

NORGES BESTE TV-BLAD

HER OG NÅ

Uke 09 – 2024 kr 65



72 sider
TV-guide
– kun i Her og Nå

Anne
Lindmo
overrasket
mange

**Talkshow-dronningen
får nytt program**

**SE HVA HUN
SKAL GJØRE NÅ**

**Kim Wigaard rører hele Norge
med Demenskoret**

**Familiens
sterke historie**

Skulle ønske faren min fikk hjelp mye tidligere

Mesternes
mester-
finale

**HELTENE AVSLØRER
DET BESTE OG VERSTE
MED Å DELTA**

**Northug gir alt
på TV og i skisporet**

**Sjekk kjendisenes
tanker om Petters
elleville satsing**

**Bettan hedret
sin gode venn
Jan Werner**

**SAVNER HAM
UTROLIG MYE**



bc 720 11 UKEBLADER



**Velkomstseremonien
måtte flyttes innendørs**

STOPPET AV KONG VINTER

Den offisielle mottagelsen av Tanzanias president Samia Suluhu Hassan til Norge ble endret i 12. time. Snøkaos førte til at kong Harald for første gang i historien måtte ta imot et statsoverhode inne på Slottet i stedet for ute på Slottsplassen.

TEKST: **ROGER ØVERSVEN**
FOTO: **SVEIN BRIMI, NTB**

Været har ved flere anledninger ikke spilt på lag når utenlandske statsoverhoder har kommet på besøk til Norge. Men det har tidligere aldri skjedd at den offisielle mottagelsen har foregått innendørs på Det kongelige slott.

Store snømengder i Oslo førte imidlertid til at kong Harald (87) måtte ta et uvanlig grep da han

skulle ta imot Tanzanias president Samia Suluhu Hassan (64).

En tradisjon

Seremonien der det utenlandske statsoverhodet ønskes velkommen, er en av de faste postene på programmet under et statsbesøk. I Norge skjer denne seremonien utendørs på Slottsplassen.



◀
**HISTORISK
HENDELSE:** Kong
Harald tok for første
gang imot et stats-
besøk til Norge inne
på Det kongelige
slott. Her ønskes
Tanzanias presi-
dent Samia Suluhu
Hassan velkommen.
Dronning Sonja og
kronprins Haakon
bivånet det hele.

▼
TOK IMOT: Kronprins
Haakon fikk æren av
å ledsage Tanzanias
president fra vinterkal-
de Oslo og inn på Det
kongelige slott.

**Skrev
historie!**



Begge lands nasjonalsanger spilles, og Hans Majestet Kongens Garden inspiseres eller hilses både av kong Harald og det gjestendes lands statsoverhode. Vanligvis dukker det også opp en god del skuelystne nordmenn samt landsmenn av den besøkende konge, dronning eller president.

Flyttet innendørs
President Samia Suluhu Hassan ble derfor møtt av kronprins Haakon (50) utenfor Slottet, og han ledsaget henne inn til kong Harald. Der ventet i tillegg resten av velkomstkomiteen, dronning Sonja (86),



FAST PROSEDYRE:
Tanzanias president og kong Harald i Fugleværelset på Det kongelige slott.

kronprinsesse Mette-Marit (50) og prinsesse Astrid (92).

En innendørs variant av velkomstsereemonien foregikk for første gang i Store festsal på Det kongelige slott. Her var både Garden og representanter fra det offisielle Norge på plass, og nasjonalsangene ble spilt.

Varm mottagelse

Presidenten fra Tanzania la ikke skjul på at hun synes det var kaldt i Oslo og hadde nok ikke det minste imot at sereemonien ble holdt innendørs.

Den varme mottagelsen ble avsluttet på normalt vis med offisiell fotografiering i Fugleværelset og gaveoverrekkelser.





FAVORITT-KJOLE: Dronning Sonja, arm i arm med kronprins Haakon, valgte denne rosa silkekjolen fra Erik Mortensen fra 1991 til gallamiddagen. Hun bar dronning Mauds perletiarra.



NORSK DESIGN: Kronprinsesse Mette-Marit valgte også gjenbruk. Kjolen er fra TSH (Tina Stefénakk Hermansen) og vesken fra Prada.



▲ **GAVEOVERREKKELSER:** Tanzanias president sammen med kongeparet. I bakgrunnen prinsesse Astrid, kronprinsesse Mette-Marit og kronprins Haakon.

◀ **GALLAMIDDAG:** President Samia Suluhu Hassan og kongen på vei inn til Store spisesal. På menyen sto marmorerert laks, kamskjelltartar, kveite og solbær og melkesjokolade.

LEDER



Vi gleder oss til høsten allerede

Det høres kanskje litt rart ut med tanke på at det er vinter ute, og vi går en varmende vår og sommer i møte. Men det hindrer oss ikke i å glede oss litt til høsten også, for da kommer Anne Lindmo i en ny form på TV.

Rett over påske inviterer nemlig Anne Lindmo til siste sending av talkshowet som bærer hennes etternavn. Men den dyktige programlederen forsvinner heldigvis ikke fra TV-skjermen. Til høsten er hun tilbake med et nytt konsept på NRK. Hva slags program det er, kan du lese om lenger bak i ukens utgave av Her og Nå.

Allerede denne uken er det klart for årets siste program av en annen travet i NRKs berømte gullrekke på fredager. Helt siden første episode har «Mesternes mester» også denne vinteren tronet på seertoppen. I snitt har godt over en million sett de pensjonerte idrettsheltene

våre konkurrere i krevende øvelser i idylliske omgivelser på Sørlandet. Nå er det duket for finalen, og vi skal få se hvem som står igjen som vinner og kan løfte den gjeve pokalen og kalle seg Mesternes mester i sesong 15.

Folk som liker å vinne møter vi også i NRKs «Norges tøffeste» hvor Jørgine Vasstrand er programleder, og det gjør vi også i TV 2s nysatsing «Vinnereskalle». Her er Petter Northug programleder, Karen-Marie Ellefsen kommentator og Harald Eia byr på sin karakter Oslo-løsen. Nylig var det lansering for programmet, og da spurte vi Eia og deltagerne hva de synes om Petter Northugs elleville satsing i skisporet. Det kan du lese mer om lenger bak i bladet.

Her finner du også oversikten over alle de tøffe kjendisene som er klare for årets sesong av «Kompani Lauritzen». Det populære programmet har premiere på TV 2 lørdag 3. mars.

Kjære leser, jeg ønsker deg en veldig fin uke, og jeg håper du vil få en fin stund med denne utgaven av Her og Nå.

Monica

Monica Smith, redaktør

SENTRALBORD: 22 77 20 00 **KUNDESERVICE:** Telefon hverdager 08-16: 22 58 59 00 og e-post: abo-herogna@egmont.com
POSTADRESSE: Her og Nå, 0441 Oslo **BESØKSADRESSE:** Story House Egmont, Nydalsveien 12, Oslo
E-POST TIL REDAKSJONEN: herogna@egmont.com **ISSN-NUMMER** 1502-5853
ANSVARLIG REDAKTØR/DIREKTØR: Axel Walø axel.walo@egmont.com **REDAKTØR:** Monica Smith monica.smith@egmont.com
REDAKSJONSSJEF: Rebekka Østby rebekka.ostby@egmont.com
REDAKSJONSSJEF: Roger Øversveen roger.oversveen@egmont.com **VISUELT ANSVARLIG:** Nina Kirkenær nina.kirkenær@egmont.com **REDIGERER:** Espen Sørby **BILDEBEHANDLING:** Hilde Andresen/
Mindworking Asia **PRODUKSJONSKOORDINATOR:** Kate Wik **TEKNISK PRODUKSJON:** Egmont Printing Service.
Mobile tjenester er levert av Egmont Publishing. **PRISER ABONNEMENT:** ½ år (33 utgaver) 799 kr, 1 år (65 utgaver) 1499 kr

Publisering av stoff i bladet skjer utelukkende i henhold til våre generelle vilkår for rettigheter til stoff. Dette gjelder både for honorert og ikke-honorert stoff. Vi forbeholder oss også 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. Innsenderen av stoff må i hvert tilfelle avtale spesielt med redaksjonen hvis de reserverer seg mot at deres stoff distribueres fra vårt elektroniske arkiv eller tilknyttede databaser. Redaksjonen påtar seg ikke ansvar for innsendt stoff som ikke er bestilt. Stoff i bladet kan bare gjengis etter tillatelse fra redaktøren og med kildehenvisning.

**HER
OG
NÅ**



Sjekk alle fordelene du får som abonnent

Få bladet levert hjem

Som abonnent er du alltid prioritert, og du får bladet levert hjem, uten ekstra kostnad. Vi streber alltid etter å levere bladet til våre abonnenter først, før det er i salg i butikk.

Få mer for pengene

Som abonnent betaler du mindre for Her og Nå. Du sparer minst 58 % av butikkpris, per blad!

Les oss digitalt, med appen Flipp

Abonnenter kan også lese Her og Nå digitalt gjennom appen Flipp, helt kostnadsfritt. Her kan du bla deg gjennom alle bladets sider og også TV-guiden på telefonen, nettbrettet eller datamaskinen.

I Flipp kan du også kjøpe tilgang til Story House Egmonts mange andre magasiner.

Her finner du over 90 blader fra Norge, Sverige og Danmark.

Full tilgang koster ordinært kr 129, men som Her og Nå-abonnent betaler du kun kr 29 for full tilgang!

Få rabatt på reiser

Du som abonnerer på Her og Nå får 500 kr i rabatt på reiser som arrangeres av Story Travel.

Har du lyst til å få Her og Nå rett hjem hver uke og oppnå mange fordeler?

Gå inn på bladkiosken.no for et godt tilbud: www.bladkiosken.no/abonnement/her-og-na

Abonnement: abo-herogna@egmont.com Sentralbord: 22 77 20 00

Priser abonnement: ½ år (33 utgaver) 829 kr, 1 år (65 utgaver) 1549 kr



Ekstra temautgaver - kun til abonnenter flere ganger i året!



Skann denne QR-koden på mobilen din, så kommer du direkte til et supertilbud på Her og Nå!

SOM PLOMMEN I EGGET: – Vi fikk muligheten til å ringe til partnere og jobb en gang i løpet av uka. Det ville ikke jeg. Jeg syntes det var kjempedeilig å leve 100 år tilbake i tid, og ville forbli i den boblen, sier Sander Dale som endte på en hederlig 3. plass.



**Takker
foreldrene!**

**YouTuber Sander Austad Dale
avslører sin plan B**

Drømmen var å bli psykolog



TV-AKTUELL
Strømmes på
TV 2 Play



De siste årene har YouTuber Sander «Randulle» Dale gjort seg bemerket i programmer som «Forræder» og «Farmen kjendis». Han avslører at menneskemøtene har vært en avgjørende motivasjon bak deltagelsen.

TEKST: **HEGE E. TØRRESDAL**
FOTO: **SVEIN BRIMI, TV 2**

– Jeg tror oppriktig jeg aldri har hatt det bedre enn jeg hadde det inne på «Farmen». Det var helt nydelig å ikke ha kontakt med omverdenen og glemme at det finnes teknologi!

Sander «Randulle» Austad Dale (25) smiler bredt når vi møter ham på «Farmen kjendis». Og det er kanskje ikke så rart han satte ekstra pris på roen inne på

gården. Sander, som til daglig driver en av Norges største spillkanaler på YouTube, fikk nemlig et kjærkomment avbrekk fra både skjerm og seertall.

Stort press

– Selv om fokuset på «views» i dag har blitt litt sekundært og jeg prøver å gjøre de tingene jeg liker å gjøre, så er det likevel fort gjort å kjenne på et konstant press for å levere. Det er viktig å prioritere

GODE VENNER: Sander fikk god kontakt med blant annet Emilie Nereng inne på gården. De samarbeidet om flere oppgaver under gårdsoppholdet.

KONFLIKTER: – Jeg trodde etter å ha sett alle deltagerne, at det skulle bli en harmonisk sesong. Men det var ikke tilfelle. Det smalt fort – og jeg så det seriøst ikke komme, innrømmer Sander.

bort jobb i perioder. Det har jeg ikke vært så god på, men det har jeg tatt tak i nå. Hvis ikke kan man jo bli «klin gæren», rister «Farmen»-profilen oppgitt på hodet.

– Jeg har heldigvis et fint støtteapparat rundt meg, som jeg bare kan være med og glemme litt hva jeg driver med. Det er viktig å ha noen ankre i livet, hvis ikke kan det ta helt av.

Da blir det naturlig å spørre om «Farmen»-opplevelsen har endret hans skjermvaner?

– Nei! Har ikke tatt med meg noen nye vaner, altså. Ikke rutiner eller hardt fysisk arbeid. Men jeg har tatt med meg skjegget, flirer han.

Drømmen om psykologistudiet

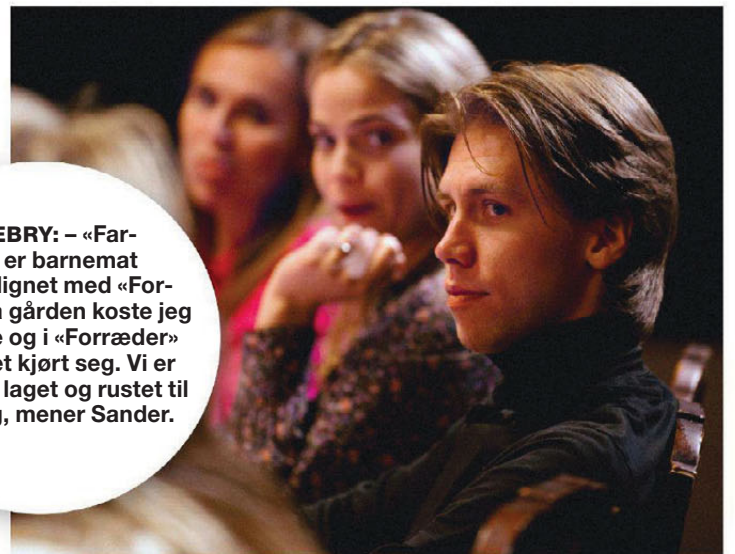
Det var ikke bare søken etter en

ENKLE KÅR: – Jeg er veldig glad for at jeg ikke ble født inn i en iPad i dag, for det blir nok skjerm. Det å legge teknologien bort og fokusere på gårdsdrift, var fantastisk, forteller Sander.



„Det er viktig å ha noen ankre i livet, hvis ikke kan det ta helt av

HODEBRY: – «Farmen» er barnemat sammenlignet med «Forræder». På gården koste jeg meg bare og i «Forræder» fikk hodet kjørt seg. Vi er forskjellig laget og rustet til ulike ting, mener Sander.



teknologifri hverdag som pirret nysgjerrigheten til 25-åringen. Hadde ikke Sander endt opp som YouTuber, er det nemlig et helt annet yrke han hadde siktet seg inn på.

– Jeg hadde egentlig lyst til å gå psykologistudiet, for jeg synes det er så spennende. Jeg er veldig interessert i hvordan mennesket fungerer, ikke bare som enkeltstående individer, men også i grupper. Derfor synes jeg reality som «Farmen» i seg selv er veldig kult. Det er interessant å se hvilken type person man blir og hvilken rolle man tar. Så innbiller jeg meg også at jeg er god på å

lytte, forteller Sander.

Gårdens kameleon

På gården har Sander vist at han er en sosial kameleon, som kommer godt overens med alle personlighetene på gården – uavhengig av alder og kjønn. Gjennom ukene på «Farmen», greide han også å holde de fleste konflikter på en armlengdes avstand. Men ikke alle.

– Jeg er en person som liker å ta et steg tilbake om noe blir litt betent. Men da jeg noe ufrivillig ble storbonde, ble jeg nødt til å ta litt ansvar. Hvis ikke ville Sondre (Mulongo Nystrøm red.anm.)

dratt hjem. Det ville jeg ikke, forteller Sander, og refererer til situasjonen hvor han valgte Christian Brennhovd som førstekjempe etter en konflikt i gruppa.

Takker foreldrene

3. januar hadde Sanders spillekanal 10-årsjubileum. Kjapp hoderegning avslører at han var 15 år gammel da han startet den eventyrlige digitale reisen. Men allerede som 12-åring, begynte han å kalkulere på hvor mange visninger han måtte ha for å tjene nok penger til å leve av det.

– Den kalkuleringen viste seg å være fullstendig skivebom. Men

uansett: Jeg lever mitt beste liv og lever ut barndomsdrømmen. Og støtten fra de rundt meg har vært helt enorm. Det er takket være mamma, pappa og søstrene mine jeg holder på med dette her. De har måtte holde ut med mye skrik og skrål opp gjennom årene, og da jeg sa jeg ville ta meg et fri-år fra skolen for å satse på det her, var de utelukkende positive. De presset meg aldri til å studere, forteller Sander takknemlig, og fortsetter:

– Vi er så heldige at vi lever i Norge, som er den tryggeste rammen du kan ha. Da er det bare å følge drømmene sine!

Trett og utslitt

I de 10 siste årene har Bente vært veldig plaget av urolige og kriblende ben. -Det var så ille at jeg ikke kunne besøke noen, og jeg var helt utslitt av mangel på søvn. Jeg har prøvd alt, også alle magnesiumproduktene jeg kom over, men ingen ting hjalp. Nå har jeg tatt magnesium malate™ fra New Nordic i 3 uker, og kriblingen i bena har forsvunnet. Det er som om jeg har fått et nytt liv.

Slutt med kriblende og urolige ben

Bente er 70 år, og har jobbet som sykepleier hele livet. -I de 10 siste årene har jeg vært veldig plaget av urolige og kriblende ben. Både søsteren min og min nå avdøde mor hadde det samme problemet.

-Jeg har vært i kontakt med flere eksperter, som ikke har kunnet hjelpe meg.

Det er virkelig tøft å ikke kunne besøke familie og gode venner fordi plagene i bena gjorde at jeg ikke klarte å sitte stille.

Trett og utslitt i mange år

-Det var aller verst når jeg lå og skulle sove. I mange år har jeg vært så trett og utslitt at jeg knapt har kunnet holde meg oppeist.

MAGNESIUM MALATE™ – KÅRET SOM BEST I TEST!

Magnesium malate™ fra New Nordic fikk en suveren første plass blant 8 magnesiumtilskudd på forbruker-test. dk. Kapselen inneholder magnesiumkilden magnesium-malat, som er en fruktsyre som stammer fra eplesyre. Det betyr at den er organisk bundet, og ikke kan fremstilles i et laboratorium. Magnesium bidrar til en normal muskelfunksjon og reduserer tretthet og utmattelse. magnesium malate™-kapselen inneholder også fransk maritim furubark samt sort og lang pepper, som støtter opptakelsen av andre urter. Pass på at du får med deg den originale magnesium malate™-kapselen fra New Nordic når du handler. Se etter sølvtre-logoen foran på etiketten, et anerkjent kvalitetsstempel for mennesker over hele verden.



-Flere ganger har jeg vært tvunget til å gå ut i vinterkulden med bare ben eller ta et varmt bad. Det var det eneste til en viss grad kunne redusere plagene i bena.

Leste om magnesium malate

-Jeg leste om magnesium malate™ fra New Nordic, og bestemte meg for å kjøpe en boks. Jeg tar 3 kapsler hver dag.

Nå sover jeg om natten

-Allerede etter 3 uker med magnesium malate™ sover jeg gjennom hele natten. Nå kan jeg også ligge i sofaen og se på TV, noe jeg ikke har gjort på 10 år. Det er helt fantastisk. Det er som om jeg har fått et nytt liv. Jeg kan varmt anbefale magnesium malate™!

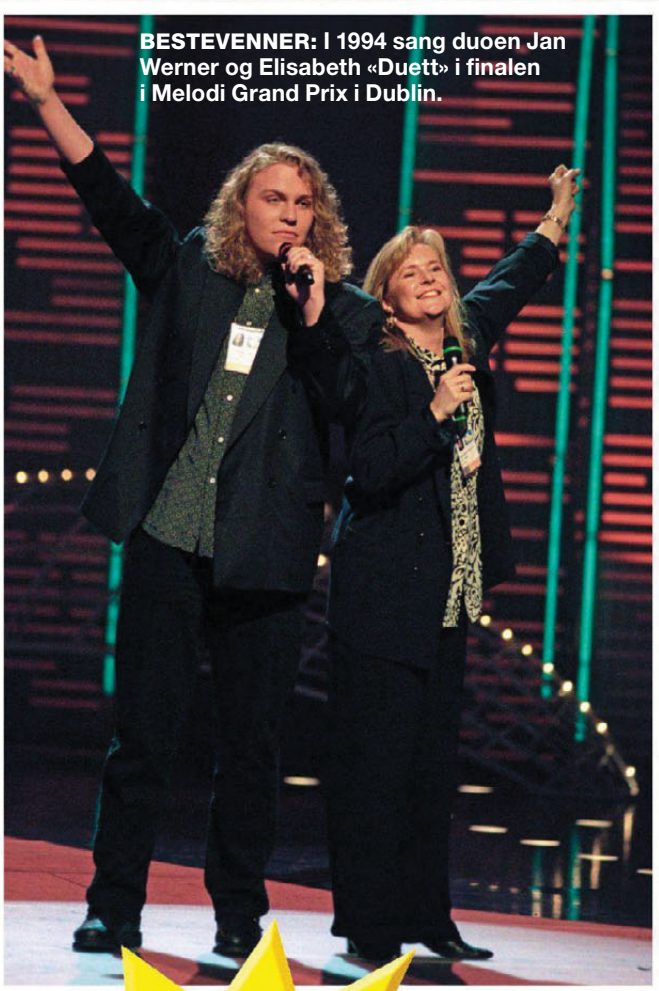


Vil du også prøve Magnesium malate™?
Magnesium malate™ kan kjøpes direkte på newnordic.no eller der du kjøper helsekost.

Bestill i dag å få den levert rett hjem i postkassen!

Bestill på newnordic.no eller 69 25 73 00
Spar 20% på abonnement

Kundeservice: 69 25 73 00



BESTEVENNER: I 1994 sang duoen Jan Werner og Elisabeth «Duett» i finalen i Melodi Grand Prix i Dublin.

**Emosjonell
start på året**

”

*Veldig
rørende å
få lov til å
synge
duetten*

STORT SAVN:
Under et av årets Melodi Grand Prix-program, sang Elisabeth Andreassen duett med sin gode venn og kollega, Jan Werner Danielson. Han døde av hjertesvikt i 2006, men kunstig intelligens gjorde opptreden mulig.



KJÆRESTEKVELD: Elisabeth kom på utdelingen av Foreningen Nordens språkpris sammen med kjæresten Øystein Sørum.

**STERK
OPPLEVELSE:**
Under den svenske prisutdelingen Guldbaggen, sang Elisabeth til minne om alle artistene som hadde gått bort det siste året. Her fotografert sammen med Molly Hammar.



Elisabeth «Bettan» Andreassen sang for Jan Werner

SAVNER HAM UTROLIG MYE

Nylig hedret Elisabeth Andreassen sin avdøde bestevenn Jan Werner Danielsen med en duett skapt gjennom kunstig intelligens.

Artisten Elisabeth «Bettan» Andreassen (65) har hatt en emosjonell start på 2024. Under Melodi Grand Prix sang hun duett med sin avdøde venn Jan Werner Danielsen. Han gikk bort i 2006, men kunstig intelligens gjorde opptredenen mulig.

– Det var helt fantastisk og spesielt. Han var en av mine beste venner, og jeg savner ham utrolig mye. Det var veldig rørende å få lov å synge duet-

ten. Det ble litt sånn KI (kunstig intelligens) med hologram.

– *Det må ha vært sterkt?*

– Ja, det var det. Det var fint å involvere familien hans. Broren Henning var der også. Han har vært med helt fra starten, og familien synes at det var fint.

Sang for avdøde kolleger

Bettan er født og oppvokst i Sverige, og under prisutdelingen Guldbaggen var hun leid inn for nok et følelsesladet oppdrag.

– Jeg fikk gjøre «In memorial», at du synger for dem som har forlatt oss i 2023. Det var veldig fint, forteller Elisabeth.

Her og Nå møter henne på utdelingen av Foreningen Nordens språkpris. Den nordiske kulturbæreren er svært viktig for den svensk-norske artisten.

– Foreningen Norden betyr kjempemye for meg. Det er så fint at vi holder kontakten mellom landene. Det er veldig bra at vi beholder språk og dialekter gjennom musikk, språk og tekster, mener Elisabeth.

Nær relasjon

Hun forteller at hun dessuten har blitt god venn med general-

sekretæren i foreningen, Espen Stedje, samt hans kjæreste Frank Mosvold.

– Jeg er veldig glad i Espen og Frank. Vi er verdens beste venner, og vi gjør veldig mye gøy, både på jobb og privat, stråler hun.

Skal lade batteriene

Etter en hektisk periode, ser 65-åringen nå frem til å kunne senke skuldrene.

– Ja, det har vært nyttårskonserter også, så nå gleder jeg meg til ferie i februar. Da skal jeg på ferie til Sri Lanka, røper hun.

TEKST: **MARIANNE KRISTIANSEN**
FOTO: **MARIUS GULLIKSRUD, NTB, CHARLOTTE WIIG**

UNG OG LOVENDE: Kristian Moen Bonden har gått på ski hele livet. Sammen med mamma Anita Moen trener de sammen flere ganger i uken.



OL-JUBEL:
Anita var anerkvinne da Norge tok OL-sølv på stafetten på Lillehammer i 1994.



Anita Moen følger opp sønnen også i skisporet

Jeg er veldig stolt av Kristian

Anita Moen dominerte i skisporene på 90- og starten av 2000-tallet. Nå er det sønnen Kristian som drømmer om de øverste pallplassene – med god trenerhjelp og inspirasjon fra en stolt mamma.

TEKST: CAROLINA M. BYE
FOTO: SVEIN BRIMI, JØRN GRØNLUND, TOM HANSEN, NTB



” Det er godt å ha mamma når jeg trenger råd



NÆRE VENNER: Anita (t.h.) har fortsatt kontakt med jentene på sølvlaget fra Nagano-OL, Bente Martinsen (nå Skari), Marit Mikkelsplass og Elin Nilsen.



STATUE: Anita Moens pappa har laget denne statuen av datteren. Den har fått hedersplassen i skilegendens hage hjemme i Trysil.



– Jeg er veldig takknemlig for at vi kan tilbringe så mye tid sammen. Og at det er kvalitetstid. Vi kan prate om så mye når vi er på skitur. Da jeg fikk Kristian, ønsket jeg å tilbringe så mye tid med ham som mulig, og det føler jeg at jeg har fått gjort i snart 16 år, sier Anita Moen (56) til Her og Nå.

Vi besøker skilegenden og hennes sønn Kristian Moen Bonden (15) hjemme i Trysil. Kommunen i Østerdalen er det perfekte stedet for skientusiaster, med tilnærmet snøgaranti fra oktober til april. Her er mor og sønn både født og oppvokst «med ski på beina», som de selv sier. De fantastiske

skimulighetene i hjembygda har gitt god uttelling.

Drømmer om å bli verdensmester

Anita er en av våre mest meritterte langrennsløpere, og hun konkurrerte i verdenscupen fra 1987 til 2003. I løpet av karrieren hanket hun inn ni OL- og VM-medaljer, 13 individuelle NM-gull samt fem seire og løyperekord i Birkebeinerrennet. I OL-sammenheng ble det to individuelle bronsemedaljer (sprint og 15 km) samt tre stafettsølv. I VM ble det fire stafettmedaljer.

Sønnen Kristian blir spådd en lysende skikarriere. I fjor stakk



STOLT MOR:
– Kristian har lenge vært moden for alderen. Selvfølgelig kan han iblant ha raptuser som andre ungdommer, men han er reflektert og ser alle. På skiskolen har han faktisk holdt kurs helt på egen hånd, sier Anita.

det unge langrennstalentet av med to imponerende seirer. Han vant det 18 kilometer lange og strabasjose Kittillirennnet, i tillegg til at han fikk både gull og sølv i 15-årsklassen i Hovedlandsrennet i Meråker. I januar i år kom Kristian på tredje plass under Kollenrennet.

– Det var gøy å vinne Kittillirennnet, for jeg har aldri gått så langt og så fort før. Men Hovedlandsrennet var desidert det største. Å spurte inn til gull der var utrolig stort for meg, meddeler tenåringsen, som har ambisjonene klare for fremtiden.

– Jeg har en drøm om å kon-

kurrere i OL og VM. Det hadde vært gøy å bli verdensmester på ski, smiler Kristian.

Trener sammen

Mor og sønn er imidlertid klare på at veien til de øverste trinnene på pallen skal være morsom. De setter aller mest pris på den fine tiden de tilbringer sammen i skiløypene. Når det er skisesong, trener de sammen cirka fem-seks ganger i uken.

På sommeren og høsten er duoen ofte på treningssamling, på Tenerife, Gran Canaria eller i Kina – der Anita var skitrener i mange år. Som tidligere toppidrettsutø-

ver, vet tobarnsmoren godt hva som kreves for å kunne konkurrere i verdenstoppen.

– Jeg er opptatt av at Kristian skal få et så bredt spekter som mulig i den fasen han er i nå. Man skal trene bra, men ikke for mye. Og så må det være gøy! Når du er aktiv med idrett, så blir ikke livet kjedelig. For meg har idrett vært et sikkerhetsnett for at barna mine skal finne en god vei for hele livet, forklarer 56-åringen.

Datteren er landslagstrener

Datteren Karoline Moen Guidon (33) er en høyt utdannet trener med master i idrettsvitenskap, og

hun er i dag landslagstrener for det sveitsiske langrennslandslaget. Det hersker ingen tvil om at Anita er umåtelig stolt av begge sine barn.

– Når Karoline er hjemme fra Sveits, går vi på ski sammen alle tre. Det er den største lykken for meg, å kunne gå turer med begge gullungene mine. Da har vi ofte konkurranser, som Kristian nå vinner. Det er ikke så lenge siden vi var jevne alle tre, men nå kommer jeg alltid sist, røper Anita og ler godt.

Kvalitetstid med barna

Hun erkjenner at hun og barna



SKITALENTER: Anitas datter Karoline har også vært en aktiv skiløper, og hun har også trenerutdannelse. I dag er hun landslagstrener i Sveits. Her er trioen i 2020.



HELT KONGE: Her blir Anita gratulert av kong Harald i 1997 etter å ha vunnet NM-gull på fem kilometer klassisk. Datteren Karoline bivåner det rojale møtet.



TIDLIG KRØKES: Kristian ble praktisk talt født med ski på beina. Her er de hjemme i Trysil i 2015.



”Hos oss er det høyt under taket, og vi har det gøy når vi er ute

er heldige som har ski som felles interesse. Hun vet det ikke er gitt for alle foreldre, spesielt om man har tenåringer i hus. Tobarnsmoren oppfordrer imidlertid andre foreldre til å vise engasjement for barnas interesser, selv om man ikke finner dem like morsomme.

– Kristian er for eksempel veldig glad i å fiske, noe jeg selv ikke liker så godt. Men jeg blir ofte med ham på fisketurer allikevel. Da sitter jeg ved siden av og drikker te, eller leser en bok. Og da opplever vi ting sammen, og det gir meg veldig mye. Så jeg prøver å strekke meg ganske langt for å bygge opp under hans interesser, forteller Anita.

– Jeg tror nøkkelen til å få kvalitetstid med ungene er å være med på det som de synes er ålreit, selv om du selv ikke synes det er helt toppers. Da knytter man sterkere bånd, og lærer om og av hverandre. Men det er klart, for vår del er det jo veldig artig at vi har felles skiinteresse, fortsetter hun.

Stolt av mamma

Selv avslører tenåringen at han overhodet ikke synes det er pinlig å dra på treningsturer med mor. Snarere tvert imot.

– Nei, det synes jeg ikke er flaut. Jeg er veldig stolt av mamma og karrieren hennes. Hun har



FULL FART: – Jeg er veldig glad i naturopplevelsene når jeg går på ski. Og så har jeg et stort konkurranseinstinkt. Det er alltid førstemann til topps, eller førstemann hjem igjen, sier Kristian.

vunnet mange medaljer i OL og VM, og ikke minst i NM-sammenheng. Teknikk og trening har hun stålkontroll på, og det er godt å ha mamma når jeg trenger råd. Alle kompisene mine blir helt i hundre når de hører navnet «Anita Moen». Det synes jeg er kjempegøy, humrer Kristian.

Erter hverandre i skiløypene

Mamma setter stor pris på at de har en kameratslig tone når de konkurrerer i skiløypene.

– Da kan vi erte hverandre litt. Kristian spøker med at jeg fortsatt går på ski slik vi gjorde på 90-tallet, og da legger han om teknikken sin for å etterape meg. Så erter jeg tilbake, og overdriver teknikken han må job-

be med. Hos oss er det høyt under taket, og vi har det gøy når vi er ute. Det at vi kan tulle med hverandre, skaper trygghet, mener Anita.

Etter at tobarnsmoren la opp som toppidrettsutøver i 2003, har hun drevet Anita Moens skiskole hjemme i Trysil. Så stor tillit har hun til Kristian, at 15-åringen er blitt skiinstruktør ved skolen.

– Det er veldig god læring i å skulle forklare teknikk til andre. Så er det også fint at han kan hjelpe mor litt. For når vi har tenåringselever, er det jo mye kulere å lære ski av Kristian enn av en «gammel» dame på 56 år, sier en lattermild Anita.

FLYR HØYT:
– Jeg er veldig glad i å bygge hopp. Det gjorde jeg mye da jeg var mindre og ble med mamma når hun holdt skikurs. Da skøytet jeg opp og ned hoppbakkene jeg laget, forteller Kristian.



GLAMOURFRITT: Anne Lindmo lover mindre føn og mer bustesveis og anorakk fremfor penkjole når hennes nye program kommer på NRK til høsten.

TV-AKTUELL

NRK fredag
kl. 21.25

**Får nytt
program**

Anne Lindmo har staket ut ny kurs

Bytter ut talkshow med tursekk





DYKTIG SAMTALEPARTNER: Anne Lindmo er en mester i å få profilerte gjester til å dele fra livet sitt. Her er det Anders Baasmo Christiansen som gjester studio.

TUR SOM SMAKTE: Anne var med Eyvind Hellstrøm på tur da hun var gjest i hans program «Hellstrøms jul» i fjor. Kan-skje ga det mersmak til å lage eget turprogram?

I hele 12 år har Anne Lindmo skapt stemning i studio. Men nå vil den populære programlederen ta med seg gjestene sine ut på tur i stedet.

Hun har vært en del av gullrekka etter tacoen fredag etter fredag. I det lune studioet på Marienlyst har Anne Lindmo (53) og hennes gjester skapt nære øyeblikk, tårer, latter og ettertanke mens hundretusener av nordmenn har fulgt med fra sofaen hjemme.

Så populært har talkshowet vært at det har fått hele 25 sesonger på statskanalen. Men nå er det slutt. 5. april i år går «Lindmo» på lufta for siste gang.

– Jeg har hatt enorm glede av å lage nasjonal leirbålsamling i alle disse årene, men alt har sin tid. Det er både morsommere og lurere å gi seg mens leken fortsatt er meget god, sier Anne i en pressemelding fra NRK.

Nytt program

Men tro ikke at den dyktige programlederen har tenkt til å hvile på de berømte laurbærene. Nei, allerede denne våren starter hun produksjonen av et nytt TV-program. Nå skal nemlig Anne ut på tur.

– Det neste TV-prosjektet mitt har allerede vært i utvikling en periode. Nå bytter jeg pumps med turstøvler og tar samtalepartnerne mine med meg til skogs, sier Lindmo om det nye programmet, som får premiere på NRK til høsten.

At hun ønsker å lage et turprogram er ikke så veldig overraskende. Anne simpelthen elsker å være på tur, og de senere årene har hun i ulike fora delt opplevelsene naturen har gitt henne.



SPORTY PAR: Anne Lindmo og ektemannen Hasse finner felles glede i turlivet.



Blant annet dukker det stadig opp bilder fra fine turer på Annes Instagram-konto. Hun har også skrevet boken «Min tur» der hun har samlet det hun omtaler som sine viktigste og fineste tokt i friluft med ski, skøyter og turstøvler på beina og hvordan hun gikk fra å være sofagris til å bli fjellgeit.

Vemodig

Selv om hun gleder seg til nye oppgaver, var det vemodig for Anne å dele nyheten om at det nå går mot slutten av «Lindmo».

– I dag kjenner jeg på masse stolthet og to teskjeer vemod – og lover å gjøre en strålende innspurt mot finale og siste program som blir 5. april, skrev hun på Instagram.

Stor takk

Med seg fra glamoirens verden og ut på tur får hun en velfortjent takk fra NRKs underholdningsredaktør Charlo Halvorsen.

– Jeg tror vi har et stort publikum med oss når vi takker Anne for et fantastisk selskap gjennom 25 sesonger «Lindmo». Hun har hatt den verdifulle kombinasjonen av solid raushet med gjestene, et humoristisk hjerte og et svært skarpt hode. Så har hun selv ønsket å bytte ut pentoyet med fleece og Gore-Tex – det får vi både respektere og glede oss over. Det er en institusjon som nå forlater stolen i studio, sier Charlo Halvorsen i pressemeldingen fra NRK.

TEKST: MONICA SMITH
FOTO: NRK, TV 2, NTB

Stjernene som aldri blir lei av å utvide familien

Ble fedre i godt voksenalder

Wenche Myhre synger om at når man blir 66, da tar livet til, man kan gjøre hva man vil og livet blir kult. For en rekke kjendismenn er det småbarnsliv som har startet i en alder av 66 år. Skuespiller Al Pacino ble nylig pappa igjen – som 83-åring!

TEKST: ANETTE GRAARUD ARNESEN FOTO: NTB, GETTY

ELDRE FEDRE: Robert De Niro og Al Pacino er to gamle ringrever i Hollywood. Ingen av dem har sluttet å spille inn filmer, og ingen av dem har sluttet å lage barn. Begge er nybakte fedre!



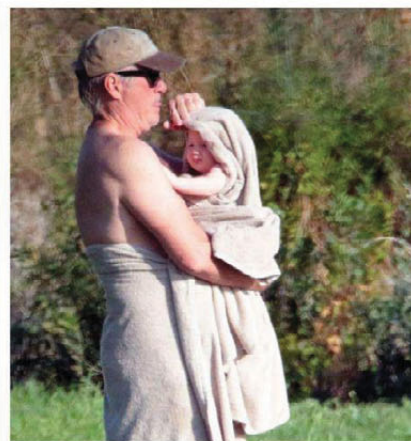
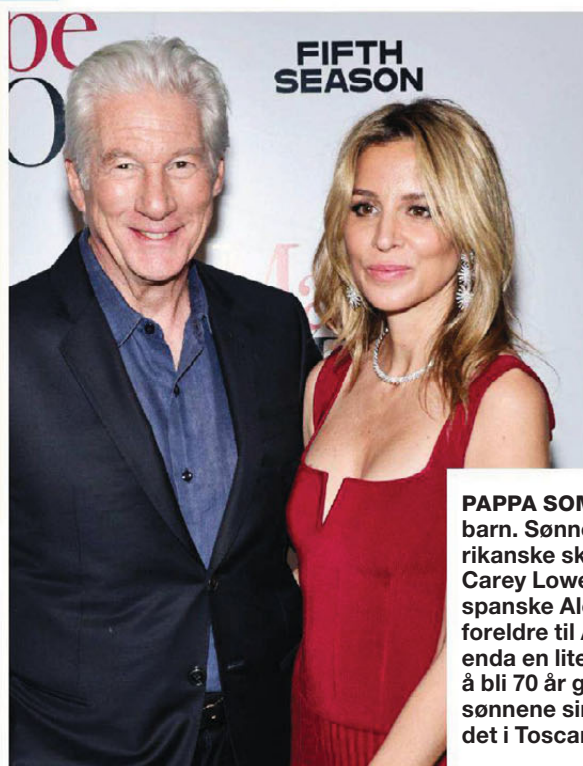
Virile menn!



PAPPA SOM 79-ÅRING: Robert De Niro (80) har til sammen syv barn med fire kvinner. Han adopterte sin daværende kones datter på 1970-tallet før de fikk en sønn sammen. På 1990-tallet fikk han tvillinggutter med en kjæreste før han fikk barn i 1998 og 2011 med kona Grace Hightower. De to ble skilt i 2018. Flere av barna er født via en surrogatmor. Her går han gatelangs i New York med datteren Helen Grace i 2019. I mai i år ble 79-åringen pappa for syvende gang, da han og kjæresten Tiffany Chen (45) ble foreldre til lilla Gia Virginia.



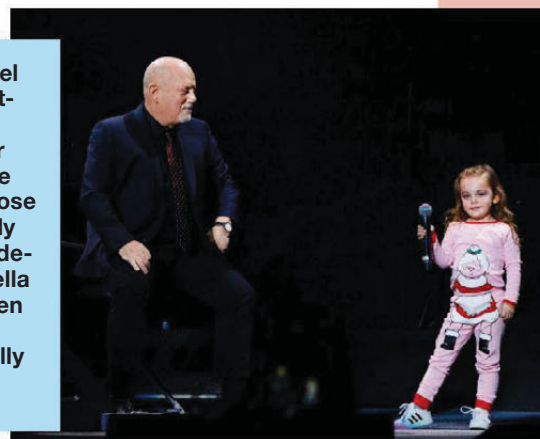
PAPPA SOM 83-ÅRING: Al Pacino (83) har til sammen fire barn med tre ulike kvinner. Han begynte sent, for han var 49 år gammel da datteren Julie Marie kom til verden i 1989. I 2001 fikk han tvillingene Anton James og Olivia Rose, som nå er 22 år gamle. På bildet er han ute i Los Angeles med Anton da sønnen var 12 år gammel. 15. juni ble han pappa igjen, 83 år gammel! Da kom lille Roman til verden. Moren er filmprodusenten Noor Alfallah (29). Hun liker tydeligvis eldre menn, for hun har tidligere vært kjæreste med Mick Jagger (79).



PAPPA SOM 70-ÅRING: Richard Gere (74) har tre barn. Sønnen Homer ble født i 2000 da den amerikanske skuespilleren var gift med skuespilleren Carey Lowell (63). I 2018 giftet Richard seg med spanske Alejandra Silva (41), og året etter ble de foreldre til Alexander. I 2020 ble de foreldre til enda en liten sønn. Da hadde skuespilleren rukket å bli 70 år gammel. Ekteparet viser sjelden frem sønnene sine, men Hollywood-stjernen ble avbildet i Toscana med Alexander sommeren 2019.



PAPPA SOM 68-ÅRING: Billy Joel (74) har til sammen tre barn. Datteren Alexa Ray ble født i 1985. Deretter skulle det gå hele 30 år før den amerikanske artisten ble pappa igjen. I 2015 kom Della Rose til verden, en måned etter at Billy hadde giftet seg med Alexis Roderick (41). Tre år gammel sang Della Rose duett med pappa på scenen i Madison Square Garden i New York. I 2017 viste 68 år gamle Billy stolt frem lille Remy Anne.





PAPPA SOM 66-ÅRING: Rod Stewart (79) har til sammen åtte barn. Første gang han ble pappa, var til Sarah i 1963. Da var han bare 18 år gammel. Den britiske artisten har fått barn gjennom seks ulike tiår! De to siste kom etter at han hadde fylt 60 år. Alastair kom til verden i 2005, mens lille Aiden, som her sitter på pappas fang i London, ble født i 2011.



PAPPA SOM 66-ÅRING: Elton John (76) og ektemannen David Furnish (61) har vært kjærestere i 30 år. Først i 2010 utvidet de familien med Zachary, som ble født via surrogat. Den britiske artisten var altså 63 år gammel da han ble pappa for aller første gang. I 2013 kom lille Elijah til verden også – født av den samme surrogatmoren. Her er familien på fire avbildet i Frankrike sommeren 2013.



◀ **BANDKOLLEGER:** Både The Rolling Stones-vokalisten Mick Jagger (80) og gitaristen Ronnie Wood (76) fikk barn i 2016. Da var de henholdsvis 73 og 68 år gamle. Mick har nå til sammen åtte barn med fem ulike kvinner. I tillegg er han både bestefar og oldefar. Sammen med kjæresten Melanie Hamrick (36) fikk han sønnen Deveraux, som blir syv år i desember. Ronnie har fem barn og et adoptivbarn, og sammen med kona Sally Humphreys Wood (46) fikk han tvillingene Gracie Jane og Alice Rose to dager før han fylte 69 år.

▶ **SMÅ SØTNOSER:** Ronnies kone Sally Humphreys Wood (til venstre) hadde med seg tvillingjentene Gracie og Alice på kinopremiere i London i 2021. På samme premiere var også Mick Jagers kjæreste Melanie Hamrick og sønnen Deveraux, som er svært lik sin berømte pappa.



▲ **BLE PAPPA SOM 67-ÅRING:** Steve Martin (78) ventet svært lenge før han ble pappa for aller første gang. Den amerikanske skuespilleren var nemlig 67 år gammel da han begynte å skifte bleier. Han giftet seg med Anne Stringfield (51) i 2007, og fem år senere ble paret foreldre til Mary. Den nå 10 år gamle jenta er oppkalt etter Steves mamma Mary Lee.



▲ **PAPPA SOM 66-ÅRING:** Clint Eastwood (93) har åtte barn med seks ulike kvinner. Den amerikanske skuespilleren og regissøren ble pappa både på 1950-tallet, 1960-tallet, 1970-tallet, 1980-tallet og 1990-tallet. De to yngste døtrene Francesca (til venstre) og Morgan ble født da Clint var 63 og 66 år gammel. I 2002 tok han med småjentene på en film-premiere i Los Angeles.



UREDD GJENG: Jørgine er imponert over årets deltagerer i «Norges tøffeste», som har premiere på NRK1 7. mars.



KOLLIDERER: Programlederjobben i NRK lar seg ikke kombinere med de andre jobbprosjektene Jørgine «Funkygine» Massa Vasstrand har.

Torsdag 7. mars er det klart for en ny sesong av programmet «Norges tøffeste» på NRK1. For tredje og siste gang er det Jørgine «Funkygine» Massa Vasstrand (34) som er programleder.

Slutter

Jørgine har takket nei til tilbudet om også å lede neste års sesong som skal spilles inn til høsten.

– Jeg er både glad og stolt over å bli spurt for fjerde gang om å lede dette programmet, men med en utvidet sendeperiode ble det problematisk å takke ja. Rent økonomisk gikk ikke dette i hop, sier Jørgine til NRK.

Hun forteller at det er mye spennende som skjer for hennes del fremover, og som ikke lar seg forene med å måtte ta en pause for å jobbe med «Norges tøffeste».

Trist

Jørgine legger imidlertid ikke skjul på at det er tungt å gi fra seg det hun tidligere har kalt «Norges beste jobb».

– Det blir trist å ikke lenger være en del av denne fantastiske produksjonen. Å være programleder for «Norges tøffeste» har vært et av høydepunktene i karrieren min. Men heldigvis gir jeg meg på topp. Årets sesong blir helt rå, sier Jørgine.

Årets deltagerer

Hun lover mange høydepunkter i ukene fremover.

Gjengen som skal kjempe om tittelen Norges tøffeste i 2024 er Kornelia Flo (22) fra Stryn, Styrk Eriksen (20) fra Hammerfest, Andreea Cioaca (24) fra Florø, Rebecka Andersen (22) fra Kragerø, Inga Medbø (27) fra Tromsø, Jesper Rogstad (22) fra Oslo, Hedda Schroeter Skaug (21) fra Drammen, Jo Haukeland Liadal (21) fra Haugesund, Torstein Risdal Hannås (22) fra Evje og Magnus Nybakk Pettersen (23) fra Bodø.

TEKST: **ROGER ØVERSVEN**
FOTO: **NRK**

«Funkygine» slutter som programleder

TAKKER FOR SEG I NRK

Jørgine Vasstrand har bestemt seg for at denne sesongen av «Norges tøffeste» blir den siste for hennes vedkommende.



Else er en frisk og aktiv pensjonist fra Skåne, som er opptatt av å ivareta egen helse. Hun ønsker å være aktiv, og elsker å være sammen med kjæresten, barn og barnebarn. I tillegg bruker hun mye tid på å være kreativ gjennom å skape fantasifulle perlebroderier.

ELSE HAR GÅTT NED

over 30 kg med hjelp av Fat Burner

Overflødige kilo

For en tid tilbake følte Else at det hadde blitt for mange overflødige kilo, som hindret henne i å være like aktiv som hun ønsket. Hun ville gå ned i vekt for helsen skyld. Takket være et tips oppdaget hun Fat Burner. -Jeg så resultater ganske raskt, både på vekten og fordi klærne satt penere. Jeg opplevde de første endringene allerede etter noen uker, forteller Else. Etter 2 måneder hadde hun gått ned så mye at hun måtte bytte ut enkelte plagg. -Det var

naturligvis et deilig problem at buksene hadde blitt for store i livet, ler Else.

Tenker på helsen

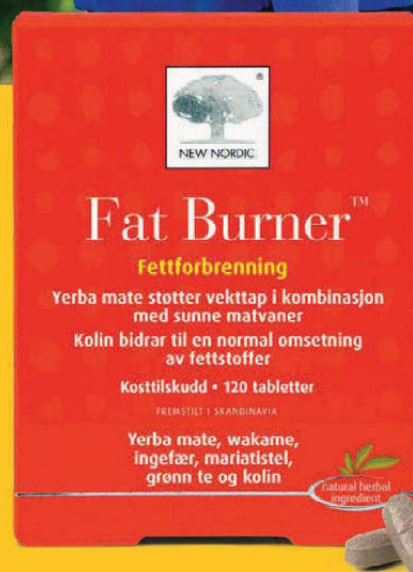
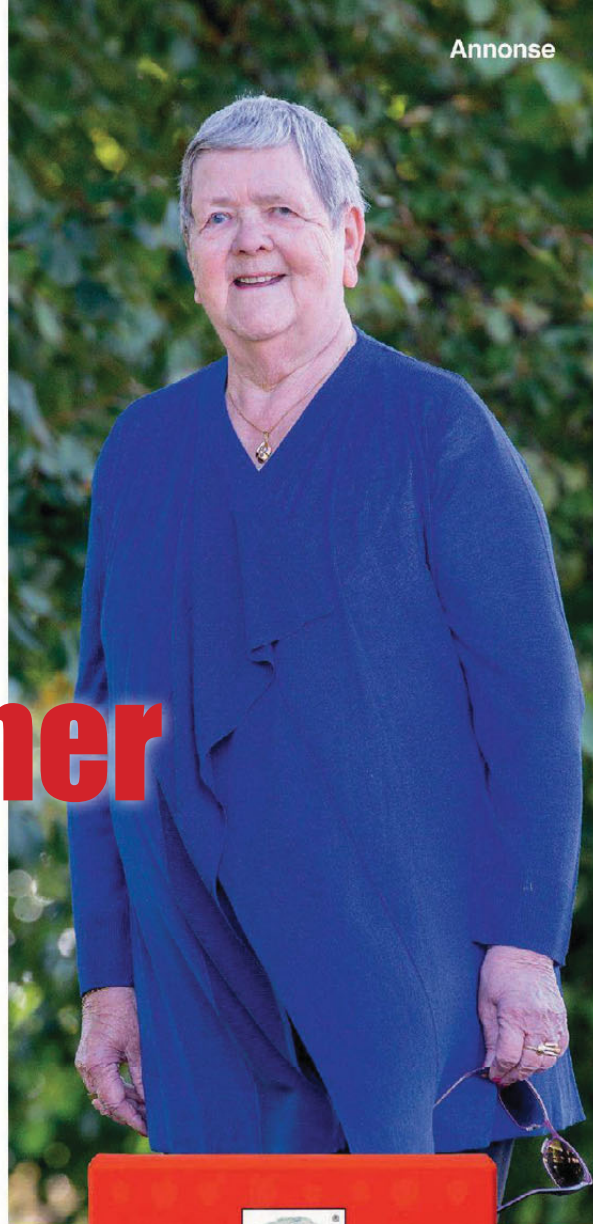
-Jeg er så glad for at jeg ved hjelp av ingrediensene i Fat Burner kunne bli kvitt så mange overflødige kilo. Det kjennes bra for helsen, og det fører til at jeg kan være mer aktiv. Nå er jeg 3 størrelser mindre enn da jeg begynte med Fat Burner, og jeg har det veldig bra, avslutter Else med et smil.

4 ulike vektproblemer!

Det kan være en hard kamp å bli kvitt overflødige kilo. Det kan oppleves vanskelig å få til en livsstilsendring. De som sliter med en mer punktvis overvekt, som for eksempel på magen, kan ha utfordringer med å se resultater på vekten. Det kjennes som om ingenting skjer uansett hva man gjør. Noen av de vanligste overvektsutfordringene er:

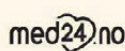
- 1 Raske karbohydrater og ukontrollert søtsug
- 2 Stadig sulten
- 3 Store porsjoner
- 4 Mangel på aktivitet/mosjon

Hvis du kjenner deg igjen i en eller flere av punktene kan det være verdt å prøve Fat Burner fra New Nordic. Fat Burner kan også kjøpes der du kjøper helsekost.



Bestill i dag på:
newnordic.no eller
69 25 73 00

Fat Burner™ kan også kjøpes der du kjøper helsekost





**Ailo Gaup sier han er
en overbeskyttende pappa**

Vil ikke at sønnen følger i hans fotspor

FORLOVET: Anne Rikken og Ailo Gaup har vært kjærester siden 2008 og er nå foreldre til to. I fjor fridde Ailo til sin kjære under en ferie i Frankrike.



VINNERBRØL:
I 2008 vant Ailo pris i åpen klasse under «Idrettsgallaen» på Hamar.

TØFF SPORT:
Idrettskarrieren har gitt Ailo mange skader, og venner har mistet livet underveis. Her er han på Bislett stadion i 2008.



FAR OG SØNN: I forbindelse med farsdagen i 2022 publiserte Anne Rimmen dette bildet av Ailo og sønnen Ebbe. Faksimile: Instagram @annerimmen

Ailo Gaup omtaler seg selv som en overbeskyttende pappa som sikkert bør utsette barna sine for mer fare, men FMX og motocross er helt uaktuelt.

Ailo Gaup (44) er en av de kjente personene som har vært gjest i «Familiekoden kjendis», podkasten som TV 2-programleder Katrine Moholt (50) og barnepsykolog Reidar Hjermann (55) har sammen.

I podkasten forteller Ailo om livet som småbarnsfar for Ebbe (7) og Iben (3), som han har sammen med programlederen Anne Rimmen (42).

44-åringen forteller at han synes livet er kjempebra. Han synes ikke at det har vært noen stor overgang å bli pappa til to og savner ikke sitt tidligere liv.

– Jeg synes ikke at jeg går glipp av noe ved å være forelder. Det er ikke noe som skjer utenfor

min verden som jeg heller skulle tatt del i, tvert imot, men jeg har drømt om familie siden jeg var tenåring, så jeg nyter det.

Han innrømmer imidlertid at han kan bli sliten også.

– Jeg kan bli sliten av at det er travelt på morgenen. Og noen ganger kan jeg bli litt lei av at legging tar lang tid hvis jeg har lest syv Peppa Gris-bøker på rad og drevet skuespill og alt mulig. For hun minste leser jeg helt til hun ligger der som et slakt, forteller han i podkasten.

Han er inne hos barna helt til de sovner, og noen ganger kan det ta fire timer før han kan liste seg ut.

Alvorlige skader

I 2009 la den tidligere FMX- og motocrossfører idrettskarrieren på hyllen. Da hadde han blitt verdensmester i FMX (Freestyle Motocross) i 2004 og 2007, og han vant også verdenscupen i 2003 og 2004.

Han utførte spektakulære og halsbrekkende øvelser med akrobatikk mens han var høyt i luften med motorsykkelen. Det førte til en rekke alvorlige skader gjennom årene. Han har blant annet punktert lunge, nyre og milt og brukt ryggen og nakken, og vet ikke hvor mange skruer han har i kroppen.

– Det er jeg usikker på, men jeg har titanium fra ankene og opp til skuldrene, fortalte han til Dagbladet i 2022.

For farlig

Det er ingen bilder eller trofeer i

huset som viser barna hva pappa har holdt på med tidligere. Ailo har nemlig ryddet bort alt for at sønnen på syv år ikke skal bli nysgjerrig og prøve på pappas gamle aktivitet.

– Jeg har ingen interesse av at han skal drive med det. Det er for farlig. Jeg har holdt på å dø mange ganger. Jeg har hatt flere teamkompiser som har dødd underveis, forklarer han.

Ailo innrømmer at han har en helt annen foreldrestil enn det hans egne foreldre hadde da han var liten. De ga ham lov til det meste.

– Jeg vet at jeg er overbeskyttende. Jeg vet at de godt kan utsettes for mer fare enn det jeg tillater, men jeg ser bare ikke poenget.

TEKST: ANETTE GRAARUD ARNESEN
FOTO: TOM HANSEN, LASSE ERIKSSON



Toppen Bech
1939–2024



BLOMSTERHAV: Mange ville sende en siste blomsterhilsen til Toppen Bech. Finn Schjøll var ansvarlig for å dekorere i kirken.

Terje Søsnes minnes TV-legenden

„Hun var et eksepsjonelt menneske

Venner og familie tok farvel med den legendariske TV-profilen Toppen Bech. Hennes kollega Terje Søsnes er i stor sorg etter å ha mistet en av sine beste venner.

TEKST: **MARIANNE KRISTIANSEN**
FOTO: **MARIUS GULLIKSRUD, NTB**

TV-personligheten, journalisten og forfatteren Toppen Bech, hvis egentlige navn var Ellen Åse Bech Langballe, ble bisatt i Frogner kirke. Hun gikk bort 5. februar etter

å ha vært rammet av demens de siste årene.

Familie, venner og tidligere kolleger var samlet i kirken på Oslos vestkant for å ta farvel med «Herskapelig»-legenden.

– Toppen var et eksepsjonelt menneske. Hun var viktig for

meg både som kollega og medmenneske. Hun var sine venners venn og stilte opp i gleder og sorger. Toppen hadde alltid driv i seg og var med på å skape nye vendinger. Hun sa alltid at alle mennesker er viktige. At alle har en historie, minnes tidligere NRK-kollega Terje Søsnes (78).

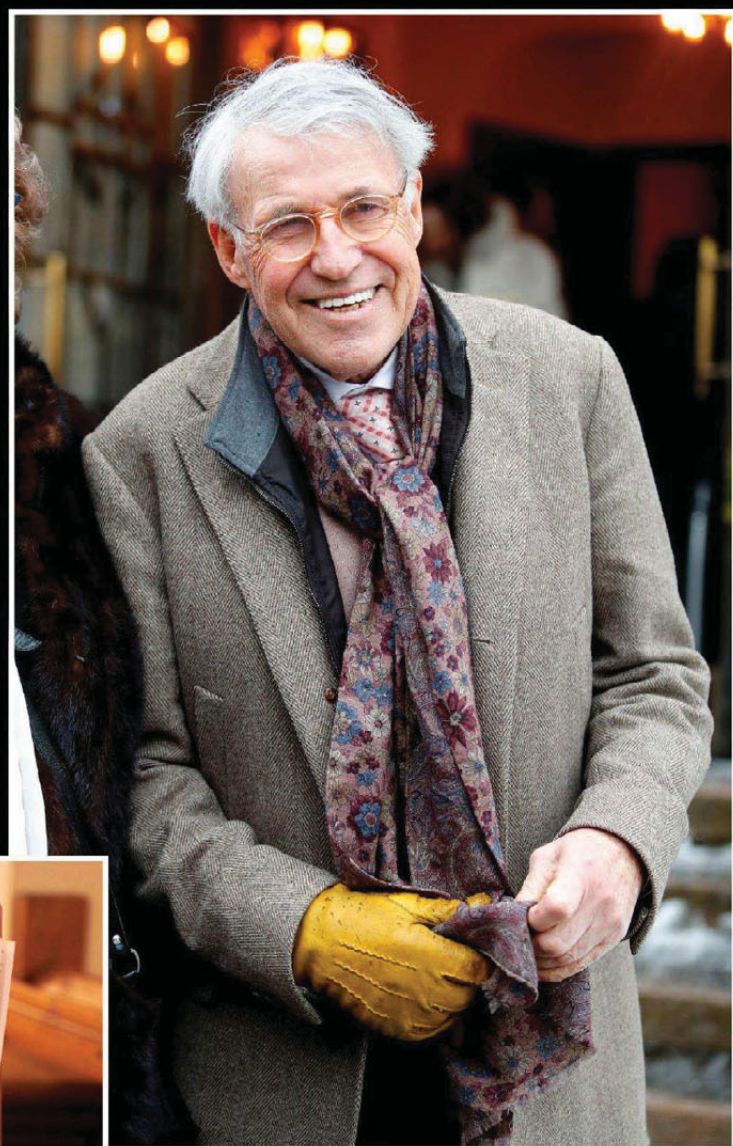
Han ledet NRKs morgensendinger «God morgen Norge!» sammen med Toppen fra slutten

VIKTIG VENN: Den tidligere TV-profilen Terje Søsnes forteller at Toppen har betydd enormt for ham, både karrieremessig og på det personlige plan.





ET SISTE FARVEL: Datteren Alexandra Bech Gjörv holdt en vakker minnetale under bisettelsen.



BESTEVENNER: Finn Schjøll og Toppen var gode venner helt til det siste. Hun lot seg sjarmere av ham da han var en blomsterhandler og inviterte ham med inn i TV-ruta. Han mener at livet ikke ville vært slik som det er i dag uten henne.

DEN GANG DA:
Toppen og Terje Søsnes ledet NRKs frokostsendinger fra slutten av 80-tallet og til begynnelsen av 90-tallet. Det skapte grobunn for et nært og varmt vennskap.



STEDT TIL HVILE:
16. februar ble Toppen Bech bisatt i Frogner kirke i Oslo. Hun gikk bort 5. februar, 84 år gammel.





Toppen Bech 1939–2024

► I SORG: Tidligere TV-profil Nils Gunnar Lie kom til bisettelsen sammen med kona Signe Lie. De var begge gode venner av Toppen. Signe jobbet dessuten sammen med henne i NRK.



40 ÅRS VENNSKAP: Skuespilleren Kari-Ann Grønsund og Toppen ble kjent gjennom felles venner for 40 år siden. Kari-Ann synes det var godt å få lov til å være med på å ta farvel med venninnen.



”**Toppen
beholdt det
gode humøret
til det siste**

Kari-Ann Grønsund

av 80-tallet og frem til starten av 90-tallet. Siden den gang har de vært bestevenner.

Bare én uke før hun døde var han på besøk.

– Hun var glad og sang til meg, minnes han.

Beholdt det gode humøret

Skuespilleren Kari Ann Grønsund (72) var også til stede for å ta farvel med sin kjære venninne.

– Jeg minnes Toppen med stor glede, for hennes varme

hjerter, humor og for alt hun har klart å utrette som kvinne i en tid der det ikke var så vanlig at kvinner gjorde de store krumspringene. Hun har vært vår store oppdrager i alle år og lærte meg å bruke kniv og gaffel, sier hun med et smil.

Toppen og Kari-Ann møttes gjennom felles venner for over 40 år siden.

– Hun har betydd veldig mye for meg og har vært en god venn i mange år.

72-åringen synes det var fint



å få være til stede for å ta et siste farvel.

– Det er alltid godt å være med på en avslutning. Toppen beholdt det gode humøret til det siste.

Rørende tale

Toppen Bech var gift med Håkon Langballe (86) og hadde barna Alexandra Bech Gjørsv og Nicolai Bech.

Alexandra holdt en hjertevarm tale i kirken, der hun også var åpen om demenssykdommen.

– Som mange vet, så ble mam-

ma rammet av demens. Det gikk veldig gradvis, og i en lang periode føltes det ut som at det førte familien tettere sammen, fortalte hun.

Under seremonien sang Maria Haukaas Mittet «Gabriellas sång», mens Ingrid Bjørnov spilte piano.

Kisten ble båret ut til Roger Whittakers «The Last Farewell», ABBAs «Fernando» og Shirley Basseys versjon av «Killing Me Softly With His Song».



ET SISTE FARVEL: TV-profilene Finn Schjøll og Terje Søsnes var svært gode venner av Toppen. De var med på å bære kisten sammen med familien.



SPILTE I KIRKEN: Ingrid Bjørnov spilte piano under den vakre bisettelsen.



I BISETTELSEN: Filmskaperen Vibeke Løkkeberg var en av mange som ville ta farvel med NRK-profilen.



Harald Eia roser

Petter



EN GOD

BLANDING: – Med Haralds bakgrunn som komiker og min erfaring som toppidrettsutøver, er programmet en god blanding av seriøs konkurransereality og mye humor, sa Petter Northug om «Vinerschkalle» i en pressemelding fra TV 2. I programmet er Harald den fiktive karakteren «Oslolosen» (bildet).

IMPONERT:

Harald Eia ble imponert over Petter, både profesjonelt og som menneske.

TV-AKTUELL

TV 2, tirsdag
kl. 21.40,
TV 2 Play

VINNERSKALLE:
Petter er en ekte
vinnerschalle. Harald
og deltagerne i «Vinner-
schalle» håper Petter
klarar å gjøre come-
back i langrenns-
toppen.

«Vinnerschalle-kollegaen

imponerer meg

Harald Eia ble overrasket over TV 2-kollega Petter Northug. – Jeg tenkte han ville være litt kjepphøy, men Petter er en helt prima fyr, sier Harald til Her og Nå.

TEKST: JOAN KRISTIN HAMMEREN
FOTO: SVEIN BRIMI, TV2, NTB

Det var intensivt under innspillingen av «Vinnerschalle». Både deltagerne, og programlederne kom tett på hverandre under oppholdet på Hudøy feriekoloni ytterst i Oslofjorden. Da de fleste jublet over å kunne dra hjem, kjente komikeren Harald Eia (58) at han ville savne kveldene med langrennsprofilen Petter Northug (38).

– De andre var så glade for å dra hjem, men jeg fy f... hvor koselig Petter og jeg hadde det da vi satt i det lille huset på kveldene og så på Dagsrevyen sammen. Det var innmari fint, sier Harald oppriktig og smiler.

«Vinnerschalle» ledes av Petter Northug, mens Harald Eia i rollen som «Oslolosen» skal bidra med «konstant utestemme og kuttsterke meninger om hva som kreves av en skikkelig vinnerschalle».

le». Duoen har samlet ti kjendiser som skal testes i ulike fysiske og psykiske øvelser, og til slutt står det igjen en vinner.

Alle likte Petter

Allerede før de møttes hadde Harald egentlig gjort seg opp en mening om hvordan han trodde den frittalende skilegenden Petter var. Virkeligheten samsvarte ikke helt med det han hadde sett for seg.

– Jeg kjente ikke Petter fra før. Jeg tenkte han var en litt arrogant toppidrettsutøver som har levd litt for mange år med støtteapparat. Jeg har tenkt at et sånt liv ikke er helt sunt noen, men Petter var så behagelig og fin. Alle likte Petter, sier 58-åringen og smiler.

På Hudøy bodde Petter og Harald i et eget hus, mens deltagerne bodde sammen på sovesal – en til jentene og en til guttene. Ingen av deltagerne skulle se Harald utenfor karakteren «Oslolosen». Det ble derfor en del tid hvor det bare

var Petter og Harald.

– Vi fant tonen. Petter var bare en helt super og empatisk type. Han er rett og slett hel ved, fortsetter Harald.

Kveldene tilbrakte Harald og Petter sammen, gjerne foran TV-en.

– Petter ville gjerne se på Dagsrevyen. Når vi så på kommenterte han nyhetene: «Nei, at det går an.» «Se på han da!» Var det gladsaker reagerte han akkurat som han skulle: «Nei, det var trivelig.» Det var som å sitte sammen med onkelen sin – det var veldig fint, minnes Harald og smiler.

Ba om råd

Etter langrennskarrieren har Petter vært ekspertkommentator i TV 2-Sporten. Rollen som hjelpegutt og programleder for «Vinnerschalle» var helt ny. Den mer erfarne programlederen Harald synes Petter klarte seg strålende.

– Han var proff og ambisiøs. Noen ganger kunne han uttrykke at noe ikke fungerte optimalt i manuset. Da ba han om råd. Hvis jeg foreslo noe, var han lyttende og lærenem. Etterpå kom han tilbake. «Nå sitter den», sa han til

meg. Han tok alt veldig naturlig og skjønte med en gang hvor vi skulle, fortsetter Harald.

Komikeren ble overrasket over 38-åringen fra Trøndelag.

– Jeg ble rett og slett veldig imponert over ham. Han er på plass. Alt det som skjedde før med fyllekjøringen virket som han var veldig ferdig med – at det er noe han har forsonet seg med og lagt bak seg.

Jævlig gøy

I flere intervjuer har Petter formidlet at han er åpen for et comeback til langrennseliten, og for deltagelse i VM på hjemmebane i Trondheim i 2025. Til flere medier har han uttalt at første delmål er å bli blant de ti beste i Vasaloppet 3. mars i år. Harald er en av flere som håper å se Petter tilbake i langrennstoppene.

– Petter jobber veldig systematisk med trening, det gjorde han også da vi var på innspilling. Det med planmessighet kan han. Han bygger stein på stein. Det er jævlig gøy og imponerende hvis han klarer å komme tilbake. Langrennssporten har godt av Petter Northug, mener Harald.

Deltagerne om Petters comeback-planer:



Frank Løke (43):

Tidligere håndballspiller:

– Jeg tenker at det er en veldig god idé. Petter er pioneren – han har skapt engasjementet som er for langrenn. Den var på topp da Petter var med, og interessen har dalt etter han la opp. Det at han er tilbake i sirkuset, at han har levert utrolig bra, er positivt for alle. Det hadde vært gøy hvis han kommer på pallen igjen. Jeg heier på Petter!



Salum Kashafali (30):

Friidrettsutøver og paralympisk mester på 100 meter:

– Jeg heier på ham. Det synes jeg er veldig bra. Hvis det er noen som kan klare det, er det Petter!



Solveig Gulbrandsen (43):

Tidligere fotballspiller og en av tidenes største norske fotball-profiler:

– Jeg er kjent for å gjøre comeback, så jeg har full forståelse for at han prøver på det. Så lenge du er god nok, og så lenge du har muligheten, synes jeg man skal benytte seg av den. Snart er det slutt. Han klarer ikke det mange ganger til. Hadde jeg vært ham, hadde jeg «gønna» på.



Karoline Dyhre Breivang (43):

Tidligere håndballspiller og kaptein på landslaget:

– Jeg synes det er imponerende at Petter prøver å gjøre comeback. Han vet jo hva som kreves av trening, restitusjon og annet for å være i verdenstoppen. Det tyder kanskje på at han har den motivasjonen som trengs for å gjøre den nødvendige jobben.



Isak Dreyer (29):

Snekker og TV-personlighet:

– Hvis han får til et comeback, er det artig. Han er en karakter og det er litt mer fres i ham enn i en del av de andre langrennsløperne. Han er en showmann.



Silje Sandmæl (45):

Forbrukerøkonom og TV-personlighet:

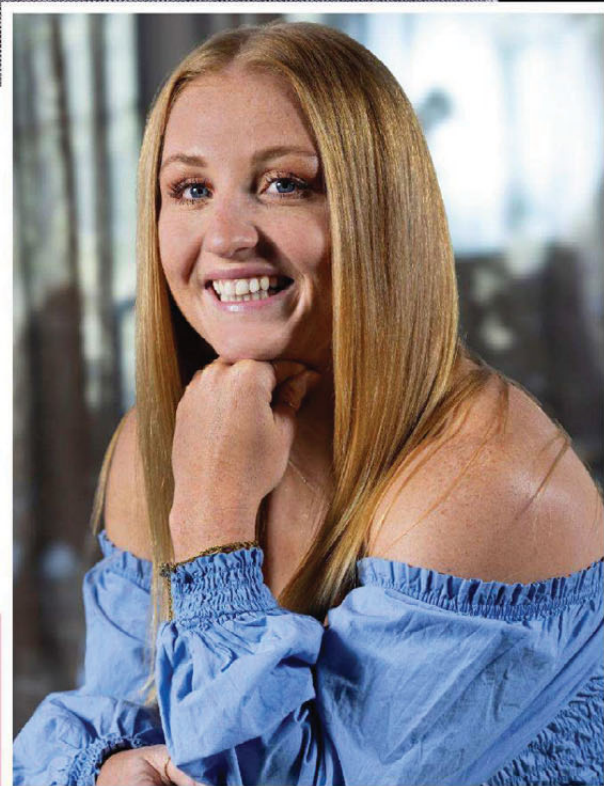
– Jeg er sinnssykt imponert. Det er ingen tvil om at det bor en vinneskalle i ham. Petter har vist at man kan snu et negativt mønster – han viser at selv om man har vært nede i en dal er det mulig å komme opp igjen. Petter gjør også langrenn morsommere.



Ragnhild Haga (33):

Tidligere langrenns-utøver:

– Jeg blir imponert over hva han får til, han ble nummer to i et norgescuprenn nylig. Det er mer enn det jeg forventet. Jeg snakket litt med ham i høst da vi spilte inn «Vinner-skalle». Jeg skjønte at han trente seriøst og bra. Jeg tror han kan gjøre det bra i langløp, men som en del eksperter har sagt, har han litt dårlig tid på seg til VM i Trondheim. På guttesiden i Norge er det så hard konkurranse at selv med hans meritter fra tidligere så må han legge ned en veldig stor jobb. Er han en av verdens beste da skal han selvfølgelig gå. Står det mellom Petter og en som er like god som han så vet vi alle hva han er i stand til å presse seg til.



Cecilie Maria Bolander (28):

MMA-proff:

– Det er bare å legge ned timene og kjøre på. Er det noe som på daglig basis blir motbevist, er det at alder har noe å si, det er hvordan man løser den kroppen man har som betyr noe. Petter har ressursene til å kunne gjøre et slikt comeback. Det har jeg trua på.

[illegible]

kryssord.no

STÅR DU FAST?

Norges største digitale kryssord-
leksikon på nett: [Klikk.no](https://www.klikk.no)



Send løsningen på SMS:

Skriv GATE <løsningsgate1 +navn, adresse, kontonr.> og send til 2205. Pris: 5,- pr melding.

ALPE-OMRÅDE

BIDRA

FÆLE

AVSLÅ

INSEKT

GLANTE

BILLIGE

HIHUND

PÅ-VIRKET

AVTREDE

FJAS

AVSKY

EN AV TOLV SKO-SPISS

SLIT

MURRE

FORM

DAG-GRYET

BAG

FOR

KURSTED

SKALA

ØM

MORN DA

ORE

MINE

TRYLLE-DRIKK

DYR

KLASE

ANSETTE

SKVÆR

UBØYE-LIG

KRYDDER

DATA-TAST

DESSERT

VISTE FORAKT

IRRE

GLATT

STROPP

FARES

HASTE

DATA-UTSTYR

ALDER-DOM

SLEMME

FOTBALL-KLUBB

PIPLET

FART

UT-SEENDE

TALL

ATOMENE

TRE LIKE

LAST

AVSKY

BIDRA

FROST-TEGN

UTETT

KJØRE

FLID

BANKE UT

KVINNE-BLÅD

TRÅKK

I HUS

LOKKE-MIDDELET

GASSART

PROVI-ANTEN

SKRITT

PLATA

PÅ MOTEN

ELING

STØNNE

HJØRNE-TANN

KOSTE

HÅR

LØVTRE

GA

BRÅK

BÅTEN

UNNGÅR

FORTÆRT

FULL FART

SPISE-KART

FRAM-KALLE

HUS-GERÅD

ALLE HER

KAV

FYRSTEN

ADV.

ORMER

FORSAGT

EGEN-SKAP

PREFIKS

ROSIN

FORU-RENSING

OPPNÅ

LÆRTE

SNYLTEN

MOTE

URO

BUKTET

MIS-HANDLE

OMRÅDE

DANSER

GLOSE

UT-STRAKT

SKITT

EDELHET

TRE-SORT

FRYDET SEG

STONE

3

I Her og Nås kjendiskryssord er det om å gjøre å komme frem til setningene i de gule gatene. Skriv dem inn i kupongen sammen med navnet og adressen din. Hver uke trekker vi ut en vinner som får 1000 kroner rett inn på konto!



Løsning på Her og Nå-kryss uke 4

B

D

P

L

U

E

T

O

E

I

D

I

G

R

E

T

R

A

U

M

N

N

H

A

R

P

E

V

O

L

D

A

O

S

L

I

N

G

R

E

K

V

O

T

E

N

K

A

P

I

T

A

L

R

U

S

S

K

I

M

R

Y

S

S

T

A

D

P

A

N

E

E

R

A

K

E

S

V

O

S

E

E

K

S

T

E

R

N

A

R

A

D

S

O

S

L

I

T

T

L

P

R

I

K

K

A

N

S

E

S

D

U

N

E

T

L

O

S

E

R

Y

A

H

E

S

E

S

T

E

K

T

O

R

D

E

R

A

L

L

I

F

A

V

N

T

J

A

B

R

U

N

E

U

K

E

A

I

R

B

A

G

U

T

A

L

L

D

U

R

D

U

K

I

N

O

V

I

S

S

O

V

N

E

R

V

I

S

P

E

K

E

L

E

V

R

A

P

S

K

A

L

P

G

O

D

E

L

E

L

S

K

E

R

U

U

A

S

K

U

M

N

O

D

R

E

V

I

A

G

E

R

E

A

S

A

L

F

R

E

M

M

E

E

N

E

R

E

T

T

U

P

L

A

R

A

E

M

L

A

T

E

A

T

E

U

N

O

R

M

A

L

N

A

U

S

T

G

I

R

E

K

L

E

M

O

T

S

T

F

L

O

K

E

T

R

O

S

M

O

R

I

L

D

L

O

S

E

N

E

A

K

I

N

G

E

N

R

A

S

E

P

G

A

D

O

R

M

E

L

A

G

S

T

A

D

U

F

R

I

K

R

A

P

Y

L

G

N

A

G

E

E

S

P

A

R

T

O

P

U

R

T

R

E

Ø

S

T

E

A

V

T

A

V

I

E

M

E

L

E

T

E

T

E

K

S

T

O

M

O

L

I

L

L

E

A

S

I

A

D

Y

P

N

A

T

I

D

S

I

E

N

N

E

P

I

S

J

R

E

I

T

A

A

A

P

M

A

I

L

E

A

L

M

F

B

T

O

S

E

R

M

E

R

I

T

T

K

R

Y

E

U

V

E

N

T

E

T

E

T

O

K

A

L

D

E

P

O

L

F

A

R

E

R

E

H

A

S

L

E

R

E

S

T

E

R

A

E

R

O

A

S

U

R

B

O

S

T

E

D

F

E

T

E

B

E

S

T

E

F

A

R

T

E

K

A

N

N

E

E

G

G

I

L

D

T

R

O

N

T

R

Y

K

T

S

Y

N

D

E

L

A

S

S

O

G

R

A

N

E

S

A

P

E

N

T

H

E

K

T

O

T

I

D

R

E

O

U

B

E

S

A

T

T

A

F

O

R

E

G

A

K

L

O

A

N

F

E

L

A

T

Y

S

K

A

D

J

Ø

E

N

D

E

L

Ø

S

T

R

Y

G

I

T

O

T

E

R

E

Vinner av 1000 kroner:
Ingrid Margun Guddal, Skarnes

GATE 1:

GATE 2:

GATE 3:

Navn:

Adresse:

Poststed:

Tlf:

Send kupongen til Egmont Publishing AS, Her og Nå «Kjendiskryss 9», PB 4683 Nydalen, 0405 Oslo. Du kan også sende inn løsningen på Internett: www.kryssord.no/hn, eller via sms. Frist: Onsdag 13 mars.



The image shows a crossword puzzle grid with Norwegian words filled in. The grid is 15 columns wide and 20 rows high. The words are written in black capital letters on a white background. The grid is divided into two main sections by a vertical line. The left section contains words like 'GRÅT', 'BØNN', 'LEDD', 'TRAVEL TID PÅ MOTEN', 'FEHODE', 'TALL', 'FISK', 'HAMRET', 'GUTTE-NAV N', 'BITENDE', 'FLATE-MÅL FATTIGE'. The right section contains words like 'SVAK', 'OND', 'PILO G ...', 'KLASSE', 'JENTE-NAVN', 'VRI', 'ANTALL VETO', 'LØP DUSJET', 'BE-UNDRER SKRAMME', 'VRANG UPAR-TISK', 'SØNDAG BUSKAP SEI RET', 'GRIMASE SKJÆRE', 'MOS FENGSEL', 'OM IGJEN KORT', 'TOPPER TRE', 'STILNER TYR', 'BLÅØYD BERØVE', 'ARRE-STERE FLOD', 'IKKE HER SITTER HØNA PÅ', 'JOGGET NÅ', 'ILD-MASSE BØNN', 'MINSTE ANLEGG', 'DETET-TIV BØYE', 'KOSE LIG GARAN-TERE', 'LØPER KORT I STOKKEN', 'LYD TRE', 'GIR VARME GOD', 'HÅND ROP OM HJELP', 'SLAG-STED SUGE', 'FRYSE IKKE INN', 'SUR VÆSKE SMELTE', 'RÅ', 'FOT-TØY ET'.

Løsningen på kryssordet finner du på quizsidene.

HOVED- STAD FIRE- HJULING	↓	VRENGE	FULL	↓	URYD- DIGHET	FASE UFØR	↓	UNDER- SKUDD	↓	ERT	FØR- TRINN	↓	FOTBALL- SPILLER	↓	GIDDER	↓	HØY RAD	↓
↓			TIL- TENKE TONE- TRINN					SKYT KRISE					SMELTET NETT					
VOGNA KORN								UMAKE ILDNE			DATA- TAST LYS				GLISER PERIO- DEN			
↓				SVENSK BY FUGLEN				BLOD- FARGET AVGUD			EST FUGLE- BOLIG					HENSYNS- LØS FÆLT		
SKARP		STØR- RELSE FØDE- MIDDEL				HESLIG ARGE				SORT MUNNTAK				TRE PREFIX				BOMMERT
↓			ENDELØS KORRI- GERE					PLEIE VEI- VISER					OPPHØYD FØLE MED					
HEFTIG	MERKE SLEKT- NING				KLOSSER AKTE						HELT KOST- HOLD						TYSK BY	
↓						STRIR IGJEN									SYNK USTYR- LIG			
BYRDE		RAS REFS						RETNING ELVENE				PÅBUD BRITEN				ELV FORTELL		
↓				SØK FART				BRA OPPGAVE						I HUS JEG LEKER				
DOMI- NERE DALE						DORSK DANSKE KRONER				VISEN FISK								KONGERN
↓			LAND- STRIPE HARPIKS			BARE ATOM- BRENSL							DYR HELT				BLINGSE	
ETTER- MIDDAG	BEILE ELEGANT				FIR- KANTENE LAND					SULT FYR					TIDL. BANER BOLIGEN			
↓				VRI SÆRT				FISK SKEPSIS				AVFALL LARM				KILO- BYTE BUSKAS		
ENDA		ER SIKKER FJASE			ARBEI- DET VÆRELSE					FRYST ENGST- ELSE				UTROP FISK				BREKK
↓			NOT FEIL					FOTDEL DRISTER					FEIL GI					
TALL JAMMER						KORT BANKE OPP					HOLMEN				NORD- BOER			
↓					PULVER PREFIX													
EIEN- DELENE	REGNING KRYP					RØYS ATOMER				STAV								
↓				DATA UER- FAREN						I KLOSTER								
FYLKE		MYNTENE TALL																
↓			MÅLTID LANGERE					DUNST TENT										
TOSK	OPP- SPINN BISTER				STED BRA					ARBEIDE								
↓				KONGE- SØNN UTEN NAVN														
ANSE AVIS						BANDO- LÆR												
↓			FRYKTE- LIG															



Løsningen på kryssordet finner du på quizsidene.

UKENS HJERNETRIM

10 begynner med VI



1. Han sang «Moren din» i MGP i 2018?
2. Hvilken visesanger fikk gjennombruddet sitt med «Pengegaloppen» i 1959?
3. Hva heter hjemmebanen til engelske Aston Villa?
4. Disse spiller hjemmekampene sine på SR-Bank Arena?
5. I hvilket land heter hovedstaden Hanoi?
6. Hva heter hovedstaden på Laos?
7. Til dette stedet i Trøndelag har jeg-personen billett, i DDE-slageren «Vinsjan på kaia»?
8. Hva heter han som var vokalist i Vazelina Biloppbøggers frem til 2006?
9. Hva heter de blå pillene fra Pfizer, som ikke må forveksles med Ålesund Lufthavn?
10. Eternavnet til mannen bak det kjente skulpturanlegget i Frognerparken?

10 om dukker



1. Hvilken britisk artist fikk en hit med «Living doll» i 1959?
2. Hva heter selskapet som produserer dukketypen Barbie?
3. Hvilken gruppe fikk en hit med «Barbie Girl» i 1997?
4. Og hva heter dukken som er kjæreste med Barbie?
5. Hva heter Disney-filmen fra 1995 om dukkene Woody og Buzz Lightyear?
6. Hvilken skuespiller stod bak bamsen Teodor og Titten Tei?
7. Hvilke fornavn hadde de to dukkene som frontet OL på Lillehammer i 1994?
8. På slutten av 60-tallet gjorde svenske Robban Broberg stor suksess med en låt om en litt spesiell dukke som het ...?
9. Hva heter amerikaneren med solbriller som bodde i universet til barne-TV-dukken Pernille?
10. Hva er det engelske navnet på dukken som på norsk heter Lille trille?

10 flyplasser i Norge



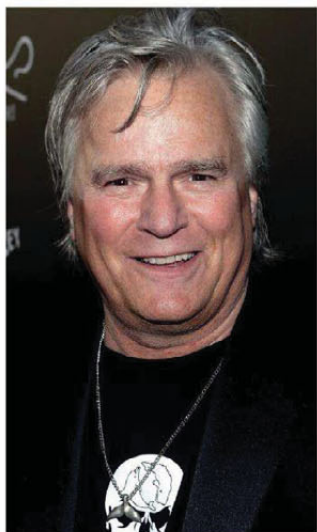
1. Hva heter Trondheim lufthavn?
2. Utenfor hvilken by ligger flyplassen Kjevik?
3. Hva heter Lakselv lufthavn?
4. Ved hvilken nordnorsk by ligger flyplassen Stokka?
5. Og ved hvilken nordnorsk by ligger flyplassen Helle?
6. Hva heter Norges østligste lufthavn?
7. Hva heter Stavanger lufthavn?
8. Ved hvilken by befinner du deg om du har landet på Kvernberget lufthavn?
9. Hva heter Bergen lufthavn?
10. Ved hvilken by har du landet om du er på Høybuktmoen?

10 om fingre



1. Hva er det engelske navnet på pekefingeren?
2. Hvilken tysk skihopper viste fingeren til publikum under OL på Lillehammer i 1994?
3. Hva heter Ringenes Herre-karakteren som får bitt av fingeren sin av Gollum?
4. Hva er det latinske navnet på tolvfingertarmen?
5. Hvem har malt det berømte taket i Det sextinske kapell, hvor pekefingerne til Gud og Adam nesten møtes?
6. Hvilket kjent redskap heter thimble på engelsk?
7. Hvilken norsk romanhelt har en lam høyre ringfinger, festet til langfingeren med en skinnmansjett?
8. Kan to personer ha samme fingeravtrykk?
9. Hva er det engelske ordet for fingeravtrykk?
10. Hva heter ikonet fra USA som peker på deg med flosshatt og sier «I want YOU for the U.S. Army»?

10 lett blanding



1. Han tok over som konge i «Kongen befaler», mens Atle Antonsen hadde pause?
2. Hvem spilte hovedrollen i komedien «Plastposen» fra 1986?
3. Hvilken myntenhet hadde Spania før euro?
4. Hvilken multitalent-helt er skuespiller Richard Dean Anderson mest kjent som?
5. Med hvilke ord begynner «La det swinge»?
6. Hva heter hovedstaden i Sveits?
7. Hvilke to farger består det sveitsiske flagget av?
8. Nevn et år Napoleon levde?
9. I hvilken måned foregår vårjevndøgn alltid?
10. Hva heter USAs visepresident?

10 junior-spørsmål



1. Er det aktive vulkaner på Island?
2. Lager en toastmaster toast?
3. Hva heter Norge på engelsk?
4. Er Donald enebarn?
5. Er Klaus Knegg en venn av Donald eller av Mikke?
6. Hva heter speider-organisasjonen som Ole, Dole og Doffen er med i?
7. Hvis du går tur på Besseggen, går du da på fjellet eller ved kysten?
8. Cupcakes er den amerikanske varianten av en populær porsjonskake som stekes i papirformer. Hva kaller vi dem på norsk?
9. Hva er makroner?
10. Hva kalles hvetebuller som er delt i to og fylt med krem og syltetøy og spises en bestemt dag i året?

UKENS SUDOKU

SUDOKU-REGLER:

1. Hvert av kvadratene med 3x3 ruter må fylles med tallene fra 1 til 9.
2. Hver vannrett og hver loddrett linje må også inneholde alle tall fra 1 til 9.
3. Et tall skal ikke forekomme mer enn én gang per rad (vannrett og loddrett) eller kvadrat.

Lett SUDOKU

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

Middels SUDOKU



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

MER HJERNETRIM

LETEKRYSS

Finn disse ordene i ordsuppa. De kan stå vannrett, loddrett, diagonalt eller baklengs.

BRYNE	LEVANGER	STAVANGER
FINNSNES	LILLEHAMMER	TROMSØ
HOLMESTRAND	RJUKAN	TVEDESTRAND
KOPERVIK	SANDVIKA	TØNSBERG
KRISTIANSAND	SKI	VADSØ



LØSNINGER PÅ KRYSS OG TVERS



QUIZSVAR

BEGYNNER MED VI

1. Vidar Villa
2. Vidar Sandbeck
3. Villa Park
4. Viking
5. Vietnam
6. Vientiane
7. Vikna
8. Viggo Sandvik
9. Viagra
10. Vigeland

DUKKER

1. Cliff Richard
2. Mattel
3. Aqua
4. Ken
5. «Toy Story»
6. Birgit Strøm
7. Kristin og Håkon
8. Underbara oppblåsbara Barbara
9. Mr. Nelson
10. Humpty Dumpty

FLYPLASSER I NORGE

1. Værnes
2. Kristiansand
3. Banak
4. Sandnessjøen
5. Svolvær
6. Vardø lufthavn, Svartnes
7. Sola
8. Kristiansund
9. Flesland
10. Kirkenes

FINGRE

1. Index finger
2. Jens Weissflog
3. Frodo
4. Duodenum
5. Michelangelo
6. Fingerbøl
7. Morgan Kane
8. Nei
9. Fingerprint
10. Uncle Sam

LETT BLANDING

1. Bård Ylvisåker
2. Jon Skolmen
3. Pesetas
4. MacGyver
5. «Fra en radio strømmer gamle melodier»
6. Bern
7. Rødt og hvitt
8. 1769 – 1821
9. Mars
10. Kamala Harris

JUNIORSPØRSMÅL

1. Ja
2. Nei (koordinerer taler, sanger og underholdning i selskaper)
3. Norway
4. Nei (søsteren hans er moren til Ole, Dole og Doffen)
5. Av Mikke
6. Hakkespettene
7. På fjellet
8. Muffins
9. Små, runde halvmyke kaker
10. Fastelavensboller

LØSNINGER PÅ SUDOKU

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

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

LETT

MIDDELS

LØSNING PÅ LETEKRYSS



Himmelstormende historisk romanse



Intropris:
199,-



Oversatt av Miriam Brundtland

Første bok i en ny, oppslukende serie om kjærlighet, kvinnelig list og maktspill i overklassen. For lesere av Lucinda Riley og Katrine Wessel-Aas.

Gjett året!

Hvilket år fant denne hendelsen sted?
Klarer du å gjette årstallet?

**SAMMEN
PÅ TUR:**

Prinsesse Ingrid
Alexandra og lillebror
prins Sverre Magnus var
med foreldrene kronprins
Haakon og kronprinsesse
Mette-Marit til Stiklestad i
2015 der dette bildet ble
tatt. Vi lurar på hvilket
år vesleprinsen ble
døpt?

Svar «Gjett året»: Prins Sverre Magnus ble døpt i slottskapellet 4. mars 2006 av biskop Ole Christian Kvarme.

Finn 5 feil

Disse to bildene ser helt like ut, men på bildet til høyre
er det 5 feil. Klarer du å finne dem?



Svar «Finn 5 feil»: 1) Pute bak Niklas Baarli har fått annen farge, 2) Fjernkontrollen på bordet er borte, 3) Beltet på den ene figuren på bordet er fjernet, 4) Bildet på veggen har ny farge på passepartout, 5) Tiger'n-motivet på genseren til Niklas har annen farge.

Hvor i verden er vi denne uken?

Hvor i verden er dette bildet fra? Send svaret på e-post til herogna.konkurranse@egmont.com. Du kan også sende det på SMS: Skriv GEOGRAFI <svaret ditt> og send SMS til 2205. Tjenesten koster kr 7,- per melding. Eller send et postkort til Her og Nå, 0441 Oslo. Merk kortet «Geografi». Har du riktig svar, blir du med i trekningen av tre Flax-lodd som du kan vinne inntil én million kroner på. Denne uken må vi ha svaret innen 8. mars.

Vinn
Flax-lodd

A: Barcelona
B: Bratislava
C: Budapest

 **FLAX**
norsk-tipping.no

Vinnere

Riktig svar i uke 6 var
Göteborg. Vinneren ble:
Jon Atle Johansen
Brekkeveien 10
1792 Tistedal

Ukens vitser :-)

To menn er på golfbanen, og da den ene skal til å slå ballen, stopper han helt opp da et begravelsesfølge kjører forbi dem. Han tar av seg luen og bøyer hodet.

– Jøss, visste ikke at du hadde så stor respekt for de døde, sier kameraten overrasket.

– Det er da det minste jeg kan gjøre. Vi rakk tross alt å være gift i 25 år.

– Hvorfor ble ikke Jesus født i Norge?

– Nei, for det er jo umulig at det skulle komme tre vise menn fra ØST.

– Stopp! Du må ikke tisse i vannet, gutt!

– Greit, men alle gjør det jo!

– Det er godt mulig. Men det er ingen som gjør det fra stupebrettet!

– Pappa, kan jeg få lov til å sitte på fanget ditt?

– Hvorfor kan du ikke sitte her på benken ved siden av meg, da?

– Fordi benken er nymalt.

– Har du hørt at Petter har lært seg spansk på bare tre uker?

– Hæ? På bare tre uker? Det skjønner jeg ikke!

– Nei, det gjorde ikke spanjolene heller.

Gunnar skulle besøke svigermor på syke-

huset etter at hun hadde vært utsatt for en bilulykke.

– Hvordan har hun det, spurte han sin kone.

– Hun ser forferdelig ut!

– Ja, det vet jeg. Men hvordan har hun det?

I geografitimen spurte læreren Kenneth:

– Hvor ligger Manchester?

Kenneth tenkte seg om og svarte:

– De ligger øverst på tabellen.





SAMMENSVEISET: Deltagerne rakk å knytte tette bånd gjennom innspilnings-ukene i Lindesnes. Her gjenforenes Birgitte Lersbryggen, Stian Sivertzen og Camilla Gjersem.

«Mesternes mester»-gjengen
delers sine beste minner

Vi ble en sammensgjeng fra dag én

Det var en feststemt gjeng som ble gjenforent et halvår etter innspillingene i fjor sommer. Vi spurte årets deltakere hva som står igjen som det beste og verste med den unike opplevelsen.

TEKST: **HEGE E. TØRRESDAL**
FOTO: **SVEIN BRIMI**

Langt fra intense konkurran-

ser, hvite sandstrender og salte bølgeskvulp på Sørlandet, ble «Mesternes mester»-deltagerne gjenforent for å se første episo-

de av den populære NRK-serien i Oslo like før jul. Her mimret de tilbake til de innholdsrike dagene de tilbrakte sammen på forsommeren i fjor.

– Det aller beste med opplevelsen, var å bli kjent med denne utrolig fine gjengen her, og produksjonsteamet rundt. Det føltes litt som å være tilbake i idrettsbobla, som var en utrolig

kul opplevelse. Og selv om det var veldig godt å møte datteren min og kjæresten min da jeg kom hjem, setter jeg veldig stor pris på å møte folkene her igjen nå, smilte en feststemt Stian Sivertzen (34) til Her og Nå.

Hemmelighetsfull

I anledning den eksklusive førpremieren var sportsklær

veiset

og joggesko byttet ut med finstas og høye hæler. Med seg på den livlige gjenforeningen hadde deltagerne tatt med seg familie og partnere. Vi måtte veie ordene våre denne festkvelden, for der noen fra deltagernes familie hadde en god pekepinn på hvordan det har gått i

programmet, hadde andre valgt å spare detaljene til de selv får se programmet rulle over TV-skjermene. Camilla Gjersems (29) tvillingsøster Anne Line, er en av dem som ikke ante hvordan søsteren hadde gjort det i årets sesong.

– Jeg har ikke hatt lyst til å vite det heller, så nå er

jeg kjempespent og gleder meg skikkelig. Jeg har jo vært litt nervøs og det har vært uvant å ikke ha kontakt underveis. Men jeg tror Camilla kommer til å gi alt og by på seg selv, smilte Anne Line, som i likhet med tvillingsøsteren har lagt bak seg en imponerende kunstløpkarriere.



SOMMER OG KONKURRANSE: Her er hele «Mesternes mester»-gjengen samlet i forbindelse med innspillingen som fant sted i fjor sommer.

MESTERMØTE: Både Tiril Eckhoff og Astrid Uhrenholdt Jacobsen har gjort stor suksess i skisport gjennom sin karriere, førstnevnte med børsa på ryggen.



ALENETID: Programleder Aksel Lund Svindal og forloveden Amalie Iuel hadde barnefri for anledningen, og storkoste seg sammen.

Feiret med sine nærmeste



Anders Aukland (51), langrenn.

Her sammen med kona, Gina Korneliussen.

Hva står igjen som det beste med «Mesternes mester»-opplevelsen?

– Det var den spenningen og det konkurransene gjorde med oss. Vi var mer nervøse og det var knyttet mye mer spenning opp mot konkurransene enn jeg hadde trodd på forhånd. Det var ikke kun lek, men også et alvor over den konkurranseboblen vi havnet i som var veldig gøy.

Hva opplevde du som det verste?

– Jeg koste meg faktisk hele tiden. Den eneste frykten jeg satt med, var å gå ut tidlig og gjøre det dårlig. Selv om det var slitsomt å holde fokus, det gikk i ett og var ekstremt intenst, sitter jeg igjen med bare gode minner.



Astrid Uhrenholdt Jacobsen (36), langrenn

Hva står igjen som det beste med «Mesternes mester»-opplevelsen?

– Det aller fineste er stemningen i gjengen. Det var en snodig kombinasjon av å være på leirskole og ha konkurranseinstinkt igjen – som var veldig gøy.

Hva opplevde du som det tøffeste?

– For min del var det at jeg hadde veldig lite overskudd da jeg gikk inn i det. Det jeg hadde vært gjennom i månedene i forkant hadde kostet så mye at jeg hadde et helt elendig overskudd. Det gjorde også at jeg fikk litt hjemlengsel.



Stian Sivertzen (36), snowboard

Hva står igjen som det beste med «Mesternes mester»-opplevelsen?

– Det var å bli kjent med denne utrolig fine gjengen her og produksjonsteamet rundt. Det føltes litt som å være tilbake i idrettsbobla, som var en utrolig kul opplevelse.

Hva opplevde du som det verste?
– Jeg synes ikke det var så mye som var så veldig tungt eller vanskelig, så det handler nok om måten jeg hadde forberedt meg på. Jeg burde kanskje fokusert på litt forskjellige ting som koordinasjon i stedet for å kun trene fysikk. Men jeg måtte bygge opp en fysikk og når hverdagen blir kort når du skal jobbe, være med familien og få på plass trening mellom slagene.

Camilla Gjersem (29), kunstløp.

Her sammen med tvillingsøsteren Anne Line Gjersem.

Hva står igjen som det beste med «Mesternes mester»-opplevelsen?

– Det var hele pakken. Samholdet, konkurransene – men også å få muligheten til å se tilbake på det man har gjort, å hedre det litt. Det er så lett at du går videre med livet og legger det bak seg. Men nå fikk jeg være med en gjeng tidligere toppidrettsutøvere, se tilbake, mimre sammen og dele erfaringer. Det var kjempegøy!

Hva opplevde du som det verste?

– Det var nok mest intenst å ikke vite hva jeg skulle konkurrere i og hvordan jeg skulle gå frem. Som idrettsutøver var jeg vant til å forberede meg for å lykkes, så det var rart å stå på bar bakke. Hva skulle jeg bruke av ferdigheter for å løse det? Den uforutsigbarheten var både krevende, men også en artig måte å utfordre seg selv på. Noen ganger var det sånn: «Dette var jo faktisk litt gøy!» Andre ganger var det mer: «Dette gikk litt sånn halvveis.»





Pål André Helland (33), fotball. Her sammen med samboeren Linn Lyngmo.

Hva står igjen som det beste med «Mesternes mester»-opplevelsen?

– Det var uten tvil å bli kjent med resten av gjengen. Når kameraene var slått av og vi fikk sitte å prate fritt, det var veldig trivelig.

Hva opplevde du som det verste?

– Det tøffeste var de gangene vi måtte gjennomføre øvelser om igjen. Det og mentalt samle krefter og motivere seg selv til å gjøre det på ny, var krevende. Særlig om du også var sliten og hadde vondt.



Tiril Eckhoff (33), skiskyting

Hva står igjen som det beste med «Mesternes mester»-opplevelsen?

– Da må jeg jo si folkene. At det alltid var god stemning.

Hva opplevde du som det verste?

– Jeg opplevde at det var sykt mye filming, mye mennesker og at alt tok veldig lang tid. Jeg hadde trodd det var en litt enklere greie. Det var ganske heftig.

Terje Håkonsen (49), snowboard. Her sammen med sønnen Teo Hundvin-Håkonsen (19)

Hva står igjen som det beste med «Mesternes mester»-opplevelsen?

– Det var når vi gjengen bare slappet av sammen. De gangene vi slapp å gjøre intervjuer og jobbe i produksjonen. Vi var jo på Sørlandet, så det var veldig lett å ha det gøy.

Hva opplevde du som det verste?

– Når du sitter og ser på det hjemme på TV, er det lett å tenke at det der kunne jeg gjort mye bedre. Men du har ett forsøk på ting du gjerne aldri har prøvd før. Det er ikke så lett.



Birgitte Lersbryggen (48), innebandy og ishockey.

Her sammen med datteren Mia (17).

Hva står igjen som det beste med «Mesternes mester»-opplevelsen?

– Det er vanskelig å velge bare én ting, men for meg var konkurransene veldig morsomme. Å bli så nervøs over lekekonkurranser, det var en litt rar følelse. Alt i alt var det å leve sammen i en boble, kun fokusere på konkurranser, bli kjent med nye folk og ha gode samtaler i huset.

Hva opplevde du som det verste?

– Fremfor alt var det en av konkurransene jeg opplevde som veldig vond og tøff. Men det var også det. Det aller meste var bare gøy!



Ole-Kristian Bryhn (34), skytter.

Her sammen med samboeren Silje Sebjørnsrud.

Hva står igjen som det beste med «Mesternes mester»-opplevelsen?

– Det var egentlig hele gjengen jeg møtte der nede. Vi var en så sammensveiset gjeng fra dag én. Alle unte hverandre å gjøre det godt og skjønne situasjonen om det gikk dårlig. Det husker jeg som en veldig fin greie.

Hva opplevde du som det verste?

– Det var de lange dagene og de opptakene vi måtte gjennom hele tiden. Når du konsentrer deg om konkurranse og er litt sliten og lei – så må du ut å prate og ta ting om igjen. Jeg ble litt lei av det, må jeg innrømme.

FIKK PROBLEMER:
Ingerid Stenvold ble
mer og mer lammet i
ansiktet, men det tok
tid før hun kom seg til
legevakten.

**Dramatisk opplevelse
for Ingerid Stenvold**

Ble lammet i ansiktet

TEKST: ANETTE GRAARUD ARNESEN
FOTO: NTB



GIFTET SEG I LOFOTEN: I 2012 giftet Ingerid seg med Torkel Halmø i Kabelvåg. Sammen har de døtrene Idun og Tuva.



KOLLEGER: I fjor høst var Ingerid og NRK-kollega Ingunn Solheim programledere under den spennende valgkvelden i forbindelse med kommunevalget.



SKREV BOK SAMMEN: Det var mens Ingerid jobbet med biografien om Marit Bjørgen at hun fikk lammelser i ansiktet.

Da Ingerid Stenvold satt og skrev biografi om Marit Bjørgen, begynte ansiktet hennes gradvis å bli mer og mer lammet.

Ingerid Stenvold (46) har tatt en liten pause fra Dagsrevyen, der hun har jobbet siden 2010.

I tre måneder er hun programleder for radiodebatten Dagsnytt 18. Hun er vikar for programlederen Sigrid Sollund (48), som har permisjon for å skrive bok.

I 2021 skrev også Ingerid en bok. Hun sto bak den autoriserte biografien om skilegenden Marit Bjørgen (43).

Det var under arbeidet med «Vinnerhjerter: Historien om Marit Bjørgen» at Ingerid plutselig fikk lammelser i halve ansiktet.

En morgen kjente hun at hun ikke klarte å lukke leppene helt rundt kaffekoppen, men tenkte ikke så mye mer over det før senere på dagen da hun møtte kolleger til lunsj.

– Da kjente jeg det mer og mer. De kunne også se at det begynte å henge litt, forklarer hun til Aftenposten.

Rett på legevakten

Ingerid gjorde som hun ofte gjør når hun har spørsmål om helse og ringte broren sin.

– Han er kreftlege og veldig

rolig. Ingenting er alvor før det er kjempealvorlig. Men nå sa han: Du må til legevakten. Med én gang.

Likevel gjorde hun ikke som broren sa, men ventet på at ektemannen skulle komme hjem.

– Da Torkel kom, kjørte han meg rett til legevakten. Og der var det boom på den røde knappen, forteller hun til Aftenposten.

Hun ble undersøkt med EKG og skanning og måtte også gjennom en ubehagelig spinalpunksjon, men prøvene viste at alt var normalt.

– Jeg fikk sekkediagnosen ansiktsslammelse. Det vanligste er at de ikke finner noen årsak, men vet du hva som er den mest sannsynlige årsaken? Trekk!

Nyter hver dag

46-åringen startet i NRK i 2001. Først jobbet hun i NRK Troms, men for 20 år siden startet hun i sportsavdelingen på Marienlyst, og de siste 14 årene har hun altså vært fast nyhetsanker i Dagsrevyen.

– Jeg har et liv som er veldig synlig gjennom den jobben jeg gjør, men det som gjør livet mitt godt sånn ellers, er at jeg har det fint i livet som er utenfor. Jeg har to kjempefine jenter og en veldig bra mann der hjemme som gjør at hver eneste dag er topp, fortalte Ingerid i et intervju med Her og Nå i 2022.

I 2012 giftet hun seg med Torkel Halmø (48) og sammen har de døtrene Idun (12) og Tuva (10).



MANGE AVSLAG:

Kim har vært på mange auditions i livet – og de fleste gangene har det ikke gått hans vei. 35-åringen erfarer at alle de gangene han har fått nei har bidratt til å utvikle ham som menneske.

Familie-dirigenten

Da faren ble syk, forlot Kim Wigaard et liv i New York for å passe på ham i barndomshjemmet sammen med lillesøstrene og moren. Slikt blir det ekstra godt samhold av, og en urokkelig relasjon ingen kan kødde med.

TEKST: **KJERSTI SALVESEN** FOTO: **CHARLOTTE WIIG**
BIDRAGSYTERE: STYLING, SMINKE OG HÅR: **LAILA MOE-STEIN**

Jeg er som snytt ut av nesa på mamma, sier Kim Wigaard (35).

– Nei, det vil jeg ikke si, kommer det kjapt fra moren, Bente Wigaard (68).

– Utseendemessig, jo, fastslår Kim.

– Ja, men innvendig ligner du på pappa, sier Bente og setter blikket i sønnen.

Kim står ved kjøkkenbenken og lager kaffe i den ett år gamle leiligheten han deler med forloveden Marius Hagen på Ensjø i Oslo.

Moren røper at hjemmene de-

res er som natt og dag. Mens hun bor i en leilighet der tiden har stått stille siden 80-tallet, får du her følelsen av å ha entret et luksuriøst SPA-hotell. Kim og Marius er glade i kontraster, men det er det sorte og elegante som dominerer.

– Jeg er misunnelig på badet, sier Bente.

– Du liker stilen, selv om den er langt fra din egen?

– JA! Det er sånn jeg ville hatt det, sier hun mens hun beundrer sønnens stilsikre, sorte kjøkkeninnredning.

– Mamma elsker sort, så eplet faller ikke langt fra stammen, sier Kim og legger til at også Marius har fått litt fra moren sin når det kommer til interiør.

Første date

– Mamma og jeg har aldri vært så nære som nå, opplyser Kim.

Moren nikker. Hun opplever at både sønnen og døtrene, Liza og Mari, er imøtekommende og trives sammen med henne.

– De tar meg med ut på byen, inviterer meg på drink-kvelder – og nå sist var jeg ute med alle

barna og kjærestene deres på Engebret Café fra 1800-tallet. Jeg tror det er Oslos eldste kafé. Både Bjørnstjerne Bjørnson og Henrik Ibsen gikk der, opplyser Bente.

– Vi feiret pappas bursdag. Han skulle blitt 73 år, forteller Kim.

Og det var på Engebret Café moren og Kims far, Tor, var på sin første date i 1979.

Et høyt elsket barn

Foreldrene hadde forsøkt i syv år da Kim endelig kom til verden.



**SAMMENSVEI-
SET:** I barndommen
spilte hele familien et
instrument. Mamma, Liza
og Kim spilte piano, faren
gitar og Mari klarinett.
Fortsatt synger og spil-
ler familien sammen.

Kim Wigaard (35):

Aktuell med andre sesong av «Demenskoret» på NRK. Kim er både musikk lærer, dirigent, sanger og artist, og har deltatt i blant annet «Idol», «The Voice» og «Melodi Grand Prix». Han har jobbet 15 år i underholdningsbransjen og opptrådt i operahus, på musikal-scener, i musikkshow og TV-sendinger over hele verden. Han ble for alvor kjent gjennom «Demenskoret» – og senere som programleder for «Ungkaren» på TVNorge. Privat er han forlovet og samboer med TV-personligheten Marius Hagen.



DEMENSKORET:
Medlemmene møtes til første korøvelse. Det er en spent gjeng, der den yngste kun er 48 år. Hvordan vil koret høres ut?

MORENS MOTTO: Av moren har Kim lært å drømme stort og å følge drømmene sine.

INDRE STYRKE:
– Jeg ser så mye av mamma i Kim. De har den samme indre styrken og ser muligheter i de vanskelige stundene livet kaster mot oss, sier lillesøster Liza.



Han fikk fire år alene med mange voksne rundt seg før han ble storebror. Ifølge moren var han da blitt litt bortskjemt. I tillegg til foreldrene, hadde han mormor og bess – og farmor og tante Hanna.

– Jeg knyttet meg til alle de voksne. Det var fint å ha flere tett på, understreker Kim, som husker godt da han ble storebror for andre gang.

– Jeg var seks år og så stolt da vi fikk med oss det lille nurket hjem fra sykehuset.

Da søstrene ble større, hjalp han dem både med leksene og å smøre matpakker før de skulle på skolen.

– Jeg sa de måtte lage matpakken selv – og da var Kim så snill at han hjalp dem. Alle tre har blitt veldig snille. Jeg ga de babbymassasje, det tror jeg har spilt

en rolle. Dessuten sang vi mye. Og Tor var flink til å lese for dem, så Kim snakket flytende da han var to år, sier Bente.

– Gjorde jeg? spør Kim.
– Ja, husker du ikke det? undrer moren.
– Nei, svarer Kim lattermildt.

– Vi er bare oss selv

Familien Wigaard har ikke alltid vært så åpne som de er i dag.

– Barna har tvunget meg til å bli mer åpen, forteller Bente.

– Tvunget deg? undrer Kim.
– Ja, dere holder jo på med denne klemmingen hele tiden, svarer moren lattermildt.

Yngstemann i familien, lillesøster Mari, bor for tiden hos moren mens hun tar en mastergrad.

– Hun har engelsk kjæreste, og det går i «I love you» på tele-

fonen fem ganger om dagen. Pappa sa ikke det til meg én eneste gang i løpet av de 35 årene vi var sammen, røper Bente om kjærligheten til Tor som hadde en mer dempet form utad.

At datteren har flyttet hjem er ikke helt uten utfordringer, og moren må innimellom holde seg fysisk for munnen.

– Ja, nå har du jo til og med fått pole dance-stang i stua (Maris stang, red.anm.), humrer Kim.

Moren ler oppgitt og sier at faren aldri ville tillatt det.

– Vi tilhører forskjellige generasjoner, men respekterer at vi har ulike syn. Vi er demokratiske i vår familie og krangler aldri høylytt. Men at jeg, som er så

konservativ, skulle få så liberale barn, da! sier Bente og trekker blant annet frem sønnens kjolestunt i MGP.

– Vi er vel ikke så liberale, vi er bare oss selv. Vi gjør det vi liker og har alltid fått din og pappas støtte, understreker Kim og røper at han har fått flere snapper av moren og venninnene hennes som drikker vin og tester pole dance-stangen.

Stått sammen

– I oppveksten har jeg alltid opp-



” *Det at han flyttet hjem fra New York for å stille opp for pappa, sier mye*

Lillesøster Mari Wigaard

levd mamma som nysgjerrig og eventyrlysten. Det har smittet over på meg. Hun setter seg mål og gjennomfører dem, forteller Kim.

– Ja, det er viktig å ha drømmer og følge dem. Og det har jeg ikke sluttet med som pensjonist. Jeg har ikke hatt det så gøy noen sinne! Det var hardt å skulle være her klokken ti i dag, sier Bente etterfulgt av en liten latter.

– Du fortjener å kose deg nå, sier Kim og møter morens blikk.

Familien på fire har opplevd mye smerte i livet og har stått stødig sammen gjennom store kriser. Da Kim var 27 og søstrene 23 og 21, flyttet alle tre hjem til moren.

– Jeg kom fra New York, Liza fra Trondheim og Mari fra Lillehammer. Vi bosatte oss i barnedomshjemmet for å hjelpe mam-

ma. Vi trengte å gjøre det beste ut av situasjonen etter at pappa var blitt syk to år tidligere.

Økonomisk var det helt krise, da faren over en lengre periode hadde mistet kontrollen. Han ble diagnostisert som spilleavhengig – en diagnose mange som egentlig har frontallapsdemens får først, da det er flere overlappende symptomer.

– Mamma trengte å jobbe mye for å ha råd til å beholde leiligheten, og vi måtte passe på pappa. Han hadde endret personlighet fra å være mammas beste venn til å lyve og gå bak ryggen hennes. Vi måtte ofte ut å lete etter pappa og hente ham fra steder han hadde forvillet seg til, husker Kim.

– Det gikk fem år før Tor fikk demensdiagnosen. Det var en forferdelig tidslomme. Alt var

komplett kaos. Det var som å ta vare på et voksent barn. Språket ble fattig og hygienen dårlig, sier Bente, som måtte skille seg for å redde økonomien og seg selv.

Magisk stjernestøv

Søstrene Liza Wigaard (31) og Mari Wigaard Johansen (29) kommer en tur innom storebroren underveis i intervjuet. Mari deler at Kim har fått henne til å forstå hvor viktig familie er.

– Det at han flyttet hjem fra New York for å stille opp for pappa, sier mye, mener hun.

Søstrene bekrefter Kims omsorgsfulle vesen som storebror.

– Han har utelukkende vært god og opptatt av familien sin. Jeg er stolt av at vi har spilt på lag gjennom alt vi har stått i, sier Liza.

Hun husker godt en episode

fra hun så filmen «Titanic» for første gang.

– Det var dramatisk. Skipet gikk ned – og jeg satt trygt i Kims armer hele tiden. Det øyeblikket vil alltid være med meg.

Mari trekker frem at Kim hadde et magisk stjernestøv av kjærlighet han kastet rundt dem som en slags glorie av beskyttelse.

– Han pleide å spørre: «Har dere matpakke i sekken da, jentene mine? Blyant og pennal? Viskelær?» forteller Mari som også roser Kims evne til å se alle mennesker for akkurat den de er.

– Kim har aldri tenkt at noen mennesker er bedre enn andre. For ham er alle like, og han elsker typete, rare, underlige, alt-mulig-mennesker.

Liza omtaler storebroren som klippen i familien.

– Han er alltid til stede hvis vi

”

*I oppveksten
har jeg alltid
opplevd
mamma som
nysgjerrig og
eventyrlysten.
Det har
smittet over
på meg*

Kim Wigaard

STERKE

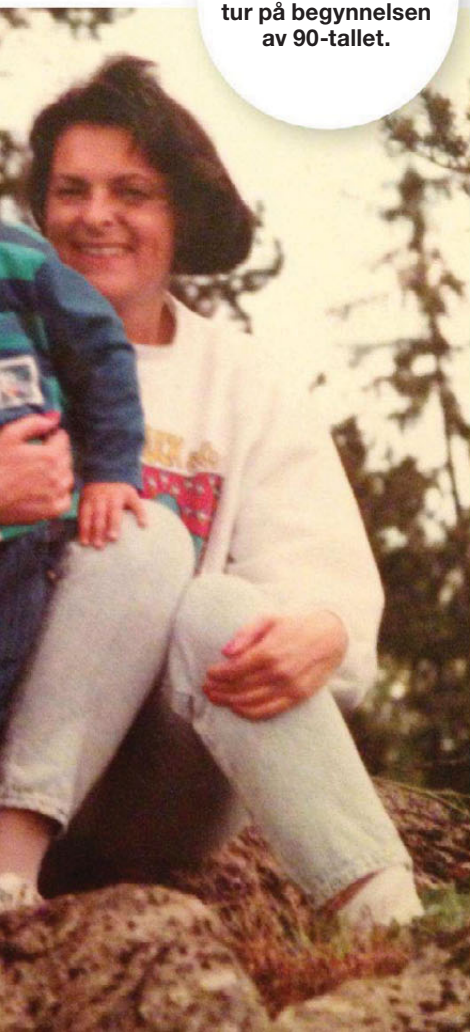
BÅND: Som liten lærte moren Kim å spille piano. – Etter to pianoøvelser var han flinkere enn meg, sier Bente Wigaard og legger til at når de feiret bursdager, spilte og sang de så hele blokken på Skøyen i Oslo ristet – og naboene klaget.

VERDENS BESTE: Kim hadde en leken pappa og har bare gode minner fra barndommen.





PÅ TUR: Kim og mamma Bente på tur på begynnelsen av 90-tallet.



LATTER: Kim og søstrene flyttet hjem da faren ble alvorlig demenssyk, og til tross for det triste fant de også latter og glede i hverdagen.



trenger han. I fraværet av pappa, bringer Kim familien vår sammen, sier hun.

– Kim, Liza og jeg har vært gjennom liv og død sammen. Det har ført til en urokkelig relasjon ingen kan kødde med, understreker Mari.

Hjelpen kom for sent

Søsknene begynte i samtaleterapi hos Blå Kors etter at faren hadde fått diagnosen spilleavhengighet, mens moren ignorerte alle følelser.

– Jeg ble som en maskin. Jeg gjorde kun tre ting: Jobbet, spiste sunt og trente. Det var krisetilstand, men barna gjorde en kjempejobb.

I halvannet år delte Kim og Mari køyeseng på barnerommet.

– Selv om vi var i starten på våre egne karrierer, hadde vi ikke noe annet valg enn å flytte hjem og ta vare på pappa. Han fikk diagnosen i 2015, bare ett og et halvt år før han døde. Du får ikke den hjelpen du trenger fra det offentlige før diagnosen er på plass. Hadde pappa fått hjelp før, ville det ikke gått sånn over styr som det gjorde, tror Kim.

Brukte arven på barna

Litt før Kims pappa gikk bort, døde mormoren. Arven brukte moren til å hjelpe barna med å kjøpe en leilighet, der de fikk hvert sitt rom.

– Mamma hadde ikke trengt å gjøre det. Hun kunne brukt arven til å betale ned på eget lån, men valgte å hjelpe oss. Det betydde mye, og det er ikke

alle som ville gjort det for barna sine, sier Kim.

– Da ble jeg kvitt dere, skyter Bente inn med et smil.

Hun legger til at hun unte barna ro og mer rom etter alt de hadde vært gjennom.

– Det fortsatte jo en stund til – med ny «legevakt» der og hyppige utkjøringer for å hente pappa, dag og natt, husker Kim.

– Den tiden rommet den største gleden og den største sorgen. Leiligheten ble et trygt anker midt i alt det vanskelige. Vi lo, gråt, fant og støttet hverandre. Vi dyrket samhold og glede – og fikk pågangsmot til å møte verden utenfor. Vi tullet med at vi skulle bo sammen til vi ble gamle, skyter Liza inn.

Hun minnes hvor stolt hun var over å fortelle andre at hun bodde sammen med søsknene sine.

Verdens beste pappa

Det var dramatiske år, samtidig som barna og Bente underveis forsonet seg med at det var sykdommen som snakket, ikke den kjærlige og gode faren deres.

– Handlingene hans var veldig fjernt fra alt det pappa var og vanligvis ville gjort. Vi googlet oss etter hvert frem til frontallapspdemens før han fikk diagnosen, sier Kim.

– Til tross for alt, så hadde barna mine verdens beste pappa. Kan du skrive det? ber Bente.

Kim har jobbet frivillig for Nasjonalforeningen for folkehelse i seks år. Han brenner for at pårørende skal bli sett og hørt.

– Demens er en av de vanske-

ligste sykdommene for pårørende. For kreft finnes det pakkeforløp. Med demens står du mye mer alene, mener Bente.

Frykter ikke sykdommen

En ny sesong av suksess-serien «Demenskor» er i gang på NRK nå, fremdeles med Kim som dirigent. Den første sesongen hadde et snitt på 900 000 seere og serien har fått en rekke priser som Gullrutens publikumspris og Demensprisen for Oslo.

Kim var med på å skape Demenskor, og det har fortsatt etter at kameraene ble slått av. I kjølvannet av serien har det blitt startet rundt 150 nye demenskor over hele landet.

– Det har vært mange kor og sanggrupper for mennesker med demens tidligere også, men koret vi startet i 2022 er det første offisielle koret med navnet Demenskor, opplyser Kim som stortrives med å lede koret.

– Noe av det sterkeste er å se hvordan koristene blomstrer opp, kjenner på verdighet, mening og samhold til tross for en ensom diagnose, beskriver Kim.

– Jeg står ofte og gråter og dirigerer samtidig, mens tankene flyr til pappa.

Selv er ikke Kim redd for å få demens nå.

– Da pappa var syk, var jeg redd for det. I tillegg hadde tante min Alzheimer og farmor demens, mens tante Hanna fikk vaskulær demens, forteller Kim som i stedet for å frykte sykdommen gjør alt det han kan for å redusere risikofaktorene.

– Jeg spiser sunt, trener, tar til meg ny kunnskap og utfordrer



HOTELLFØLELSEN: Kim Wigaard og samboer Marius Hagen har skapt en gjennomgående eksklusiv og behagelig hotellfølelse i hele leiligheten.

hjernen og drikker ikke for mye alkohol. Skulle noe likevel skje, vet jeg at jeg familien ville sett symptomene tidlig.

Fra hånd til munn

Mange har blitt kjent med Kim gjennom NRK-serien – og senere også som programleder for «Ungkaren» på TVNorge. Men det har ikke kommet gratis.

– Jeg har vært 15 år i bransjen før «folk flest» ble kjent med meg. Jeg har jobbet hardt og levd fra hånd til munn og ikke fått servert noe på sølvfat, poengterer Kim som anslår at han har vært på 300–400 auditions i livet.

– Det er ingen som har ringt og spurt meg om å lede hverken «Demenskoret» eller «Ungkaren». Jeg har kun fått et fåtall av de jobbene jeg har ønsket meg.

Livet har likevel lært ham at det ikke er så verst å jobbe i motgang når du elsker det du gjør.

Bryllup og barn

I dag er Kim på et godt sted i livet. Han og Marius skal gifte seg sommeren 2025.

– Vi begynte planleggingen stort, slik kreative hoder gjør. Fra å snakke om 150 gjester tre dager i Italia, tenker vi nå på noe mer lokalt, én eller to dager, sier han.

– Ønsker du deg barn?

– Absolutt. Marius og jeg vil gjerne bli foreldre. Vi ser på flere muligheter. Jeg har faktisk vært på fosterforeldreseminar, så det kan bli på den måten, svarer Kim åpenhjertig.

Paret vurderer også adopsjon, men siden de fleste land ikke godtar adopsjon til likekjønnede par, så kan det bli krevende.

– Surrogati er nok det mest realistiske, men det er også det dyreste. Enn så lenge har vi forsøkt oss med å leve så innholdsrikt at vi kan være fornøyd med livet sånn det er. Så får vi se ... Jeg har ikke lyst til å ha en bestefars alder i barnets konfirmasjon, og håper det kan skje noe i løpet av et femårsperspektiv.

Kjærlighetsskrin fra 1882

Paret er opptatt av å skape et godt hjem for hverandre.

– Et hjem er safe space for Marius og meg. Vi har egne rom som er «oss» – et musikk- og dragrom. Både Marius og jeg jobber med drag på siden, meddeler han og åpner døren til et magisk rom fylt med store parykker i sukkerpinnrosa og mer naturlige nyanse, stiletthæler i alle regnbuens farger, kjoler besatt med glitter og paljetter og dyre designervesker. Glam station lyser det i neonrosa skrift over et velutstyrt sminkebord.

– Har du tatt med deg noe fra barndomshjemmet?

Moren kommer ham i forkjøpet.

– Han har fått mye av meg, men jeg kan ikke se noen av tingene her. ...

Kim smiler. Han har beholdt pianoet han fikk som 15-åring, det har fått plass i musikkrommet. Dessuten har han tatt vare på et

gammelt kjærlighetsskrin etter tippoldemoren.

– Jeg hadde ringene i skrinet da jeg fridde til Marius. Det var et fint sted å gjemme dem – for han får med seg alt.

– Da Kim fortalte dette til meg, spurte jeg om hvorfor de skulle forlove seg, skyter Bente inn.

Kim ler og sier at moren ikke er noen romantiker, så på det området har eplet falt langt fra stammen.

SANS FOR DETALJER: Som liten ønske Kim seg klær til Barbie, men fikk en Action Man-dukke i stedet. Han fikk heldigvis byttet Action Man med det han ønsket seg mest, nemlig stæsj til Barbie.





EGET DRAGROM:
Kim elsker å utfolde
seg i dragrommet han
og Marius har skapt.



Bestill
på nett:

Storytravel.no

post@storytravel.no
Tlf: 22 22 22 26



Storytravel.no

*Aktive reiser med
ulike vanskelighetsnivåer!*

Herlige fotturer i vakkert landskap

*Finn den vandreturen som passer for deg, og
oppdag de mest magiske destinasjonene til fots!*

Story Travel arrangerer vandreturer for alle – her skal du finne noe som passer for akkurat deg! Vi har vandreturer for de fleste fysiske ferdighetsnivåer, slik at du som ønsker en aktiv ferie kan finne din drømmereise.

For å gjøre det enklere for deg å velge riktig, har vi plassert turene inn i fire ulike aktivitetsnivåer. Det er viktig at du leser om din reise, og finner en tur som passer til dine ønsker og din fysiske form. Mer informasjon om hver reise finner du på Storytravel.no.



FOTTUR PÅ ALGARVEKYSTEN

Nyt daglige vandringer på forholdsvis lette stier på naturskjønne Algarvekysten. Landskapet er vilt, vakkert og variert. Med gode sko skal vi nyte flora, fugleliv og hyggelig selskap, før vi lader batteriene på vårt deilige spahotell.

9. APRIL 2024 | 8 DAGER | FLERE MÅLTIDER INKLUDERT | FRA 18 450,-



CINQUE TERRE OG PORTOFINO

Opplev vakre Liguria, med Cinque Terre og Portofino. Vi skal innom flere sjarmerende byer, og skal vandre i naturskjønne omgivelser, blant oliven, vinranker og vill basilikum. Vi skal også ta en hyggelig båttur nedover kysten.

JUNI OG OKT. 2024 | 8 DAGER | FLERE MÅLTIDER INKLUDERT | FRA 17 950,-

STORY TRAVEL

**Bli med i
reiseklubben**

Vinn reisegavekort verdt 3000,-

Meld deg inn i reiseklubben og få de beste tilbudene først.
Vinner av reisegavekort à 3000,- trekkes hver måned!

Send sms «reise» til 2205.

Finn din drømmereise blant våre vandreturer!



KULTURTUR PÅ COSTA BRAVA

Dette spanske kystområdet byr på fantastiske vandringer i vill og vakker natur, som dufter godt av pinjetrær og sjø. Vi skal innom flere fine middelalderbyer, Dalí-museet i Figueras, ha piknik på stranden og besøke en vingård.

MAI OG SEP. 2024 | 8 DAGER | FLERE MÅLTIDER INKLUDERT | FRA 18 450,-



LEVADAVANDRING PÅ MADEIRA

Bli med å gå langs Madeiras «levadaer», de gamle vanningskanalene som dekker denne frodige øya fra øst til vest. Naturen her er variert og spektakulær – det er ikke uten grunn at Madeira ofte kalles «Europas Hawaii»!

26. NOV. 2024 | 8 DAGER | FLERE MÅLTIDER INKLUDERT | FRA 16 900,-



FLOTT VANDRING PÅ MALLORCA

Denne vandreferien gir deg panoramautsikt over toppene av fjellkjeden Tramuntana, det flotte kystlandskapet, havet og vakre, grønne daler med appelsiner og andre sitrusfrukter. Det blir også tid til å nyte storbylivet i Palma.

APRIL OG MAI 2024 | 8 DAGER | FLERE MÅLTIDER INKLUDERT | FRA 20 450,-



OPPLEV DEN FRANSKE RIVIERA

Bli med på vandring gjennom Côte d'Azurs fantastiske byer og naturområder! Her skal du blant annet få oppleve det glamorøse fyrstedømmet, Monaco, og se flere vakre hager og villaer. Vi avslutter turen i fabelaktige Nice!

JUNI OG OKT. 2024 | 8 DAGER | FLERE MÅLTIDER INKLUDERT | FRA 21 950,-

Finn din drømmereise:

AKTIV FERIE

Ferie med aktiviteter som gjør godt for både kropp og sjel.

LANGTIDSREISE

Nyt livet på et herlig leilighets-hotell i Spania i 4 eller 8 uker!

HOBBYTURER

Fordyp deg i håndarbeid, foto, maling, hageliv, mat, med mer.

TEMAREISER

Gruppetur med inspirerende temaer og dyktige guider.

STORY TRAVEL

www.storytravel.no



Bestill
på nett:

Storytravel.no

post@storytravel.no
Tlf: 22 22 22 26



Pris per
person fra
17 900,-

Avreise: 14. april 2024

Inspirerende garn- og strikkereise til Island

På denne reisen får du et unikt innblikk i Islands ull- og strikkedkultur, og du får oppleve geysir, isbreer og spektakulære fossefall. Og ja da, det blir anledning til å handle ull og garn til svært gode priser!

Er du glad i strikking, gode ullprodukter og fine farger? Da er denne reisen noe for deg. Her får du påfyll av kunnskap, historie og inspirasjon, og det midt i Islands fantastisk flotte natur.

Sammen med vår norsktalende, lokale strikkeekspert, Sigrún Stefánsdóttir, har vi har laget et rikholdig program hvor du får et unikt innblikk i ull- og strikkedkulturen på denne vakre øya. Vi skal lære om garn-

farging med urter, besøke ullfabrikker, garnbutikker og til og med en sauegård som lager sitt eget garn. Det er satt av tid til å oppleve flere spektakulære severdigheter, som fossefall, geysir og isbre, og vi skal også få en smak av bylivet i Reykjavík.

Du får flere anledninger til å handle med deg garn og produkter hjem til svært gode priser, blant annet det kjente Lopi-garnet fra Álafoss ullfabrikk!

Vi er på fantastiske Island, og skal selvfølgelig også få med oss flere spektakulære severdigheter som fossefall, geysir og isbre, samt byliv og shopping i Reykjavik!

Bestill på: **Storytravel.no**



På denne reisen får vi et unikt innblikk i hva ull- og garnproduksjonen har betydd for Island gjennom tidene.



Dagsprogram:

DAG 1 **DEN BLÅ LAGUNE**

Reiseleder og strikkeekspert Sigrún Stefánsdóttir møter deg på flyplassen. Første stopp er Den Blå Lagune (tilvalg om du ønsker å bade). Felles velkomstmiddag på kvelden.

DAG 2 **WOOLEN CIRCLE**

Vi besøker Guðrún i Hespúhuset, som er kjent for urtefarging av garn. Helga Thoroddsen vil her holde en spennende forelesning om Islands ull, og historien rundt. Deretter besøker vi Þingborg ullbutikk. I dag skal vi også se Gullfoss, samt geysiren som ligger like ved.

DAG 3 **REYKJAVIK OG LOPI-GARN**

I dag går turen til Reykjavik, og på vei dit stopper vi på den kjente geotermiske parken i Hveragerði. Hos Álafoss ullfabrikk

skal vi lære om historien og kulturen rundt ull på Island. Álafoss selger blant annet det kjente og kjære Lopi-garnet, og her får du mulighet til å kjøpe dette spesielle garnet til gode priser. Vi skal også innom garnbutikken Storkurinn, og den islandske strikkeforeningen vil fortelle historien om hvordan kvinner kunne leve av å strikke her på Island. Det vil også bli egentid med sightseeing, shopping og middag i Reykjavik.

DAG 4 **ULL OG KJENTE FOSSEFALL**

Vi besøker en flott gård som lager garn av ull fra sine egne sauer. Så tar vi turen til Seljalandsfoss, Skógar og Sólheimajökull. Kvelden avsluttes med 2-retters middag.

DAG 5 **HJEMREISE**

Vi reiser fra Island på morgenen.

VINN
REISEGAVEKORT
3000,-



Bli med i reiseklubben

Meld deg inn i Story Travels reiseklubb og få de beste tilbudene først!

Hver måned kan du også vinne reisegavekort verdt 3000,-.

Send sms «reise» til 2205.



Sigrún
Stefánsdóttir

DETTE FÅR DU:

- Fly Oslo-Keflavik t/r
- Nevnte hotell i 4 netter
- Frokost inkludert hver dag
- Toretters middag 2 kvelder
- Interessant program, inkludert sightseeing til kjente steder
- Skandinavisktalende reiseleder
- All transport under oppholdet
- Alle skatter og avgifter



Les mer på
Storytravel.no!

HER
NÅ



Familien Ukeblad Hjemmet hytteliv

STORY TRAVEL

FINN STORY TRAVEL PÅ SOSIALE MEDIER: FACEBOOK: [FACEBOOK.COM/STORYTRAVEL.NO](https://www.facebook.com/storytravel.no) & INSTAGRAM: [@STORYTRAVEL](https://www.instagram.com/storytravel)

STORY TRAVEL ER EN DEL AV STORY HOUSE EGMONT – NORGES STØRSTE UTGIVER AV BLADER OG MAGASINER. • FORBEHOLD OM TRYKKFEIL ELLER ENDRINGER I PRIS ELLER PROGRAM.



GODE MINNER:
– OL på Lillehammer
var hardt arbeid, men
også veldig gøy, sier
Gerhard.



**LOOC-presidenten Gerhard Heiberg
ble tilgitt på hjemmebane av sin Cath**

FORTALTE IKKE KONA OM OL-JOB

**Mannen med det brede smilet ba om pent vær
etter at han takket ja til å bli sjef for OL på
Lillehammer uten først å ha spurt kona.**

TEKST: **BJØRN HAAKON NILSEN**
FOTO: **SVEIN BRIMI, NTB,
LASSE ERIKSSON**

– Det var litt krevende, men det gikk seg pent til, sier Gerhard Heiberg (84) mens han står ved vinduspotten og husker tilbake på tiden før og under OL på Lillehammer i 1994.

Han hadde rundet 50 år og trappet ned rollene i næringslivet da en uventet telefon kom. Gerhard husker samtalen en sen høstkveld i 1989 som om det skulle ha vært i går.

Fikk sjekk

– Jeg og min kone går og legger oss for kvelden. Klokken er rundt 23.00, og jeg er i ferd med å sov-

ne når telefonen ringer. «Det er Jan P. Syse, Norges statsminister. Jeg vil at du skal gjøre en jobb for kongeriket». Jeg ber deg om å bli leder for LO». Min kone ser meg sprette opp og står i sengen mens samtalen fortsetter. Jeg sier: «Men jeg er bedriftsleder.» Syse svarer: «Ja, nettopp derfor», forteller Gerhard og ler.

Det var sent på kvelden, Syse hadde nettopp blitt statsminister og han hadde mye å ta tak i. Det tror Gerhard var forklaringen på at Syse forvekslet OL med LO, etter en lang dag som fersk regjeringssjef for Høyre.

– Vi hadde i etterkant mye moro med den samtalen. Jeg og Yngve Hågensen, som ble valgt til LO-leder samme år, fleipet med

at jeg skulle hatt jobben hans og han min, sier Gerhard.

Lot seg overtale

Etter flere runder lot han seg overtale til å bli president i LOOC, organisasjonskomiteen for vinter-OL på Lillehammer.

– Jeg tok betenkningstid og sa først nei. Jeg visste det ville være en krevende jobb, og jeg hadde lovet kona og våre tre barn å bruke mer tid på familien, sier Gerhard som i hele 16 år var toppsjef i sementbedriften Norcem og senere det fusjonerte konsernet Aker Norcem.

Gerhard ble oppringt fra flere aktører innen idrettsbevegelsen som ba ham om å si ja. Sentrale personer i vertskommunen Lillehammer presset også på.

Ble tilgitt

Til slutt ga han etter – og gjorde seg klar for å vise en hel ver-

den hva nordmenn kunne skape sammen. Men det var før han fortalte kona Cath Heiberg (76) hva han skulle jobbe med de neste fem årene, helt til lekene var over 27. februar 1994.

– Jeg sa det på en pen og litt ydmyk måte. Reaksjonen fra min kone var overraskende mild, sier Gerhard.

– Du har en forståelsesfull kone?

– Takk, det skal jeg bringe videre!

Gerhard smiler. Det er nettopp smilet som har vært hans varemerke gjennom et langt liv i offentligheten. Og det kom godt med da han skulle få OL-organisasjonen på skinner igjen.

– Det hadde sporet litt av. Idretten, kommunen og staten var ikke samkjørte. Det var en fordel at jeg kom utenfra og ikke hadde noen bindinger. Jeg hadde lang erfaring som bedriftsleder, men i den



GIKK BRA: – Jeg klarte ikke å nei til OL, sier Gerhard Heiberg. Kona Cath var ikke begeistret, men han har erfart at det er lettere å få tilgivelse enn tillatelse.

GODT GIFT: Gerhard og kona Cath har tre barn og seks barnebarn.

BEN

”Kreftcellene har unnlatt å blusse opp. Jeg snakker med dem hver kveld og ber dem ta det med ro

nye rollen måtte jeg skaffe meg kunnskap om alt fra kunst og kultur til miljø og transport, forteller Gerhard.

Det var nok å ta fatt på, og det var røster som mente at OL måtte utsettes med ett år for å komme i havn.

Truet med å reise

– Det skal skje over mitt lik, lød mitt svar. Jeg har aldri vært konfliktsky, og det tror jeg var en styrke for å drive et så stort prosjekt som OL fremover. Alle måtte trekke i samme retning, og de som ikke gjorde det datt tidsnok av lasset, for å si det slik.

Gerhard er glad for at hele samfunnsmaskineriet jobbet sammen for å skape et eventyrlig vinter-OL. Han var imponert over innsatsen til Gro Harlem Brundtland og hennes regjering, som styrte landet før, under og etter OL. Han fremhever også kongeparet, som spilte en sentral rolle da Juan Antonio Samaranch, president for Den internasjonale olympiske komité (IOC), truet med å reise hjem.

IOC oppfattet at det norske folk hadde lagt organisasjonen og Samaranch for hat, og sistnevnte ble minnet på sin fortid som minister under general Francisco Franco i Spania.

Kongen fornøyd

– Hele IOC-styret med Samaranch i spissen følte at de ikke var velkomne og at jeg hadde gjort meg populær på Samaranchs bekostning. Et par dager før åpningsseremonien truet de med å ta med seg OL og reise hjem. Jeg ble kalt inn til styremøtet i IOC, og fikk overtalt dem til å bli værende til åpningsseremonien var over. Den ble en suksess, men jeg var usikker på

om Samaranch ville bli, forteller Gerhard.

De to gikk sammen tilbake til hotellet etter åpningsseremonien.

– Utenfor hotellet ble vi møtt av kong Juan Carlos av Spania. Med tårer i øynene omfavnet han meg og sa at det var det flotteste han hadde vært med på noen gang i sitt liv. Da visste jeg at vi hadde vunnet. Det gjorde inntrykk på Samaranch at hans egen konge roste arrangementet, minnes Gerhard, som ble valgt inn i IOC etter Lillehammer-OL.

I april runder han 85 år, og det er syv år siden han valgte å pensjonere seg fra IOC.

– Jeg ville reise mindre og sove

mer. Det tror jeg gjør godt for sykdommen min, forteller han.

To krefttyper

Det var under et IOC-møte i 2013 at han gikk ned for telling. På sykehuset fikk han påvist en hissige form for lymfekreft med spredning til benmargen. Gerhard, som fra før var rammet av hudkreft, ble satt på cellegiftkur.

– Jeg blir aldri frisk og fri fra kreften. Det positive er at kreftcellene har unnlatt å blusse opp. Jeg snakker med dem hver kveld og ber dem ta det med ro. Jeg er takknemlig for at kreften er føyeelig. Fire ganger i året er jeg til sjekk på Radiumhospitalet; to for

lymfekreften og to for hudkreften, opplyser 84-åringen.

– Du har levd med kreft i mer enn ti år. Har du i løpet av denne tiden kjent på en redsel?

– Det er ingen hyggelig beskjed å få at du er rammet av kreft. Selv er jeg optimist av natur, og som leder hadde jeg en stayerevne. Jeg har alltid hatt innstillingen at enhver vanskelighet er til for å løses. Jeg holder fast ved det tankesettet også når det kommer til sykdommen min, forklarer Gerhard før han legger til:

– Du nevnte smilet mitt. Jeg tror godt humør er undervurdert i hverdagen – også i dårlige perioder av livet.

POSITIV:

– Jeg er optimist av natur, sier 84-åringen som er rammet av hudkreft og lymfekreft med spredning til benmargen.





**REDDET
AV EN KLEM:**
Etter at kong Juan Carlos av Spania ga Gerhard Heiberg en tårevåt klem og gratulerte med en fantastisk åpningsseremoni, ble IOC-leder Juan Antonio Samaranch og resten av IOC mer vennlig innstilt. De truet ikke lenger med å reise hjem.



DRAHJELP: Gerhard feiret 25-års jubileet for Lillehammer-OL i 2019 sammen med kongeparet, som spilte en viktig rolle i kulissene i 1994.



KONGEVENN: Gerhard og kona Cath var selvskrevne gjester under kongeparets 80-års feiring i 2017.

Hanna-Martine fra «71 grader nord» reiste hjemmefra

Jeg tåler å savne



SAMMEN PÅ TUR: Hanna-Martine og Magan fant umiddelbart tonen da de møttes, men det ferske vennskapet ble også satt på prøve underveis.

Før Hanna-Martine reiste på tur med «71 grader nord – team», tenkte hun at det eneste som ville bli utfordrende var oppgavene hun og makkeren Magan fikk. Der tok hun feil.

TEKST: JOAN KRISTIN HAMMEREN
FOTO: SVEIN BRIMI, ESPEN SOLLI, DISCOVERY

Hanna-Martine Slåttland Baller (24) var ikke bekymret for å være lenge borte ifra sine nærmeste før deltagelsen i TVNorge-programmet «71 grader nord team».

– Samboeren min og jeg har savnet hverandre før. Venner og familie har jeg også savnet. Valpen min er det helt naturlig at jeg kommer til å savne, men det skal jeg stå ut. Jeg tåler å savne noen, sier Hanna-Martine Slåttland Baller (24) til Her og Nå når vi møter henne og lagkameraten

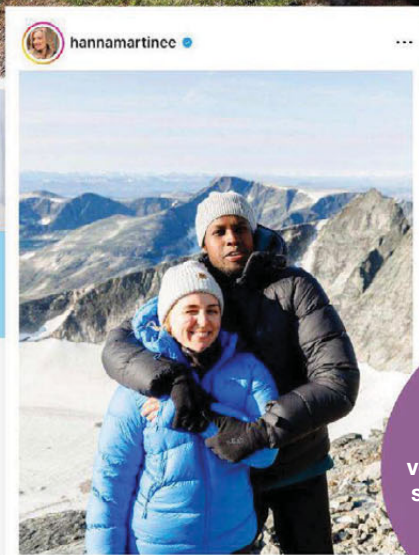
Magan Gallery (29) dagen før de reiser på tur.

– Jeg kommer til å savne familien, rutine mine, og hjembyen min Arendal, sier Magan og smiler varmt.

Skremmende like

Influenseren Hanna-Martine er mest kjent fra «Farmen kjendis» og «Kokkeskolen» på TV 2. Magan er standupkomiker og også kjent fra «Farmen kjendis», samt NRKs humorkollektiv «4ETG».

Både Magan og Hanna-Marti-



GÅR FOR SEIER: Før reisen startet, trodde Hanna-Martine og Magan at de kunne vinne «71 grader nord – team». Her er gjengen samlet.

NY VENN:
– Vi skal oppleve livets eventyr, og vi skal begge få en ny venn. Det er veldig fint, sa Hanna-Martine rett før avreisen med «71 grader nord – team».

ne er turvante og glade i å holde seg i form.

– Jeg er en person som er glad i å gå på tur og i å ta vare på meg selv. Jeg vil si at jeg er positiv og hardtarbeidende, sier Magan.

– Det er skremmende hvor like vi er, responderer Hanna-Martine på det Magan sier.

Begge anser seg selv som glade og positive, og kanskje var det derfor det ikke tok lang tid før de dømte laget sitt «Team blid».

– I et tidligere liv har vi nok vært søsken. Vi har mange av de sam-

me egenskapene og kvalitetene. Vi kommer til å være to blåkopier som turer oppover fjellet, mente influenseren før avreise.

– Vi er like hverandre i måten vi ser på livet. Vi graver oss ikke ned – begge liker å snu enhver utfordring til noe positivt, legger Magan til.

Stemningen sank

Hanna-Martine mente det var fle-

med lett hjerte

noen

TV-AKTUELL

TVNorge to,
og sø, kl. 20.30
og Discovery
Plus



OPTIMIST:
Hanna-Martine
Slåttland Baller bekym-
ret seg ikke for å savne
samboer og valp før hun
dro på tur med «71 grader
nord – team». Men turen
bød på flere utfordringer
enn bare utfordrende
oppgaver.

re fordeler enn ulemper i å være det eneste laget som ikke kjente hverandre fra før.

– Vi er nok litt mer tålmodige med hverandre når vi ikke kjenner hverandre så godt, enn det jeg ville vært om jeg gikk med søsteren eller broren min. I fjor var det faktisk laget som besto av to som ikke kjente hverandre fra før som vant, sier 24-åringen og smiler lurt.

Ble syk

Men det skulle vise seg at å dra

på tur med en du ikke kjenner kan by på utfordringer.

Allerede under andre etappe ble Hanna-Martine syk og måtte ta et par dagers pause fra konkurransen. På neste felles oppdrag sank stemningen i laget betraktelig.

– Det var første gang vi støtte på en uenighet, og jeg gikk litt inn i en sjokktilstand. Jeg var veldig interessert i å komme i mål samme hvilken plassering vi fikk. Magan derimot logget seg av og trengte

avstand fra meg. Det var umulig å kommunisere med hverandre, fortalte Hanna-Martine i et intervju med Dagbladet etter konkurransen.

Gode venner

– Jeg ble sinnssykt frustrert. Jeg ville virkelig bare hjelpe ham og prøvde alle mulige pedagogiske tilnærminger jeg kunne tenke på. Men vi snakket bare forbi hverandre. Han ville ikke høre og dyttet meg unna. Det ble dråpen for oss begge. Jeg kjente på en vold-

som frustrasjon. Det var virkelig ikke hyggelig, jeg ble lei meg og frustrert, fortsatte Hanna-Martine i samme intervju.

Det endte med at duoen fikk time til «parterapi» for å løse opp i floken. Det hjalp. I etterkant av innspillingen var duoen gode venner igjen.

– Selv om vi har kranglet mye, så har vi blitt gode venner og hatt det veldig gøy. Vi er blitt som søsken og blitt kjent med hverandres familier og kjærestes, sa Magan til Nettavisen.

«Kompani Lauritzen» er tilbake på TV 2

HER ER HELE TROPPEN

14 nye kjendisdeltagere er klare for den femte sesongen av «Kompani Lauritzen». Nytt i år er at seersuksessen er spilt inn på Voss i Vestland.

FOTO: MATTI BERNITZ/TV 2, SVEIN BRIMI

ÅRETS

REKRUTTER:

Etter flere sesonger på Setnesmoen leir ved Åndalsnes, er «Kompani Lauritzen»-rekruttene klare for nye utfordringer på Bømoen leir rett utenfor Voss.

TV-AKTUELL

TV 2, lørdag
kl. 20.00

Flytter
inn i
ny leir



Nora Haukland

Alder: 26 år

Yrke: Influenser

Hvorfor ønsket du å delta i «Kompani Lauritzen»?

– Det var et lite kall egentlig. Jeg følte at etter et år hvor jeg egentlig mistet all kontroll på livet, så kjente jeg en lengsel etter å komme meg ut i naturen, bruke kroppen og teste grenser. Og forhåpentligvis kjenne litt på mestringsfølelsen, og separere den jeg egentlig er inni meg fra hvordan jeg følte jeg ble fremstilt.

Hva fryktet du mest før deltagelsen?

– Min frykt var sekken. Jeg er veldig spe og lett, og den sekken er vel bare 15 kg lettere enn meg. Jeg har heller ikke særlig med muskler. Så min største frykt var å være en liten svak pingle som bare holdt alle igjen.



Silje Nordnes

Alder: 39 år

Yrke: Journalist og programleder

Hvorfor ønsket du å delta i «Kompani Lauritzen»?

– Jeg elsker programmet og har sett alle sesongene, og jeg har alltid tenkt «hvordan hadde jeg taklet det?». Så det var rett og slett for å utfordre meg selv.

Hva fryktet du mest før deltagelsen?

– Jeg fryktet mest det å miste kontroll, gå uten mat og baklengsstupet. Og jeg hadde en generell frykt for at jeg ikke skulle klare noe som helst.



Alexandra Rotan

Alder: 27 år

Yrke: Artist

Hvorfor ønsket du å delta i «Kompani Lauritzen»?

– Jeg ville være med i «Kompani Lauritzen» fordi jeg ville utfordre meg selv. De siste årene har jeg levd av musikk og turnévirk-somhet, men har aldri fått muligheten til å virkelig teste mine fysiske og mentale evner. Så da jeg ble spurt om jeg ville være med, så jeg på det som en fantastisk mulighet.

Hva fryktet du mest før deltagelsen?

– Jeg fryktet mest hvordan jeg ville takle å møte fryktene mine. Da jeg var liten holdt jeg på å drukne, og siden har jeg hatt en skrekk for å være under vann for lenge. Men i de trygge omgivelsene til «Kompani Lauritzen» var jeg klar for å gi det et forsøk. Jeg var også veldig spent på hvordan det ville bli å være ekstremt fysisk med lite mat og kjenne på det «å møte kjelleren».



Mikkel Bratt Silset

Alder: 33 år

Yrke: Skuespiller

Hvorfor ønsket du å delta i «Kompani Lauritzen»?

– Jeg ønsket å delta fordi jeg ville undersøke grensene mine for hva jeg tåler å møte.

Hva fryktet du mest før deltagelsen?

– Den største frykten var vel kanskje å dra på seg en varig skade, eller å ikke takle alle påkjennningene over tid.



Jonas Lihaug Fredriksen

Alder: 34 år

Yrke: Komiker og youtuber

Hvorfor ønsket du å delta i «Kompani Lauritzen»?

– Grunnen til at jeg ville være med på «Kompani Lauritzen» var i hovedsak at jeg ville bedre selvdisiplinen min og få bedre selvtillit. Bevis for meg selv at jeg kan noe. I tillegg ville jeg bevis at jeg kan være en god soldat om jeg vil, for jeg var ikke det under førstegangs-tjenesten min.

Hva fryktet du mest før deltagelsen?

– Min største frykt var å ryke på huet og ræva ut før jeg rakk å bevis noe som helst. Ryke først er mitt største mareritt!



Rauand Ismail

Alder: 24 år

Yrke: Politiker

Hvorfor ønsket du å delta i «Kompani Lauritzen»?

– Jeg ville utfordre grensene mine mentalt og fysisk, og bevis for meg selv at jeg kan klare meg i andre sammenhenger enn hverdagen min i Oslo og i politikken.

Hva fryktet du mest før deltagelsen?

– Jeg er litt redd for alt. Vann. Høyder. Vann i kombinasjon med høyder. Overnatting i naturen. Men mest av alt fryktet jeg å ikke vite på forhånd hva jeg begir meg ut på. Å bare iverksette andres kommandoer når de kommer.

**Karin Klouman**

Alder: 34 år

Yrke: Skuespiller

Hvorfor ønsket du å delta i «Kompani Lauritzen»?

– Først og fremst fordi jeg tenkte at det ville bli en helt unik opplevelse og noe jeg aldri ville få muligheten til å gjøre igjen. Konseptet er veldig fint. Man skal bli den beste versjonen av seg selv, så ambisjonen var jo også å bli hakket modigere og lære en ting eller to om seg selv.

Hva fryktet du mest før deltageren?

– Jeg er generelt pysete, så fryktet det meste. Høyder, kaldt vann, søvnmangel, hjemlengsel og minimal bevegelsesfrihet skremte meg omtrent like mye før oppstart.

**Stinius Maurstad**

Alder: 29 år

Yrke: Stemmeskuespiller og fiolinist

Hvorfor ønsket du å delta i «Kompani Lauritzen»?

– Målet mitt med å bli med på «Kompani Lauritzen» var å få en utfordring som var annerledes enn det jeg drev med til vanlig, og å finne ut om jeg dugde til andre ting enn å spille fiolin. Det var også en fin anledning til å legge fra seg behovet for komfort og samtidig kanskje se litt flott natur på nært hold.

Hva fryktet du mest før deltageren?

– Det jeg var mest redd for var baklengsstup. Dernest å ende opp i et eller annet drama blant deltagerne.

**Robin Hofset**

Alder: 32 år

Yrke: Youtuber

Hvorfor ønsket du å delta i «Kompani Lauritzen»?

– Jeg ønsket å finne tilbake til gammel disiplin og utfordre meg selv. Og så ser det jo gøy ut å leke spesialjeger.

Hva fryktet du mest før deltageren?

– Jeg gikk inn med lite jeg fryktet, men vet at jeg har litt høydeskrekk.

**Knut Marius Djupvik**

Alder: 35 år

Yrke: Artist

Hvorfor ønsket du å delta i «Kompani Lauritzen»?

– Jeg ønsket å delta i «Kompani Lauritzen» for å sjekke hvor grensene mine går fysisk og psykisk. Jeg har også et ønske om å oppleve de eventyrlige mulighetene som ligger i et sånt prosjekt. Å få så mange eventyrlige opplevelser på så kort tid er nesten umulig å få oppleve andre steder.

Hva fryktet du mest før deltageren?

– Det jeg fryktet mest var å miste kontrollen over hva jeg skulle foreta meg og det å bo så tett på så mange jeg ikke visste hvem var.

**Hedvig Sophie Glestad**

Alder: 31 år

Yrke: Influenser

Hvorfor ønsket du å delta i «Kompani Lauritzen»?

– Jeg ville være med i «Kompani Lauritzen» fordi jeg synes det er et veldig morsomt program, og så får deltagerne oppleve så sykt mye kult, skummelt og gøy. Det er ett av de få programmene som har appellert til meg. Jeg liker å utfordre meg selv, men er nok litt mer pingle enn jeg selv innbiller meg.

Hva fryktet du mest før deltageren?

– Det verste jeg vet er å fryse i alle fall, men ellers er jeg nok mest redd for høyder eller å ikke få puste. Jeg er usikker på hva som er min største frykt, men jeg finner nok snart ut av det.

**Aleksander Sæterstøl**

Alder: 28 år

Yrke: Influenser og TV-profil

Hvorfor ønsket du å delta i «Kompani Lauritzen»?

– Jeg takket ja til å bli med på «Kompani Lauritzen» fordi det ser morsomt ut. Og kanskje jeg lærer noe kult.

Hva fryktet du mest før deltageren?

– Det jeg fryktet mest var at jeg skulle hate det og ville hjem.

**Mona Berntsen**

Alder: 33 år

Yrke: Danser

Hvorfor ønsket du å delta i «Kompani Lauritzen»?

– Jeg ønsket å delta for å utfordre meg selv, og forhåpentligvis vokse som person gjennom diverse harde utfordringer som jeg ikke har noen kontroll over. Jeg er også fascinert av programmet og dets innvirkning på deltagerens liv, og er inspirert av muligheten til å lære fra det erner befalet.

Hva fryktet du mest før deltageren?

– Det å ikke ha kontroll, eller miste den, er noe jeg synes er veldig skummelt. Så det å være med på noe hvor konseptet går ut på at jeg skal bli presset til mitt ytterste, samtidig som jeg gjør noe jeg hverken kan eller vet hvordan jeg kommer til å reagere på, er noe jeg har tenkt mye på før deltageren.





TV 2-KVARTETT:
Vår er sammen med
Espen Fiveland, Desta Ma-
rie Beeder og Peter Bubresko
programledere for «God morgen
Norge».

►
GRØNT ER SKJØNT:
Vår Staude må bytte ut
egensydd festdrakt med
hærens grønne ...

Navn: Vår Staude

Alder: 57 år

Yrke: Programleder

Hvorfor ønsket du å delta i «Kompani Lauritzen»?

– Jeg ble spurt om jeg ville være med i første sesong og takket ja da. Jeg var superspent og nervøs, men moren min heiet, og mente dette ville være midt i blinken for meg. Så kom tiden for avreise samtidig som moren min ble lagt inn på sykehus med bukspyttkjertelkreft, og jeg måtte trekke meg for å være sammen med henne. 11 dager senere døde hun, med meg og de andre søsknene ved sengen hennes. Det var utrolig trist, og jeg var lettet over at jeg var der med henne og ikke på Setnesmoen. Det fikk bli en annen gang, og så ble det nå. Jeg ville være med fordi jeg var nysgjerrig på militærlivet: På hvordan jeg, en voksen dame, ville fungere som helt grønn soldat, og om det var noen mulighet for å imponere fenriken. Det var det ikke ..., men moren min ville vært stolt av meg.

Hva fryktet du mest før delttagelsen?

– Jeg fryktet aller mest å brette nakken. Nest mest fryktet jeg å drukne eller fryse meg fordervet. Jeg er livredd for å kaste meg ut i løs luft, og for å dykke i kaldt vann. Jeg hater vann, jeg bader knapt på sommeren, jeg hater kulde og tanken på meg selv i fritt fall er en umulig tanke. Jeg sover veldig dårlig med fremmede, får ikke gått på do på kommando, glemmer å spise når det er mye som skjer og får migræne. Dessuten hater jeg å ikke vite hva som skal skje. Så hu og hei, kompanirekrutt Staude skal virkelig få kjørt seg.



”
**Jeg fryktet aller
mest å brette
nakken**

Returadresse:
ART AS
Postboks 209
2021 Skedsmokorset

Napp ut eget TV-blad!



Hver uke følger
et eget TV-blad på hele
72 sider med Her og Nå.
Her gir vi deg
tittetips, filmomtaler
og full oversikt over
hva som skjer på TV.
Løp og kjøp nå!

Guide til ukens beste
filmer og programmer

**HER
OG
NÅ**

Norges beste
TV-blad



Programoversikt på hele 8 sider
for hver dag i TV-ukene