

HER OG NÅ

Uke 24 - 2025 kr 69



Ingrid vinker
farvel til Norge

Nå vil hun
gjøre som
pappa og
bestefar



Historiske
bilder



Livet smiler til
Sofia og Carl Philip

Fra hets
til hyllest

Feirer 10 år
som ektepar
med barnedåp
nummer 4



Gøy på
landet

Jon Almaas om bondelivet,
hytta i Kragerø og den nye fansen

JEG FÅR BREV FRA ELDRE MENN

Dina og Linda om
de spesielle ukene
på Sommerhytta



Vi trengte det
mer enn vi ante



Mikkel har blitt
musikk-stjerne

Fikk oppfylt
sin store drøm



Hilde Lyrån
er minstepensjonist

Ønsker mer
åpenhet om
økonomi



bc 720 30 UKEBLADER

Private bekymringer ødelegger for kong Charles

LEgger, EN DEMPER PÅ HANS STORE FEST

Heller ikke i år blir militærparaden «Trooping the Colour», som markerer monarkens fødselsdag, den festen som kong Charles helst hadde ønsket seg.

TEKST: ROGER ØVERSVEN FOT: NTB



FEST MED BISMAL: Kong Charles og dronning Camilla skulle nok ønsket at omstendighetene rundt årets «Trooping the Colour» var annerledes.



IKKE VELKOMMEN: Prins Andrew får ikke delta i «Trooping the Colour».



IKKE INVITERT: Hertuginne Meghan og prins Harry kommer heller ikke i år til fødselsdagsfesten til kong Charles.



IKKE TIL HEST: Kong Charles vil bli fraktet rundt i en karet under årets militærparade.

Kong Charles (76) gleder seg garantert til gigantarrangementet «Trooping the Colour» i sentrum av London lørdag 14. juni, men han skulle nok gjerne sett at fødselsdagen hans ble feiret under litt andre omstendigheter.

Store utfordringer

Både den tilsynelatende uløselige konflikten med prins Harry (40) og hertuginne Meghan (43), stadig nye skandaler rundt lillebror prins Andrew (65) og bekymring over egen helse, skaper store utfordringer for kong Charles.

Selv om Storbritannias relativt ferske monark trolig ikke hadde forestilt seg at det ville bli lett å ta over tronen etter sin populære og høyt respekterte mor, dronning Elizabeth, hadde han neppe trodd at starten skulle bli så tung.

Et mareritt

Slik sett blir den store folkefesten til ære for ham et positivt avbrekk fra en hverdag som til tider må kunne betegnes som et mareritt. Men siden feiringen av kongens bursdag i alle år også har vært en offisiell familiefest, minner den både kongen selv og resten av verden om at det er turbulente tider på toppen av kongehuset.

De store, britiske tabloidavisene vil trolig nok en gang fokusere på at verken prins Harry og hertuginne Meghan eller prins Andrew

kommer til å være til stede under den TV-sendte markeringen.

Ikke på talefot

Kongeeksperten i Storbritannia forteller at det ikke er noen som helst kontakt mellom kong Charles og sønnen, prins Harry.

– Deres forhold er kort sagt ikke-eksisterende. De har ikke snakket sammen siden i fjor vinter, sier Matt Wilkinson.

Han er redaktør i avisen The Sun og vert for deres kongelige podkast. Han får støtte fra flere andre hoffreportere som mener å vite at de to ikke har hatt kontakt siden februar 2024. Da skal kongen ha hatt en 30 minutter lang samtale med prinsen, der han orienterte ham om kreftdiagnosen.

Tar ikke telefonen

Venner av prins Harry har også fortalt at kong Charles ikke svarer når sønnen ringer, og at han dermed har måttet nøye seg med oppdateringene om farens helse-situasjon via det mediene skriver. Kong Charles skal også ha nektet å møte prins Harry de gangene han var vært i London det siste året.

Cameron Walker, kongelig korrespondent for nyhetskanalen GB News, mener det ikke bare er den private konflikten som er årsaken til det. Han mener også at

den pågående, juridiske kampen prins Harry har med myndighetene om sin egen sikkerhet, har en stor betydning.

– Kongen ser det som sin plikt som statsoverhode ikke å involvere seg i rettssystemet, kommenterer Cameron Walker.

Kongekorrespondenten mener også at kong Charles er redd for at deres private samtaler skal bli publisert i mediene eller i Harrys neste bok.

«Skammens prins»

Prins Harry er for øvrig ikke den eneste av kongens aller nærmeste som ikke er invitert til fødselsdagsfesten. Heller ikke kong Charles' lillebror prins Andrew blir å se på balkongen på Buckingham Palace i løpet av seremonien.

«Skammens prins», som mange kaller ham, er fratatt alle roller i kongehuset, titler og æresbevisninger, beskytterskap og honorære oppgaver.

Prins Andrew deltok riktignok, i likhet med kong Charles og dronning Camilla (77), i gudstjenesten i Windsor 1. påskedag, men britiske medier karakteriserer forholdet mellom de to brødrene som svært anstrengt.

Helseproblemer

Det legger nok også en demper

på feiringen at kong Charles fortsatt ikke er frisk etter kreftdiagnosen han fikk i februar i fjor. Han er ikke ferdig med behandlingen, og ble senest i slutten av mars innlagt på sykehus i forbindelse med bivirkninger av behandlingen.

Kong Charles, som ikke har offentliggjort hva slags type kreft han er rammet av, har flere ganger avbrutt behandlingen til fordel for representasjonsoppgaver, blant annet under en tur til Australia. Dette har ifølge britiske medier resultert i at behandlingen av monarken i beste fall først vil bli avsluttet tidlig på høsten.

Får ikke ri

Kreftbehandlingen førte til at han i fjor ikke kunne delta i «Trooping the Colour» ridende til hest, slik han har gjort i alle år. Han måtte i stedet følge det hele fra en kare, en hestetrukket vogn.

Heller ikke i år ryktes det at kong Charles får delta på hesteryggen. Det skal skyldes en blanding av kreftbehandlingen og ryggproblemer. Dette skal han ha tatt tungt.

Men majesteteten kan i hvert fall trøste seg med at han deltok ridende i 2023, og slo dermed sin avdøde mor, dronning Elizabeth med syv år. Hun deltok siste gang i paraden da hun var 67 år.



SPENTE: Prins Louis, prinsesse Charlotte og prins George gleder seg sikkert til den store festen. Her sammen med mamma prinsesse Kate under fjorårets feiring.



HILSER FOLKET: Prins George, prins William, prins Louis, prinsesse Kate, prinsesse Charlotte, kong Charles og dronning Camilla blir å se på balkongen på Buckingham Palace i andre del av seremonien.

STILIGE PRINSER:
Prins William og
prins Edward er klare
for «Trooping the
Colour» også i år.



OFFISIELL BURSDAG: Kong Charles har fødselsdag 14. november, men i likhet med tidligere monarker, feirer han med folket den andre lørdagen i juni.



TIL HEST: Prinsesse Anne deltar også i paraden i sentrum av London.

LEDER



Et moderne eventyr

13. juni feirer prinsesse Sofia og prins Carl Philip 10 år som rette ektefolk. Paret møtte mye kritikk da de fant kjærligheten, men nå har nettopp alt det gode de føler for hverandre resultert i fire flotte barn!

På selveste bryllupsdagen er det duket for barnedåp i Sverige. Da vil prinsesse Sofia og prins Carl Philips lille datter Ines bli døpt i Drottningholms slottskyrka i Stockholm.

Det blir nok en følelsesladet dag som vekker mange minner for de to foreldrene fra den dagen da de fikk hverandre i 2015.

Selv husker jeg denne dagen veldig godt. Vi i redaksjonen i Her og Nå fulgte den nydelige TV-sendte vielsen fra kontoret, og vi var flere som ble rørt til tårer da Sofia kom opp midt-gangen i sin nydelige brudekjole. Hun var som tatt ut av et moderne eventyr, for

det var ingen selvfølge at prinsen av Sverige skulle gifte seg med en jente fra folket som mange hadde sterke meninger om.

Men kjærligheten seiret, og bryllupsdagen levnet ingen tvil om hvor fylt de er av gode følelser for hverandre. Utover ettermiddagen og kvelden denne junidagen ble det ferske prinseparet feiret av sine mange gjester, og, vi, vi koste oss med å lage en stor bryllupsspesial med flotte bilder til dere, våre lesere.

Resten er historie, som det heter, og i dette tilfellet har det blitt en riktig så lykkelig historie. Sofia er i dag en sterk firebarnsmor som har vist alle at hun var helt rett valg for prinsen og han for henne. I anledning bryllupsjubileet har vi laget en koselig spesial om prinsesse Sofia og Carl Philip. Den kan du se litt lenger bak i ukens blad!

Kjære leser, jeg ønsker deg en fin juni-uke fylt av sommerlig varme og glede. Kos deg 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: Marianne Gram **REDAKTØR:** Monica Smith monica.smith@egmont.com

INNHOLDSANSVARLIGE: Rebekka Østby rebekka.ostby@egmont.com og Jane Holma jane.holma@egmont.com

AD: Nina Kirkenær nina.kirkenær@egmont.com **REDIGERER:** Runhild Elgaaen runhild.elgaaen@egmont.com

BILDEBEHANDLING: Mindworking Asia

PRODUKSJONSKOORDINATOR: Kate Wik **TEKNISK PRODUKSJON** Egmont Printing Service.

Mobile tjenester er levert av Egmont Publishing. **PRISER ABONNEMENT:** ½ år (32 utgaver) 883 kr, 1 år (65 utgaver) 1611 kr

Story House Egmont står bak sterke medlevaremerker, e-handelsbedrifter og digitale byråer. Vi har sterke publisistiske verdier og er en del av det ledende nordiske mediekonsernet Egmont, som årlig donerer ca. 100 millioner danske kroner for å støtte utsatte barn og unge.
We bring stories to life.

**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!

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 (32 utgaver) 883 kr, 1 år (65 utgaver) 1611 kr



Ekstra-utgaver



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!

TV-AKTUELL

«Kokkeskolen»,
strømmes på
TV 2.

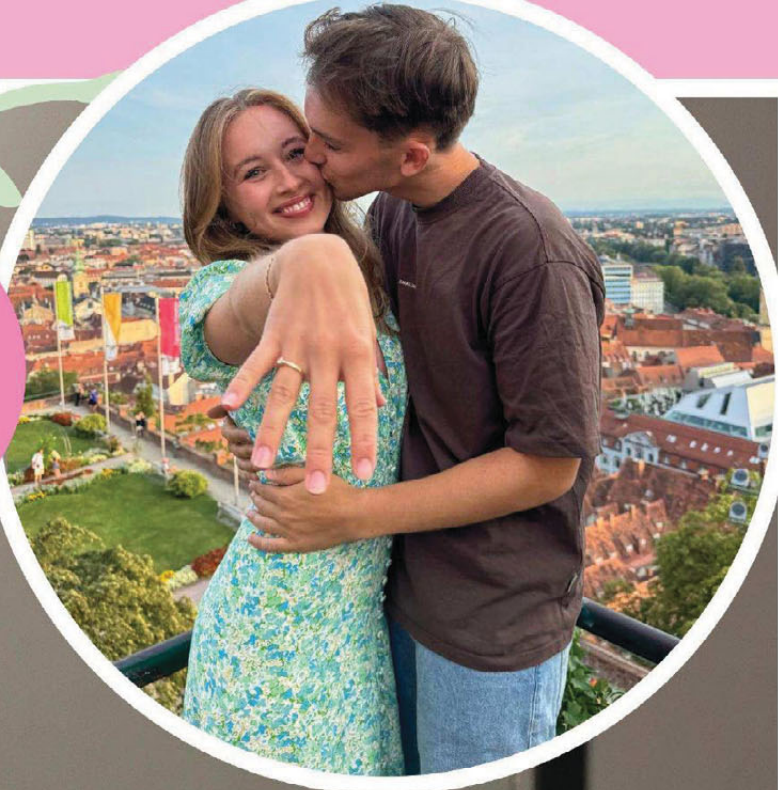
**KONKURRANSE-
INSTINKT:** Jennie
Sofie elsker å kokkelere
for venner og familie, men
kjente på prestasjonsangst
da hun skulle diske opp
for selveste Eyvind
Hellstrøm.

Jennie Sofie Lie Pickl våget å satse på
kjærligheten da hun møtte danseren

Følte seg trygg hos Tarjei

Da det tikket inn en melding fra Tarjei Svalastog på Instagram, gikk hun imot sine egne prinsipper. – Jeg tror det var skjebnen som ville at vi skulle møtes, forteller Jennie Sofie.

NYFORLOVET:
Kort tid etter «Farmen»-
innspillingen i fjor som-
mer, fridde Tarjei til sin
utkårede, influenser
Jennie Sofie Pickl.



«Kokkeskolen»-finalist Jennie Sofie Lie Pickl (24) har alltid likt å lage mat, en interesse hun mener kommer fra bestemoren i Østerrike.

– Vi plukket råvarer ute i grønnsakshagen hennes og laget maten sammen. Mat har alltid vært hennes kjærlighetsspråk, så jeg har mange gode minner fra kjøkkenet sammen med henne, forteller Jennie Sofie i forbindelse med premierevisningen av «Kokkeskolen».

– Kjæresten min kan ikke lage mat, så noen må jo gjøre det! legger hun lattermildt til.

Ung kjærlighet

Det er Jennie Sofies far som opprinnelig kommer fra Øst-

errike, derav etternavnet Pickl. Han møtte Jennies norske mor da de begge var bare 17 år, og kort tid senere flyttet de til Norge. Men Østerrike føles fortsatt som familiens andre hjem, og de tar turen sørover på kontinentet så ofte de har anledning.

– Når vi er på besøk, får vi virkelig kvalitetstid sammen og utnytter tiden godt. Jeg er utrolig takknemlig for relasjonen jeg har med «oma» og «opa» der nede. Med dem har jeg fått en helt annen kultur og et annet sted som også føles som hjemme, forteller Jennie, som snakker flytende tysk med østerriksk dialekt.

Da den 24 år gamle influenseren sjekket inn som nest

yngste kokkelærling på Hurdal Verk folkehøgskole, var det med et finslipt konkurranseinstinkt og nøye forberedelser i bagasjen. I første program laget hun bestemorens berømte kjøttboller, og fikk gode tilbakemeldinger fra både rektor Hellstrøm og sosiallærer Truls Svendsen.

– Jeg har alltid vært opptatt av å prestere og gir aldri opp. Jeg har et enormt konkurranseinstinkt, og det har jeg hatt fra veldig ung alder. Men å plutselig lage mat for en av verdens beste kokker, var nervepirrende. Jeg greier nok aldri helt å akseptere at jeg kan mislykkes. Jeg vil være god fra start! understreker Jennie Sofie med et latter-

mildt hoderist, fullt klar over at det er en umulig oppgave hun pålegger seg selv.

Oppvaskmøte

Akkurat det har preget Jennie Sofies indre dialog. I stedet for å stoppe opp og gi seg selv anerkjennelse når noe går bra, ser hun raskt fremover mot neste utfordring.

– Jeg må ha jevnlig «oppvaskmøter» med meg selv, hvor jeg minner meg selv om å ikke være så kritisk til eget arbeid – for det gjør ingen godt! Derfor er det også veldig fint å ha mennesker rundt meg som er flinke til å snakke meg opp, deler Jennie Sofie.

– Jeg har en familie jeg kan åpne meg for, og en kjæres-



AKTIV: Jennie Sofie har skrevet bok, etablert seg som influenser og deltatt i flere TV-programmer.



TALENT: Det blir tidlig klart at Jennie Sofie har stått bak grytene før, og hun har imponert i «Kokkeskolen».



GIFTEKLARE: Jennie Sofie og Tarjei planlegger bryllup i 2026.

”Kjæresten min kan ikke lage mat, så noen må jo gjøre det

te som er god å prate med. Der jeg er veldig følelsesstyrt, er han veldig fornuftig. Sammen blir det veldig bra!

I samme bransje

Kjæresten hun prater om, er ingen ringere enn «Skal vi danse»-stjernen og «Farmen kjendis»-deltaker Tarjei Svalastog (26), mannen hun falt pladask for i 2020, og som hun forlovet seg med sommeren 2024.

– Å ha funnet en mann som er i samme bransje som meg selv, har vært utelukkende positivt. Han forstår meg på en helt annen måte enn noen andre ville gjort, og den støtten jeg får fra ham, er essensiell, skryter Jennie Sofie.

De har tidligere deltatt sammen i «Forræder», men det

siste året har de vært aktuelle på hver sin kant; Tarjei som «Farmen kjendis»-deltaker, og Jennie Sofie som «kokkelærling».

– Det som var kjipt, var at da jeg var på «Kokkeskolen»-innspilling, var han på «Farmen». Da kunne jeg ikke ringe og sparre med ham. Da kjente jeg virkelig på savnet, for jeg trenger de gode samtale.

Første møte

Da Tarjei dukket opp i Jennie Sofies innboks, hadde hun akkurat fullført videregående, og koronaen herjet.

– Plutselig tikket det inn en melding på Instagram hvor Tarjei ba meg med ut på date. Jeg pleier ikke åpne slike meldinger og tør egentlig ikke kaste meg ut i noe slik, men av en

eller annen grunn var det noe inni meg som var sånn: «Ja, men hvorfor ikke?». Jeg tror det var skjebnen som ville at vi skulle møtes, forteller Jennie Sofie, som i sin egen bok, «Mitt nakne hjerte», har åpnet seg om den altoppslukende kjærlighets sorgen hun gikk gjennom noen år tidligere.

Under første date gikk de en tur i Frognerparken. Med pålagt covid-avstand slo de seg ned på en benk. Fra første stund føltes det helt naturlig. Samtalen gikk lett, og de snakket sammen i flere timer.

– Han, i likhet med meg, satte familieverdier høyt og drømte om barn og familie. Det var nok det som vekket interessen min. Det kan være skummelt å kaste seg ut i det og åpne seg for et nytt

menneske. Men det var noe med Tarjei som gjorde at det føltes trygt.

Bryllup

Til neste år skal det profilerte paret gi hverandre sitt ja.

– Vi har nå oppdaget hvor slit-somt det er å planlegge! Men vi er i gang, og det som er det aller viktigste for oss, er at gjestene skal føle seg velkomne og ivare-tatt. Så håper vi å få samlet alle sammen noen dager før bryllupet, slik at menneskene på tvers av vår relasjon skal få tid til å bli godt kjent.

Og veien videre? Den stresser de ikke med, enn så lenge.

– Vi har begge lyst på familie, men vi tar det som det kommer. Vi er fortsatt veldig unge, og akkurat nå lever vi bare livet og nyter alt det spennende som skjer!

Fåes kun i
Apotek



Enzymserie som bistår fordøyelsen

Sommerglede – også for deg med en følsom mage

Vår GO-serie bistår i fordøyelsen av blant annet laktoseprodukter, gluten, fiber og proteiner for deg som mangler et enzym.



Gluten GO er ikke egnet for cøliakere og erstatter ikke et glutenfritt kosthold ved cøliaki.

MUSIKALSK FORBILDE:
Mikkel og favorittartisten Tix under Spellemannprisen i april, der duoen delte ut en pris sammen.

” *Det er helt sinnsykt, og jeg gleder meg*

«Team Pølsa»-Mikkel
satser som artist

Har drømt om å gi ut musikk

Mikkel Munthe tok seerne med storm i NRK-serien «Team Pølsa». Nå bidrar den blide tenåringen til like god stemning på dansegulvet.



GJEV PRIS: Gjengen i «Team Pølsa» stakk av med publikumsprisen under «Gullruten» i mai. Her sammen med programleder Øystein «Pølsa» Pettersen.



PARTYLÅT: Coveret til Mikkel's sangdebut, «Klikke», gjenspeiler tenårings musikkglede.



► **HELT KONGE:** «Team Pølsa» rørte de kongelige til tårer etter endt skiløp i februar. Her hilser Mikkel på dronning Sonja.

I vinter lot TV-seerne seg sjarmere i senk av ungdomsgjengen i NRK-serien «Team Pølsa». De seks tenåringerne med ulike funksjonsnedsettelse hadde satt seg et hårete mål om å gjennomføre et skiløp i VM-løypene i Trondheim. Ekstasen var stor da de gikk over målstreken til vill jubel fra publikum.

Etter TV-suksessen har Pia, Syver, Peder, Trygve, Sunniva og Mikkel blitt folkekjære kjendiser, og under «Gullruten» i mai hanke gjengen inn den gjeve publikumsprisen «Årets deltaker».

Elsker russemusikk

Da Her og Nå møtte gladgutten Mikkel Munthe (15) på den røde løper, var det bare god stemning å spore.

– Det føles helt sinnsykt å vinne prisen, deler han stolt.

Mikkel er født med William syndrom, en sjelden tilstand som kjennetegnes av karakteristiske ansiktsstrekk, medfødte strukturelle forandringer i hjertekarsystemet, redusert vekst og forsinket utvikling.

I «Team Pølsa» har seerne blitt kjent med Mikkel's forkjærlighet for russemusikk. Artisten Andreas «Tix» Haukeland (32) er blant favorittene, og Mikkel og de andre ungdommene fikk møte sangeren i TV-serien. Under «Gullruten» var det stas for Mikkel å få treffe idolet sitt igjen.

– Tix er her, selveste legenden. Det er helt sinnsykt! sier 15-åringen.

Er blitt en slager

Mikkel kan med rette nå kalle seg en musikkkollega av den populære russe-artisten. I april ga nemlig TV-profilen ut sin første låt ved navn «Klikke» – til enorm respons! På bare ett døgn hadde fest-sangen fått 650 000 visninger og over 60 000 likes da den ble lagt ut på TikTok. I skrivende stund har «Klikke» over én million avspillinger på Spotify.

– Jeg klarer ikke å forstå det en gang. Det har alltid vært en drøm å kunne gi ut musikk, forteller Mikkel.

Skal stå på scenen

Rosinen i pølsa for tenåringer blir å opptre på VG-lista denne sommeren. 14. juni skal Mikkel nemlig stå på scenen for-

an et folkehav i hovedstaden.

– Ja, jeg skal endelig spille på VG-lista! Jeg har ventet på det i flere uker. Det er helt sinnsykt, og jeg gleder meg. Nå skal jeg bare øve til VG-lista, og så er det mange andre ting som skjer videre, sier han hemmelighetsfullt.

Mikkel avslører at han synes det er gøy med all oppmerksomheten. At fansen vil ta bilder med ham, setter han også stor pris på.

– Det er mange som sier at de liker låten. Og det er mange som har sett meg på TV som vil ta selfies, men jeg synes ikke det er slitsomt. Aldri! understreker Mikkel med et smil.

TEKST: CAROLINA M. BYE
FOTO: NTB, SVEIN BRIMI, SPOTIFY

Sommerhytta

TV-AKTUELL

TV 2, mandag til
onsdag klokka
20.00 og 21.40

HJEMME HOS:
Venninnene Dina
Mikaelsen og Linda
Roald møter oss
i den nyoppussede
leiligheten til Dina
på Tøyen.



**SLITSOMT,
MEN GØY:** Linda
og Dina var veldig
slitne etter endt inn-
spilling, men nå kun-
ne de ha deltatt
igjen.

**Bestevennene Dina og Linda
støtter hverandre i tykt og tynt**

Vi er sjelevenner



**Jobber
i samme
firma**



**GOD STEM-
NING:** Jentene
har det så
å si alltid gøy
sammen,
og de bidrar
gjærne med
ablegøyer for
fotografen.

Vateret fløy, tårene trillet, men latteren vant! Dina og Linda beviser at et godt vennskap tåler både skjevt gulv og lavt blodsukker.

TEKST: **MARIANNE THORSHAUG
KRISTIANSEN**
FOTO: **SVEIN BRIMI, TV 2, PRIVAT**

De kaller seg «Dinda» – en sammenslåing av Dina Mikalsen (31) og Linda Roald (33). Etter ti uker med blodslit, kreative løsninger og uventet terapi på «Sommerhytta», har de ikke bare blitt TV-favoritter, men også beviset på at ekte vennskap tåler alt.

– Det er bare så trygt, og så selvsagt. Vi er sjelevenner, poengterer Dina.

Vi møter dem i Dinas nyoppussede og lekke, lune leilighet på Tøyen i hovedstaden. Naturfarger, mørke detaljer og grønne planter preger stilen i leiligheten, akkurat slik de ønsket det på hytta.

Respekt og latter

Dina og Linda møttes på Norges Handelshøyskole i 2012, der de begge studerte økonomi og administrasjon. Dina husker det første møtet tydelig.

– Hun presenterte en IT-søknad foran flere hundre stykker. Hun så så selvsikker ut, og jeg tenkte bare: «Hvem er den dama her?». Gradvis ble de en del av samme gjeng, og i 2016 var det nære vennskapet blitt et faktum.

Senere utviklet de en chatbot sammen, skrev master og jobbet side om side i IT-bransjen. Nå bor begge i Oslo, jobber som prosjektledere i samme firma og har delt både hverdag, ferier og livets små og store valg sammen.

– Vi er sammen hele tiden. Og vi mener det, sier Dina og ler.

Motbakke og medvind

De har vært gjennom mye sammen.

– Det er ekte vennskap når man heier på hverandres oppturer og står sammen i nedturen, sier Dina og fortsetter:

– Jeg merket det spesielt i en periode hvor jeg hadde det ganske tøft. Linda var så tydelig. Hun sa: «Nå skal du gjøre sånn og sånn», og det var akkurat det jeg trengte.

Linda stemmer i.

– Tidlig i 20-årene var det mange store spørsmål: kjærlighet, jobb og identitet. Men vi har alltid klart å se hverandre, også det som ikke ble sagt.

– Linda har en evne til å stille spørsmål som treffer, sier Dina og utdyper.

– Hun ser det, før jeg sier det. Og det er det ikke mange som gjør.

Har blitt en gjeng

Linda har vært sammen med

kjæresten Kenneth siden 2019, og han har blitt en fin del av «Dinda»-relasjonen.

– Kenneth har en helt unik ro. Han er varm, klok og utrolig støttende, beskriver Linda.

– Han er en av mine nærmeste venner. Han sier ikke nødvendigvis så mye, men han følger med. Og han skjønte tidlig at vi to tar mye plass, men han står støtt i det, legger Dina til.

Hun ler litt.

– Når jeg kommer på besøk, står isen klar før jeg har fått av meg skoene.

Ett år i Saudi-Arabia

I 2021 jobbet Dina ett år som prosjektleder i Riyadh, Saudi-Arabia, i et stort digitaliseringsprosjekt.

– Det var veldig interessant og ganske annerledes, forteller hun.

– Jeg ble kjent med mange ressurssterke kvinner som backet hverandre. Det gjorde inntrykk.

Linda og Kenneth kom på besøk til henne, og trioen reiste

” Det var som om vi kom inn i en boble. Ingen forstyrrelser. Bare oss, naturen og følelsene våre



senere sammen gjennom Midt-østen.

– Det var spennende å se hvordan Dina levde der. Og veldig fint å få oppleve noe helt nytt sammen. Det er minner vi fortsatt snakker om, sier Linda.

Forelsket under innspilling

Midt i «Sommerhytta»-innspillingen, i en av helgene hjemme i Oslo, møtte Dina sin nåværende kjæreste.

– Jeg sa bare: «Du får lov til å be meg ut». Og det gjorde han, smiler hun.

Øynene stråler når hun snakker om ham.

– Han har en trygg og rolig energi, deler Dina.

– Så nå har vi blitt en liten kvar-

tett. Det er veldig fint, sier Linda med et bredt smil, før hun legger til:

– Og han er irriterende god i quiz!

Lite krancling

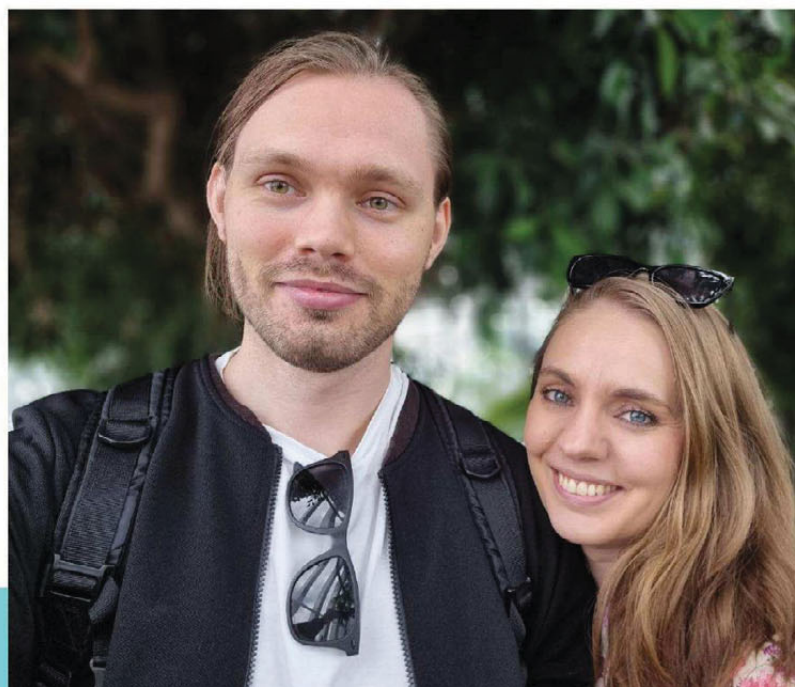
– Vi hadde én og en halv dispuTT under innspillingen, ler Linda.

– Ja, den gangen jeg stormet ned fra hemsen og kastet vateret i frustrasjon, forteller Dina.

– Men vi klemte hverandre og kom oss videre på fem minutter, opplyser Linda.

Gjennom ti uker jobbet de tett og var flinke til å tilpasse seg hverandre.

– Vi var aldri på bunn samtidig. Vi justerte oss. Hvis én var sliten, tok den andre ansvar, forklarer Dina.





▲ **GODE SAM-
TALER:** Duoen
setter stor pris
på hverandres
selskap og har
vært der for
hverandre
i livets opp-
og nedturer.

◀ **PAR I HJER-
TER:** Linda bor
sammen med
Kenneth Apeland
(28). De har vært
et par siden 2019.



▲ **FORELSKET:** Dina møtte
sin kjære Thorvald Ness (34)
i samme periode som TV-
programmet ble innspilt.

▶ **PÅ FERIE:** Her er jentene
på ferie i Midtøsten da Dina
bodde i Saudi-Arabia. Dette
bildet er tatt i Abu Dhabi.

Kort tid etter innspillingsstart
begynte de å kjenne på noe de
ikke hadde kjent på lenge:

– Vi hadde ikke grått på mange
år, og så kom det i første uke. Det
var som om alt vi hadde lagt lokk
på, plutselig fikk rom. Vi sto i
gjørme til knærne og gråt – og det
føltes helt riktig, forteller Dina.
Linda nikker.

– Crewmedlemmet som filmet
oss, begynte å gråte sammen
med oss. Det var så ekte og trygt.
De humrer litt, før Linda legger
til:

– Det føltes som terapi. Ikke
sånn tung terapi, men sånn som
bare skjer når du endelig får pus-
te ut.

Godt å koble av

Livet uten telefon, nyhetsvarsler
og e-poster ble en slags tidsreise
tilbake til noe enklere og mer ekte.
Dina forteller at de visste at de
kom til å savne folk hjemme, men
de ante ikke hvor godt det kom til
å bli å logge helt av.

– Det var som om vi kom
inn i en boble. Ingen forstyr-



relser. Bare oss, naturen og
følelsene våre. Vi snakket
sammen på en måte vi aldri
har gjort før, forklarer Linda.
Dagene fikk plutselig en an-
nen rytme. De våknet av fugle-
sang i stedet for alarmer, spiste
frokost uten å skrolle og sovnet
med skuldrene senket.

– Det ga meg en ro jeg aldri
har kjent før, deler Dina stille.

– Det var som om vi fikk

skrudd ned volumet på alt
annet, og skrudd opp hver-
andre. Jeg tror vi trengte det mer
enn vi visste, supplerer Linda.

– Kunne dere ha deltatt igjen?

– Vi har snakket om det. Jeg
kunne gjort det igjen – med litt
pause først, sier Dina.

– Ja, men da må det være med
deg, sier Linda. Og så ler de.
Samtidig, selvfølgelig. Akkurat
som de alltid har gjort.

Nytt
siden sist

GLEDER SEG: Katrine Moholt er i gang med innspillingen av neste sesong av «Sommerhytta».

Katrine Moholt er klar for Sørlandet

Tar over drømmejobb

Cathrine Fossum (47) har ledet «Sommerhytta» i tre år, men når neste sesong av TV 2-serien vises er det også med ny programleder. Da er det nemlig navnesøster Katrine Moholt (51) som skal lede oppussingsserien.

– Det å få lede «Sommerhytta» er en sann glede! Her får alle deltagerne være med helt til finalen, og jeg gleder meg til å følge de fire parene gjennom ti uker med hardt arbeid, mestring og store opp-

levelser, sier Katrine i en pressemelding fra TV 2.

Tidligere har hun ledet konkurranser som «Skal vi danse» og sommerprogram som «Allsang på grensen». Katrine synes det er stas at innspil-

lingen er tilbake i Norge, og finner sted på Sørlandet, nærmere bestemt i vakre Tvedestrand. Her venter de største tomtene i «Sommerhytta»-historien på deltagerne. De er nemlig på ett mål hver.



**Koste seg
som mentor**

Eva Weel Skram

Takknemlig etter «The Voice»

Mer enn seks hundre tusen nordmenn så finalen i «The Voice» der Andrea Bredesen Holm gikk helt til topps. Nå bekrefter TV 2 at det blir en ny runde av den populære sangkonkurransen. Hvem som blir mentorer i neste sesong er ikke avslørt ennå, men det er ingen tvil om at Eva Weel Skram (39) har kost seg masse i sin første sesong som mentor for talentene.

«For ein berikelse denne opplevelsen har vore, på så mange ulike plan, men først og fremst på grunn av alle de fine folkene jeg har fått jobbe med, både foran og bak kamera. Jeg er evig takknemlig for at jeg fikk være en liten del av denne store produksjonen, dette blir jeg å huske for alltid.», skriver Eva på Instagram.

Nå venter sommeren for sangfuglen fra Sogndal, og den skal blant annet tilbringes på scenen.

**Jann Post og Ida
Nysæter Rasch**

Vil se mer av gullheltene

Liker du å se Jann Post og Ida Nysæter Rasch kommentere Karsten Warholm, Jakob Ingebrigtsen og de andre norske friidrettsstjernenes imponerende innsats på arenaer verden over? Da har vi en gladmelding til deg. NRK har nemlig sikret seg rettighetene til fortsatt å vise de 14 Diamond League-stevnene som går av stabelen hvert år. Avtalen gjelder frem til 2029, og i tillegg vil statskanalen som vanlig vise Bislett Games som arrangeres i disse dager.

– Med denne avtalen garanterer vi at hele det norske folk kan være tett på våre største idrettsprofiler gjennom hele året. Norsk friidrett har vært gjennom et eventyr de siste årene, og NRK er selve friidrettskanalen. Vi gleder oss stort til fortsettelsen, sier Espen Olsen Langfeldt, sportsredaktør i NRK, i en pressemelding.

NRK har også rettighetene til å vise VM i friidrett til og med 2029, EM i friidrett i 2026 og OL til og med 2032.

**Sikret
rettighetene**





FRIHET: Snart kan prinsessen bytte ut norske strender med surfeparadiset Bondi Beach i Australia. De neste årene får hun god anledning til å være seg selv og pleie egne hobbyer.

Nyt livet mens du kan!

Jeg unner prinsesse Ingrid Alexandra tre år hvor hun kan være en vanlig og forhåpentligvis anonym student på den andre siden av kloden. For resten av livet hennes er allerede planlagt.

I motsetning til alle andre 21-åringer jeg kjenner, vet prinsesse Ingrid Alexandra allerede mye om hva fremtiden vil bringe. Hun er klar over at hun, som etter hvert kronprinsesse og trolig senere dronning, vil måtte sette sin gjerning foran alt annet og leve et liv i offentligheten.

Fortjener fred

Jeg skjønner godt at hun derfor velger å studere i Australia, et døgnns reisetid hjemmefra. Der kan hun forhåpentligvis leve et relativt anonymt liv, samtidig som hun får lærdom og erfaring som hun kan dra nytte av i sin gjerning. Jeg tror hun har gjort et smart valg ved å velge samfunnsfag med fordypning i internasjonale forhold og politisk økonomi, og Sydney som studiested.

Prinsessen vet at hun resten av sitt liv kommer til å bli fulgt tett både av monarkister, republikanere og ikke minst fotografer, og at hun vil måtte tåle kritikk for sine antrekk, sine oppdrag og fremtidige kjæresten – og også ondsinnet og usann sladder.

Prinsessen fortjener derfor litt fred før hun tar fatt på sin kongelige gjerning, og jeg håper hun får det de neste tre årene «down under».

Ikke helt vanlig

Ingrid Alexandra vil aldri kunne bli en helt vanlig student, uansett hvor hun hadde valgt å ta sin utdanning. Men jeg tror Australia var et klokt valg i så måte. I Sydney kan hun forhåpentligvis leve et mer normalt liv enn hun kommer til å kunne gjøre når hun kommer hjem. Kose seg med medstudenter, oppleve byen og utøve yndlingshobbyen surfing i paradiset Bondi Beach. Forhåpentligvis uten så mange paparazzifotografer i buskene.

Kanskje er hun så heldig at hun får leve like uforstyrret som hun har gjort under sin utvidede førstegangstjeneste i Skjold Leir i Brigade Nord. Der var hun, så langt det var praktisk mulig, en av mange soldater. Ikke bare inne i leiren, men også når hun beveget seg utenfor. Jeg vet at hun satte pris på hvordan hennes medsoldater og lokalbefolkningen behandlet henne disse 15 månedene, og at hun nøt friheten det medførte.

Gode råd fra pappa

Før hun flytter «down under», får hun sikkert også noen gode råd fra pappa, kronprins Haakon. Han studerte i sin tid ved Berkeley-universitetet utenfor San Francisco i USA og har flere ganger fortalt hvor godt han trives med å være anonym. Selv når noen spurte om hvordan monarkiet fungerte i Norge, nevnte han ikke at han selv var en del av det. Det er ikke vanskelig å forstå at kronprinsen koster seg i den situasjonen.

Mamma kronprinsesse Mette-Marit har også sikkert tips om Australia. Hun har vært utvekslingsstudent i landet.

Vil bli savnet

Selv om kronprinsesse Mette-Marit selvfølgelig unner prinsesse Ingrid Alexandra å kunne leve ut en drøm ved å utdanne seg videre i Australia, er jeg sikker på at mammahjertet gruer seg til den dagen hennes Ingrid setter seg på flyet til Sydney.

Jeg vet at også kronprinsen, men kronprinsessen spesielt, har gruet seg til den dagen Ingrid flytter hjemmefra. Nå fikk de riktignok en forsmak da prinsessen var i Nord-Norge, men dette blir annerledes. Nå blir det ikke så lett for hverken kronprinsparet eller prinsessen å reise på helgebese.

Kan ikke hjelpe til

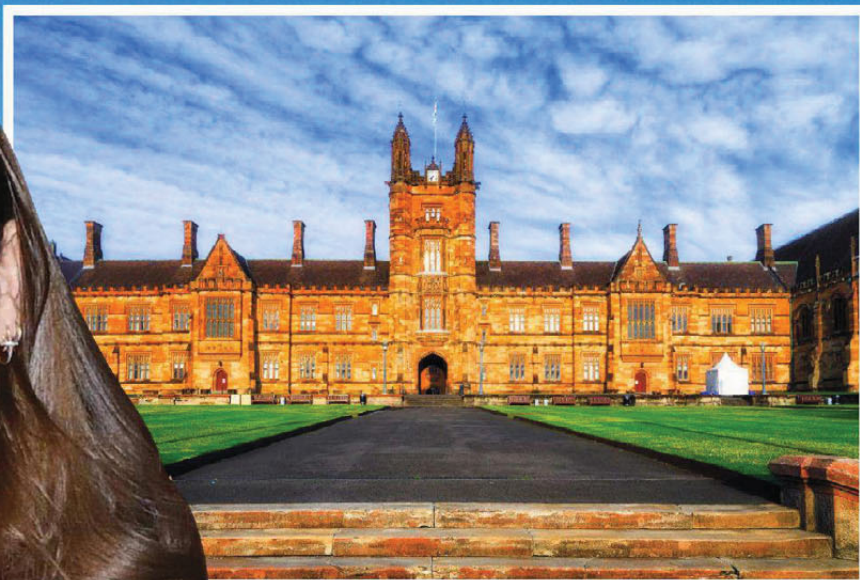
Også resten av kongefamilien kommer til å savne prinsessen, som med sitt gode humør alltid er en gledesspreder. De må også finne seg i at Ingrid Alexandra heller ikke kan utføre noen kongelige oppdrag før i 2028. Fra Australia kan hun ikke hjelpe til.

Jeg tror også det er noen monarkister som er litt skuffet over at de får se lite til Ingrid de nærmeste årene, men jeg tror alle nok har forståelse for hennes valg. Jeg er også ganske sikker på at de er enige i mitt råd til prinsessen: Kos deg med studiene og nye venner, og nyt livet og frihetsfølelsen mens du kan. Alvoret og hverdagen kommer tidsnok.

Roger Øversveen

Hoffreporter Roger Øversveen

FORLATER NORGE:
Prinsesse Ingrid
Alexandra er klar for et
spennende eventyr
i Australia etter
sommerferien.



HER SKAL HUN STUDERE:
Universitetet i Sydney har et godt
renommé og er et veldig populært
sted å søke for europeiske studenter.

I august sier prinsesse
Ingrid Alexandra farvel til
familie og venner i Norge.
I tre år skal en studentbolig
på universitetet i Sydney
i Australia være hennes
hjem. Veien mot den
kongelige tronen har
dermed for alvor begynt.

TEKST: **ROGER ØVERSVEN**
FOTO: **NTB, GETTY**

Mange har spekulert i hva prinsesse
Ingrid Alexandra (21) skulle gjøre et-
ter at hun var ferdig med den utvide-
de førstegangstjenesten i Skjold leir
i Brigade Nord. Nå har svaret kom-
met. Ingrid, som hun kalles til daglig,
har valgt å fortsette sin utdanning
i Australia.

Prinsessen flytter til Australia

Nå starter et nytt kapittel i Ingrid's liv



SPENNENDE KONTINENT: Sydney, der prinsessen skal tilbringe de neste årene, ligger i Australia, helt på den andre siden av jordkloden.

Heltidsstudent

Prinsesse Ingrid Alexandra starter i august på en bachelor i samfunnsfag ved Universitetet i Sydney. Graden er treårig, og prinsessen har valgt fordypninger i internasjonale forhold og politisk økonomi. Ingrid Alexandra vil bo i en studentbolig på universitetsområdet.

Prinsessen vil være heltidsstudent og ser frem til å konsentrere seg om studiene i årene som kommer. Det betyr at hun ikke kommer til å representere kongehuset i den perioden, og sjelden blir å se i Norge.

Ønskes velkommen

I Sydney er man klar til å ta imot prinsessen som har søkt, og kommet inn, på studiene på helt vanlig måte.

– Vi er glade for at Hennes Kon-

gelige Høyhet prinsesse Ingrid Alexandra har valgt å studere ved Universitetet i Sydney, og vi ser frem til å ønske henne velkommen og hjelpe henne med å tilpasse seg universitetslivet og studiene, skriver visepresident Kirsten Andrews ved Universitetet i Sydney i en e-post til flere norske medier.

Følger tradisjonene

Også prinsessens bestefar og far, kong Harald (88) og kronprins Haakon (51), har studert utenlands. Daværende kronprins Harald studerte samfunnsvitenskap, historie og økonomi ved Balliol College i britiske Oxford fra 1960 til 1962, mens kronprins Haakon studerte statsvitenskap på University of California i Berkeley i USA fra 1996 til 1999.

Kanskje er det bestefar og pap-



FINT MINNE: Kronprins Haakon trivdes som anonym student ved Berkeley-universitetet i USA.

pa som har gitt henne råd? Både kong Harald og kronprins Haakon har i hvert fall ved flere anledninger opp gjennom årene fortalt hvor stor nytte de har hatt senere i livet av det de lærte i studietiden.

Også mamma, kronprinsesse Mette-Marit (51), har sikkert noen nyttige erfaringer å dele med prinsesse Ingrid Alexandra for avreise. Hun har selv bodd ett år i Australia. I 1990 ønsket den da 16 år gamle Mette-Marit å reise bort. Skoleåret ble tilbrakt som utvekslingsstudent på Wangaretta High School, nordøst for Melbourne, noe som ifølge henne selv har vært med på å forme henne.

En fantastisk tid

Kronprins Haakon har nok sikkert gitt datteren noen tips om hvordan universitetslivet er. Selv ser han tilbake på den tiden med stor glede.

«Det var fantastisk å studere, og fritiden var enda bedre. Jeg hadde gledet meg til konserter. Nå var jeg der. Noe av det beste med Berkeley var å møte mange forskjellige mennesker med alle mulige overbevisninger», forteller kronprinsen i boken «Haakon – historier om en tronarving», ført i pennen av Kjetil S. Østli.

Anonymt tips

I boken forteller kronprinsen at han ikke var så ofte sammen med de andre norske på universitetet. Han likte at færrest mulig visste hvem han var. En historie fra boken har han sikkert fortalt sin datter:

«Kronprinsen av Norge skal komme, og jeg skal hjelpe til med å skaffe en gave til han. Vet du noe om den norske prinsen?» spurte en student som hadde fått vite at Haakon var norsk.

«Litt vet jeg vel», svarte jeg.

«Vi har hørt at han surfer, og tenkte litt på surfebrett, hva tror du om det?»

«Ja, han er visst interessert i surfing», svarte jeg, «men supergod tror jeg ikke at han er.»

«Men vet du hvor stor denne prinsen er, sånn cirka? Høyde, vekt?»

«Kronprinsen er faktisk litt som meg», sa jeg og oppga min vekt og høyde. Mer sa jeg ikke, forteller Haakon i boken.

USA-erfaring

Den norske kongen og kronprinsesen er på ingen måte alene i den europeiske kongefamilie om å ha studert i USA. Både Danmarks kong Frederik (57) og Sveriges kronprinsesse Victoria (47) gikk også på amerikanske universiteter. Også Belgias kronprinsesse Elisabeth (23) har nettopp fullført sitt første år på Harvard University, der hun tar en mastergrad i offentlig politikk.



FAR OG SØNN: Kong Olav sammen med daværende kronprins Harald da sistnevnte begynte studiene i Oxford i 1960, der også Olav selv i sin tid studerte statsvitenskap, historie og økonomi.



DRAKTSØM: Dronning Sonja (t.v.) tok utdanning i kjole- og draktsøm på Oslo Yrresskole og ved en moteskole i Sveits. Senere studerte hun også engelsk, fransk og kunsthistorie ved Universitetet i Oslo. Her er hun sammen med en venninne i 1956.



ROING: I studietiden konkurrer kronprins Harald, her 23 år og i Marius-genser, i roing på Themsen.



NEDERLAND: Prinsesse Märtha Louise på høyskolen i Nijmegen hvor hun studerte fysioterapi.

STUDERTE I USA:
Kong Frederik av Danmark studerte ett år, fra 1992 til 1993, ved Harvard-universitetet.



REISTE IKKE LANGT:
Prins William valgte å ta deler av sin utdanning ved St. Andrews-universitetet i Fife i Skottland. Det samme gjorde for øvrig prinsesse Kate.



FLERE LAND: Kronprinsesse Victoria har studert fransk i Frankrike og blant annet statsvitenskap og historie ved Yale-universitetet i USA.



TRONARVING: Kronprinsesse Elisabeth av Belgia, her sammen med pappa kong Philippe, studerer for tiden ved Harvard-universitetet.

HJEMMEKJÆR: Kronprinsesse Amalia, som en dag blir dronning av Nederland, studerer politikk, psykologi, juss og økonomi hjemme i Amsterdam.



LYKKELIG DUO:
Even og hans kjære,
Helle Liana Nårstad
Drugli, la ut dette bil-
det på Instagram etter
en vellykket skitur
sammen.

**Even Northug er
stormforelsket
i samboeren Helle**

Det sa pang med én gang

**Han jakter OL-drømmen i sporet, men hjemme
er det Helle Liana som får Even Northug til
å senke skuldrene og kjenne på hverdagslykke.**

Even Northug (28) er klar for sin fjerde sesong på landslaget. Han vet godt hvor krevende veien dit har vært, og hvem han har å takke for at han fortsatt står støtt.

– Det hadde nesten vært umulig uten støtten fra familien. De har hjulpet meg i tykt og tynt helt til den dagen jeg kom med. Etter det ble hverdagen lettere, men det hadde ikke gått uten dem.

Stormforelsket

Etter en travel sesong med ski og konkurranser, brukte Even våren på det som betyr mest

utenfor sporet, nemlig kjæresten Helle Liana Nårstad Drugli.

– Jeg prioriterte å være mye med samboeren min. Hun har ikke sett meg så mye i vinter, så vi har vært på toppturer, gjort litt hagearbeid og vært på Plantasjen og kjøpt blomster. Det har vært fint!

De har vært sammen i snart to år.

– Vi snakket vel sammen første gangen i 2014. Bare noen meldinger, vi møttes aldri. Men ti år etterpå møttes vi, og da sa det pang med én gang.

Han smiler bredt når han blir

bedt om å beskrive kjæresten sin:

– Hun er rolig. Og snill. En av de beste jeg har møtt, så det er veldig hyggelig.

Trives som forbilde

Storebror Petter Northug (39) har banet vei innenfor skisporten, bokstavelig talt, men Even har funnet sin egen retning.

– Den jeg har lært aller mest av, er Petter. Det har vært artig å vokse opp med ham, men jeg har aldri prøvd å ta over plassen hans. Det hadde jo vært umulig – og det er jeg nesten glad for. Jeg har bare banet min egen vei og stått i det, sier Even.

Han opplever nå å være forbilde for yngre utøvere, en rolle han tar på alvor.

– Det er lite som er så artig som å få gi råd og tips. Når folk

spør, syns jeg det er stas. Det er viktig å vise hvordan det kan gjøres, og at det faktisk går, hvis man bare er tålmodig nok, sier 28-åringen, som beskriver seg selv som ekstremt tålmodig.

Har en drøm

Nå har Even OL i Italia 2026 langt framme i pannebrasken og går inn i en ny sesong med store drømmer.

– Målet mitt er å ta OL-medalje i Italia, sier han – og smiler litt.

Og rådet fra broren før mesterskapet?

– Å nyte det. Ikke bli for preget av stundens alvor. Dét er det viktig å huske på!

TEKST: **MARIANNE THORSHAUG
KRISTIANSEN**

FOTO: **MARIUS GULLIKSRUD,
NTB, INSTAGRAM**



GODE RÅD: I fjor tok brødrene Northug NM-sølv under lagsprinten. Even forteller at han har fått gode råd fra storebroren før store mesterskap.



”

*Hun er rolig.
Og snill. En av
de beste jeg
har møtt, så
det er veldig
hyggelig*

MOTIVERT: Even Northug er takknemlig for å ha blitt tatt ut til langrennslandslaget igjen. Nå satser han alt for å kunne stille til start under OL i Italia i 2026.

UTFORDRENDE: – Du har tørt vær, du har vått vær, du har tidlig vår, du har tørke, du skal pløye og harve – og alt til riktig tidspunkt, ramser Jon opp. Likevel angrer han fortsatt ikke på at han og kona Ellen valgte å bli bønder.

Jon Almaas har laget TV i over 25 år

**Aldri har noe vært
så mye engasjert**

Ny
sesong



**VELKOMMEN TIL-
BAKE:** Det blir en ny
sesong av «Jon blir
bonde» på TVNorge,
der vi får være med
hjem til Ellen og Jon
på Brårud gård i Nes
kommune.

ekket
ement!

HYTTA: Etter at ekteparet ble bønder, har det blitt lite tid til å dra på hytta i Kragerø, som ekteparet kjøpte for fem år siden. Dette bildet er fra august 2021.



«Jon blir bonde» har blitt en stor seersuksess, og det hagler inn med fanpost til TV-profilen. – Det er hyggelig at det ikke bare er ren underholdning, men at det faktisk betyr noe for folk også, sier Jon.

Rød løper, gallaantrekk, blitzregn og gullforgylte priser. Kontrastene kan knapt bli større. Dagen før Jon Almaas (57) dukket velpolert opp på den røde løperen til «Gullruten» i Bergen, gjorde den ferske bonden seg ferdig med såingen av 70 mål med erter.

– Etter en litt dårlig vinter og en litt sølete vår, kommer plutselig sommeren. Det begynner å vok-

se, det spruter opp av jorden, det er lamming, og sauene skal ut på jordet. Det er «prime time» i jordbruket, og i går, 8. mai, var jeg i mål med våronna – mic drop! gliser Jon.

Hagler inn med meldinger

Jon Almaas ble rikskjendis som «Nytt på nytt»-programleder i 1999 og har siden ledet pro-

grammer som «Praktisk info med Jon Almaas» og «Alle mot alle».

Denne våren har TV-seerne vært flue på veggen under Jon og kona Ellens første år som gårdbrukere i TVNorge-serien «Jon blir bonde». Programmet har satt seerrekord for TV-kanalen, og de lover ny sesong.

– Jeg har vært på TV i mange år nå, men har aldri vært med på noe som har vekket så mye engasjement. Jeg får brev fra eldre menn, og det hagler inn med meldinger. Det er tydelig at det er mange som setter pris på serien. Det er hyggelig at det ikke bare er ren underholdning, men at det faktisk betyr noe for folk også,

medgir Jon, som ved siden av jobben som bonde og programleder ikke har hatt mulighet til å svare på alle henvendelsene han har mottatt.

Nære på å gi opp

Når vi møter Jon denne mai-dagen, har han lagt bak seg noen hektiske og krevende måneder som bonde. Men den biten var Jon da også forberedt på da han og kona Ellen valgte å realisere bondedrømmen.

– Opplevelsen har stått til forventningene. Det er ikke et rolig liv på landet, men en hektisk hverdag med veldig mye å gjøre. Men jeg trives med det, og vi har



” I fjor var vi én helg på hytta, og i år har vi ikke vært der ennå

TV-VETERAN: Jon Almaas debuterte som «Nytt på nytt»-programleder på NRK i 1999. I 2016 gikk han til Discovery.

PRISVINNER: Jon kom rett fra våronna til «Gullruten»-utdelingen i Bergen. Han tok med seg to priser denne kvelden; en for «Jon blir bonde» og en for «Alle mot alle».



ikke gitt oss ennå, understreker 57-åringen.

Men noen overraskelser har dukket opp underveis. Det kreves enorm presisjon av bøndene for å komme i mål, og Jon er fascinert av at så mange faktisk gidder å holde på – år etter år.

– Som i år, hvor det har vært vanskelige forhold. Jordtype og værtype påvirker, og du skal gjøre alt til riktig tidspunkt for å prøve å få kornavling. Så er det likevel ikke sikkert det går bra. Så det hadde vært lett å si: «Dette gidder jeg ikke», erkjenner Jon, som innrømmer at han var nære på i år.

– Jeg hadde kjørt over med

harv og slått og alt mulig rart, så tenkte jeg: «Fuck it, dette er meningsløst». Men så er det ikke det, da. Det er noen tonn med korn som skal komme fra min gård og skal inn i munnen til blant annet deg, poengterer han, og henvender seg til undertegnede.

– Så hvor går smertegrensen?

– Jeg synes det er flaut å gi opp. Og så har jeg høy toleranse for mas. Jeg har gjennomført langløp og mange slitsomme ting i livet, så ja, jeg vet du blir sliten. Men jeg vet også at du alltid har et ekstra gir å gå på. Så selv når det er masete og kjasete, vet jeg at jeg ennå ikke har møtt veggen.

Hyttedrommen

I «Jon blir bonde» ble det gjort et poeng ut av Jons tidligere ferievaner. Han kunne nemlig avsløre at han vanligvis kunne unne seg én måned fri fra TV-jobben mellom sesonger på vinteren, og at han gjerne tok seg et par måneder fri når sommeren kom. I dag kan han se langt etter late dager på skjærgårdspærlene i Kragerø, som han og kona gikk til innkjøp av i 2020.

– I fjor var vi én helg på hytta, og i år har vi ikke vært der ennå. Sånn kan vi ikke ha det. Jeg spiller også golf og må holde golfsvingen ved like. I dag er

det ikke noe fritid, men vi har tenkt å ordne oss litt mer. For vi er nødt til å få tatt turen på hytta og komme oss litt bort. Så vi må alliere oss med noen som passer litt på innimellom. Vi har noen saker i kokeren der, avslører Jon.

– Så hvordan har dere planlagt årets sommerferie?

– Sommerferien? Jeg har ikke noen planer for sommerferien. Jeg håper vi skal på hytta, men jeg vet ikke.

TEKST: **HEGE E. TØRRESDAL**

FOTO: **WARNER BROS. DISCOVERY, NTB, SVEIN BRIMI**



I full blomst

De kongelige vet virkelig å velge antrekk som står i stil med den vakre og farge-rike tiden vi nå går inn i.

MAKSIGUL

Gult kan være en vanskelig farge å bære, men kronprinsesse Mette-Marit (51) får det virkelig til i denne sitronfargede, figursydd kjolen med volanger i ermene fra italienske Erdem. Den rosa clutchen skaper en fin kontrast, samtidig som den passer godt til de rosa blomstene i kjolens vakre mønster.

ROMANTISK

Dette antrekket til britiske prinsesse Beatrice (36) blomstrer virkelig fra topp til tå. Mønsteret på den lekre midikjolen fra eksklusive Zimmerman har grener med blomsterskudd på kryss og tvers, mens beltet er dekorert med vakre steiner. Det rosa hårbåndet med fine detaljer er prikken over i-en.

EN TUR I SKOGEN

Denne plisserte, skoggrønne kjolen med svarte og hvite blomster fra Self Portrait ser flott ut på Meghan Markle (43), og er perfekt for vår og sommer. Med en figursydd blazer fra Alexander McQueen er hun også kledd for litt uforutsigbart vær. Jakken matcher de svarte hælene fra Manolo Blahnik helt perfekt.



MULTIFLORA

Du kan ikke annet enn å bli glad over de mange fargene på prinsesse Kates (43) sommerkjole, som har turkise, oransje og gule blomster på en lilla bakgrunn. På føttene holder hun det nøytralt med et par sommerlige, beige kilehæler.



STRÅLER I FARGER

Kronprinsesse Victoria (47) stråler i dette fargerike antrekket, der hun kombinerer en rosa blazer med limegrønne stiletthæler. Det plisserte skjortet kommer fra svenske & Other Stories og henter lekent opp fargene på sko og jakke. Hun topper det hele med oransje neglelakk.



HIMMELBLÅ DRONNING

Spanias dronning Letizia (52) ser fantastisk ut i denne himmelblå kjolen som smyer seg rundt midjen, mens det vide skjortet beveger seg vakker i vinden. Det vakre blomstermønsteret, den dype V-utringningen og knappene i midten er tidløst.

Slapp unna i lang tid:
William Earl Talbott
var 24 år gammel da
han begikk drapene.
Over 30 år senere
ble han tatt.

Overraskende løsning på gammelt dobbeltdrap Morderen ble avslørt på nettside

Chelsea Rustad var nysgjerrig på familien sin og sendte inn DNA-et sitt til et nettsted for slektsforskning. Det ble nøkkelen til å få løst et dobbeltdrap som skjedde for over 30 år siden.

Den 18. november 1987 forlot Tanya van Cuylenborg (18) og hennes kjæreste gjennom to år, Jay Cook, foreldrenes hjem i British Columbia. De hadde lånt varebilen til Jays foreldre for å kjøre til Seattle. Dessverre kom paret aldri tilbake, og politiet begynte å lete etter dem.

Seks dager etter at hun for-

svant, ble liket av Tanya funnet i en grøft nesten 13 mil nord for Seattle. Hun manglet bukser og undertøy og var blitt skutt i hodet på kloss hold. Alt tydet på voldtektsmord.

Dagen etter ble Tanyas lommebok, nøklene til varebilen og noen andre gjenstander funnet dumpet under en kro

i Bellingham, omtrent 25 kilometer fra stedet der liket ble funnet.

Varebilen ble funnet på en parkeringsplass i nærheten, men Jay var fortsatt savnet. Liket hans ble funnet dagen etter, under en bro omtrent 11 kilometer fra der Tanya ble funnet. Han var blitt kvalt.

DNA-løsningen

Bak i varebilen fant politiets kriminalteknikere et håndavtrykk som mest sannsynlig var drapsmannens. Men det sterkeste beviset av alle var sædflekkene på Tanyas bukser, som ble funnet

i varebilen. Sæden som ble funnet i henne, hadde samme DNA. Og det var ikke fra Jay.

Politiet fikk inn mange tips, men ingenting som kunne føre til drapsmannen. Det skulle gå helt til 2018 før dørene åpnet seg i saken. En av USAs mest beryktede seriemordere, den såkalte Golden State Killer, Joseph James DeAngelo, ble arrestert ved hjelp av DNA og genetisk slektsforskning.

Nå benyttet også kriminalinspektør Jim Scharf seg av den muligheten. DNA-et til Tanya og Jays morder ble lastet opp i en



Brutalt: Tanya van
Cuylenborg ble
bare 18 år.



DNA-spor: Det ble funnet
spor etter drapsmannen
i parets varebil, blant
annet et håndavtrykk.



***Han hadde mishandlet
sine søstre***



Nye metoder: Genetisk slektsforskning, der man sammenligner familiens DNA for å finne sine slektninger, har blitt stadig mer vanlig.



Også drept: Jay Cook ble funnet drept 11 kilometer fra der kjæresten Tanya ble funnet.



Dommen lød på livstid i fengsel

genetisk database som gjør det mulig for privatpersoner å dele og sammenligne DNA-et sitt for å finne slektninger. Slektsforsker CeCe Moore, som var den som sporet inn Golden State Killer, ble trukket inn i saken. Om morgenen den 28. april 2018 så Moore at det var en match, til og med dobbelt opp.

Det var sannsynligvis to kusiner av morderen hun fant. Heldigvis hadde en av dem et unikt navn, Chelsea Rustad. Hun hadde søkt etter slektninger på

nettet og lastet opp DNA-et sitt til ulike slektsforskningssider.

Moore klarte også å identifisere det andre treffet, og det tok henne bare to timer å få navnet på morderen. Han het William Earl Talbott.

Talbott hadde ikke noe kriminelt rulleblad, men etterforskningen viste at han bodde bare 1,5 kilometer fra der liket av Jay ble funnet. På drapstidspunktet var han 24 år gammel og jobbet som lastebilsjåfør. Scharfs undersøkelser viste at

Talbott hadde en historie med sinne og vold da han var yngre. Blant annet hadde han mishandlet søstrene sine. Men for å kunne arrestere ham, måtte de ha DNA som matchet det som ble sikret fra åstedet.

Nektet

Politiet klarte å hente DNA fra ham – som ikke overraskende matchet drapsmannens. Den 17. mai 2018 ble Talbott arrestert for de 31 år gamle drapene. Han nektet for å ha gjort noe

galt. Etter en to uker lang retts-sak tok det tre dager før juryen kom frem til sin kjennelse den 24. juli 2019: William Earl Talbott var skyldig i begge drapene.

Dommen lød på livstid i fengsel ganger to, uten mulighet for prøveløslatelse. Talbott og hans forsvarsteam anket dommen fordi de mente at et av jurymedlemmene var partisk. I desember 2021 ble dommen opphevet, men høyesterett i delstaten Washington gjeninnsatte dommen, og den doble livstidsstraffen ble stående.

Nå trenger jeg ikke alle huskelistene mine lenger!

Veronica nyter det selvstendige livet sitt. Hun forteller med et smil at hun har et stort kontrollbehov og setter pris på å bestemme ting selv. Veronica bruker mye tid på å strikke, hekle og male bilder. Tidligere kunne hun en gang iblant merke at hun hadde problemer med å fokusere på det hun holdt på med.

–Noen ganger hadde jeg litt vanskelig for å huske navn og hvor jeg hadde lagt saker og ting. Jeg måtte skrive lister for å huske hva jeg skulle gjøre, forteller Veronica.

Var frustrert

Veronica var frustrert over at hun var så glemsk og ikke klarte å fokusere.

Når du er stresset, kan du oppleve at du midlertidig mister kontrollen. Du kan ha vanskeligheter med å huske navn, adresser eller hvor du skal. Dette skyldes gjerne aldersrelatert hukommelsessvikt. Det er ufarlig, men gjør hverdagen vanskeligere. Mange tusen nordmenn er rammet av dette aldersrelaterte symptomet.

Mange søker støtte for å bevare hjernens normale funksjoner. Det skandinaviske kosttilskuddet Clear Brain™ har blitt en stor suksess i alle landene der det selges.

Hun ønsket å gjøre noe med situasjonen og komme tilbake til tidligere kapasitet, slik at hun kunne fortsette med sin aktive livsstil.

Leste om Clear Brain

Veronica leste om kosttilskuddet Clear Brain™ i en artikkel, og ble interessert. –Jeg tenkte at dette hadde jeg lyst til å prøve. Og det har jeg overhodet ikke angret på. Nå har jeg tatt Clear Brain™ siden høsten 2018. Jeg opplevde virkelig at jeg fikk tilbake evnen til å fokusere og den gode hukommelsen min. Jeg kan fortsette med alle aktivitetene mine, og nå klarer jeg meg i tillegg helt uten alle huskelistene, avslutter Veronica fornøyd.



Hvorfor Clear Brain™?

Clear Brain™ inneholder ekstrakt fra valnøtt, granateple og fransk maritim furubark samt vitaminer og mineraler.

Vitamin B6 og B12 bidrar til nervesystemets normale funksjon, til å redusere tretthet og utmattelse samt til normale psykologiske funksjoner. Pantotensyre bidrar til normal mental prestasjonsevne og jod bidrar til normal kognitiv funksjon.

Her kan du kjøpe Clear Brain

Clear Brain™ kan kjøpes direkte på newnordic.no eller der du kjøper helsekost.

Bestill Clear Brain™ hjem i dag!

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

Kan også kjøpes der du kjøper helsekost.



arnika.no



med24.no



sunkost



Gjett året!

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



STOLT MAMMA:

Prinsesse Sofia var tydelig
rørt da biskop Johan Dalman
løftet opp dåpsbarnet, prins
Julian. I midten (delvis skjult)
pastor Michael Bjerkhagen.
Hvilket år var dette?

Svar «Gjett året»: 14. august 2021

Finn 5 feil

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



SVAR: A. Krage på skjorte har fått ny farge, B. Blomst på hatt, C. Ny farge på hatt, D. Prikker i bluse borte, E. Nye briller.

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 17. juni.

**Vinn
Flax-lodd**



A: Fredrikstad
B: Jevnaker
C: Harstad



Vinnere

Riktig svar i uke 21 var
Moskva og vinneren er:

Roar Aspelund,
Tussestien 1B,
1405 Langhus

Ukens vitser :-)

To kamerater skulle på hyttetur, og de kom hutrende inn i den kalde hytta. Den ene kameraten tente opp i peisen, før han gikk for å re opp sengen sin. Plutselig utbrøt den andre kameraten:
– Det brenner!
Den første kom løpende ut i stua og så seg om:
– Hvor brenner det?
Den andre så dumt på ham:
– I peisen, ser du vel.

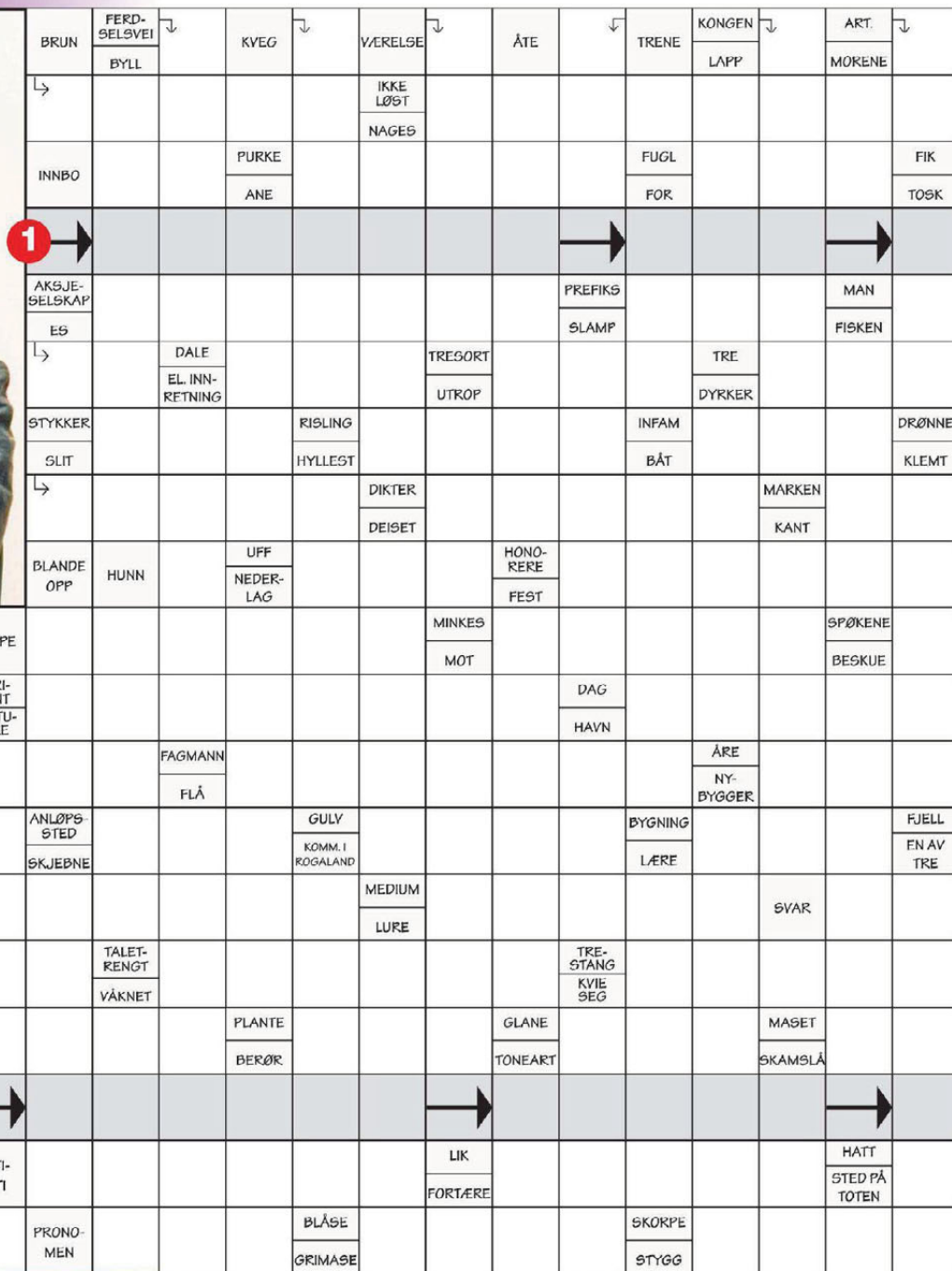
Mari: – Hvordan gikk det hos legen?
Line: – Det gikk fint. Men legen ga beskjed om at jeg burde begynne å trene.
Mari: – Blir du med på en joggetur, da?

Line: – Nja, han anbefalte at jeg skulle ta det rolig i starten.
Mari: – Så hvordan har du tenkt å begynne?
Line: – Det har jeg allerede gjort!
Mari: – Å? Hva har du gjort?
Line: – Jeg har kjøpt sportssjampo.

Den blonde piloten nærmet seg flyplassen, og han ble kalt opp av vekten i tårnet.
– Vær vennlig å oppgi din posisjon. Piloten svarte ikke.
Vakten gjentok:
– Vær vennlig å oppgi din posisjon. Endelig fikk han svar fra piloten:



– Si meg, er du helt dum?
Vakten svarte nølende at han ikke mente han var dum.
Piloten sukket oppgitt:
– Dette er et fly, og jeg er pilot. Da må du vel skjønne at jeg sitter helt foran i flyet!



**PRØV NORGES BESTE DIGITALE
KRYSSORD-ORDBOK på kryssord.no**

VÅRBLØMST

Søk på ord og finn betydning. Skriv inn ordet du ønsker å finne. (Minst 4 tegn)

Oppgi et ord som begynner med de første bokstaver du har angitt. (Minst 4 tegn)

Er du sikker på at ordet du har angitt er det samme som det du har angitt?

Synonym til VÅRBLØMST i kryssord

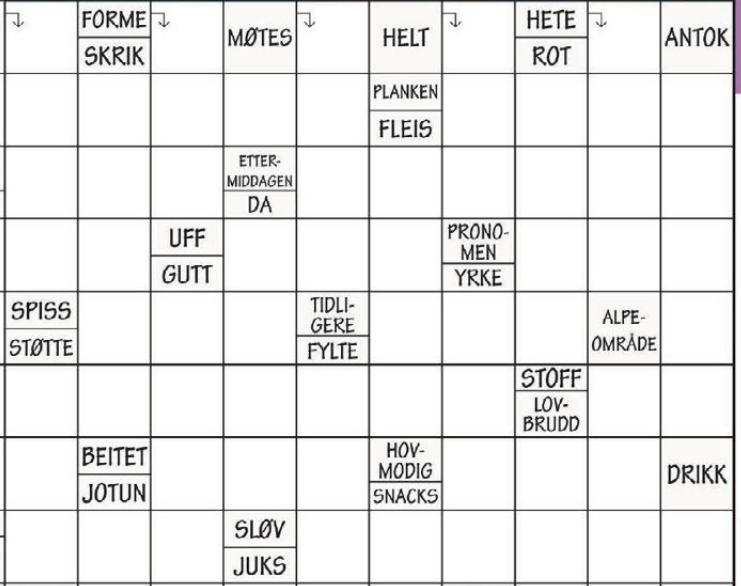
41



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

[illegible]

Løsningen på kryssordet finner du på quizsidene.



ATTER					EN ANELSE			
RØVFLUGL					KLAGE			
		MUNNING				GAMMEL PLATE		
		FRA SEG				BØFFEL		
			BAR				VERDENS- VEV	
			SYNK					
	DRETTE			FRUKT				
	BRENNER			MÅLE- ENHETEN				
			KAVE					PUFFE
			TILBAKE					
		LESEBOK			NB			
		DAMEN			SVI			
			KYSK				SETER- HUS	
			BRACK					
BESTEG						HIMMEL- RETNING		
APPARAT						MÅL		
			BEDT					
	SÅSYND				KRANGLE			

Løsningen på kryssordet finner du på quizsidene.

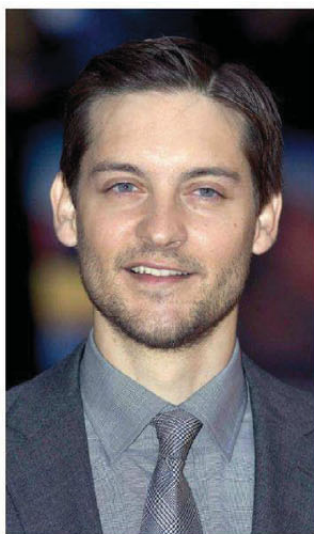
UKENS HJERNETRIM

10 om mais



1. Fra hvilken verdensdel kommer opprinnelig mais?
2. Hva var etternavnet til brødrene som ved et uhell sluppet borti framstillingen av cornflakes i 1896?
3. Hvilket grønt dyr er fast logo på den klassiske cornflakespakken?
4. Hvilken Freia-sjokolade på rull inneholder bl.a. cornflakes?
5. Hva er det norske navnet på maisstivelse i melform; det som i USA kalles cornstarch?
6. Hva kalles den amerikanske whiskyen som er laget med mais som hovedingrediens?
7. Nær all produksjon av denne whiskyen, som f.eks. Jim Beam, lages i én bestemt delstat. Hvilken?
8. Hva heter maisprodusenten med en grønnkledd skikkelse på boksen?
9. Hvilket italiensk navn har gitt navn til de små, gule grynene av mais som brukes til grøt og pudding?
10. Hva heter maistypen som brukes til å lage popcorn?

10 onkler og tanter på film og TV



1. Hvilken superhelt vokste opp hos tante May og onkel Ben?
2. Hvilken berømt artist spilte Jack Sparrows onkel i «Pirates of the Caribbean»?
3. Hva heter den slemme onkelen til Simba i Disneys «Løvenes konge»?
4. I hvilket univers figurerer den brutale «Aunt Lydia»; i TV-serien spilt av Ann Dowd?
5. Hva het Jerry Seinfelds onkel, som ble møtt med «Hello!» med varierende glede?
6. Hva het tanten Tom Sawyer vokste opp hos?
7. I hvilken TV-serie og film-verden bærer eksentriske onkel Fester en god del av handlingen?
8. I hvilken komiserie bodde far og døtre sammen med onklene Joey og Jesse?
9. Hvilket blomsternavn har tanten til Harry Potter?
10. I hvilken komiserie bodde Will Smith hos sin onkel Phil og hans familie?

10 om Terje



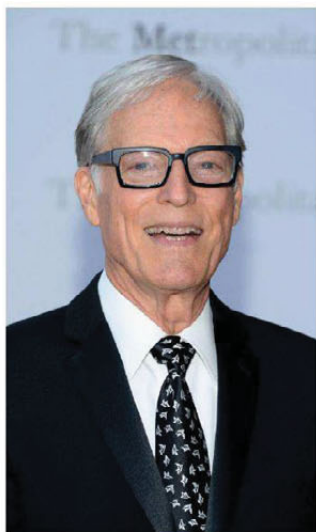
1. Komiker fra Ålesund som sitter i sofaen med Gustav Nilsen?
2. Han står bak Kaptein Sabeltann?
3. Han debuterte i bandet Prudence, og synger «Heile livet»?
4. Den ene av Eli Ryggs to samboere i «Portveien 2»?
5. Han er gift med Mona Juul?
6. Tidligere langrennsløper fra Steinkjer som er gift med Inger Lise Hegge?
7. En av karakterene i «Neste sommer», og spilles av Eivind Sander?
8. Avdød artist fra Bodø som står bak låten «Mjelle»?
9. En av Norges mest kjente jazzgitarister, han var gift med Inger Lise fra 1969 til 1985?
10. SP-politiker fra Skien som har vært landbruksminister og olje og energiminister?

10 det britiske kongehuset



1. Hvilket år giftet Charles og Diana seg?
2. Hva het dronning Elisabeth IIs ektemann?
3. Hva heter det kongelige slottet som ligger midt i London?
4. Hva heter hun som er dronning Elisabeth IIs eneste datter?
5. Og hva heter dronning Elisabeth IIs yngste sønn?
6. I hvilket land bor prins Harry og kona Meghan?
7. Hva het dronning Victorias ektemann?
8. Nevn et årstall Henrik VIII levde?
9. Hvem var den siste monarken av Tudor-dynastiet?
10. Hva heter kirken i London hvor alle engelske monark-kroninger blir foretatt?

10 lett blanding



1. Foran hvilken revyscene står statuen av Leif Juster?
2. Hvilken skuespiller døde 90 år gammel i april; han ble bl.a. berømt som fader Ralph i «Tornefuglene»?
3. Hva het den norske gruppa Franklins hit fra 1989?
4. I 2021 ble tittelen fylkesmann gjort om til ...?
5. Hva heter hovedstaden i Spania?
6. Hvem har skrevet bøkene om Pelle og Proffen?
7. Hva heter den krypterte meldingstjenesten som ble brukt i gruppe-chaten om USAs angrepsplaner om Jemen?
8. Hva heter Skottlands største by?
9. Hva heter Freias melkesjokolade med rosiner og hasselnøtter?
10. Hvilken familie tilhører hvitveisen?

10 junior-spørsmål



1. Hvilket land kommer matretten Taco fra?
2. Hvordan måles høyden på en hest?
3. Hva får man hvis man krysser en hest med et esel?
4. Hva kalles en hest som har blitt kastret?
5. Hvordan puster meitemarken?
6. Hvor mange bein har en edderkopp?
7. Hva er en åme?
8. Hvor mange spillere er det per lag i Rugby?
9. Er undervannsrugby en idrett?
10. Hvilke tre øvelser inngår i triathlon?

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

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

Middels SUDOKU



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

MER HJERNETRIM

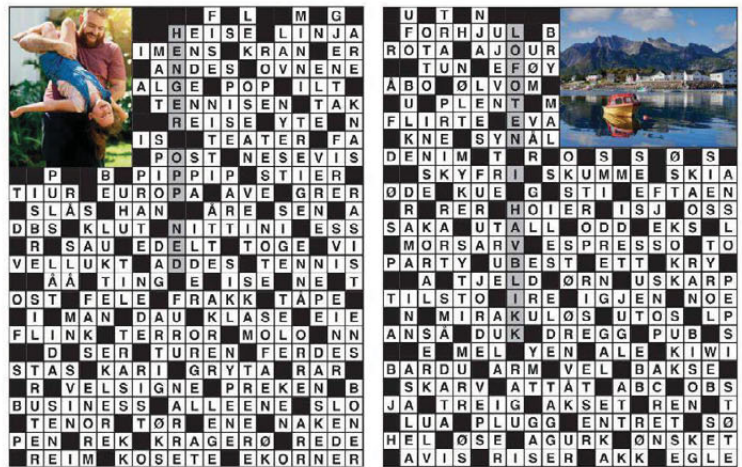
LETEKRYSS

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

BRYGGE	JOLLE	OLSOK
CAMPING	KLESSNOR	RABARBRA
FERIE	LØVETANN	REKER
GRILL	MANET	SANDALER
ISKREM	MORILD	VEPS

V E P S K O Y S C U P B
L O A R S U M K Q Ø J L
A N N A T E V Ø L Æ V D
V D X Y W V Z I M R V I
J A O C V G E N T J Æ E
S T T E Y L L I R G D O
F E R I E Q T L V J H L
N D V M X G Ø Q U Æ O O
M M B Y D N G S V Q Å X
C G R B M O X Y L W R Æ
I E K W L D T O R Å A T
O H T S L W Å J I B B X
Æ G O I G Æ S G V R A D
O K R Æ O G S Z H J R Ø
D O W E Z J E D Ø J B L
M A S R P R G L J Ø R M
E G A D O D Z Z L Q A A
V V N L Q N L Y S O V H
Ø Ø D X L R S Z R I J O
C Q A Å G E E S S X H Ø
A E L L K H C K E S Å H
M N E L L R R N E L B I
P X R J K E E C V R K E
I S W P M O X Ø D A R Z
N P T E N A M U Å O G A
G Q W Q Å Z V V T K Æ Q

LØSNINGER PÅ KRYSS OG TVERS



QUIZSVAR

MAIS

1. Nord-Amerika
2. Kellogg
3. En hane
4. Krokanrull
5. Maisenna
6. Bourbon
7. Kentucky
8. Green Giant
9. Polenta
10. Puffmais

ONKLER OG TANTER
PÅ FILM OG TV

1. Spider Man (Peter Parker)
2. Paul McCartney
3. Scar
4. «A Handmaid's Tale»
5. Leo
6. Polly
7. Addams Family
8. «Under samme tak»
9. Petunia
10. «The Fresh Prince of Bel Air»

TERJE

1. Terje Spørsem
2. Terje Formoe
3. Terje Tysland
4. Terje Strøm Dahl
5. Terje Rød-Larsen
6. Terje Langli
7. Terje Martinsen
8. Terje Nilsen
9. Terje Rypdal
10. Terje Riis-Johansen

DET BRITISKE KONGE-
HUSET

1. 1981
2. Prins Philip
3. Buckingham Palace
4. Prinsesse Anne
5. Prins Edward
6. USA
7. Prins Albert
8. 1491 – 1547
9. Dronning Elisabeth I
10. Westminster Abbey

LETT BLANDING

1. Chat Noir
2. Richard Chamberlain
3. «Bombadilla Life»
4. Statsforvalter
5. Madrid
6. Ingvar Ambjørnsen
7. Signal
8. Glasgow
9. Fruktnett
10. Soleiefamilien

JUNIORSPØRSMÅL

1. Mexico
2. Fra manken og ned
3. Muldyr
4. Valleik
5. Den puster gjennom huden
6. Åtte
7. En larve
8. 15 (men kan også spilles med 7- eller 10-mans lag)
9. Ja
10. Svømming, sykling og løping

LØSNINGER PÅ SUDOKU

LØSNING PÅ LETEKRYSS

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

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

LETT

MIDDELS

Q W O V A L V I O G
P T E N A M U X X
Z S W P X X X
A R Z M J
K E C V A K H E
I R E L T R L R N M
B E L T L R H E L
H A E L T L
H A S E S H X
O O B D Ø Ø
H A V N L N Ø L V
A G A D O O O O
M A S R R R R R
D L E J E O Ø J B L
R Ø R Ø Ø O O
R Ø R Ø Ø O O
A D X O L O G S G V A
O L O S L V A B I
H O I E K R M A T
A T O M W X E
C O R B M L V W
X A S O A V A
M B Y D N G S V A
O O O O O O O
L H J V L L I
D O D O I I I
S T E F E
J E I N E N G A O S
J V A O C V G E N T
I V I Z A M M R V I
A V L A T E L V N N
L L O A R S U M K Q
P B E P S K O Y S C

Bli abonnent på Her og Nå!

**Få 15 utgaver til kun 299,-*
+ Falla-vasen fra Wik & Walsøe**

*(+ kr. 49,- i porto for utsendelse av gaven)

Bestill tilbudet nå!
Ved å sende SMS kode
HER41 til **2205**, eller skann
QR-koden med din mobil-
telefon og bestill på nett.



Kos deg
hver uke med
nytt blad fylt med
varme kjendis-
møter, kryss og
quiz!



Få oversikt
over alt som
skjer med 64
siders TV-guide
hver uke!

**Gjør som mer enn 130 000
nordmenn – les Her og Nå!**

Hver uke gir vi deg koselige reportasjer
og eksklusive bilder av kjente og konge-
lige. Du får også Norges beste TV-guide
med tittetips og hele ukens program-
oversikt. Abbonenter får også en rekke
eksklusive utgaver som ikke fås kjøpt i
løssalg.

Som abonnent får du Her og Nå til under
halve prisen av butikkpris, og i tillegg
får du bladet levert hjem uten ekstra
kostnad!



**Lækker
vase til
deg!**

W
wik & walsøe



VANSKELIG:
Skuespiller Hilde Lyrån
synes det kan være van-
skelig å sette seg inn alt
rundt fond og aksjer.

Hilde Lyrån ønsker mer åpenhet om privatøkonomi

Jeg er minste- pensjonist



KREVENDE ARBEIDSHVERDAG: Hilde har gjort stor suksess som skuespiller, men innrømmer at det å være selvstendig næringsdrivende er krevende.

GODE VENNER: Silje Sandmæl og Hilde ble kjent under innspillingen av TV 2s «Vokteren», og de har holdt kontakten.

Skuespiller Hilde Lyrån setter søkelys på økonomi og pensjon – og hyller vennskapet med Silje Sandmæl, som hun ble kjent med under innspillingen av TV 2-serien «Vokteren».

TEKST: **MARIANNE THORSHAUG KRISTIANSEN**

FOTO: **SVEIN BRIMI, MORTEN BENDIKSEN**

Det var både latter, alvor og varme klemmer da Silje Sandmæl (46) nylig inviterte til premiefest for sin nye podkast, «Sunn økonomi». En av de som møtte opp for å støtte initiativet, var skuespiller Hilde Lyrån (62), som ikke bare kjenner Silje fra før, men som også har kjent på kroppen hvor krevende økonomi kan være når man står alene.

– Jeg synes det er kjempeviktig at man snakker mer åpent om økonomi og økonomiske utfordringer, sier Hilde og utdyper:

– At vi får bort skammen, og gjør det mer naturlig å stille spørsmål og be om hjelp. Mange sitter jo i vanskelige situasjoner og føler seg alene.

Et møte som satte spor
Hilde og Silje traff hverandre for

første gang under innspillingen av «Vokteren», et møte skuespilleren beskriver som uventet, men umiddelbart trygt.

– Det var som å møte en gammel venninne. Silje er bare sånn: armene ut og en stor klem, selv om du aldri har truffet henne før. Hun ble en naturlig lederskikkelse i gjengen, og det var utrolig fint og betryggende, beskriver 62-åringen.

Sammen med Silje og Trude Vasstrand ble hun en del av trioen «de voksne damene» i programmet.

– Jeg var jo litt redd for at jeg skulle på tur med bare 20 år gamle influensere! Men da jeg så Silje og Trude, ble jeg veldig glad. Vi fant hverandre fort, og har holdt kontakten etterpå.

Vanskelig økonomi
Skuespilleren har jobbet som

selvstendig næringsdrivende i mange år, men økonomi har aldri vært hennes sterke side.

– Jeg har ikke hatt noen å rådføre meg med. Jeg har hatt litt hjelp til regnskap og selvangivelsen, for det tør jeg ikke røre selv. Men jeg har savnet noen jeg kunne ringe og si: «Jeg er skilt, vi skal selge huset, hva burde jeg gjøre nå?».

Hun smiler, men det ligger alvor bak ordene.

– Nå sitter jeg med alle utgifter alene og skulle gjerne hatt noen råd. Jeg føler meg helt analfabet når det gjelder fond og aksjer. Jeg vet jo at det ikke er veldig vanskelig, men man må vite hva man skal gjøre. Og det har jeg ikke visst.

Minstepensjonist
For Hilde har økonomisk usikkerhet vært høyst reelt, til tross for



MOR OG SØNN: Hilde forteller at hun forsøker å oppfordre barna til å lære mer om økonomi enn hva hun selv har gjort. Her med sønnen Halvør i 2014.

”Nå prøver jeg å lære barna mine å være smartere enn det jeg var



LANG KARRIERE: Hilde er blant landets mest kjente skuespillere. Her er hun sammen med kollegene Ellen Horn og Anders Hatlo da de spilte i «Flashdance» på Chateau Neuf i 2018.

en lang og vellykket karriere som skuespiller.

– Jeg har vært vant til å tjene bra og bruke mye. Men jeg skulle jo begynt å spare tidlig! Hadde noen fortalt meg det for 30 år siden, hadde jeg hatt en helt annen pensjon i dag. Jeg er jo minstepensjonist. Nå prøver jeg å lære barna mine å være smartere enn det jeg var.

62-åringen tror at Siljes nye podkast kan gi henne – og mange andre – både kunnskap og mot til å ta grep.

– Jeg håper Silje sier: «Hilde, nå må du ta det fondet der!». For jeg trenger noen som sier hva som er lurt. Og jeg stoler på Silje. Hun har kunnskap og hjerte, og det kjenner man med én gang man møter henne.

Støtter normal leverfunksjon.

Derfor går du ikke ned i vekt!

Dersom kroppen har for lite kolin, kan det lettere hope seg opp med fett i leveren. Leverens funksjon er viktig for en sunn og velfungerende kropp. Den har en viktig rolle i reguleringen av kroppens metabolisme og i utskillelsen av avfallsstoffer.

Lever du livet til det fulle?

Oppsamling av fett i leveren forekommer hos mange. Det er normalt med litt fett i leveren, selv om det kan påvirke dens normale funksjon. Ubehag og manglende overskudd kan være tegn på at leveren er belastet og at forbrenningen ikke fungerer som normalt.

Nyter du livet litt for mye?

Det er lett å både se og merke det når man lever litt for godt. Nå er det imidlertid hjelp å få. Active Liver™ inneholder

ekstrakt av mariatistel og artisjokk, som støtter leverens funksjon. Artisjokk kan bidra til en bedre fordøyelse. Tabletten inneholder også kolin, som kan bidra til at leveren fungerer som normalt.

Til daglig tenker du sikkert ikke over at du har en lever, men den er av avgjørende betydning for stoffskiftet. For mange karbohydrater samt for mye alkohol og fet mat fører til at lever og galle må jobbe ekstra hardt. En annen viktig faktor er at leveren

stimuleres av proteinrik kost. I kostholdet til forfedrene våre kom 33 % av kaloriinntaket fra proteiner. I dag er dette redusert til 15 %.

Daglig helsekosttilskudd til leveren

Det er New Nordic som står bak Active Liver™, som er basert på naturlige urteekstrakter. Mange vil kunne ha nytte av denne som en «daglig vitaminpille» til leveren. Det er nok med 1 tablett om dagen.

Fåes på apotek!



Test deg selv!

	ja	nei
Hodepine eller hjernetåke.	☐	☐
Vanskeligheter for å gå ned i vekt.	☐	☐
Fordøyelsesproblemer.	☐	☐
Tretthet.	☐	☐
Kløe i huden.	☐	☐
Belegg på tungen.	☐	☐
Sensitiv mot sterke lukter.	☐	☐

Høres dette ut som deg?
Prøv Active Liver™.

Bestill hjem i dag!

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

Kan også kjøpes der du kjøper helsekost.

Finnes også som gummies

Active Liver™ Gummies kan brukes av deg som ønsker hjelp til å vedlikeholde en normal leverfunksjon. Hver gummy er basert på en urtekombinasjon med mariatistel, artisjokk og gurkemeie. Mariatistel og artisjokk støtter en normal leverfunksjon. Veggasne sukkerfrie gummies med smak av fersken og mango.



Boots
Apotek

life

med24.no

apotera

sunkost

VITA

VITA

NEW NORDIC

Nytt
siden sist

KLAR FOR KJØKKEN-
BENKEN: Anne Lind-
mo blir en av elevene
i høstens runde av
«Kokkeskolen».



Anne Lindmo blir kokkelæring

Vil imponere Hellstrøm

Anne Lindmo har vært på TV-tur med Eyvind Hellstrøm tidligere, og nå møtes de to igjen. 55-åringen blir nemlig en av elevene i sesong tre av «Kokkeskolen» med Truls og Hellstrøm som etter planen skal vises på TV 2 til høsten.

Mesterkokk og rektor Hell-

strøm er veldig fornøyd med elevene som skal til pers i denne runden.

– Dette blir en fantastisk sesong med veldig flinke elever, sier Eyvind Hellstrøm i en pressemelding fra TV 2. Sosiallærer Truls Svendsen glæder seg også til å ta imot Anne, artist

Benedicte Adrian, eventyrer Cecilie Skog, journalist Fredrik Græsvik, politiker Henrik Asheim, komiker Terje Sporse, skuespiller Serhat Yildirim, programleder Thomas Numme, komiker Henrik Schatvet, influenser og podkaster Kathrine Sørland, programleder og

youtuber Tonje Gilje og Wanda Mashadi som er influenser, gründer og tvillingssøsteren til denne sesongens vinner Vita.

– Vi lover en tøff og morsom sesong med blod, svette, latter og noen tårer, sier Truls Svendsen i pressemeldingen som TV 2 har sendt ut.



*Jeg vil avvente nå,
og trenger en pause*

Fatima Deria

Tilbudene står i kø

Det er ikke så lenge siden det ikke var så mange som visste hvem Fatima Deria (39) var. Men med «Oslo fengsel» og ikke minst seieren i «Spillet» har mange fått øynene opp for drammenseren. Nå har hun nemlig fått mange nye TV-tilbud.

– Det har kommet en del realityforespørsler. Jeg har takket nei, for jeg har hatt lyst på en pause. Man må også huske på at jeg er veldig glad i jobben jeg gjør i «Oslo fengsel», og vil heller ikke muligens miste meg selv ved å hoppe fra reality til reality, sier Fatima som jobber som miljøterapeut, til Nettavisen.

Fatima vant hele 350 000 kroner i «Spillet». Premien ønsker hun å bruke på gode opplevelser.

– Det skal jeg bruke på litt reise og familie. Skape gode minner da. Og gode opplevelser, sier Fatima til VG.

Hun utelukker heller ikke at hun kan komme til å bli med i flere reality-serier på et senere tidspunkt.

– Jeg vil avvente nå, og trenger en pause. «Spillet» har vært så tøft å stå i. Jeg trenger en detox fra klippingen og det å være på skjermen, sier Fatima til Nettavisen.

«Sommerhytta»-vinnerne

Har gått hver sin vei

I fjor kunne vi se Helene Svaland Johansen og Henrik Heika Wiik jobbe fra morgen til kveld for å sikre seg flest mulig gullhammere i TV 2-serien «Sommerhytta». Paret gikk helt til topps i konkurransen og fikk dermed sin egen drømmehytte i Kungsvik til odel og eie.

Her og Nå møtte paret etter at seieren var i boks. Da var de naturligvis veldig glade.

– Vi trodde ikke helt på det. Tårene begynte bare å renne. Det er noe av det vildeste jeg har opplevd. Vi fikk to minutter for oss selv rett etterpå, og da gikk samtalen noe sånt som: «Vi vant», «vi vant», «vi vant», fortalte Helene i fjor. Henrik fortalte også at det var en helt spesiell følelse å vinne.

Men nå har de to gått fra hverandre og selger hytta.

– Vi er veldig lei oss for at vi må selge hytta vår. Vi har blitt utrolig glad i den. Det er dessverre sånn at vi ikke lenger er et par, og har ikke vært det siden rundt nyttår. Det blir derfor nå naturlig å legge hytta ut for salg, slik at noen andre kan få glede av den, forteller Helene til TV 2.

Hytta som er på 35 kvadratmeter og har hems og terrasse er annonsert på Finn.no til en pris på 2,4 millioner svenske kroner. Helene legger til at det ikke er noen dramatik i bruddet, og at de skilles som gode venner og ønsker hverandre alt godt.

Selger hytta



Jan Thomas ble latterliggjort da han flyttet til Norge

Se på meg nå!



«NORGES DUMMESTE»: Både MEN-SA-medlemmer og idrettshelter som Morten Thoresen fikk prøve seg i det uhyggelige kunnskapsprogrammet i fjor. Snart kommer sesong 2.

Suksess
på mange
fronter



Etter 16 år i Los Angeles vendte Jan Thomas hjem til Norge. Motgangen han da møtte, ble byggesteiner på veien mot suksessen han opplever i dag.

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

– Da jeg flyttet tilbake til Norge, ble jeg latterliggjort for hvem jeg valgte som kjæreste. Det ble laget tegneseriefigurer inspirert av meg, og det var nærmest ikke en stand-up-komiker i Norge som ikke brukte tid på å gjøre narr av meg, hvordan jeg gikk, hvordan jeg snakket og så ut, husker Jan Thomas tilbake.

Sterkere av motgang

Som modell, motepersonlighet og med sin «unorske»-fremtoning, ble Jan Thomas en lett mål-skive for humor og fordommer da han flyttet tilbake til Norge i 2001. Men Jan Thomas lot seg ikke knekke av kritikken. I dag er han et levende bevis på hvordan man kan overvinne hindringer og

bli anerkjent for sitt arbeid og sitt engasjement.

– Alle de der ute som bidro til den latterliggjøringen, eller kall det hva du vil, de har bare gjort meg sterkere. De opplevelsene har jeg brukt som byggesteiner – og se på meg nå! Det modigste jeg har gjort i mitt liv, er at jeg ikke stakk, men ble værende i Norge, stråler Jan Thomas med sitt lett gjenkjennelige, smil

Vi møtte den sympatiske stylisten i forbindelse med Gullrutens nominasjonstreff i april. «Jakten på kjærligheten» og «Norges dummeste» var begge nominert under TV-bransjens store festkveld – sistnevnte program stakk av med prisen «Årets nyskaping».

– Jeg er veldig heldig som får muligheten til å lage programmer som jeg bryr meg om, og som er

spennende. Og at jeg får lov å fargelegge dem litt på min måte. Jeg er veldig stolt over den tilliten kanalen viser meg, forteller Jan Thomas.

Men programlederjobben i TV 2 er langt fra 58-åringens eneste beskjeftigelse. Siden Jan Thomas forlot Los Angeles til fordel for Norge for over 20 år siden, har han etablert seg som en av Norges aller mest profilerte stylisten. I 2008 startet han opp frisørsalongene «Jan Thomas Studio» og han har også store produktserier på hår og makeup som selges i hele Norden. I tillegg har han medvirket – samt ledet – en rekke reality- og underholdningsprogram.

Ny sesong på trappene

«Norges dummeste» fikk betydelig oppmerksomhet da det hadde premiere i fjor høst. Nyskapingen er i dag solgt til flere store TV-aktører i utlandet.

– Den så jeg ikke komme! Bare tittelen «Norges dummeste» vekket jo en del kritikk. Men nå

TØFF HJEMKOMST: Jan Thomas ble møtt med fordommer da han flyttet hjem til Norge i 2001.

skjønner folk konseptet. Det er et feel good-program og ikke ond-sinnet på noen måte. Jeg tror alle som har vært med, har vokst litt på det, forteller Jan Thomas.

I disse dager er de akkurat i mål med sesong to.

– Jeg kan rope at halvveis inn i dag én, så ser jeg på Einar (Tørnquist) og han ser på meg, og så bare kløv vi hverandre i armen og tenkte: «Yes! Vi har uppet gamet fra i fjor.» Det blir så mange fine TV-øyeblikk at det er bare å glede seg!

– Har du på noen tidspunkt i ditt eget liv, kjent deg litt dum?

– Kjære deg, hver eneste dag ... Jeg er evig takknemlig for at jeg er programleder, hvis ikke



**STERKERE I
MOTGANG:** – Jeg
tror ikke det er mange
som har møtt like man-
ge fordommer som jeg
gjorde etter jeg flyttet
tilbake til Norge, sier
Jan Thomas.



LYKKELIGE:
Jan Thomas og hans
kjære Harlem Alexander
planlegger bryllup neste
sommer.

”

*Vi har sett på 40–50 hus,
men er fremdeles på
utkikk etter drømme-
hjemmet*

PROGRAMLEDER:
Jan Thomas har fått
svinge seg på parketten i
«Skal vi danse», vært Kirsten
giftekniv i både «Linni søker
drømmeprinsen» og «Jakten
på kjærligheten», samt de-
tektiv i «Maskorama» – for
å nevne noe.



NÆRE VENNER: – Einar er eksepsjonelt smart og har masse allmennkunnskap. Men det er også ting jeg kan, som han ikke kan, forteller Jan Thomas om programledermakkeren i «Norges dummeste».

hadde jeg vært førstemann de hadde ringt. Og det lever jeg veldig godt med, ler Jan Thomas.

Han kan lete etter telefonen, når han holder den i hånden. Han glemmer stadig ting og føler seg dum.

– Så da kan du tenke deg hvordan det er i en presset situasjon på TV. Da er det desto vanskeligere å løse tilsynelatende enkle oppgaver!

På boligjakt

Det er ikke bare på jobb det går veien for Jan Thomas. Også privat har han og forloveden Harlem Alexander mye å glede seg over. Etter å ha tilbrakt de første fem årene av forholdet i storbyen sammen, er de nå klare for å finne drømmehjemmet i mer landlige omgivelser.

– Vi har sett på 40–50 hus,

men er fremdeles på utkikk etter drømmehjemmet. Vi stortrives fortsatt i vårt vakre hjem på Frogner, men tiden er inne for å komme seg ut av storbyen, smiler Jan Thomas.

40–50 hus kan høres voldsomt ut for noen, men for Jan Thomas og Harlem har det vært avgjørende og kjenne at deres nye hjem føles 100 prosent riktig.

– Hvilke punkter har vært avgjørende for valget dere har landet på?

– I boligjakten har vi vært kompromissløse begge to. Der er vi veldig samkjørte. Nummer én: ingen gjenboere. Absolutt ikke noe innsyn. Det må være stille og gjerne et steinkast unna havet. Så må det være en viss størrelse på huset og ha hage, forteller Jan Thomas.

HERLIG TRIO: Hege Schøyen, Anne Marie Ottersen og Anette Hoff har fått hovedrollene i den nye actionkomedien «Pensjonskuppet», som kommer på kino neste år.



Anne Marie Ottersen spiller inn film med Hege Schøyen og Anette Hoff

Dette er et drømme- oppdrag



I SAMME FILM: I 1994 kom filmen «Fredrikssons fabrikk – The movie», og her spilte Anne Marie Ottersen mot Hege Schøyen. Elsa Lystad og Magnus Härenstam var selvsagt også med.

”Å jobbe med de to flotte skuespillerne, jeg vil nesten si legender, er en gave

FORNØYD: Filmprodusent Jørgen Storm Rosenberg (t.v) kaller «Pensjonskuppet» for en drømmecasting. Her sammen med Jon Øigarden, som hadde hovedrollen i «Gulltransporten», som er en annen film Rosenberg har produsert.



80-årsjubilanten Anne Marie Ottersen ligger ikke på latsiden. Nå spiller hun inn en actionkomedie sammen med Hege Schøyen og Anette Hoff.

Neste år blir det premiere på kinofilmen «Pensjonskuppet», som allerede er under innspilling. I hovedrollene finner vi skuespillerne Anne Marie Ottersen (80), Hege Schøyen (68) og Anette Hoff (64).

Ifølge en pressemelding fra SF Norge spiller de tre kvinner i sin beste alder som blir avvist som for gamle av både arbeidsgiver, ektefelle og helsevesen.

Dette vil de protesterte mot ved å legge ut på en spinnvill plan om å rane Statens pensjonsfond utland, bedre kjent som Oljefondet.

Filmen blir beskrevet som en

smart, satirisk «heist»-film som blander høy puls med varm humor og samfunnskritikk.

– Dette er et drømmeoppdrag! Kjempegøy og fint, forteller Anne Marie til Her og Nå om å spille inn actionkomedien.

Jobber med legender

Det er stor stas for Anne Marie å få spille inn film med Hege Schøyen og Anette Hoff.

– Å jobbe med de to flotte skuespillerne, jeg vil nesten si legender, er en gave! Og jeg tror vi alle gleder oss veldig og er innstilt på å gjøre vårt beste. Vi har det

veldig morsomt på set, forklarer hun.

Også skaperne av filmen er over seg av begeistring.

– Jeg kunne ikke drømt om en sterkere trio. Hege, Anne Marie og Anette har timing, varme, erfaring og rå styrke – akkurat det «Pensjonskuppet» trenger, forteller regissøren Gunnbjörg Gunnarsdóttir (39) i pressemeldingen.

Bergenserne gjorde stor suksess i fjor med kinofilmen «Victoria må dø».

– I vår film er Oljefondet en datamaskin i kjelleren hos Norges Bank. Så de godt voksne kvinnene må bryte seg inn der for å kunne overføre verdier. De føler seg snytt for pensjonsutbetalinger, så dette er deres måte å ta hevn på staten, har regissøren forklart til Bergens Tidende.

Drømmecasting

Også Jørgen Storm Rosenberg (51), som er filmens produsent, er svært fornøyd med å få de tre skuespillerveteranene med på laget.

– Dette er drømmecastingen som vil samle publikum på tvers av generasjoner, og vi gleder oss til å vise hva disse tre rå dame-utretter i en actionfylt storfilm, sier produsenten i samme pressemelding.

I andre roller finner vi også Dennis Storhøi (64), Charlotte Frogner (44), Bente Børsum (90), Per Kjerstad (48) og Vivild Falk Berg (26), kjent fra «Pørni».

TEKST: ANETTE GRAARUD ARNESEN
FOTO: NTB



Sofia
& Carl
Philip

FIREBARNSTORELDRE:
Prins Carl Philip og
prinsesse Sofia har
mye å glede seg over.

Like forelsket etter 10 år

Prins Carl Philip og prinsesse Sofia måtte tåle ondsinnede rykter, hets og hat både da ble kjærester, og da de giftet seg i 2015. Men de har vist at kjærligheten overvinner alt.

På sosiale medier var det mange svensker som spådde at kjærligheten mellom prinsesse Sofia (40) og prins Carl Philip (46) ikke ville vare. Men 10 år etter bryllupet, er de like forelsket – og foreldre til fire barn.

Prinsesse Sofia innrømmer at all hetsen var vanskelig å takle. Det var vondt å vite at så mange ikke likte at hun skulle gifte seg med sønnen til kong Carl Gustaf (79) og dronning Silvia (81).

– Da vi ble sammen, skapte det mye følelser hos mange. Jeg var en helt vanlig person som hadde sosiale medier og en jobb. Jeg

ble veldig sjokkert over alt hatet som ble rettet mot meg som person. Det har gått mange år nå, men det gjorde meg forvirret, og jeg følte meg veldig alene, forteller hun i et intervju med Dagens Nyheter.

Den verste tiden

Støtten fra hennes nærmeste var viktig, men Sofia legger ikke skjul på at hun hadde mange tunge dager, og ikke minst netter.

– Det var tøft, bemerket hun.

For Sofia var det den første tiden som prinsens kjæreste som var den verste.

– Jeg var ikke alene, og jeg var 25 år gammel, og gammel nok til å forstå. Men det er noe som skjer med deg emosjonelt når folk sender så mye hat, forteller hun til den svenske avisen.

Ikke ønsket

Sofia Hellqvist, som hun het den gang, ble kjent da hun i 2005 var deltager i det kontroversielle TV-programmet «Paradise Hotel». Hun hadde også en fortid som glamourmodell, og ble i 2004 kåret til «Miss Slitz 2004» av et svensk magasin for menn. De lettkledde bildene hun tok

i forbindelse med et opphold i New York, har siden blitt trukket tilbake.

Fortiden hennes gjorde at hun ble en kontroversiell skikkelse blant det svenske folket da det ble kjent at hun og prinsen var kjærester. Sofia forstår at mange svensker ikke likte at prinsen ble sammen med og giftet seg med «en vanlig jente», men har problemer med å akseptere hatet hun ble utsatt for.

En kampsak

I etterkant har hun brukt den vonde tiden til å skape engasjement



FØRSTE MØTE: – Carl-Philip så veldig ydmyk ut. Han hadde store, brune og veldig, veldig snille øyne, forteller Sofia. Her er de to i 2011.



FAMILIEKOS: Daniel, Victoria, Chris, Madeleine, Sofia og Carl Philip på Øland i 2012.



FORLOVELSEN: 27. juni 2014 kunngjorde prins Carl Philip at han hadde fridd til Sofia Hellqvist, og fått ja.

ENDELIG GIFT: Prins Carl Philip løftet armen triumferende i været etter at han og prinsesse Sofia var blitt mann og kone.



▼
BRYLLUPSKAKEN: Sofia og Carl Philip fikk som andre brudepar smake først. Sammen skar de det første stykket.



rundt det som har blitt hennes kampsak; mobbing og hatefulle ytringer på nett.

Denne kampen har vært viktig for både prinsesse Sofia og prins Carl-Phillip, og de har jobbet sammen for å forbedre klimaet på digitale plattformer.

– Den digitale verden er uten regler og rammeverk. Vi vil gjøre det klart at trusler, selv over nett, er ulovlig. Dette er en av de største utfordringene i vår tid, understreker Sofia.

Lykkelig periode

Selv om prinsessen stadig blir minnet om hetsen og ha-

tet hun ble utsatt for de første årene hun var sammen med prins Carl Philip, forteller Sofia at hun er veldig glad for det livet hun lever nå.

– Jeg vil ikke forandre der jeg er i det hele tatt. Jeg er i en veldig lykkelig periode i livet mitt siden jeg gjør denne fotograferingen og er gravid – kanskje jeg har en 40-årskrise, jeg vet ikke, sa prinsessen da hun stilte opp i et intervju med Vogue Scandinavia i forbindelse med bursdagen sin i desember i fjor.

Drømte om familie

I det samme intervjuet fortalte Sofia, som ble mor til

LYKKELIGE GIFT: Mange svensker var imot at Carl Philip skulle gifte seg med sin Sofia, men det ødela ikke deres store dag.



KYSSET:
Prinsesse Sofia og
prins Carl Philip giftet
seg i Slottskyrkan på
Stockholm slott
13. juni 2015.

EN GOD MOR:
– Sofia utstråler en varme som sprer seg i hele hjemmet, roser prins Carl Philip. Her er de to sammen med barna Alexander, Julian og Gabriel.



NYTT FAMILIEMEDLEM: Ines (på mamma Sofias arm), Alexander og Gabriel under feiringen av 79-årsdagen til kong Carl Gustaf 30. april.



prinsesse Ines 7. februar i år, at hun elsker å være ektefelle og mamma.

– Jeg har alltid, alltid drømt om å stifte familie. Det er et av mine største mål i livet, fortalte hun.

Hun lettet også litt på sløret og avslørte at den fjerde graviditeten ikke var planlagt.

– Vi tenkte at tre var et bra antall, og var fornøyde med det, sa Sofia.

Men både hun, Carl Philip og prins Alexander (9), prins Gabriel (7) og Julian (5) er veldig fornøyde med at familien nå teller seks.



▲ **FEIRET INEZ:** Alexander, Gabriel og Julian deltok sammen med pappa Carl Philip i takkegudstjenesten i forbindelse med lillesøsterens fødsel.

HVERDAGSLIV: Sofia og Carl Philip følger prins Julian til første dag i barnehagen i 2024.



Foto: costen.no

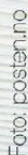


Foto: costen.no

te TV-blad

- rett hjem i postkassa hver uke!

I tillegg har vi alltid også en rekke TV-relaterte reportasjer i hovedbladet. Her finner du intervjuer med kjente TV-fjes fra de største TV-suksessene akkurat nå, guider til serier som er populære å strømme, spesialer i forbindelse med sportsmesterskap og gjensyn med folkekjære TV-personligheter vi alle husker – og mye, mye mer!



Vil du ha både en stor TV-guide og reportasjer om alt som skjer på TV? Da bør du kjøpe deg et abonnement på Her og Nå – Norges beste TV-blad!

A close-up portrait of Martin Lepperød, a man with curly brown hair, a beard, and glasses, smiling. He is wearing a colorful plaid shirt and a patterned scarf. The background is a textured brown wall.

VONDT TAP: Martin Lepperød beskriver livet i dag som «tullete perfekt». Men at Martin, som har vokst opp i en søskenflokk på fem, mistet søsteren sin til kreft da han var liten, har preget han hele livet.

«Spillet»-finalist Martin Lepperød

Har vært redd for å dø fordi jeg elsker å leve

Martin Lepperød var bare 11 år da søsteren Linda døde av kreft. I voksen alder utviklet sorgen seg til dødsangst.



COME BACK: Martin Lepperød ble stemt ut av første program i «Spillet» på TV 2, men kom tilbake sammen med skyggelaget i episode syv.

PSYKOPAT: – Hvis noen bare ser det fra utsiden, så kan du jo virke helt psykopat der inne på «Spillet». De må faktisk være i det rommet for å kunne kjenne på det du kjenner på, innrømmer Martin om den heftige reality-opplevelsen.



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

Martin Lepperød (35) liker egentlig best å møte mennesker én til én. Møte med store grupper kan han oppleve som overveldende. Under sin deltagelse i «Spillet», ble han utsatt for eksponeringsterapi på sitt mest intense, med det han selv anser som vekslende hell.

– Jeg trives best når jeg kan bli trygg på ett menneske før jeg tar inn noen nye. Å ta inn så mange mennesker samtidig, gjorde at jeg havnet på alerten hele tiden. Dermed fikk jeg aldri hentet meg inn, og drakk bare masse vin for å dempe alle nervene og følelsene. Det går til et visst punkt, så knekker jeg jo, innrømmer Martin, etterfulgt av den karakteristiske latteren.

Tatt på sengen

Martin, som først ble kjent som stand up-komiker, programleder og skuespiller, hadde rådført seg med fjorårets «Spillet»-deltagere Martha Leivestad og Henrik Fladseth før han sjekket inn i den luksuriøse villaen i Asker. Han ble likevel tatt på sengen av den psykiske belastningen som fulgte med deltagelsen.

– Det var mye tøffere for psyken enn jeg hadde trodd. Å være innestengt i et hus og bli dyttet i en posisjon hvor du må være en slange, er helt forferdelig. Det var mye vanskeligere å være ond enn det jeg trodde. Du skal gå inn i en karakter, men så er det jo snakk om ekte mennesker med ekte følelser, reflekterer Martin, som overfor Nettavisen nylig

innrømmet at han på et tidspunkt forsøkte å stikke av fra TV-produksjonen.

Uroen han kjente på under innspillingen, ristet han imidlertid av seg da han kom hjem til sin utkårede, Maren. Du vet, hun han ga et saftig og intenst avskjedsskys før avreise – for så å bli sendt ut av villaen første dag. De to har holdt sammen siden de møttes på dansegulvet på utestedet Fisk og vilt en gang i 2014. For tre år siden ble de gift, og nylig ble de foreldre til ei lita jente.

– Livet mitt i dag er tullele perfekt. Jeg har en kone jeg elsker, og hun elsker meg. Hun er den første og eneste kjæresten jeg har hatt, lyser Martin opp.

– Hun jobber som lektor, så det er deilig å komme hjem til en kone som har det jeg vil si er en litt mer «ekte» jobb. Å høre om hennes jobb og hverdag, gir meg en reality check. Hun jorder meg når jeg begynner å surre oppi mitt eget hode.

Kreftsyk

Selv om livet smilet ekstra til Martin om dagen, har det ikke alltid vært slik. Som barn fikk han kjenne på hvor skjort livet kan være. Han var bare 11 år gammel da den 13 år eldre storesøsteren Linda døde av kreft. Da han ble eldre, snek dødsangsten seg under huden på ham.

– Tidligere var jeg ikke så flink til å prate om det. Vi pratet mye innad i familien, men ellers tillot jeg det ikke å ta enda større plass. Det kan være rart og krevende å snakke om store, såre ting som døden, deler Martin.

Han har en teori rundt frykten for døden.

– Jeg har nok vært redd for å dø fordi jeg virkelig elsker å leve.

Podkast om døden

På et tidspunkt var Martin lei av at døden hadde fått en så stor plass i livet at han valgte å konfrontere sine indre demoner. Podkasten «Kladden han

TAKKNEMLIG: – Livet mitt i dag er tullete perfekt. Jeg har en kone jeg elsker, og hun elsker meg. Så har jeg masse fine venner og en gøy jobb, stråler TV-aktuelle Martin Lepperød, her sammen med hunden Mømpi.



”Hun er den første og eneste kjæresten jeg har hatt

dævva» ble til, hvor han tok et humoristisk og ærlig dypdykk i det tunge emnet «døden».

– Det burde være noe helt naturlig å si noe om Linda, som søsteren min het, uten at det skal blir en rar stemning rommet. Døden rammer jo hele tiden! Målet har vært å normalisere det å prate om det, for utrolig mange mister folk de er glade i hele tiden, poengterer Martin.

Å være åpen om følelsene han har kjent på etter at søsteren døde, har vært veldig fint for Martin.

– Det er litt tullete å si, men den

podkasten gjorde at alt har sluppet ut. Vi er jo veldig lite unike, vi mennesker. Vi går jo ofte rundt og kjenner på det samme og opplever mye av de samme tingene. Likevel velger mange av oss å legge et lokk på disse følelsene, sier Martin.

Den intense eksponeringsterapien i de to årene han produserte podkasten, har endret livet hans.

– Nå har dødsangsten sluppet nesten helt. Nå tror jeg at jeg frykter døden på lik linje med alle andre, forteller 35-åringen til Her og Nå.



Den har jeg hørt

POPULÆR: Martin er aktuell med podkasten «Nesten hele uka med Lepperød», som sendes mandag, onsdag og fredag.



BLI MED PÅ ÅRETS HERLIGSTE JENTETUR!

*Kamille-weekend er gøy for jenter i alle aldre!
Ta med deg en god venninne eller tre, eller gjør
det til en skikkelig hyggelig mor/datter-helg.*

*Herlig show
med komiker
Trine Lise Olsen*

DETTE VENTER PÅ VESTLIA RESORT 12.-14. SEPTEMBER:

Kremen av foredragsholdere og instruktører gleder seg til å gi deg en velfortjent helg full av aktiviteter, trening, underholdning, velvære, latter og god stemning! Nyt av velsmakende måltider og gjør et kupp i hotellets handlegate.

- 2 overnattinger
- Frokost, lunsj og middag + festmiddag
- Gratis trening, turer, foredrag og show
- **Rabatt for Kamille-abonnenter:**
Kr 4790 for abonnenter, kr 4990 for alle andre (tillegg for enkeltrom)



Meld deg på på kamilleweekend.no



Kim Wigaard lager god stemning i baren.



Inspirerende foredrag med Kathrine Sørland.



Erlend Elias holder foredrag og leder an i quiz.

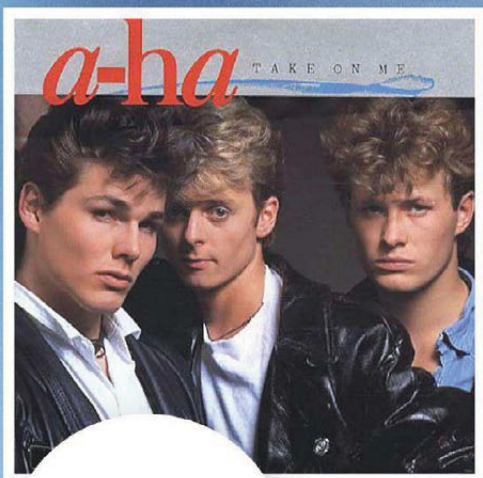


Trening med Yngvar Andersen.



Afternoon tea med kongehus-ekspert Tove Taalesen

+ Vinkurs, podcaster, strikkeworkshops.



STOR SUKSESS:
Det tok helt av da
a-ha ga ut singelen
«Take on Me» i 1985.

**GJENNOM-
BRUDDET:** A-ha
i 1985, da de toppet
hitlistene med
«Take on Me».

40 år siden superhiten «Take on Me»

Da a-ha erol

For 40 år siden ga Morten Harket, Magne Furuholmen og Pål Waaktaar ut låten og musikkvideoen som gjorde dem til en internasjonal popsensasjon. Suksessen var udiskutabel, men internt i gruppen hersket intrigene.



5 store hits

- «Take on Me», 1985.
- «The Sun Always Shines on T.V.», 1985.
- «Hunting High and Low», 1985.
- «The Living Daylights», 1987.
- «Stay on These Roads», 1988.

bret verden



**DÅRLIG
STEMNING:**
Samarbeidet mellom
komponist John Barry (t.v.)
og a-ha, her sammen med
tre Bond-damer, gikk ikke
som smurt da de sammen
skulle lage tittellåten til
James Bond-filmen
«I skuddlinjen».



I 1985 ble a-ha verdenskjent med sangen «Take on Me». Magne, Pål og Morten fra Norge hadde lagt verden for sine føtter. Men vi må tilbake til en hendelse i 1974 som var svært avgjørende for at a-ha skulle oppstå. Det var det året Pål Waaktaar og Magne Furuholmen møttes.

De bodde rundt 50 meter fra hverandre i Oslo, men ble først kjent med hverandre da Pål fant ut at Magne hadde en forsterker. De to musikkinteresserte 12–13 år gamle guttene hørte begge på The Doors og Queen, og de bestemte seg for å lage musikk sammen.

Pål spilte gitar, og han overtalte Magne til å spille keyboard. Så en

dag var duoen Bridges et faktum.

Etter noen år følte de at de hadde behov for en vokalist, og de fattet raskt interesse for Morten Harket, som var et par år eldre enn dem.

Morten hadde, fra han var ganske liten av, hatt evnen til å synge både lave og høye toner helt rent. Når foreldrene var ute og kjørte, satt han ofte i baksetet og sang «Kom mai, du skønne milde»; Mozart-komposisjon som spenner over mange toner.

Mens mange gutter opplever å miste sin fine sangstemme når de kommer i puberteten, skjedde ikke det med Morten Harket. Han bevarte sin vakre klang også da han ble ung voksen.

Avvist – som Beatles

Pål, Magne og Morten dannet a-ha i 1982, og de reiste til London for å satse på en karriere som musikere. Pål skrev de fleste av gruppens sanger, mens Magne også bidro med fine melodier og tekster. Men det var Morten som skapte gruppens image. Han hadde en sangstemme som Roy Orbison og et utseende som en filmstjerne. Og han elsket rampe-lyset, mens de to andre guttene hadde det helt fint med å være litt mer i bakgrunnen.

Gruppen fikk en manager og etter hvert en platekontrakt. At plateselskapet Decca Records ikke hadde troen på trio fra Norge, tok de som et godt tegn,

for Decca hadde i sin tid avvist The Beatles. I stedet ble a-ha en del av stallen hos giganten Warner.

Magne skrev den første versjonen av «Take On Me» da han var rundt 14–15 år. De spilte den inn og ga den ut i 1984 – uten nevneverdig suksess. De fortsatte å jobbe med sangen, og spesielt Morten følte at den kunne bli en hit; de måtte bare få skrudd på de rette knappene. De lagde blant annet en versjon med en hane som galer midtveis, men sangen satt fremdeles ikke helt.

I 1985 ble en ny utgave av «Take On Me» spilt inn og produsert. Magne sto for den gjenkjennelige keyboard-introen, sterkt inspirert

SAMMEN IGJEN: Gruppen har blitt gjenforent flere ganger. Her fra 2017 da de blant annet spilte inn et akustisk album.



SPESIALOPPTREDEN: Gruppen optrådte under Nobelkonserten i Telenor Arena i 2015.



SATT PRIS PÅ:
A-ha har vunnet
Spellemannprisen
hele ni ganger.
Her fra 2010.

av Ray Manzarek fra The Doors, og Morten sang refrenget fra helt dypt og to og en halv oktav opp til en imponerende falsett.

Og der satt sangen! Her var det potensial til en verdenshit! Men det skulle litt mer til ...

En ny musikkvideo

Den opprinnelige musikkvideoen til «Take On Me» inneholdt en haug med nakne jenter som danset mens de tre svette guttene sang. Nå ble i stedet filmregissør Steve Barron hyret inn for å lage en ny video, som for det meste ble tegnet av animatøren Mike Patterson. Den handlet om en ung jente, spilt av Bunty Bailey, som sitter på en kafé og leser

i en tegneserie og blir sugd inn i den. I den animerte versjonen har hun et romantisk øyeblikk med Morten Harket, før de må flykte fra noen motorsykelbøller.

Med sangen og den tilhørende musikkvideoen ble a-ha plutselig verdensberømte. Singelen solgte i 11 millioner eksemplarer, og gruppen la ut på turné i USA, hvor de toppet hitlistene.

De fulgte opp suksessen med flere hitlåter. Dessverre går ikke alltid suksess og harmoni hånd i hånd, og de tre bandmedlemmene hadde mange krangler, spesielt i studio. De var alle enormt ambisiøse, men ikke alltid så flinke til å lytte til hverandre eller være åpne for de andres ideer.

James Bond

James Bond-komponisten John Barry stakk hånden rett inn i et vepsebøl da han sammen med a-ha skulle skrive temasangen til James Bond-filmen «The Living Daylights» i 1987. Da sangen var innspilt og John Barry var ferdig med prosjektet, gjorde a-ha noen endringer. Det fikk John Barry til å kalle gruppen for «Nazi-jugend».

Opp gjennom årene hadde bandmedlemmene mange og lange pauser fra hverandre, for de fant sammen igjen. De endret stil flere ganger, i et forsøk på å gjenerobre hitlistene. Så sent som i 2022 ble de nok en gang gjenforent og ga ut albumet «True North», og holdt også flere konserter i Norge.

Om det blir mer ny musikk fra a-ha, gjenstår å se. Nå er de alle tre i 60-årene, og hvis man skal tro hva Morten Harket sa i 2021 i forbindelse med filmen «a-ha: The Movie» er det ikke vennskap som er det viktigste for dem med gruppa: «a-ha har aldri vært basert på vennskap. Vi har et fellesskap i musikken».

TEKST: KURT STJERNHOLM RIISBERG

FOTO: GETTY IMAGES, PRODUSENTEN, NTB, MORTEN BENDIKSEN

KILDER: DOKUMENTARFILMEN «A-HA THE MOVIE» OG BOKEN «DOWN TO THE TRACKS» AV BARRY PAGE

Napp ut eget TV-blad!



Hver uke følger et eget TV-blad på hele 64 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-uken