den natten satt hun på en stol ved siden av sengen som alltid. Hun var utmattet etter alle dagene med uavbrutt pleie, og da hun først mente å høre at han sa navnet hennes, antok hun først at det måtte være en drøm.

– Leonora, min elskede, kom det så lavt at hun knapt hørte det. – Er jeg død og har kommet til himmelen, eller er du virkelig?

Nå slo hun øynene opp og var straks lys våken.

– Valdemar! utbrøt hun, kastet seg på kne og kysset henden hans igjen og igjen. – Valdemar, du lever, og det virker som om himmelen har kommet hit til jorden!

Han lukket øynene og forsøkte å smile, men det ble bare til en grimase. En våkekone hadde våknet av støyen og viste seg i døren.

– Har jeg ligget lenge slik? ville han vite.

– I nærmere to uker, hvasket Leonora og strøk armen hans.

– Det var ille, svarte Valdemar. Stemmen var blitt klarere. – Er stymperen Johannes blitt straffet for udåden sin?

Bak seg hørte Leonora våkekone snappe etter pusten. Hjertet hennes begynte å slå forttere.

– For hvilken udåd skulle Johannes Stolt straffes? spurte hun mildt.

Nå åpnet Valdemar de mørke øynene og så på henne.

– Det var Johannes Stolt som kastet seg over meg fra et tre og slo meg av hesten med en gren, svarte han høyt og tydelig. – Og idet han rammet meg, ropte han navnet ditt, Leonora.

Leonoras øyne rant fulle av tårer.

”

*– Leonora
Mariusdatter
står anklaget for
å ha begått onde
gjerninger ved
Satans hjelp, leste
lensmannen.*

– Tilgi meg, tilgi meg, gråt hun. – Det er skammelig at du har lidd slik for min skyld.

Han forsøkte å smile, men smilet ble bare til en trekning ved munnen.

– Jeg vil gjøre alt for din skyld, det vet du, da. Og det å våkne her og se deg ved min side er verd alt sammen.

Med de ordene gled han inn i en søvn som til Leonoras lettelse var mye mer sunn og naturlig enn bevisstløsheten. Selv sov hun ikke mer den natten, og da våkekonen hadde forsvunnet, hentet hun Eskild, slik at han ved selvsyn kunne se at hans far hadde kommet seg.

– Tror du oppriktig at han kommer til å leve?

– Ja, svarte hun lykkelig. – Han kommer til å leve og bli sterk igjen, og det varer ikke lenge før han er til hest igjen.

– Å, Leonora, jeg kan ikke få takket deg nok! utbrøt Eskild og slo armene rundt henne. – Nå som jeg vet beskjed, må jeg dra til København og be Pernille om å bli min hustru.

Han slapp Leonora, grep begge hendene hennes og knuget dem, mens han forlegen så ned i gulvet.

– Du undres vel på hvordan jeg kan tenke på kjærligheten i en stund som denne. Men du forstår, giftermålet kan ikke utsettes stort lenger. Pernille bærer mitt barn under sitt hjerte og er svært urolig for at vi ennå ikke har inngått ekteskap. Det var derfor jeg vendte hjem til Klostervang. Jeg ville be om fars tillatelse.

Leonora smilte til ham og knuget hendene hans.

– Det er rørende at du betror meg dette, Eskild. Valdemar vil helt sikkert gi deg tillatelse og være stolt i tillegg.

– Takk, Leonora, hvisket Eskild og trykket henne igjen inntil seg. – Far er svært glad i deg, og dersom Gud vil, gjengjelder du hans kjærlighet.

Så rev han seg løs og forlot stuen. Kort etter hørte Leonora at en hest forlot gården i full galopp. Hun stirret fremfor seg og smilte trett. Eskild hadde ingenting imot et parti mellom Valdemar og henne, og det var en lettelse.

Det var merkelig hvordan skjebnen drev sitt spill. Morens ulykkelige tilstand hadde jo begynt da hun ønsket et parti mellom Eskild og Leonora. Da hadde han bare vært en guttunge. Nå skulle han selv bli far til et barn. Hun satte seg igjen på den ubekvemme stolen og falt i en dyp, drømmeløs søvn.

Hun våknet av våkekonens lette berøring. Leonora blunket mot henne og rettet deretter blikket mot Valdemar. Han sov fortsatt, men hadde fått farge i kinnene.

– Madam Stolt ber om et ord med deg, hvisket konen.

– Hun står og venter ved døren.

Leonora reiste seg og fulgte konen undrende. Hva ville Johannes' mor henne? Siden sin manns død hadde hun spist nådensbrød hos Johannes, men hun hadde hele sitt liv vært så selvutslettende at det var lett å glemme at hun var til stede. Og i lyset fra svigerdatteren Caroline hadde hun bleket helt bort.

Nå gjenkjente Leonora henne knapt. Den forgremmede, utslitte kvinnen i døren hadde fått et bittert drag rundt munnen, men hun så Leonora direkte i øynene.

– Jomfru Leonora, hvisket hun. – Jeg vet nå at Johannes har skadet husbond her på gården og løyet skammelig om jomfruen. Det er stor skam, alt det som har hendt henne. Selv skammer jeg meg dypt over min sønn og hans unaturlige begjær etter Leonora, for dette har ødelagt livet hans. Han får nok sin straff, men jeg vil be deg om at du likevel kan få ditt hjerte til å tilgi ham?

Leonora nølte litt med å svare. Rykter og sladder trivdes såre godt i det lille samfunnet, og Valdemars beretning om overfallet i skogen hadde åpenbart nådd rundt.

– Gud har ikke skapt hjertene våre til uforsonlighet, sa Leonora omsider. – Jeg synes bare synd på Johannes.

– Takk, jomfru Leonora, hvisket madam Stolt og trådte med bøyd hode baklengs ut døren.

Et år senere gikk Leonora langsomt opp langs benkeradene i kirken i Vesterled. Nå het ikke presten lenger herr Morten, for han hadde søkt nytt embete i et annet sogn. Den nye presten het Peter Kærn og var ung, lærd mann som hadde vært på reise i Spania og Frankrike.

Som en av sine første kirkelige handlinger hadde han lyst for Leonora og Valdemar og siden viet dem. I likhet med den gang var kirken nå fylt til siste plass, og en hviskende mumling slo mot henne. Ved hennes side gikk fru Pernille, en lattermild, ung kvinne, som på byvis gjerne kalte Leonora «min kjære svigermor». Nå skattet hun bort på Leonora og kastet deretter et blick på gutten i Leonoras armer. Han var sønn av Eskild og Pernille og en sunn og deilig gutt.

Denne dagen skulle barnet få navnet Christoffer, og Leonora bar ham til dåpen. Idet hun trådte bort til døpefonten, traff en solstråle håret hennes og fikk det til å skinne som gull. Den lille ynket seg litt, men hun fikk ham til ro igjen. Rundt døpefonten sto allerede Valdemar og Eskild, og da Leonora søkte Valdemars blick og leste den dypeste kjærlighet og ømhet, følte hun seg et øyeblikk svimmel.

Det hadde skjedd så ufattelig mye siden den dagen hun satt ved morens side og så mannen fra Klostervang. Nå var hun hans hustru, og årsaken til svimmelheten kjente bare han og hun. Hun bar hans barn under hjertet, og om et halvt års tid ville det komme til verden og gjøre deres lykke fullkommen.

SLUTT



NY ROMAN I NESTE FAMILIEN

Eplegården

Jenny er 28 år og har jobb i en barnehage. Hun mistrives og føler at hun er på feil plass i livet. Det hun virkelig liker, er å dyrke jorda og få blomster og vekster til å trives. Hun har to gode venner, Jonas og Kristian. Men ingen kjæreste. Omtrent samtidig som hun får sparken fra jobben, får hun et brev fra en advokat. Der står det at hun har arvet en eplegård og et hus etter en onkel hun ikke ante at hun hadde. Da hun forteller det til foreldrene, forlanger de at hun gir avkall på arven. Men de nekter plent å si hvorfor.

ILLUSTRASJON: IDA SKJELBAKKEN

Fars nye samboer har blitt et problem

Faren min, som er enkemann, har funnet en ny kvinne. Bra for ham, men det er ikke bare enkelt for mine to brødre og meg.

Jeg er en kvinne i begynnelsen av 40-årene, gift og mor til to døtre. Jeg har to brødre, og vi er alle tre etablerte og har egne barn. Vi føler at vi i løpet av den siste tiden har fått en ny utfordring.

Brødrene mine og jeg vokste opp i en trygg familie. Mor og far kom fra svært forskjellige kår. Far hadde åtte søsken. I hans familie levde de fra hånd til munn og var vant til å dele alt. Mors oppvekst var annerledes. Hun var enebarn slik hennes mor også hadde vært, og hadde fått rikelig med oppmerksomhet av både foreldre og besteforeldre.

MOR ARVET HUS OG HYTTE

Da mor og far giftet seg, overtok de mormors barndomshjem. Et rommelig hus i sveitserstil, som også ble mitt og mine brødres barndomshjem. Da foreldrene mine som nygifte hadde overtatt huset, var det gammelt og slitt. Far ribbet da huset ned til skjelettet, satte på ny bordkledning, men beholdt likevel trapper, gamle dører og litt av det opprinnelige ellers.

Det er et vakkert hus som jeg og brødrene mine har vært stolte av å vokse opp i. Mine oldeforeldre hadde også en liten hytte ved sjøen som mormor og etter hvert mor arvet. Denne brukte vi flittig i alle sommerferier. Mor og far jobbet hardt. De kjøpte seg en gammel hytte på fjellet da vi barna var små. Huset vårt var da ferdig oppusset, og far satte i gang med et stort vedlikeholdsarbeid på hytta.

Vi var privilegerte – mye som andre familier måtte slite hele livet for å oppnå, hadde mor og far fått rett opp i hendene. Dette skyldtes arven på mormors side og at alt falt på mor. Mor arvet gamle møbler, fine tepper, dyrt porselen og sølvtøy.

Både mor og mormor var opptatt av å pynte i hjemmet og omgi seg med pene ting. Mor var svært opptatt av å ta vare på de fine tingene sine, og det var regler for hva vi kunne røre og ikke. Brødrene mine og jeg lærte tidlig å respektere dette.

RAKK IKKE Å BLI PENSJONIST

For noen år siden skjedde det forferdelige. Mor oppdaget en kul i brystet. Det var kreft. En hissig krefttype som det viste seg hadde spredd seg og kommet altfor langt. Det var et sjokk for hele familien. Det var nesten en lykke at mors for-

eldre hadde gått bort bare noen år tidligere så de slapp å oppleve dette.

Brødrene mine og jeg var alle i en travel periode av livet med jobb og små barn. Mor hadde ønsket å følge oss og barnebarna lenger, men slik skulle det ikke bli. Etter fire måneder måtte hun gi opp kampen mot kreften. Det var et tungt tap for alle, selv om det var en lettelse at mor fikk slippe de lidelsene hun hadde hatt de siste månedene.

Mor og far hadde hatt så mange planer for pensjonisttiden. De skulle reise mye. De hadde opprettet en egen konto til sparing av reisepenger, der de hadde satt inn en fast sum én gang i måneden gjennom mange år. «Cruisekontoen», som de spøkefullt hadde kalt den.

Alt skjedde så fort, og plutselig satt far igjen med stort hus og to hytter. Vi søsknene ønsket at alt skulle være som det hadde vært, i alle fall i en lang stund fremover. Far gikk etter hvert av med pensjon. Han slet nok med å finne noen mening i tilværelsen.

I begynnelsen satt han mye hjemme, helt apatisk, mens oppvask og klær fløt omkring ham. Vi prøvde å hjelpe ham, men det begrenset seg jo siden vi alle hadde våre egne liv og husholdninger. Etter et år tok far seg sammen og fikk skikk på både hus og hage. Han forsto at vi ikke kunne stille opp for ham, det var jo han som hadde best tid. Med jevne mellomrom begynte han også å sitte barnevakt for barnebarna.

TRAFF EN NY KVINNE

Etter hvert begynte det å skje små forandringer i barndomshjemmet, la vi merke til. Putene lå på en annen måte i sofaen, dukene var skiftet ut, og nye planter hadde blitt kjøpt inn. Vi gjettest fort at far hadde truffet en ny kvinne.

Ingen av oss hadde vel tenkt at far skulle gå til dette skrittet. Men far så ut til å trives. Han hadde til og med lagt på seg litt. Åse var en trivelig og utadvendt dame. Litt yngre enn far, og hun hadde to barn, sønn og datter, som var omtrent ti år yngre enn oss. Hun hadde vært alenemor siden barna var små. Mannen hennes hadde forlatt familien til fordel for en annen kvinne.

Åse hadde ikke hatt noe enkelt liv. Barna hadde hun oppdratt alene. Hun hadde også litt av den samme bakgrunnen som far – hun kom fra en stor familie og hadde tidlig lært å greie seg selv.



SJEFEN I HUSET: Jeg er ikke i tvil om at far og Åse trives sammen, men det er med en viss bismak vi barna observerer dette.

ILLUSTRASJONSFOTO: GETTY IMAGES

FLYTTET INN OG OVERTOK ALT

Vi så at far trivdes med denne nye tilværelsen. Åse var flink til å lage mat og praktisk anlagt. Etter hvert bestemte de seg for å leie ut Åses leilighet og bo sammen i huset til far. Vi syntes nok at dette gikk litt vel fort, men så lenge far var fornøyd, var vi lykkelige på hans vegne.

Jeg reagerte på at Åse ikke tok med seg noe særlig av sine egne ting da hun flyttet inn hos far, men gikk i gang med å bruke tingene og møblene som hadde vært mors og fars. Til og med dobbeltsengen syntes hun det var greit å flytte inn i. Far reagerte ikke på noe av dette, merkelig nok.

Ikke lenge etter at de hadde flyttet sammen, bestilte de en måneds ferietur til Thailand. Den yngste broren min hisset seg litt opp over dette, men han lot være å si noe. Vi tenkte vel alle tre at det var far som betalte denne turen for dem begge – med pengene som mor og han hadde spart sammen. Far begynte også å gå ut mer enn han noensinne hadde gjort i ekteskapet med mor. Det var til stadighet kino, teater og fine middager.

ÅSES BARN FÅR BRUKE HYTTA

En gang spurte jeg om å være på hytta på fjellet en uke sammen med familien, men far sa at Åses datter hadde spurt om å få låne hytta denne vinterferien. Jeg trodde nesten ikke mine egne ører, og det begynte å bygge seg opp et innvendig sinne. Skulle denne nye kvinnen bestemme over vår familie?

Det er vanskelig å konfrontere Åse med noe som helst. Hun er flink med ord, smiler og lirker seg på denne måten ut av de fleste situasjoner. Det samme skjedde med hytta ved sjøen. Åse bruker den til seg og sine med den selvfølgeligste eierrett. Det virker som hun betrakter alt som felleseie.

JULEN BLE EN PRØVELSE

I romjulen ble vi bedt i selskap alle sammen, både Åses og fars barn. Åse disket opp med mange forskjellige retter, hun kunne virkelig stille i stand til selskap. Men for meg ble hele festen en prøvelse.

I stuen sto juletreet vakkert pyntet. Ved nærmere etter-

syn så jeg mors juletrepynt blandet med Åses. De gamle, skjøre glasskulene som mor alltid hadde øverst på treet, var tilfeldig plassert rundt omkring. Noen av disse kulene var virkelig gamle, og mor hadde alltid passet på at de ikke skulle gå i stykker.

Bordet var dekket med de gamle, velkjente servisene. Til kaffen hadde Åse tatt frem Rosenthal-koppene som mor hadde arvet etter mormor. Etter hva jeg kan huske, hadde mor kun brukt disse til konfirmasjonene våre. På toppen av det hele satte Åse alt sammen i oppvaskmaskinen etter bruk. Det samme gjorde hun med sølvtøyet og middagsseriset. Mor hadde vel snudd seg i graven om hun hadde sett dette!

EN VANSKELIG BALANSEANG

Det er mange eksempler på ting vi har måttet finne oss i. Det verste er at far alltid retter seg etter det Åse bestemmer. Hvilken rett har Åse til å fordele godene i vår familie til sine egne barn og seg selv? Tømmer hun fars konto? Vi har ikke tort å spørre.

Jeg er ikke i tvil om at far og Åse trives, men vi lurar på om tiden er kommet for å kreve morsarven vår? Det frister ikke, for vi ønsker ikke noen av hyttene eller huset solgt. Og hva skjer hvis far og Åse finner på å gifte seg?

Det er mange ting vi ikke tenkte over da mor levde, men som nå har blitt aktuelle. Vi kan ikke bestemme hvordan far bruker pengene sine. På den ene siden ønsker jeg far det beste i livet, men det er vanskelig å tillate at han ikke tar vare på det som betydde så mye for mor. Mange vil si at dette handler om døde ting, og det kan jeg være enig i, men minner og identitet er ikke så lett å gi slipp på. Vi får håpe at tiden vil være med på å løse flokene våre.

«Det hendte meg» er innsendte fortellinger fra lesernes hverdag. Navn på personer og steder er forandret, og personene på bildet er ikke identiske med noen i fortellingen.

Den ledige stolen

Alt er i forandring. Bare ikke Karine. Hun er like ensom, innimellom like forbauset om morgenen når hun våkner alene i den brede dobbeltsengen Inge hadde insistert på den gangen verden fortsatt var som den skulle.

NOVELLE AV: JOHANNE KRISTENSEN ILLUSTRASJON: RAGNA LISE VIKRE

Restauranten begynner å fylles opp. Utenfor har det begynt å mørkne. Karine ser seg rundt. Snart er alle bordene fullsatte av par eller venner eller begge deler. Bare Karine sitter alene. I kveld føler hun seg ekstra synlig. Hun prøver å stirre ut vinduet eller ut i luften på ingenting, men merker likevel medfølelsen deres. Selv i 2025 er det altså slik, en godt voksen kvinne kan ikke gå alene på restaurant uten at det blir lagt merke til. Hun prøver å heve seg over det, men er usikker på om hun lykkes.

Hun trodde hun hadde blitt vant til det, men denne kvelden stikker det i henne hver gang hun ser på den ledige stolen. Ved ett av bordene sitter det fire dresskledd menn som Karine tenker seg er ute på jobbmiddag. Fra deres kant kommer ingen empati, bare umiskjennelig nysgjerrighet. De stikker hodene sammen før de skåler i hennes retning. Hva tror de? At fordi hun sitter alene, skal hun være takknemlig for alle typer oppmerksomhet? De stikker hodene sammen igjen i ivrig passiar. Etter en stund blir det tyst rundt bordet deres, og en av dem kommer selvsikkert i hennes retning.

– Hva gjør en så vakker dame alene ute på en kveld som dette, spør han og setter seg på stolen tvers overfor henne. Karine er så perpleks at hun ikke får frem et ord.

– Jeg og kollegene mine kunne ikke unngå å legge merke til deg, og vi bestemte oss for å invitere deg til å holde oss med selskap.

Han smiler bredt og innsmigrende og prøver å fange øynene hennes i sine. Selskapsdame? Karine tar den siste vinslurken og svelger noen ganger. Er det det hun får tilbud om å være?

– Vi er kjekke karer, ingen fare, sier han da hun ennå ikke sier noe. Fra bordet hans kommer humrende latter.

– Kom nå, det blir bedre for deg med selskap, sier han så en tanke anstrengt i stemmen. – Det er nødvendig å spille kostbar.

Karine er først oppgitt, så takknemlig for at den siste uttalelsen gjør henne så sint at den uventede melankolien forsvinner. Hun forteller i klare ordelag hva hun mener om oppførselen hans.

– Du kan hilse kollegene dine og be dem slutte å bry seg. Jeg trives utmerket i mitt eget selskap, nemlig.

Nå er hun så irritert at hun bestemmer seg for å droppe den planlagte desserten. Hun har en boks økologisk sjokoladeis hjemme hun kan sprette om hun vil. Karine ber om regningen og flykter fra den uønskede oppmerksomheten. Et øyeblikk er hun redd noen skal følge etter henne, men må le av seg selv da hun har rundet det første hjørnet. Så ille er det ikke.

– Du og jeg, Rasmus, sier hun da hun sitter hjemme i sofaen med beina på bordet og katten i fanget.

– Vi har nok med hverandre.

Hun lar Rasmus slikke isskålen. Tenk å være katt. Så enkelt alt er. Rasmus trenger bare mjaue, så får den mat og kjærlighet og klapp og stell. Hun blir sittende, som så ofte nå for tiden, og bytte kanaler på TV-en. Ingenting fenger, og hun setter seg i stedet i godstolen ved vinduet. Ved siden av henne er det fortsatt lys hos den nye naboen hun enda ikke har hilst på. Det eneste hun har fått med seg, er at han er rundt hennes alder, og han bor alene. Hun gjesper og rister av seg opplevelsen fra restauranten før hun tar en tidlig kveld.

Ukene går, dagene blir lengre, kveldene lysere. Når solen skinner rett imot, kan man ane et lysegrønt skjær i bjørkene utenfor gjerdet. De første hvitveisene er plukket og satt i vase. Rasmus er ute i hagen store deler av døgnet. Nabohuset har skiftet farge fra brunt til rødt. På jobben er det omorganisering og nye oppgaver som kjennes som de gamle, men nå har hun ny stillingstittel.

– Hvordan har du det, egentlig? spør Asta, en av kollegene hun kaller venninne, en dag i lunsjen da Karine er enda stillere enn det som har vært vanlig de siste året.

– Fint, sier Karine og pirker videre i maten.

– Om du har lyst å snakke om det, så er jeg her. Husk det.

Karine kan ikke annet enn å nikke, og Asta holder fast blikket hennes en stund før hun henvender seg til de rundt bordet som har noe å snakke med andre om. Karine blir sittende og tenke over tilbudet. Kanskje kan hun fortelle hvor vanskelig det er å komme forbi det som hendte og godta at



livet har blitt som det har blitt? Eller kanskje hun skal holde det for seg selv og komme over det på egen hånd. Så er lunsjen over, og Asta spør for sikkert tyvende gang om Karine har lyst å bli med henne på yoga.

– Jeg er sikker på at det hadde vært bra for deg også.

– Takk som spør. Men jeg holder meg til turene mine. De gjør meg godt, sier Karine og krysser fingrene bak ryggen. Hun forteller kolleger og andre at hun går i skogen flere ganger i uken. Det er lenge siden det var sant.

– Si ifra om du ombestemmer deg. Jeg har blitt et nytt menneske etter at jeg begynte med yoga.

Alt er i forandring. Bare ikke Karine. Hun er like ensom, innimellom like forbauset om morgene når hun våkner alene i den brede dobbeltsengen Inge hadde insistert på den gangen verden fortsatt var som den skulle.

For verden var virkelig perfekt ganske lenge. Inge og Karine var barndomskjærestene som holdt sammen gjennom hele ungdommen og giftet seg i tjuårene. De fikk Lasse og Marius, bygde hus og gjorde alt det unge familier gjør. Den siste tiden hadde de begynt å fable om at de kom til å bli besteforeldre snart, siden begge sønnene hadde kjærestere. Hun fortalte ingen om det, men de kveldene Inge →

var på bowling med kollegene, strikket hun små babyplagg som hun gjemte i nederst i en skuff på soverommet. Nå i ettetertid ser hun at hun var ivrigere etter å få barnebarn enn Inge var.

Hvordan kunne hun overse signalene på at han var på vei bort? Ikke den minste mistanke hadde hun da han en fredag ettermiddag ventet ved kjøkkenbordet da hun kom fra arbeid. I stedet for å servere middag som vanlig var om fredagen, serverte han en nyhet som slo beina under henne.

– Karine, jeg vil skilles.

– Hva er det du sier? Sânt spøker man ikke med.

– Det er ingen spøk. Jeg må skilles. Som du nok har merket, har vi beveget oss bort fra hverandre, Karine, sa Inge uten å se på henne.

– Har vi det? Hva skal vi ha til middag?

– Glem middagen for en gangs skyld. Jeg har tatt meg den frihet å droppe den i dag, og ventet meg akkurat denne reaksjonen. Det er slike ting jeg mener. Du er så opptatt av rutiner. Av at ingenting skal forandres. Mens jeg mener at alt blir annerledes når ungene er voksne og har flyttet ut. Vi har all verdens muligheter. Men du har nektet.

– Hvorfor har du ikke sagt noe?

– Om du tenker etter, vil du nok huske at jeg har forsøkt mange ganger.

– Kajakkpadling og sjakkclubb? Er det det du mener? Skal du flytte fra meg fordi jeg ikke liker sjakk?

– Nå setter du ting veldig på spissen, Karine.

Det ene ordet tok det andre, og dagen som begynt slik alle fredager hadde gjort i mange år, endte med at Inge tok med de allerede ferdigpakkede koffertene og bilen og forsvant.

Det er litt over et år siden. Hun hører fra andre at Inge har det fint. Han bor i en leilighet i sentrum og har skiftet jobb. Om han har en ny kvinne i livet sitt, er det ingen som forteller henne det. Kanskje våger de ikke, av frykt for reaksjonen hennes.

En lørdag morgen våkner Karine av fuglekvisper og barnelatter. Hun strekker seg, spretter opp av sengen, trekker fra gardinene og kikker ut. Solen skinner, temperaturen nærmer seg tyvetallet. Ute på gaten går to barnefamilier forbi. Naboen slår plenen i kortbukse. Det har blitt forsommer uten at hun har fått det med seg.

Fra det faste tilholdsstedet under rododendronbusken har Rasmus fått øye på henne, og kommer løpende for å få dagens første måltid. Etter at den har fått sitt, lager Karine den vanlige havregrøten. Tar med seg kaffekopp og grøt ut på trammen og nyter sola i ansiktet. Blir sittende og støtte seg til veggen og så går det som det må, hun sovner. Hvor lenge hun har vært i drømmeland aner hun ikke, da hun plutselig kjenner en hånd på skulderen.

– Unnskyld, sier noen. Karine myser, men blir blendet av solen. Hun harker før hun kommer seg på beina.

– Går det bra?

Nå ser hun at det er naboen som studerer henne inngående med et smil lurende i munnviken. Og ikke bare studerer han henne, i armene holder han Rasmus, hennes katt.

– Rasmus, spør hun, fortsatt omtåket.

– Det stemmer nesten. Jeg heter Magnus. Og du er Karine, ser jeg på dørskiltet.

– Nei, beklager. Katten er min og den heter Rasmus. Men

det er riktig at jeg heter Karine. Og Inge bor her ikke lenger. Hva er det med Rasmus?

Karine hører at hun babler, men klarer ikke å stoppe. Hvorfor står han der med Rasmus. Hvorfor står han der i det hele tatt og er så sympatisk og kjekk at hun føler seg dummere for hvert ord som glipper ut av munnen hennes. Magnus venter til hun endelig tier stille.

– Takk for informasjonen. Katten din, Rasmus, var på en av sine daglige visitter hos meg nå nylig. Det er vanligvis veldig koselig, men nå har det seg slik at jeg har hentet en valp i dag. Det falt ikke i god jord, og jeg måtte redde den fra en tydelig sjalu pus.

– Daglige visitter?

– Ja, vi koser oss hver morgen før jeg går på jobb. Jeg begynner senere enn deg.

– Hvordan vet du det?

– Vi er nærmeste naboer, det er ikke mye noen av oss kan gjør ubemerket.

Han ler og hun undres over hvor blind hun har vært.

– Gratulerer med valpen. Jeg skal ta Rasmus inn og kose med ham, så kommer det seg nok.

– Det er jeg sikker på. Vi får la dem bli gradvis kjent med hverandre.

– Det er en god måte å gjøre det på.

Karine tar imot katten. Magnus smiler og går over til seg selv og den nye valpen. Karine gir katten en rømmeklatt for at den skal roe seg etter sjokket. Den sovner i sofaen, og Karine går ut igjen. Hun ser for første gang hvor forsømt hagen er. Det søkker i henne. Her må noe gjøres. Hun finner frem redskaper og bestemmer seg for å begynne i bedet langs gjerdet. Timene går, og før hun vet ordet av det, har sola forsvunnet og etterlatt et kjøligere drag i hagen. Hun tøyer og strekker støle muskler og oppdager at klokka er syv. Hun har ikke spist siden frokost, så ivrig har hun jobbet. Hun skulle ha vært og handlet, men nærbutikken er stengt og hun orker ikke senteret. Hun får finne noe i fryseren. Det eneste som ligner middagsmat, er en pakke med grytekjøtt. Det er altfor mye for henne, men hun setter likevel i gang med å hakke løk og grønnsaker og surrer det sammen med kjøttet. Innerst i skapet har hun en flaske rødvin, som hun åpner. Litt i gryten og litt i kokken, tenker hun og tar en slurk. Hun åpner vinduet for å få vekk stekeosen.

– Her lukter det vidunderlig, kommer det et øyeblikk etter. Magnus står utenfor kjøkkenvinduet med en valp i armene.

– Jeg tenkte dere skulle få hilse. Har på følelsen at dere kommer til å ha mye med hverandre å gjøre fremover.

Karine skrur ned temperaturen på platen og går ut til dem. Valpen slikker henne i ansiktet og hun må le.

– Hun liker deg, sier Magnus.

– Jeg liker henne også, ler Karine. – Beklager, men jeg er midt i middagslagingen, sier hun og går inn igjen til gryten. Dekker bordet med det fineste serviset og levende lys og ser tydeligere enn noen gang hvor feil det er med den tomme stolen. Uten å tenke, uten å slippe fornuften til, dekker hun på til en til, og løper over til Magnus.

– Jeg har laget altfor mye mat. Kan du hjelpe meg med det?

Så skynder hun seg tilbake før han rekker å svare. Hun setter seg ved bordet og venter. Smiler ut i luften da hun like etterpå hører skritt i singelen utenfor.

” Skal du flytte fra meg fordi jeg ikke liker sjakk?

En gripende fortelling om et av de mørkeste kapitlene i Sørlandets historie ...

Året er 1830. Dyp fattigdom i Agder tvinger store barneflokker ut på vandring for å finne arbeid. Avlingene svikter, og pengeskrinet er tomt, så foreldrene på husmannsplassen Bakken i Konsmo har ikke annet valg enn å sende de tre eldste barna ut som barnevandrere.

Tretten år gamle Lina er modig og omsorgsfull, og gjør alt hun kan for å passe på de yngre søsknene sine. Men veien er lang, og reisen kan forandre Linas liv for alltid ...



Følte jeg gikk sammen med barna da de vandret.
RAGNHILD ASKELAND,
SERIELESER



Noe av det beste jeg har lest.
ANITA ROSVOLD,
SERIELESER



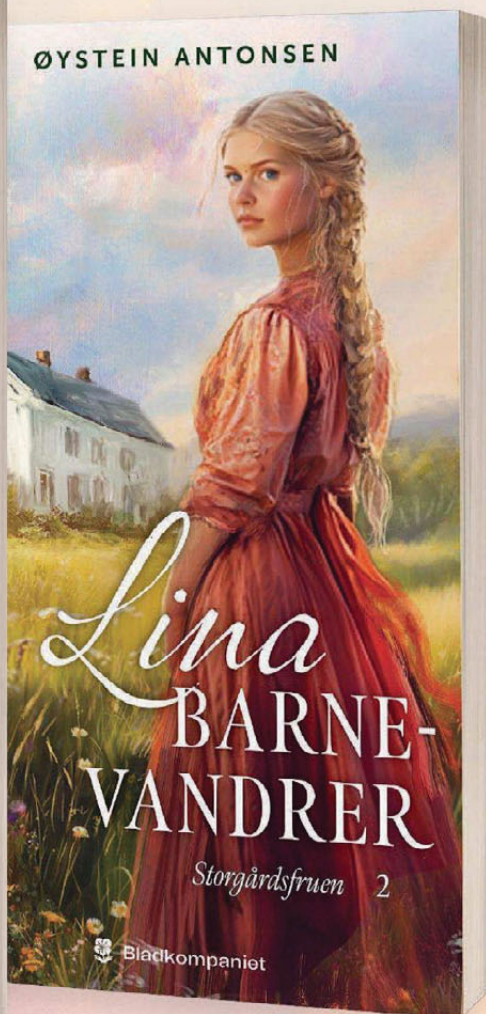
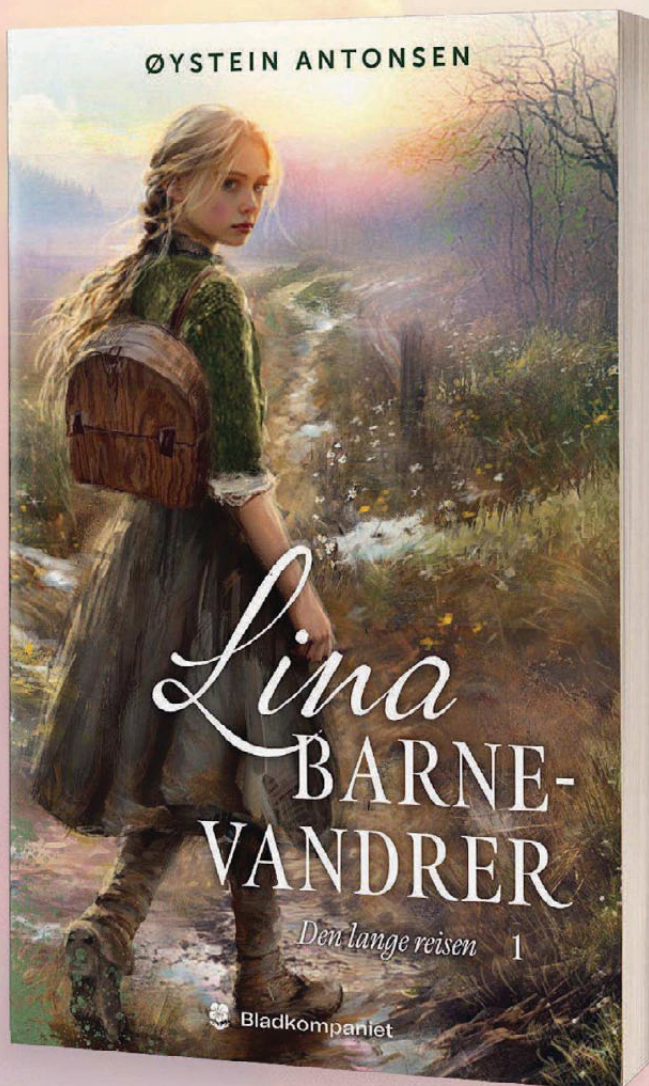
Den traff meg midt i hjertet.
MONA STORNES,
SERIELESER



Rørende og godt beskrevet.
INGUNN CHRISTENSEN,
SERIELESER



Velskrevet, sterkt og rørende. En sidevender.
JERNBANEFURU



Bestill gratis bok her eller
ta kontakt med kundeservice
på epost: kundeservice@bladkompaniet.no
eller tlf: 55 38 88 00



*Vi drar på
hagebesøk*

HAGEGLEDE: Grethes hageglede speilet i et stort smil! Den flotte rododendronen er minst like fornøyd! Det er en 'Polaris'.



FJELLFINE: Det står to vakre eksemplarer igjen av den åttekantede reinrosen da vi kommer på besøk. – Dette er *Dryas octopetala*. «Octo» betyr åtte, og «petala» betyr kronblader, forteller Grethe.

GRETHES GRØNNE SKATTKISTE

Frodig fjellhage

Grethes fine hage på Fjellhamar har blitt til gjennom nesten 50 år. Her er det alltid noe som blomstrer. Vi er på besøk når rododendronene står i fullt flor, men det er tett mellom de små skattene også.



FARGEFEST: Det er noe eget når rododendronene blomstrer og hagen står i et flott fargefyrverkeri!

Fargerike fjellplanter

Hvem: Grethe Li, 91 år, utdannet filolog, tidligere lærer og en evig planteentusiast med forkjærlighet for spennende fjellplanter. Hun er æresmedlem i Blomstervenners klubb. Grethes hage var for øvrig med i boken «De vakreste hagene i Norden» av Karl-Dietrich Bühler utgitt i 2000.

Hva: Fjellhage på cirka 700 kvadratmeter

Hvor: Fjellhamar i Lørenskog





FLOTT INNGANG:
Gangstien fra
parkeringsplassen til
huset er mildt sagt
frodig.

PLANTENE VET BEST

– Du skal være forsiktig med å flytte en plante som har plantet seg selv, sier Grethe. Når planter sprer seg og vokser spontant, har de ofte funnet optimale forhold for lys, jord og fuktighet, et sted der planten selv gjerne vil, bokstavelig talt, slå røtter og slå seg til ro. Å la dem få stå, er en fin måte å spille på lag med naturen på.

Det er ingen tvil om at Grethes hage er en hage utenom det vanlige! Når vi svinger opp på parkeringsplassen, er det nesten som man kan kjenne øynene utvide seg og sprette hit og dit, fra det ene blikkfanget til det andre.

For en fargefest! Huset er bokstavelig talt plassert oppå en fjellknaus, og hagen er teppebelagt med fjellhagens fineste vekster: Rododendron og azalea i mange titalls varianter, annerledes og artige vekster som bjønnkvam (hentet for hånd fra Nord-Vestlandet), Calicanthus (krydderbusk), mange ulike reinrosser og hel liten samling forskjellige kubjeller.

Til og med stedsnavnet indikerer at jordsmonnet ikke er så dypt: Fjellhamar. Nettopp. Og i stedet for å sprengte fjell, fylle opp og plane ut, tok heller Grethe og ektemannen Ola utgangspunkt i naturen og tomten slik den sto da de kjøpte i 1974.

DYRKET PÅ FJELL

Grethe og Ola tegnet og bygget huset selv, og selve huset hadde også fortjent en egen reportasje med sine tidløse løsninger, og luftige og lekne utforming. Men det var beliggenheten på den 700 kvadratmeter store tomten som fikk hjertet til å banke litt raskere.

Hva kjennetegner en fjellplante?

Fjellplanter er hardføre arter tilpasset barske forhold som kulde, vind og mager jord. De har ofte små blader, dyp rot, eller vokser tett mot bakken. Logisk nok inkluderer navnene ofte ord som «fjell» eller «alpe», som for eksempel fjellsmelle og alpeklokke. Fjellplanter er populære i fjellhager for sin robusthet og estetiske verdi.

– Interessen for planter har jeg alltid hatt, og der Selvaag bygget terrasseblokker i Ullernåsen på 70-tallet var liljekonvallstedet mitt, begynner Grethe.

– Å dyrke planter selv, startet jeg med da vi bodde på Åsenhagen på Skedsmokorset. Der var det tykk leirjord, kaldt og utfordrende forhold, så gleden var stor da vi omsider fant denne tomten, fortsetter hun.

For tomten er «håndplukket», den var midt i blinken for Grethe med de grønne fingrene!

– Her var det fjellgrunn og en tomt som egnet seg for fjellhageplanter, og i tillegg var det utsikt. Vi har måttet hugge et par trær, men har latt resten få stå, og har også plantet et par nye. En barlind som er helt fantastisk for eksempel. Jeg fryser på ryggen når jeg hører om folk som kjøper utsikt og hugger ned alle trærne, sier hun og gror litt.

PÅ NATURENS PREMISER

Det brunbeisede huset inn i omgivelsene, og står rett på fjellet. På den måten unngikk de å sprengte, – knapt en stein ble skadet under bygging. Til og med trærne på tomten fikk beskyttelse rundt stammene i byggeprosessen, slik at de ikke skulle ta skade.

Hagen er over mange år og i stor grad bygget opp med planter som trives i en fjellhage og med det terrenget tomten naturlig har, og hagen virker både planlagt og naturlig på én gang. Det er hellebelagte stier og steintrapper som tar oss med rundt hver krik og krok, og bedene rause og harmonerer nydelig sammen.

Samtidig er det ikke en robotklippet gress-tust i sikte, ingenting er vinkelrett på hverandre, alle buskene har sin naturlige form og stort sett har hagen beholdt dette «uberørt natur»-preget.

SKATTKISTE

Flere store rododendron står fortsatt i blomst, og fanger naturlig nok blikket først. Men når farge-





STORBLOMSTRET: Trepeonens blomster er intet mindre enn gedigne. Nå er den litt på hell, men er fortsatt fantastisk vakker.

STJERNE: En av mange stjerner på dette hagelaget er vrihasselen. Utrolig flott!



I FARTA: Grethe er ofte ute i hagen i hagesesongen. Det er alltid noe å pusle med.

sjokket får lagt seg og blikket vendes ned, titter det opp den ene lille skatten etter den andre.

– Jeg vil kanskje heller kalle meg planteinteressert fremfor hageinteressert, sier Grethe.

Hun har rundet 91 år, men suser rundt i hagen som om alderen ikke plager henne det minste. Og sinnet er sylskarpt, det renner ut med botaniske navn der hun går rundt og peker og guider.

– Se, her står det en flott, stor rosa rododendron som mange dåner over. Den er fin, men jeg synes den som står foran er mye artigere! Det er en *Rhododendron camtschaticum*, og det som er så morsomt med den er nettopp at den vokser på fjellgrunn, forklarer hun entusiastisk.

Dette er en fjellhage med mange lag, som er best å besøke når man har all verdens tid. Hvor mange ulike sorter Grethe har samlet gjennom årenes løp er umulig å telle. Antagelig tusenvis!

Og om Grethe har en personlig favoritt?

– De som blomstrer nå, svarer hun.

RAMPETE: – Jeg har en rampeplante, innrømmer Grethe. – *Mechanopsis cambrica* floraplana blomstrer helt til september, og er fin å ha når andre ikke blomstrer.

HAGEKATT: Abyssinerkatten Mira har hagen som sitt naturlige territorium. Hun er en sosial og kjærlig katt.



TØFFING: Rododendron 'Polaris' er ikke bare et blikkfang, men tåler omtrent alt og blomstrer rikelig hvert år. – Jeg måtte klippe den, men det bryr det seg heldigvis ingenting om. Den blomstrer med hundrevis av blomster, og knoppene er om mulig enda vakrere, sier Grethe.

FINE FJELLPLANTER

Bor du på fjell, og ønsker å plante noen egnede planter? Her er noen klassikere i fjellhagen.

1. Åttebladet reinrose (*Dryas octopetala*) H4
2. Blåfjellflokk (*Polemonium caeruleum*) H7
3. Anemone rivularis (*Anemone rivularis*) H4
4. Alpefiol (*Cyclamen*) H2
5. Fjellsmelle (*Silene acaulis*) H8



Mai

En liten maibukett blomstrer skjønt med blomstene fra blodrips og hegg, sammen med forglemmegei.



JANE ØDEGAARD

Rødt, hvitt og blått

«Kom, mai, du skønne milde, gjør skogen atter grønn!» Og bukettenes lager vi selvsagt i rødt hvitt og blått, er det ikke rart hvordan vi finner akkurat de fargene i mai? Blodrips er en busk i ripsslekten som blomstrer i april eller mai, samtidig eller rett etter gullbusk. Den får mange små rødrosa blomster som henger i klaser. Busken kan bli meget blomsterrik om den beskæres jevnlig, og jo mer sol, jo mer blomster! Den har kanskje en litt spesiell duft, men for en fryd den er for øyet.

BLODRIPS: En tiltrekkende og tidlig blomstrende vårbusk. Med klynger av dype rødrosa blomster elsker både humler og forbipasserende denne busken.



JANE ØDEGAARD



En ferie for hele familien

Pappa Vegard og familien koser seg på ferie med Røde Kors.

På *Ferie for alle* skapes det minner for livet. Gjennom dette Røde Kors-tilbudet får familier som kanskje ellers ikke hadde hatt økonomisk mulighet, en helt spesiell sjanse til å koble av, skape gode minner og tilbringe tid sammen.

Det er en lun høstdag med lett yr i luften på den naturskjønne leirplassen til Røde Kors på Eidene på Tjøme. Barnelatter blander seg med bølgeskvulp, og livlig prat fyller luften. For mange familier er dette en kjærkommen pause fra hverdagen.

– Det var Så store bølger! utbrøt ett av barna, gestikulerende med hendene og med øyne som lyste av begeistring. De hadde nettopp kommet i land fra en båttur i skjærgården utenfor Tjøme. Langt ute i horisonten kunne de se danskebåten på vei sørover. Båtturen er bare én av de mange spennende aktivitetene familiene får oppleve under oppholdet, og høstnaturen rundt Tjøme byr på en opplevelse man sent vil glemme.

Felles opplevelser

Vegard, en engasjert far fra Holmestrand, deltar for andre gang sammen med sine to barn, Elise Marie (7) og Jørgen (11).

– Da jeg fortalte at vi skulle tilbake hit fikk de stjerner i øynene, og vi har hatt det fantastisk her denne gangen også, sier han med et smil.

– Dette er en skikkelig ferie – både for barna og meg.

Han trekker frem hvor godt opplegget er lagt opp, og hvordan aktivitetene er midt i blinken. Aktiviteter som juvvandring, båttur, krabbefisking og zip-line har vært store favoritter for både små og store.

For Vegard er det nettopp det mangfoldet av aktiviteter som gjør opplevelsen spesiell.

– Barna kjeder seg ikke ett sekund. Alle finner noe de liker, og alle får nye lekekamerater underveis, forteller han.

Elise Marie, som nylig prøvde zip-line for første gang, beskriver opplevelsen som skummel, men utrolig gøy.

– Jeg har aldri gjort det før, sier hun stolt. Men det var så morsomt!

Jørgen nikker enig og legger til at det er noe spesielt med å være her – det er en pause fra skole og lekser, og gir familien tid til å være sammen uten forstyrrelser fra hverdagen.

En ferie for alle

Ferie for alle er et tilbud som utgjør en forskjell for mange familier. Det handler ikke bare om å dra på ferie, men om å få et pusterom fra bekymringer. *Ferie for alle* arrangeres

over hele landet og i alle skolens ferier. Oppholdene finner sted på Røde Kors-sentre eller andre egnede steder.

Det er frivillige i Røde Kors som tilrettelegger for oppholdene og sørger for gøyale og minnerike feriedager. Torild Wivestad Johansen, en ildsjel av rang og erfaren ferieleder, beskriver hvor viktig det er for familiene å få en pause.

– Hverdagen kan være tøff for mange. Her får de muligheten til å bare være sammen, uten å tenke på utgifter eller hva som må ordnes hjemme. Det er noe mange setter stor pris på.

Hun nevner også at det kan være utfordrende for noen å tilpasse seg feriemodusen i starten, spesielt når det handler om å koble fra den digitale hverdagen.

– Vi oppfordrer familiene til å legge bort mobilene i løpet av dagen. Det er viktig at barna er med på aktivitetene og ikke blir distraheret av skjermtid. Mange setter pris på det, selv om det kan være uvant i begynnelsen, forklarer hun.



Linda, Hanne og Torild er frivillige på Ferie for alle.

Varme øyeblikk og gode minner

For mange familier som deltar, skaper *Ferie for alle* minner for livet. Vegard smiler når han tenker på alt barna kommer til å huske:

– De kommer til å snakke om båtturer, krabbefisking og de utrolige måltidene vi har hatt her i lang tid fremover.

Når ferien nærmer seg slutten, er det alltid et visst vemod i luften, men også en følelse av takknemlighet. Familien er enig – dette er en opplevelse som ikke bare gir minner, men også en anledning til å virkelig være til stede for hverandre ■



Takket være bidrag fra blant annet testamentariske gaver kan frivillige i Røde Kors sørge for at familier får en velfortjent ferie og gode familieminner. Ønsker du å vite mer om testamentariske gaver, ta kontakt med testamentsansvarlig i Røde Kors, Siri Antonsen på e-post siri.antonsen@redcross.no eller telefon 916 21 942.

Krabbefiske høres med når man er på ferie i skjærgården.



Testamentariske gaver

- Røde Kors mottar testamentariske gaver med stor ydmykhet og takknemlighet. Av respekt for testators vilje bruker vi alltid midlene slik det er beskrevet i testamentet.
- Om du ønsker å gi en testamentarisk gave til Røde Kors, kan vi tilby gratis advokathjelp til testamentsoppsett.
- Ønsker du mer informasjon eller en brosjyre som forklarer det viktigste innen testamentsoppsett, ta kontakt med testamentsansvarlig Siri Antonsen på telefon 916 21 942 eller e-post siri.antonsen@redcross.no
- Se også www.rodekors.no/arv

 **Røde Kors**

ELSKER RESTER: Zuzana får ikke nok av restegarn. Engasjementet hennes redder garn som ellers vill bli kastet.



Zuzanas fantastiske prosjekt

Redder garnet som ingen vil ha

En lastebil på vei til søppeldynga med et lasteplan fullt av garn ble starten på en misjon for Zuzana. Hver dag sørger hun for at kassert garn likevel blir til gensere og sokker.

TEKST: ELINE HOLM FOTO: TRINE BUKH OG PRIVAT

Når Zuzana Obel bestiller garn til butikken, vet hun aldri hvilke farger og kvaliteter som kommer. En dag åpnet hun kassene og fant et vakkert nøste i lyseblå kasjmir-viskose. Det eneste problemet var at tråden var tynn som sytråd og passet dårlig til å strikke med.

– Jeg tenkte, det er nydelig, men hvordan skal vi få noe ut av det? Men så fikk jeg ideen om å spole det til et tykt garn med 32 tråder, forteller Zuzana, som kastet seg over det store prosjektet og endte opp med å strikke en genser med hullmønster til seg selv av det fine garnet.

– Genseren ble flott, men prosjektet ...? Det var litt sprøtt. Og ikke noe man normalt ville gjort. Men jeg har ikke noe problem med å bruke to år på å strikke en genser, hvis jeg får reddet noe garn som ellers ville blitt kastet.

JULAFTEN PÅ LAGERET

Zuzanas forretning, Garnspecialisten, ligger ikke så langt fra Helsingør i Danmark. Butikken er bygget opp om tankegangen: Å gi hjelp til overskuddsgarn.



ZUZANAS DATTER:

Viola på tre år, i en fin genser som Zuzana har strikket av garnrester.

Her er alle varene på hyllene rester fra moteindustrien, som ville blitt destruert – hvis ikke Zuzana hadde sett gull der andre ser søppel.

Når man ser rundt butikken, er det vanskelig å forestille seg at noen kunne finne på å kaste det flotte vareutvalget. Her er garn i alle slags farger – fra sterk rosa og lysende gul til dempet olivengrønn og mild beige. Her er et hav av bomull, lin, silke og merinoull.

Skulle du være på jakt etter spesifikke varer, må du lete et annet sted, for utvalget her er unikt.

– Hver gang det kommer en lastebil med nye forsyninger, er det som julaften på lageret. Vi er så spente på å se hvilke skatter kassene skjuler, smiler Zuzana.

KURS MOT SØPPELDYNGA

Det var nettopp en slik lastebil som ga Zuzana ideen om å selge restegarn. I 2016 hadde hun en liten nettbutikk for garn som hun drev fra kjelleren som et hobbyprosjekt. På en ferie i England besøkte hun en vevfabikk, men det var ikke selve omvisningen som satte seg fast i minnet, men lastebilen Zuzana så utenfor. På lasteplanet hadde den en stor container, som – fikk hun forklart – var full av garn som var til overs.

– De fortalte at de dessverre ikke kunne bruke restene, og de hadde ikke





UKJENT: Garnet kommer ofte inn uten noen form for merking. Dermed kan det være vanskelig å vite hva det er laget av.



FEST: Det er rene julaften på lageret når en lastebil med overskuddsgarn trilles inn på gårdsplassen.

plass til det, så det måtte kasseres, forteller Zuzana.

– Jeg hadde hørt om kasting av klær før, men aldri om garn, og jeg tenkte: Dette må vi gjøre noe med!

VAKKERT, MEN FEIL

Hjemme igjen kunne Zuzana ikke slippe tanken på den dyrebare lasten med den dystre fremtidsutsikten.

Nysgjerrigheten hennes var vakt: Var det en enkeltstående hendelse, eller var det et reelt problem?

Dessverre viste det seg å være det siste. Kort tid etter hadde hun laget avtaler med en rekke fabrikker i Italia om å kjøpe det garnet de har til overs, fordi det enten er produsert i for store mengder eller «feil» farger eller strukturer i forhold til kundens ønsker.

– Garnet har ingenting å si. Kanskje skulle det hatt en annen nyanse eller vært mer fluffy, men det er fremdeles et vakkert garn. Det er forferdelig å tenke på at det skulle kastes, mener Zuzana, som synes at prinsippet om å bruke andres rester til å skape noe nytt gjør strikkeopplevelsen mer unik.

FARGERIK LITEN JENTE

– Vårt garn er ikke noe du finner andre steder. Det følger ikke med oppskrifter, og

”
Når man ser seg rundt butikken, er det vanskelig å forestille seg at noen kunne finne på å kaste det flotte vareutvalget.

det er kanskje litt sprøtt – så du må elske garnet og så finne ut hva det skal brukes til, understreker Zuzana, som alltid legger stor vekt på å fortelle kundene at de må kjøpe nok garn til prosjektene sine.

For når det ikke er mer, er det ikke mer. Det trenger imidlertid ikke å være et hinder, for det begrensede utvalget oppfordrer til kreativitet, og det er alltid noen som klarer å se mulighetene og skape noe spesielt av selv de minste restene. Det ser Zuzana daglig bevis på, når kunder sender bilder av sine kreasjoner. Personlig fyller hun sin treårige datters garderobe med fargerike klær, som aldri ville sett dagens lys uten overskuddsgarnet.

SKATTKAMMER AV SØPPEL

– Jeg sparer selv alle mine rester, og så strikker jeg til datteren min. Jeg blir stolt når jeg ser henne gå rundt i en genser jeg har laget av noe som ellers ville blitt kas-

tet. Jeg elsker å se at garnet får nytt liv, og jeg håper selvsagt at det på sikt gjør henne bevisst på gjenbruk, sier Zuzana.

Hun synes det er rart å tenke på at hennes skattkammer av garn ville havnet som søppel, hvis hun ikke tilfeldigvis hadde spurt om lastebilen i England den dagen i 2016.

– Jeg får frysninger, hver gang jeg snakker om det. Garnene er fluffy, deilige og myke, og når man liker å strikke, ville man aldri kastet dem, sier Zuzana, som hver dag blir overrasket over det samme: At avfall kan se slik ut.

Garnspecialisten

Holder til i Kvistgård, ikke så langt fra Helsingør. Fra København tar det med tog ca. 1, 20 minutter. Les mer: garnspecialisten.dk

Swedish design with a colourful soul

Bluse «Ping»
795,-

Trikottopp «Bip»
695,-

Silkeveien
2025

Gudrun Sjödén

gudrunsjoden.com

SWEDEN GERMANY NORWAY DENMARK FINLAND UNITED KINGDOM USA CANADA FRANCE SWITZERLAND NETHERLANDS

LOPPETORGET

LOPPETORGET@EGMONT.COM



Selges

Nydelig kaffesett med kanne 0,5 l, sukkerkopp og fløtemugge i 830 sølv. Nærmere 100 år gammelt. Pris kr 10 000 + frakt.

Ring: 928 67 108



Selges

Bildevev, komplett pakke med garn og mønster til «Piken med svovelstikkene», kr 1200 + porto.

Ring: 977 53 267



Selges

Garn til genser str. L med mønster selges for kr 500.

Ring: 977 53 267



Selges

Ulldrakt fra Jetta konfeksjonsfabrikk i petrolfarge med skinnbiser. Selges med skjorte, str 38. Kr 2500.

Ring: 906 35 645



Kjøpes

Ønsker å kjøpe effekter fra krigen til et privat museum.

Ring: 938 69 310



Selges

Påtegnet stoffpakke med garn og mønster til «Peer Gynt»-jakke til barn. Kr 500 + porto.

Ring: 977 53 267



Selges

Samlekopp med innskrift «Forget me not» kr 120 + porto.

Ring: 971 73 412



Selges

Bildevev, komplett pakke med garn og mønster til «Mat til 8» selges for kr 1000 + porto.

Ring: 977 53 267



Selges

Fint fat fra Porsgrund 54, diameter 24 cm. Kr 250.

Ring: 478 51 108



Selges

Håndlagde kuvertbrikker med servietter, 29 cm bred, 40 cm lang. Kr 500 + porto.

Ring: 920 69 274.

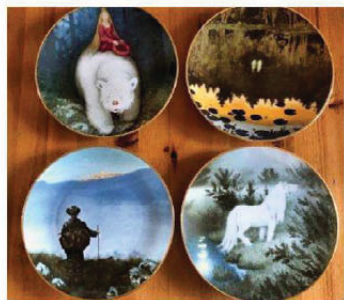


Selges

Koselig gammel lekehund for barn selges for kr 300 + porto.

Ring: 482 75 781

Har du noe du vil kjøpe eller selge? Send annonsetekst og bilder til loppetorget@egmont.com eller **Familien, Postboks 4980 Nydalen, 0441 Oslo**. Oppgi telefonnummer eller e-postadresse og pris. Familien har ikke ansvar for mulige uoverensstemmelser mellom partene. Bilder sendes ikke i retur. Annonnene kommer i både Hjemmet og Familien.



Selges

4 stk. Theodor Kittelsen-fat selges kr 125 pr. stk.

Mobil: 922 98 464



Selges

Samlekopp m/innskrift «Mors kop», Dansk porselen, kr 120 + porto.

Mobil: 971 73 412



Selges

Bildevev, komplett mønster og garn til «Sørlands-sommer», selges for kr 1500 + porto.

Ring: 977 53 267

Selges

«Solens barn», 18 bøker, «Tårnhuset», 18 bøker, «Papirlottet», 12 bøker, «Morgensol», 12 bøker, «Mellom himmel og jord», 12 bøker, «Der stiene møtes», 10 bøker. Kr 20 pr. bok.

Ring: 920 48 192

Selges

Stor vev, 1,5 x 1,5 meter med sittebom og noe utstyr selges for kr 1000.

Ring: 977 53 267



Selges

Flotte korte ullbukser til unge og voksnes damer. Varm på rumpa, alltid varm. Str 38-42/44. Veldig elastiske med ribbestrikk i siden.

Ring: 411 91 070

Selges

Fin liten samedukke, ca. 22 cm lang, selges for kr 300 + porto.

Ring: 482 75 781



Selges

Morsom Disney-figur kr 150 + porto

Ring: 413 03 273



Selges

Hele serien «Sønnavind» på 124 bøker til kr 1000.

Ring: 905 14 059

Selges

Koselig serie «Jenny Lyng». Fra gjenoppbygging av Ålesund fra 1904. Bøker fra 6 til 45. Kr 20 pr. bok.

Ring: 928 63 61.

Selges

2 bøker, «Dyrenes liv», 1957, av Alfred Brehm, noe slitt i kantene. Selges for kr 100 pr. stk.

Ring: 928 63 617



Selges

2 nye selvsydde festdrakter, 4 og 8 år, selges. Nye Reflex-skjorter følger med. Kr 2200 samlet, eller kr 1200 pr. stk.

SMS: 454 99 323



Selges

2 hobbybøker kr 50 pr. stk. + porto. Ikke brukt.

Ring: 906 77 176



Selges

Mariussett i str. M, 100 % ull, superwash: SMART.

Ring: 938 57 745

Selges

Komplette bokserier: «Skjærgårdsliv», 50 bøker, «Nattmannens datter», 40 bøker, «Lokketoner», 12 bøker, «Drømmesøya», 6 bøker, «Sommervise», 12 bøker, «Heksemesteren», 15 bøker (mangler nr. 7), «Anna fra Røros», 30 bøker, og «Hannah», 40 bøker. Kr 10 pr. bok + porto.

SMS: 958 97 128



Selges

Strikket jente bunad str. 2/3 år.

Mobil: 926 88 714



Selges

Hjemmelaget utelampe med batteridrevet lysarmatur.

Ring: 482 17 936

Selges

Norheims-kofta til herre, håndstrikket i KlompeLompe, tynn merinoull.

Overvidde 110 cm og hel lengde 67 cm, armlengde 50 cm, armlengde fra hals 74 cm.

Ring: 473 86 994



Kjøpes

Er interessert i å kjøpe bygdeboken «Trysilboka 3».

Ring: 907 22 583

Kjøpes

Ønsker å kjøpe kunststrikkbøker av Ragnhild Falch Ervik nr. 4 og 5.

Ring: 971 40 764



DRAMATISK START: En stund så det ut til at livet til vesle Vibeke kom til å bli kort. Nå nyter mor og datter livet og er til stede her og nå i alt de gjør.



**ÅPEN HJERTE-
KIRURGI:** Vibeke var
to år og to måneder
da hun ble operert
for hjertefeilen.

Vibeke ble født med en alvorlig hjertefeil

Utfordringen ble drivkraften

Vibekes mamma skjønnte tidlig at noe var veldig galt med datteren, men Annikens uro for yngstedatteren ble ikke tatt på alvor. Først da de lyttet på toåringens hjerte, ble hun trodd.

TEKST: BERITH EVA LAMØY FOTO: BJØRG HEXEBERG OG PRIVAT

Den første datteren vår, Elin, var stille og rolig. Snill som dagen var lang. Vi tenkte derfor raskt på å få et barn til, forteller Anniken Høgåsen Kristiansen (69).

– Så ble dere foreldre til et lite krapyl, skyter datteren Vibeke Fængsrud (46) raskt inn og ler.

Anniken husker det som det var i går da Vibeke kom til verden i 1978. Den gangen bodde familien på Ammerud i Oslo, nær markagrensen. Det var en idyllisk oppvekst på mange måter. På andre områder ble det tøft for Vibeke som var annerledes enn sin tre år eldre søster.

– Det er gjerne sånn at en får en av hver, sier mamma Anniken.

– I dag ville jeg kanskje fått en diagnose eller to, spekulerer Vibeke.

Hun lever godt med den hun er blitt i dag, for utfordringene hun hadde som barn, er også blitt drivkraften hennes, og en del av levebrødet. Vi kommer tilbake til det.

– Jeg har alltid hatt mye energi og gir meg aldri. Det har fått meg lengre i livet enn både jeg og legene trodde på, sier hun alvorlig.

EN MAMMAS URO

En stund så det ut til at livet til vesle Vibeke kom til å bli kort.

Selv om hun var full av liv og alt annet enn rolig, ble hun stadig mørkelilla i huden. I starten merket Anniken det særlig mens hun ammet datteren sin.

– Helt siden fødselen uroet det meg at hun plutselig ble blålippa. Jeg var sikker på at noe var galt, men legene hørte ikke på meg, forteller Anniken.

«Hun er frisk som en fisk», sa de da de fikk se hvor energisk Vibeke var. Vibeke ålte seg snart fremover og begynte å krabbe allerede da hun var fem måneder. Hun begynte tidlig å gå også. «Nei, det var ikke noe feil med henne!»

Anniken har aldri vært typen til å bekymre seg over det hun ikke kan gjøre noe med. Men uroen for at noe var galt





med yngstedatteren, slapp aldri taket. Da de skulle på fireårskontroll med storesøsteren, kom Anniken på helsestasjonen med en jente i hver hånd. Storesøster Elin og lille Vibeke på snart to år.

«Her kommer en sunn og frisk familie», utbrøt legen.

«Jeg er litt usikker på den minste», svarte Anniken. Så forklarte hun at datteren ofte ble blållilla. Det kunne da ikke være normalt?

Legen lyttet på Vibekes hjerte og utbrøt: «Det har du jammen rett i!» Han hørte at noe ikke var som det skulle med Vibekes hjerte.

ALVORLIG HJERTEFEIL

Legen sendte en henvisning til Aker sykehus. Etter det ble de videresendt til Ullevål sykehus som var eksperter på hjertesykdom. Det viste seg at Vibeke hadde to hull i hjertet mellom lungepulsåren og hovedpulsåren.

– Å få vite at barnet ditt har en alvorlig hjertefeil, er jo noe av det verste som kan skje, sier Anniken.

Foreldrene ble først veldig redde, men legene beroliget dem.

– På Ullevål var de flinke. De tegnet og forklarte hvordan hjertefeilen var. «Vi skal la hjertet til Vibeke få muligheten til å la det gro av seg selv», sa legene som lenge håpet at det skulle skje. Hver tredje måned måtte Vibeke inn på sykehuset for å ta hjertekateterisering, en undersøkelse for å sjekke tilstanden på hjertet.

Så ble det klart at hjertet til Vibeke ikke leget seg selv. Løsningen var åpen hjertekirurgi. Hvis ikke ville hun dø.

”
*Å få vite at barnet ditt
har en alvorlig hjertefeil,
er jo noe av det verste
som kan skje.*

Anniken

Vibeke husker bare små bruddstykker fra den tiden, som at hun fikk beskjed om å være en fighter. At hun fikk en blå dukkevogn av mamma og pappa. At sykepleierne maste om at hun måtte ligge stille.

DAGEN DE ALDRI GLEMMER

Den dagen Vibeke ble lagt på operasjonsbordet, står klart for mamma Anniken som om det var i går. Det var 9. september 1981. Da var Vibeke to år og ni måneder gammel. De var redde for hvordan det skulle gå.

– Men alt gikk bra. Legene var fantastiske, sier hun.

I lang tid etterpå ble Vibeke medisinert og fulgt opp. Etter ti dager på sykehuset fikk foreldrene beskjed om at jenta deres måtte reise hjem, selv om de hadde fått beskjed om å være der i fem uker. Vibeke var i altfor god form, og de andre syke barna trengte ro, sa legene.

Snart var det hjerteopererte barnet på tyttebærtur med foreldrene. «Nå har legen sagt at du er frisk, så da er du det», sa foreldrene til Vibeke. Først da hun fylte 12 år, ble hun erklært frisk. Men legene advarte om at Vibeke aldri

BLE IKKE TRODD: Ingen trodde på mamma Anniken da hun sa at noe var galt med yngstedatteren. Det viste seg at Vibeke hadde en alvorlig hjertefeil. Her er hun med moren og den tre år eldre søsteren Elin.

kom til å bli noen eliteidrettsutøver. Vibeke ville spille håndball, klatre i trær og løpe fort. Det fikk hun lov til.

IKKE SYND PÅ HENNE

Vibeke husker det som befriende at foreldrene ikke sykkeliggjorde henne. Hun kjente til andre barn i samme situasjon som ble stakkarsliggjort fordi de var hjertesyke. Det tror ikke Vibeke er så bra for barns selvfølelse.

Da hun slet med kondisjonen, sa foreldrene at hun bare måtte løpe en ekstra runde.

– Jeg fikk beskjed om at hvis jeg ville bli god i ballspill og løping, måtte jeg trene mer og jobbe hardere enn de andre. Sånn var det bare!

Vibeke føler hun lærte mye av denne innstillingen.

– Det tok lengre tid, men jeg ble ganske god på håndballbanen, husker Vibeke.

– Særlig mamma har alltid hatt den innstillingen at alt løser seg. «Det fikser vi», sier mamma alltid når det har vært problemer.

Det gjorde det da også både med hjertefeilen, og med å trene mye hardere enn andre for å kunne bli god. Men på skolen slet Vibeke mer og mer. Foreldrene fikk ofte høre det fra lærerne: Vibeke var et urolig og vanskelig barn med sterke meninger.

Selv husker Vibeke at hun var vitebegeistret og kunnskapstørst da hun begynte på skolen. Etter hvert dalte entusiasmen.

PASSET IKKE INN

– Jeg var lat og gadd ikke å gjøre lekser. Da jeg prøvde å ta meg sammen en periode, fikk jeg kjeft fordi jeg hadde gjort 13 sider for mye i matteboken, og dermed var kommet langt forbi de andre. Da sluttet jeg å være flink og begynte å kje-de meg. Jeg tror ikke alle barn passer i den vanlige A4-skolen, forteller Vibeke.

Hun kom stadig hjem med nye meldinger fra lærerne. Det var som oftest ordensforstyrrelser. Mens søsteren Elin var en mønsterelev, var Vibeke en bråkebøtte. Hun sluttet å følge med på skolen. Lærerne var oppgitte.

Jentene i klassen fikk heller ikke lenger lov til å være sammen med Vibeke



FLOTT DRAKT: Vibeke ikledd festdrakten mamma Anniken har sydd.

fordi hun fant på så mye rart. Isteden ble hun bestevenn med de populære guttene.

FRA STRYK TIL MATTESTUDIER

Vibeke hadde alltid hatt lyst til å bli god i matte, men falt av faget allerede i 5. klasse. På et vis kom hun seg gjennom grunnskolen, selv om mattekunnskapene var på femteklassenivå. Vibeke var skikkelig skolelei, men ville likevel på videregående. Det ble Oslo Private Gymnasium. Her fikk hun strykkarakterer i både matte og økonomi. Alle de andre fagene gikk langt bedre.

– Da sa pappa at hvis jeg ikke skjerpet meg, så skulle han ordne med plass til meg i rørløslæra.

En lærer sa det rett ut foran klassen at Vibeke burde dumpe et år. Hun var ikke flink nok.

Istedenfor å bli lei seg brettet Vibeke opp ermene. Hun gikk til rektor og ba om å få ta ett år på nytt. Det ble to år på språk-, kunst-, kulturlinjen.

– Jeg hadde også prestasjonsangst. Tenk om jeg prøvde og ikke fikk det til ...

Men drømmen om å bli god i matte hadde ikke sluknet selv om Vibeke tok et annet valg på videregående. Det ble mattestudiet på universitetet i 2001! Vibeke måtte starte helt på nytt med



KREATIVE: Både Vibeke og mamma Anniken er kreativt og praktisk anlagt. De liker begge å sy.

”
Mamma har alltid vært en rollemodell for meg. Hun har vært min inspirasjon i livet.

Vibeke

grunnleggende matte. Hun strevde seg gjennom brøk, gangetabell og ligninger. Alt det hun ikke fikk til på skolen.

LEVER AV MATTEKUNNSKAPEN

Da Vibeke ble spurt om å undervise elever i matte på fritiden, svarte hun ja. Først og fremst for å tjene litt ved siden av studiene. Snart underviste hun 40 timer i uken og hjalp elever med matteangst over kneika. Hun ga elevene det hun selv hadde savnet i skolen. Det å bli sett og forstått.

Med årene har Vibeke tatt mer utdanning. Hun har også startet «House of Math», et teknologiselskap som vil lære alle å knekke koden for å lære matematikk.

Hun forsto at hun kunne leve av mattekunnskapen sin og alt hun selv hadde

lært gjennom sin egen reise fra stryk til mattestudier. Slik ble jenta som lærerne ga opp, en vellykket gründer.

INSPIRERT AV MOREN

Vibeke har for første gang i livet hørt moren fortelle historien i detalj om da hun var en hjertesyk baby.

– Vi har aldri egentlig snakket om det.

Hverken Vibeke eller moren Anniken sier de er opptatt av å grave i fortiden eller bekymre seg for fremtiden.

– Vi er til stede her og nå i alt vi gjør, sier Vibeke.

Når de møtes, liker de å gjøre noe kreativt eller praktisk sammen. Mamma hjelper Vibeke i leiligheten hennes. Sist snekret de ny sengegavl. De like også begge å sy. Anniken viser gjerne frem festdrakten hun har sydd til datteren. Den bærer Vibeke med stolthet.

– Mamma er en rollemodell for meg. Hun har vært min inspirasjon i livet. Og hun har alltid hatt tro på meg.

Det mener Vibeke er noe av det fineste man kan gi til barna sine. At man har tro på dem og stiller krav til å gjennomføre.

– Jeg er veldig stolt av deg, Vibeke, sier Anniken og gir datteren en god klem.

Familien

REDAKSJON

REDAKTØR

Ole Martin Bjørklid, ole-martin.bjorklid@egmont.com

REDAKSJONSSJEF

Hanne Stensvold, hanne.stensvold@egmont.com

INNHOLDSANSVARLIGE

HÅNDARBEID: Åse Myhrvold Egeland,

aase.egeland@egmont.com

MAT: Hanne Stensvold, hanne.stensvold@egmont.com

HAGE OG GRØNT: Anna-Lena Johansson,

anna-lena.johansson@egmont.com

HELSE: Eva Glorvigen, eva.glorvigen@egmont.com

ROMANER, NOVELLER, LESERFOTELLINGER:

Kristin Sigvaldsen, kristin.sigvaldsen@egmont.com

DESIGN OG REDIGERING

AD: Maria Smith Nygård

REDIGERER: Elisabet Oftedal

MARKEDSANSVARLIG

Lise Burud Bullen

Lene Margrethe Haanes Ingier

PRODUKSJONSKOORDINATOR

Kate Wik, kate.wik@egmont.com

ANSVARLIG REDAKTØR/DIREKTØR

Marianne Gram

ANNONSER

Ad.venture AS

christian@ad-venture.no Tlf.: 941 59 089

POSTADRESSE: Familien, Pb. 4980 Nydalen, 0441 Oslo

E-POSTADRESSE: familien@egmont.com

TELEFON SENTRALBORD: 22 77 20 00

BESØKSADRESSE: Nydalsveien 12, Oslo

HAR DU SPØRSMÅL OM STRIKKEOPPSKRIFTENE?

Ta kontakt med garnleverandørene som er nevnt i oppskriftene i bladet.

FØLG FAMILIEN PÅ NETT



Familien på nett:
familien.no



Instagram: @
[familienstrikk](https://www.instagram.com/familienstrikk)

Facebook:
[familien.egmont](https://www.facebook.com/familien.egmont)
Familiens strikkegruppe
Familiens barnestrikk

VIKTIG INFORMASJON OM ABONNEMENT

BLI ABONNENT PÅ: bladkiosken.no

På minside.egmont.no kan du enkelt se på og administrere ditt abonnement.

KUNDESERVICE

TLF. HVERDAGER 08-16: 22 58 57 70

E-POSTADRESSE: abo-familien@egmont.com

Fint om du har ditt kundenummer klart ved henvendelse til oss. Abonnementet løper til du sier det opp.

ABONNEMENTSPRISER: 1 år (26 nr.) kr 1143 (pristillegg utenfor Norden).

Som abonnent på Familien kan du også lese bladet på nettbrett og mobil i appen Flipp.

Familien kan ikke påta seg ansvar for manuskripter og bilder som sendes inn til redaksjonen uoppfordret. Bladet må ikke leies ut i ervervsmessig øyemed. Utgivelse av stoff i bladets publikasjoner skjer bare i henhold til våre generelle vilkår for rettigheter til stoff. Dette gjelder både for stoff som honoreres, og for stoff som ikke honoreres. Vi forbeholder oss blant annet retten til å lagre og utgi stoffet i elektronisk form fra vårt redaksjonsarkiv eller andre databaser som vi har avtale med, herunder å utgi stoffet via Internett. Innsendelse av stoff kan, etter spesiell avtale med oss i hvert enkelt tilfelle, reservere seg mot at deres stoff distribueres til bladets kunder fra det elektroniske arkivet. Red. ILLUSTRASJONER OG ILLUSTRASJONSFOTO er fra Gettyimages hvis ikke annen informasjon er gitt.

TRYKK: Egmont Printing Service



MIX
Papir i Støtter
ansvarlig skogbruk
FSC® C146119

Medlem av foreningen
Norsk Ukepresse



**story
house**
EGMONT

Story House Egmont er en del av Egmont, som er et av Nordens største mediekonsern med 6300 ansatte og aktivitet i 30 land. Vi er en stiftelse, og Egmont Fondet deler årlig ut over

100 millioner kroner til et bedre liv for barn og unge.

Vårt motto *We bring stories to life* har sterke publisistiske verdier. Vi står bak mer enn 700 magasiner, tegneserier, Klikk.no, TV 2, Nordisk Film, kinodrift samt flere deleide selskaper.



8 sider fristende sommermat

Mettende salater, nybakt brød og saftige kaker



Bli med til Hotell Norge i Lillesand - en ekte sørlandsperle

Gled deg til neste Familien

I SALG 23. MAI

Strikk til små og store i friske sommerfarger og mykt garn



OPPSKRIFT
PÅ BIRGITTE-
GENSEREN FRA
RAUMA



Trendy mønsterstrikk – kun i Familien

FOTO: SIW PESSAR



Sigbjørn Johnsen og Ina Libak er født med 40 års mellomrom. Nå skildrer de hvordan man kan være der for hverandre gjennom livsløpet.
- Vi trenger vennskap på tvers av generasjoner, sier Sigbjørn til Familien.

LES OGSÅ

- STRIKKEGLADE DAMER PÅ LURØY
- NYT NELLIKER INNE OG UTE
- NY ROMAN
- MØT EN IKONISK MOTEJOURNALIST PÅ 90 ÅR

Sturla J. Stålsett

Han er professor i diakoni, religion og samfunn ved MF vitenskapelig høyskole



FOTO: MF vitenskapelig høyskole

Gud signe vårt dyre fedreland?

Mange kjente salmer og sanger kobler nasjonalisme og gudstro. Tenk på «Gud signe vårt dyre fedreland» skrevet av Elias Blix i 1891. I det andre verset synger vi der: «Men Gud, du i nåde til oss såg, / din kjærleik oss ikkje gløymde.» Hjemmefrontens kunngjøring i 1945 om at Norge igjen var fritt, brukte «Gud signe vårt dyre fedreland» som motto.

Og så i selveste «Ja, vi elsker»: «Har den Herre stille lempet, så vi vant vår rett», synger vi jo. Stille lempet – altså lagt til rette. For oss.

Kan vi fortsatt synge dette uten at noe skurrer?

Mange autoritære ledere rundt om på kloden kobler nasjonalisme og majoritetsbefolkningens religion. Vi finner det i president Modis hindunasjonalisme i India. I Russland mobiliseres russisk-ortodoks tro til støtte for krigersk putinisme. Og i USA har president Trump som kjent fått massiv evangelikal og katolsk støtte for å gjøre «Amerika» (det vil her si kun USA, som vi vet) «storslagent igjen».

Nasjonalisme kan uten tvil være en ekskluderende og destruktiv kraft. Mange meningsløse kriger har vært utkjempet i dens navn. Men den kan også forene oss som tilfeldigvis bor i samme region, innenfor samme grenser, i et mangfoldig og inkluderende «vi». Den kan mobilisere til samhold, og kamp for frihet og selvstendighet. Som vi ser det i Ukraina.

Derfor er det ikke likegyldig hvilke begrunnelser vi gir for kjærligheten til landet vårt. Det

utelukker ikke, slik jeg ser det, religiøse begrunnelser. Det kommer an på hvordan de utformes.

I «Gud signe vårt dyre Fedreland» er forholdet mellom gudstro og nasjonalisme uttrykt som takknemlighet, ydmykhet og bønn om beskyttelse. «So vakta oss, Gud, so me kan bu / i heimen med fred og hyggja!»

Trygghet, takknemlighet og fellesskap er gode verdier, uansett hvilket livssyn de måtte begrunnes i. I Norge er det i dag politisk enighet om at vi vil være et livssynsåpent samfunn, det vil si, et samfunn som kobler trosmangfold med likeverd.

Vår tradisjonelle 17.-maifeiring kan derfor gjerne suppleres med tekster og sanger også fra andre livssyn. Det avgjørende er at vi verken eier eller vil holde for oss selv verdiene som vi feirer denne dagen. Det er jo verdier vi allerede deler – langt utover landets grenser.

Så tross ekskluderende religiøse nasjonalismer i mange land og i alle religioner – eller kanskje enda mer på grunn av dem – er jeg glad i 17.mai. Den er fredelig, inkluderende og demokratisk. Barnetog, korpsmusikk, potetløp og festtaler er overalt båret av fokus på fellesverdier og menneskerettigheter.

Det kan vi som vil, trygt takke vår Gud for – gjerne også i en gudstjeneste på 17. mai.

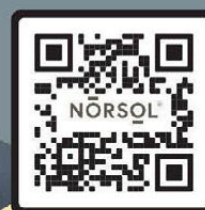
Sturla

FRA TINGVOLL

Delikate gardiner i kortreist norsk ull

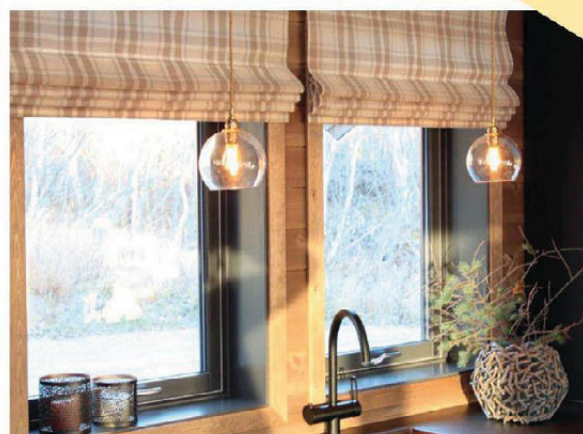
✓ Skann QR koden over og lær alt om gardiner
og solskjerming fra Tingvoll.

GRATIS
BEFARING
-
SE MER HER



Vi gjør
solskinnsdager
enda bedre

NORSOL®



1

GRATIS BEFARING

Vi gir råd, viser prøvekolleksjon,
tar nøyaktige mål, og gir
prisoverslag.

2

PRODUKSJON

Vi besørger din bestilling som
blir skreddersydd på vår fabrikk.

3

MONTERING

Vi monterer din ferdige
bestilling der du ønsker den,
raskt og fagmessig.

Returadresse:
ART AS
Postboks 209
2021 Skedsmokorset

Vital Plus +

Sirkulasjonsstimulator

Oppgradert bestselger!

Medisinsk godkjent

30 000 solgte i Sverige og Norge

**SPAR
745,-**

BESTILL I DAG!

Telefon: 69 39 90 40 - www.postshop.no

Medisinsk godkjent apparat som brukes av tusenvis av nordmenn hver dag.

Milde elektriske impulser stimulerer blodsirkulasjonen i ben og føtter.

Resultatet er at føttene og leggmusklene utvider og trekker seg sammen - på samme måte som å gå en lang tur. Meget enkel i bruk, i valgfri stilling. Behandlingen gjøres sittende i 10 - 30 minutter etter behov, mens du leser eller ser på TV.

Helt uten smerte. Passer til alle aldre.



”

- hei, jeg kan ikke få fullrost Vitalplus. Etter å ha brukt den i et par uker - 30 min. hver dag - er leggkrampene mine borte!

- er en svoren bruker av Vitalplus - smertene i bena er borte og ny blodtrykksmåling kunne konstatere at blodtrykket i bena var perfekt!

- jeg kjøpte den for 8 måneder siden. og er veldig fornøyd - kalde føtter er historie - takket være Vitalplus sirkulasjonsstimulator!



Vitalplus 1002

~~2 595,-~~
**NÅ KUN
1850,-**

ØK BLODSIRKULASJONEN I BEN OG FØTTER!

NYHET! Oppladbar og lettere

- Øker blodsirkulasjonen, og kan forhindre kalde, urolige og hovne ben
- Vil kunne bidra til å redusere stivhet i muskler og ledd, samt forebygge åreknuter - en effektiv helseinvestering
- Hvis du har pacemaker eller er gravid må lege konsulteres før bruk
- Fjernkontroll og norsk bruksanvisning • Drives på strøm • 30 dagers full returrett



GRATIS! • Verdi kr. 249,-



4 stk. pads inkludert i prisen ved svar innen 14 dager. Muskelstimulasjon og smertebehandling av bl.a. rygg, skuldre, nakke og armer. Helt uten bivirkninger. Kobles til Vitalplus 1002. Styres med fjernkontroll.

Kjøp nå.
Betal senere
med Klarna.

Klarna

TWA-dbytes.org

Frakt etter Postens takster tilkommer Leverandør: HELGESEN ENGROS AS