

Slik
blir nye
Stjerne-
kamp

Uke 11 - 2025 kr 69

HEK OG NÅ

Sterkt
og sårbart

Maud Angelicas viktige budskap
fem år etter tapet av pappa Ari

Else Kåss Furuseth
FEIRET MED
FAMILIEN

Vil at andre skal føle seg mindre alene

The Voice-Siri

Sjekk hvilke
TV-program
hun sier nei til

Trine Rein var
i overgangsalderen
da hun var bare 38 år

Følte kroppen
ikke fungerte

Se de
koselige
bildene

Mesternes mester-finalist
Kai Robin og hans kjære Line

Julie er det beste
som har hendt oss



Ett år etter
kreftsjokket



ELEGANT:
Prinsesse Kate stilte i lekker kåpe fra Alexander McQueen. Den brukte hun også under julegudstjeneste i London fjor.



William strålte på reise med sin prinsesse

Var redd for å miste Kate



▲ **NÆRT FORHOLD:** Jason Knauf kjenner Kate og William godt. Her er de sammen i 2021.

◀ **POPULÆRE:** Hele Pontypridd var på plass da Kate og William kom kjørende til landsbyen.



KOKKESKOLE: William og Kate fikk undervisning i hvordan lage en Wales-kake. Humøret var det i hvert fall ingen ting å si på.

Prins William er overlykkelig over at prinsesse Kate er friskmeldt og igjen kan være hans viktigste støttespiller både på hjemmebane og jobb.

TEKST: **ROGER ØVERSVEN**
FOTO: **NTB**

For ett år siden var prins William (42) langt nede. Kreftdiagnosene til både pappa kong Charles (76) og kona prinsesse Kate (43) var tunge å bære for tronarvingen, og William så til tider mørkt på fremtiden.

Men nå ser livet mye lysere ut. Prinsesse Kate er friskmeldt etter kreftbehandlingen, og behandlingen av kong Charles ser også ut til å gi positive resultater. Ikke rart prins William stråler av lykke igjen.

Da han og prins Kate besøkte flom- og stormofre i Pontypridd i Wales på sin første reise sammen på ett år, rapporterte

britiske medier at William var blidere og mer utadventt enn noen gang.

– Prinsen har ikke vært kjent for å vise følelser, men nå sprudler han av glede, skrev avisen The Sun.

Veldig forelsket

Kroppsspråk-ekspert Judi James (57) sier til Femail at Kate og William flørtet og viste sin kjærlighet til hverandre.

– Ingen tvil om at de fortsatt er forelsket. Det formelig gnistret dem imellom, sier James.

De to gikk i arm da de spasserte rundt i Pontypridd Market, men hilste også hver for seg på de mange som hadde møtt frem. Prinsessen fikk fle-



*”Tusen takk for
all den støtten
vi har følt fra alle*

re spørsmål om hvordan hun har det.

– Jeg har det fint. Tusen takk for all den støtten vi har følt fra alle, sa Kate.

Under et møte med en eldre mann som kommenterte at prins William var kjekk med skjegg, svarte Kate:

– Han er fantastisk på alle måter. Helt enestående.

Langt nede

Besøket til Wales viste tydelig at William har fått tilbake gleden i livet etter en tøff periode preget av redsel og bekymringer.

Williams gode venn, Jason Knauf (40), forteller i et nytt intervju at prins William «gikk i kjelleren» etter at han fikk vite om kong Charles og prinsesse Kates kreftdiagnoser i løpet av få uker i fjor vinter.

– Da prins William ringte meg

og fortalte om at kreften hadde rammet både hans kone og far, var han så langt nede som et menneske kan komme. Han var fullstendig nedbrutt. Det var helt forferdelig, og jeg var virkelig bekymret for ham, forteller Jason Knauf til nyhetsprogrammet «60 Minutes Australia».

Fryktet det verste

Knauf, som har et nært forhold til prins William, forteller at tronarvingen så veldig mørkt på situasjonen.

– Han var redd for at han kunne miste både sin far og sin kone og mor til deres tre barn, forteller Jason Knauf, som var kommunikasjonsrådgiver for William og Kate, før han ble administrerende direktør for deres stiftelse «Royal Foundation».

Han er nå styreleder for prinsen.





KOSTE SEG SAMMEN:
William og Kate satte begge tydelig pris på å kunne være på reise sammen igjen.

► **KONGELIG BAKER:** Prinsessen imponerte de ansatte på The Welsh Cake Shop med sine ferdigheter.

◄ **TOK SEG TID:** Kate snakket lenge med barna som hadde møtt opp for å se en ekte prinsesse.

Konspirasjonsteorier

Foruten redselen over at både faren og kona var syk og hva fremtiden ville bringe, måtte prins William leve med en rekke rykter om prinsesse Kate. Hva hadde skjedd? Hvorfor var hun plutselig borte fra rampelyset?

Spekulasjonene var mange og ondsinnede.

– Problemet var alle disse gale konspirasjonsteoriene som oversvømte nettet. Men Kate og William kunne ikke fortelle at prinsessen hadde kreft. De hadde ikke fortalt prins George (11), prinsesse Charlotte (9) og prins Louis (6) at mamma var alvorlig syk, og jobbet fortsatt med hvordan de skulle informere dem. Situasjonen var håpløs, forteller Jason Knauf til 60 Minutes Australia.

Strålte av lykke

Han er glad for at prinsessen nå er kreftfri, og at hun gradvis kan representere mer og mer sammen med prins William. Det er nok tronarvingen selv også. Han strålte av lykke med sin prinsesse på deres første reise sammen siden kreftdiagnosen ble kjent i mars i fjor.

Bakte kake

Kate og William var altså i Ponty-



pridd for å møte ofre etter stormen Berts herjinger i november i fjor. Stormen førte til at elven Taff gikk over sine bredder, og forårsaket store ødeleggelser.

Under besøket i forkant av St David's Day, besøkte Kate og William Pontypridd Market for å møte lokale bedriftseiere og de fikk prøve seg på å lage en av landets mest berømte eksportvarer – walisiske kaker i The Welsh Cake Shop, som har tjent

lokalbefolkningen i mer enn 25 år.

Dette er en deilig tradisjonell søt godbit med mel, sukker, krydder, smør, egg og tørket frukt som deretter kokes i en panne og drysses med sukker.

Pontypridd Market har vært i hjertet av Sør-Wales-samfunnet siden 1805 og er hjemsted for bedrifter som selger alt fra kjøtt til frukt og grønnsaker, leker, bøker og tekstiler, og har flere kafeer.

◄ **BØD PÅ SEG SELV:** Prins William er ikke kjent for å slå seg løs ute på jobb, men i Wales var han i toppform.



LEDER



Deler sine historier for å hjelpe andre

De har opplevd livets virkelig vonde sider på hver sin måte. Nå vil Maud Angelica Behn og Kim Daniel Jonassen hjelpe andre som sliter og sammen har de laget et foredrag med et sterkt og viktig budskap.

I ukens Her og Nå kan du lese et intervju med Maud Angelica Behn. Den unge jenta rørte hele Norge da hun talte ved sin kjære pappas kiste i Oslo Domkirke. I årene som har gått siden Ari Behns tragiske bortgang har Maud jobbet mye med å bearbeide sorgen. Hun har kjent på et ønske om å hjelpe andre i samme situasjon, og sammen med Kim Daniel Jonassen har hun laget foredraget «Vekst i motgang» som de to holdt på Litteraturhuset i Fredrikstad nylig.

svært ung år da de første tankene om å avslutte livet kom. Maud mener at det er veldig fint at de to kan holde foredrag sammen fordi de to utfyller hverandre og man får to perspektiver, både hvordan det er å oppleve selvmordstanker og hvordan det er å miste noen til selvmord.

Det er utvilsomt sterkt gjort av Kim og Maud å stå på scenen og deler sine personlige, såre historier. Maud sier at håpet er at det kan gjøre at andre føler seg mindre alene. Det er så utrolig viktig å tenke på at det selv i de mørkeste stunder er hjelp å få, og at vi alle er så verdifulle og betyr mye for andre selv om vi ikke alltid tror det selv!

Trenger du noen å snakke med nå, så kan du benytte lavterskeltilbud som Mental Helses Hjelpetelefon som er gratis og døgnåpen. Den har telefonnummer 116 123 eller du kan gå inn på nettstedet sidetmedord.no

Kim Daniel har hatt en veldig vanskelig oppvekst, og han var

Kjære leser, jeg ønsker deg en fin uke. Ta godt vare på deg selv og de rundt deg.



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: Kalle Wik **TEKNISK PRODUKSJON** Egmont Printing Service

Mobile tjenester er levert av Egmont Publishing. **PRISER ABONNEMENT:** ½ år (33 utgaver) 883 kr, 1 år (65 utgaver) 1611 kr

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

**HER
OG
NÅ**

Sjekk alle fordelene du får som abonnent

Få bladet levert hjem

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

Få mer for pengene

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

Les oss digitalt, med appen Flipp

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

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

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

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

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

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

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

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



Ekstra-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!



**Lillesøster Cecilie Ramona
og pappa Kristian er rause med rosen**

Else er alltid best in show

TEKST: MARIANNE THORSHAUG KRISTIANSEN FOTO: SVEIN BRIMI, WARNER BROS. DISCOVERY, NTB

NÆRE BÅND:
Else Kåss Furuseth storkoste seg sammen med pappa Kristian og lillesøsteren Cecilie Ramona på premierefesten til hennes nye TV-show.

TV-AKTUELL
TVNorge,
tirsdager
kl. 21.30

HEDERSGJEST:
Jon Almaas var første gjest i Elses nye talkshow.



GOD STEMNING:
Programlederen formelig bobler over av energi, og innser at hun nok kan oppleves som litt mye noen ganger.

I sitt nye TV-program feirer Else Kåss Furuseth norske kjendiser, men i kulissene er det familien som heier aller mest.

Det er god stemning når programleder Else Kåss Furuseth (44) ankommer premierefesten for sitt nye TVNorge-program «Best in Show».

– Det føles som å ha

vært på ti familiefester på rapen, hvor alle har gått litt over styr. Det er en blanding av glede, «oi, herregud, så stas dette var», og en liten dash fylleangst, oppsummerer hun lattermildt.

I showet hylles kjente personer på en varm og leken måte, og Else beskriver det som en feiring av fellesskap og raushet.

– Vi har kanskje ikke budsjett til å slippe en elefant inn i studio, men vi kan i hvert fall overraske og feire folk som fortjener det. Det er en påminnelse om at vi må banke inn budskapet om å være glad i folk, forklarer hun.

Ellevill underholdning

Selv om det er hun som deler ut hederen i programmet, har hun også hatt sitt eget «best in show»-øyeblikk.

– Da vi spilte inn episoden med Christine Koht, og jeg sa: «Ta godt imot mirakelet Christine Koht», og Magnus Devold tryllet henne opp av en kjele – da følte jeg meg best in show, ler hun.

Programlederen liker å være i en setting hvor andre får lov til å stjele rampelyset.

– Jeg gikk i svarte klær, og

Christine sa: «Det er bra, for da skinner jeg enda mer, selv om jeg bare har på meg hverdagskjole.» Men hun hadde altså 72 kilo blomster på hodet!

Else er kjent for sin sprudlende energi, men innrømmer at det av og til kan bli litt mye.

– Jeg har hørt at jeg er som en shot med Fernet; best i små doser. Men i dette programmet er jeg bare en budbringer, sier hun med et smil.

Pappa Kristian som sidekick

En ekstra morsom opplevelse i forbindelse med innspillingene, har vært å ha med pappa Kristian Furuseth (72) i programmet.

– Fatter'n har vært den viktigste støttespilleren i dette programmet. Hvordan han er? Han er som en far for meg. En mann på 72. Akkurat nå er han mest opptatt av brodder og formuesskatt half and half, spøker hun.

For Kristian har det vært en helt ny opplevelse å være med på TV.

– Jeg har egentlig bare sittet i baren og slengt noen kommentarer her og der, sier han beskjedent, før han legger til:



”

**Jeg har hørt
at jeg er som
en shot med
Fernet; best
i små doser**

PANGSTART: 2025
har startet bra for en
energisk Else, som
seiler i medvind både
privat og på jobb.



– Det har vært veldig gøy, men en ganske heftig produksjon.

Stolt lillesøster

Lillesøster Cecilie Ramona Kåss (40) kjenner Else bedre enn de fleste og er ikke i tvil:

– Else er best in show til hverdags også. Hun er veldig snill, veldig raus og morsom. Litt rotete, kanskje? Og veldig energisk.

– Men når er Else virkelig best in show?

– Hele tiden! Hun har en energi og en raushet som smitter over på alle rundt henne. Hun er rett og slett uerstattelig, sier Cecilie stolt.



FANT KJÆRLIGHETEN: Det ble full klaff og bryllup i Oslo Spektrum da Else møtte Tommy Johansen. Senere har paret delt historien om hvordan de traff hverandre i programmet «Else+Tommy=sant».

Med alderen er det mange av oss som sliter med tretthet, tung pust og prikking i fingrene eller føttene. Oppdag hva du kan gjøre for å redusere disse typiske utfordringene med å bli eldre.

PRIKKING I FINGRE OG TÆR?

Studier antyder at mangel på vitamin B12 er mer utbredt enn tidligere antatt. Dette gjelder spesielt eldre, og lave nivåer av vitamin B12 er en av de vanligste vitaminmanglene hos personer over 50.

Tretthet og utmattelse

Symptomene på et lavt inntak av vitamin B12 kan komme gradvis. Mangelen kan føre til tretthet, utmattelse, tung pust og svimmelhet. I tillegg kan mangel på vitamin B12 i nervecellene gi symptomer som nummenhet eller prikking i fingre og tær.

Hemmeligheten bak B12

Vitamin B12 er et helt nødvendig

vitamin, som er viktig for normal nervefunksjon og dannelsen av arvestoff (DNA) og blodceller, spesielt røde blodceller. B12 er også viktig for omsetningen av fett, karbohydrater og protein.

Derfor er kosttilskuddet b-energy så bra

Kroppen din klarer ikke selv å produsere vitamin B12, og er derfor avhengig av å få det tilført fra kosten. Vitaminet finnes hovedsakelig i animalske produkter, som kjøtt, melk, ost, egg og fet fisk. Med alderen spiser du ofte mindre, og enkelte vil få redusert opptak av vitamin B12 fordi mage- og tarmsystemet forandrer seg med alderen. Derfor kan det være en god idé å supplere med et kosttilskudd som inneholder B12. Kosttilskuddet b-energy™ inneholder et spesielt godt balansert B-vitaminkompleks, som jobber i harmoni med kroppen din.

b-energy™ er et høydosert vitamin B-kompleks med magnesium, som sammen bidrar til å redusere tretthet og utmattelse. Det høye innholdet av B12 gjør dette kosttilskuddet til noe helt spesielt sammenlignet med andre B-vitaminer på markedet.

Du sparer 20 % på abonnement
via newnordic.no
eller ring
69 25 73 00



Hvor kan jeg kjøpe b-energy?

b-energy™ kan kjøpes på newnordic.no eller der du kjøper helsekost.

TEST DEG SELV!

- ☐ Føler du deg ofte trett og slapp?
- ☐ Strever du med balansen og føler deg svimmel?
- ☐ Merker du nummenhet eller prikking i fingre og tær?
- ☐ Opplever du halsbrann?

Hvis du kjenner deg igjen i en eller flere av punktene, kan det være verdt å prøve b-energy™ fra New Nordic.

(Problemene nevnt over kan også ha mange andre forklaringer.)

med24.no



sunkost



Bestill hjem i dag!

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

Kan også kjøpes
der du kjøper helsekost.



ÅRETS DELTAGERE:
Fra venstre Kim Wigaard,
Sofie Fjellvang, Lisa Stokke,
Eric Tryland, Linnea Dale, Fred-
rik Auke (Freddy Kalas), Beatrice
Akuvi Hosen Kumordzie, Bjarte
DePresno Borthen og Jonas
Wesetrud Hansen.

TV-AKTUELL

NRK 1 lør.
kl 19.45

NRK gjør forandringer i sitt populære program

Slik blir «nye» STJERNEKAMP

Stian «Staysman» Thorbjørnsen og Kristoffer Olsen blir begge å se
i den tolvte sesongen av NRK-suksessen «StjerneKamp».

Stian Staysman Thorbjørnsen (43) er programleder når «Stjerneekamp» nå er tilbake på NRK 1. Han tar over etter Kåre Magnus Bergh, som har ledet det populære programmet i 11 sesonger.

Store sko å fylle

«Staysman «er stolt og glad over at NRK har valgt ham som ny programleder, men innrømmer at han har litt prestasjonsangst.

– Det er mitt største programleder-forbilde som har ledet «Stjerneekamp» til nå, så jeg går inn i dette med skrekkblandet fryd. Det er uten tvil store sko å fylle, men jeg må bare gjøre det på min egen måte og stole på at det er godt nok, sier Stian «Staysman»

Thorbjørnsen i en pressemelding fra NRK.

Elsker direkte-TV

Men Stian er ingen nybegynner. Han har ledet Melodi Grand Prix og det musikalske spørreprogrammet «10 på topp» på NRK og «Allsang på Grensen» på TV2.

– Jeg elsker å jobbe med direkte-sendt TV og kommer til å være skikkelig gira når sendingene kommer i gang. Det som er mer skummelt, er all planleggingen som må til for få sendingene til å sitte. Men så lenge jeg føler meg godt forberedt, satser jeg på at dette skal gå bra, sier «Staysman».

Ny dommer

Også i dommerpanelet dukker det opp et nytt ansikt. Kris-

toffer Olsen (40) var genrekspert i musikal i forrige sesong av «Stjerneekamp». Den erfarne sangeren og skuespilleren skal nå bli den faste makkeren til Christine Dancke (41).

– Jeg har fulgt «Stjerneekamp» fra sofaen i mange år. Da har jeg hatt veldig sterke meninger om det som skjer på skjermen og følt at jeg har all makt i verden. Jeg er derfor spent på om jeg tør å ta med den personligheten fra stua og inn i TV-studio, nå som jeg faktisk kan påvirke det som skjer, sier Kristoffer Olsen til NRK.

Flere forandringer

Den nye utgaven av «Stjerneekamp» inneholder flere overraskelser. Det blir ikke lenger spesi-

ulike temaer og utfordringer. Den kanskje mest radikale endringen er at det nå er dommerne som velger låter til artistene, og at de får under én uke på seg til å øve dem inn. De vet heller ikke hva slags temaer sesongen vil by på.

Totalt er det åtte programmer i den tolvte sesongen av programmet. Det er ni artister, og én ryker ut i hvert program helt fra første sending og frem til to finalister møtes i den avgjørende duellen 3. mai.

I hver sending skal dommerne velge én artist som de mener har mestret kveldens utfordring best. Denne artisten er fredet før avstemmingen starter og kan ikke ryke ut denne kvelden.

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

To nye
ansikter

**SPENTE OG FORVENT-
NINGSFULLE:** Stian
«Staysman» Thorbjørnsen,
Christine Dancke og Kristof-
fer Olsen blir å se på NRK 1
i åtte lørdager fremover.
Finale er 3. mai.

NY PROGRAMLEDER:
Stian «Staysman»
Thorbjørnsen erstatter
Kåre Magnus Bergh.

Norges bes



Foto: posten.no

TV
HER OG NÅ
29. DES. - 5. JANUAR

72 sider
Full oversikt
over TV-uken

Ekstra kryssord

Ny sesong
MESTERNES MESTER
Mestermøte på Sørlandet

NRK1 MANDAG KL. 21.10
Evy Otterskred bygger sitt livsverk på en bratt fjordgard

Ny sesong
TV 2 DIREKTE MANDAG KL. 20.00
Tom «Matoma» Lagergren er hedersgjest i «Hver gang vi møtes»

NRK1 MANDAG KL. 20.00
Aksel Lund Svindal har samlet ti idrettsheiter i Lindesnes, og nå skal det konkurreres i en ny runde «Mesternes mester».

NRK1 LØRDAG KL. 19.50
Hele Norges Wenche Myhre feirer 75 år

TIRSDAG 2. JANUAR

MANDAG 1. JANUAR

SØNDAG 31. DESEMBER

LØRDAG 30. DESEMBER
Feirer musikken

30. DES LØRDAG

Dagens filmer

TVNORGE

Radio

Her og Nå tilbyr som eneste ukeblad i Norge en egen TV-guide på hele 64 sider hver eneste uke! Her får du full oversikt over TV-uken med tittetips, filmomtaler og stor programoversikt dag for dag, slik at du kan planlegge TV-uken din akkurat slik du ønsker.

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!

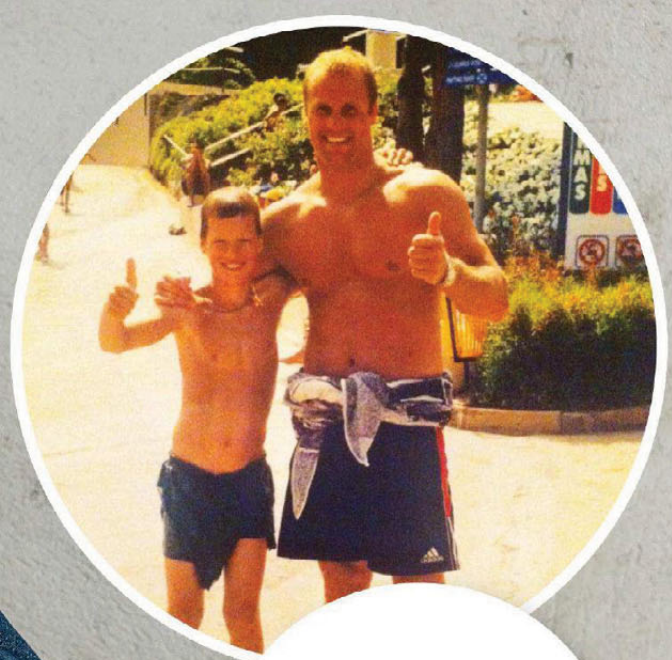


Vil du ha både en stor TV-guide og reportasjer om alt som skjer på TV? Da bør du kjøpe deg et abonnement på Her og Nå – Norges beste TV-blad!

PAPPAS GULL: «Mesternes mester»-finalist Kai Robin Havnaa ble pappa til lille Julie drøyt én måned etter innspillingen i Kristiansand.



FAMILIEMANN: Kai Robin Havnaa og Line Randeberg har holdt sammen siden 2018, og i fjor ble de foreldre for første gang.



SOM FAR, SÅ SØNN:
Kai Robin forteller at faren, Magne Havnaa, ofte sa: «De du møter på vei opp, møter du på vei ned». – Han var tydelig på at man skulle behandle mennesker med samme type respekt, forteller Kai Robin.

Julie er den nye sjefen i huset

Det beste som har hendt oss

Kai Robin Havnaa var bare 15 år gammel da han opplevde å miste faren sin i en dramatisk drukningsulykke. Nå har han selv fått oppleve livets mirakel.

TEKST: **HEGE E. TØRRESDAL**
FOTO: **SVEIN BRIMI, NRK, PRIVAT**

– Jeg har egentlig alltid vært lettrørt. Det er gjerne slik med bokserere som er steintøffe i ringen: Når det kommer til barna, da senkes guarden, og vi blir sårbare, forteller Kai Robin Havnaa (36), helt ute av stand til å skjule den kjærligheten han føler for familiens ferskeste tilskudd, Julie på 6 måneder.

Den smørblide frøkenen som har fått Kai Robin mo i knær-

ne, ligger og pludrer fornøyd på lekematten hjemme i den lyse stuen. Seks måneder har gått siden Julie snudde opp ned på alt Kai Robin og samboeren Line (30) kjente til. Ennå tar han seg i å bli overveldet av det enorme ansvaret som følger med.

Stort ansvar

– Det føles helt surrealistisk å plutselig ha ansvar for et men-

neske som er halve deg. Alt stoppet opp og jeg ble helt satt ut da hun plutselig var der. Det er det beste som har hendt oss, sier Kai Robin oppriktig.

Det er tirsdag formiddag, og Kai Robin og Line er som småbarnsforeldre flest allerede godt i gang med dagens rutiner. Det nærmer seg vaktskifte nå, for Line skal tilbake i jobben som forsikringsrådgiver i IF, og Kai

Robin skal overta det daglige ansvaret for den lille verdensborgeren.

– Målet nå er å overleve pappapermen. Jeg er ikke så god på det uforutsigbare, så jeg må prøve å få på plass så mange rutiner som mulig, forteller en litt småstresset Kai Robin, som til daglig jobber med online treningskonseptet «Go boxing».

Han legger seg ned på matten

„Jeg bokset ikke, så ikke en eneste boksekamp eller prata om boksing på fem år etter pappa døde



SÅRBART: Å bli pappa, har vært en overveldende og livs-
endrende opplevelse for den tidligere bokseren.



PAPPAPERM: Kai
Robin har i disse dager et
avbrekk i jobben med Go
boxing for å være fulltids-
pappa for lille Julie.

**HJERTE-
KNUSER:** Lille Julie
har sørget for mindre
søvn og mer kjærlig-
het i livet til Kai
Robin og Line.





AKTIV OPPVEKST: – Å være i aktivitet, er en av de viktigste erfaringene jeg har tatt med meg fra oppveksten. Det ønsker jeg å videreføre, forteller Kai Robin.

med Julie og legger stemmen en oktav høyere.

– Det blir nok tøft i starten, men så håper jeg at vi finner en rytme sammen.

Lene på sin side, tar overgangen med stoisk ro. Hun har observert Kai Robin vokse naturlig inn i rollen som pappa.

– Jeg skal forberede ham så godt som mulig, men jeg har sett hvor flink Kai Robin er med Julie. Han stiller opp når nettene blir tøffe, og er en leken pappa, smiler Line varmt.

Trygg base

Regnet pisker mot de store vindusflatene denne iskalde januar-dagen. Inne i den romslige stuen

er det lunt og hjemmekoselig. Paret har selv pusset opp boligen de de kjøpte i 2020. Da var Kai Robin fortsatt aktiv som proffbokser, og han verdsatte det å ha en trygg hjemmebase.

– Å ha et fristed hjemme hvor fokuset er på noe helt annet enn toppidretten, tror jeg er avgjørende for at du skal holde ut lenge. Familien betyr alt, ikke sant? Det er det viktigste man har, understreker «Mesternes mester»-finalisten.

– Familien hjemme, og støtten fra mamma, var også avgjørende for at min pappa kom så langt. Han ble karakterisert som «Norges modigste mann», men mest av alt var han en familiemann.

Han sa alltid at verdensmesterbeltet var like mye mamma sitt som hans. Hva han mente med det, har blitt enda tydeligere for meg etter jeg selv havnet i samme situasjon.

Han dukker opp i samtalen med jevne mellomrom. Pappa Magne Havnaa, som i 1985 mottok den gjeve kongepokalen i boksing. Han som introduserte Kai Robin for sporten som senere skulle bli også hans lidenskap og levebrød.

– Jeg bokset med pappa helt frem til han døde. Men helt i starten av boksekarrieren min, var jeg bevisst på at dette måtte jeg gjøre for meg selv – ikke for å gjøre faren min stolt. Motivasjonen,

gløden og lidenskapen måtte komme fra mitt eget hjerte, sier Kai Robin, og tenker seg litt om.

– Men ubevisst lå det nok der. Det faren min hadde fått til.

Vendepunkt

Kai Robin var bare 15 år gammel da faren på tragisk vis mistet livet i en båtulykke i Risør. Han hadde akkurat rukket å fylle 40 år, og etterlot seg kone og to barn.

– Når du får en sånn beskjed, er det et sjokk og en sorg. Alt annet blir mindre viktig.

Kai Robin har klare minner fra barndomshjemmet i Arendal, en knapp halvtime unna der han og Line i dag har bosatt seg. Underetasjen var innredet som et tre-

FULLTREFFER:

Det tok én uke fra Kai Robin og Line møttes på Instagram, til de dro på første date sammen. Siden har det vært de to.



„Smertene ga seg ikke og jeg slet med å sove etter harde treningsøkter

MERITTERT: Kai Robin sto ubeseiret etter 18 kamper da han la opp som proffbokser. Et alvorlig brudd i tommelen satte en stopper for karrieren.



ningsstudio, med sekker og bokseplakater. Han minnes slagene mot sekkene som slang frem og tilbake i rommet, og den særegne lukten.

– Jeg var ofte der nede, men da måtte jeg være stille og ikke tulle, så pappa fikk fokusere. Det var noen ganger jeg ble kjepp-jaget opp trappene igjen, kan du si, flirer Kai Robin.

Fra å henge opp ned og leke i boksesekkene, begynte han å trene smått fra han var ni år gammel. Noen år senere begynte han å trene aktivt med pappaen. Da faren døde, ble det bråstopp.

– Jeg bokset ikke, så ikke en

eneste boksekamp eller pratet om boksing på fem år etter at pappa døde. Jeg hadde behov for å få avstand fra sporten som hadde betydd så mye for oss som familie. På oppfordring fra søsteren min, flyttet jeg til Hovden der ingen visste at jeg kom fra en boksefamilie. Der kjørte jeg snowboard og gikk på skole. Det var det lureste jeg kunne gjort på det tidspunktet, mener Kai Robin.

Omtrent samtidig som han opplevde å miste faren, ble det også kjent at onkelen Erling Havnå var involvert i NOKAS-ranet i Stavanger. Erling drev tidligere med kickboksing, og han job-



IMPONERTE: Kai Robin ble nummer tre i årets «Mesternes mester».

KJØPTE HUS: Kai Robin og Line kjøpt seg hus i Arendal i 2020. Line, som opprinnelig er fra Randaberg utenfor Stavanger, tvilte aldri på om hun ville flytte til Kai Robins hjemby.

bet tidvis svært tett med broren. Familiens unike historie har blitt skildret i filmen «Team Havnaa».

– Når du er 15 år og har mistet faren din, blir alt annet underordnet. Derfor havnet det med Erling sinnssykt langt ned på lista. Han var jo fortsatt der, han satt bare inne. Jeg har aldri kjent på en bitterhet overfor ham, understreker Kai Robin, som tok onkelen med seg i teamet sitt da han hadde sonet ferdig sin dom.

Tilbake i ringen

For på et tidspunkt begynte Kai Robin å kjenne på en gryende dragning mot boksekjelleren igjen. Idet han tok på seg boksehanskene, var det gjort. Han var kommet hjem.

– Den dagen startet karrieren min. Jeg har lært av pappa at skal du gjøre noe, så gjør du det ordentlig. Jeg ga 100 prosent og var ekstremt sulten. Nærmest umettelig! Og jeg var allerede blitt 20 år, så jeg hadde dårlig tid.

Kai Robin gjorde kometkarriere. 36-åringen vant flere nasjonale mesterskap på amatørnivå, og prestasjonene hans ble raskt lagt merke til. Allerede i 2014 ble han profesjonell. Frem til Kai Robin la opp i 2023, sto han ubeseiret gjennom 18 kamper, hvorav 15 av dem ble vunnet på knockout. Dessverre skulle en tomme sørge for at karrieren fikk en brå slutt.

– Like etter covid brakk jeg høyre tommel på akkurat samme sted som jeg hadde gjort en gang tidligere. Jeg var utålmodig og begynte å trene altfor tidlig etter operasjonen. Smertene ga seg ikke, og jeg slet med å sove etter harde treningsøkter, forteller Kai Robin.

Han vurderte på et tidspunkt ganske så drastiske tiltak.

– Jeg var litt desperat en periode. Det kom til et punkt hvor jeg tenkte: «Skal jeg bare kutte av tommelen og kjøre på?». Etter en prat med kirurger og toppfolk på området, slo jeg det raskt fra meg. Det kommer tross alt et liv etterpå.

Den endelige avgjørelsen ble tatt like før jul i 2023. Tiden var inne for å legge drømmen om en verdensmestertittel bak seg og komme seg videre i livet. Ser han tilbake, har han mye å være stolt over. Det definitive høydepunktet kom likevel utvilsomt da han og Line ni måneder senere kunne ønske Julie velkommen til verden. Og det er her, hos jentene i hans liv, fokuset ligger nå.

– Nå har jeg blikket rettet fremover og dveler ikke ved det som kunne vært. Fokuset mitt er å ha en rolig og fin hverdag med jentene mine fremfor hele tiden jage mot et mål. Og kanskje kommer det med tiden en liten lillesøster eller lillebror? smiler han.



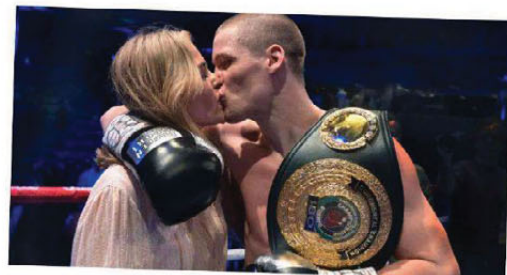
TIDLIG KRØKES: Kai Robin vokste opp med boksing i kjelleren, og som niåring fikk han lov til å prøve seg for første gang.



STORT SAVN: Det var et sjokk for Kai Robin å miste sin kjære far som 15-åring.



ONKEL PÅ LAGET: Den tidligere kickbokseren Erling Havnaa jobbet tett med broren Magne Havnaa da han var aktiv. Da han hadde sonet ferdig NOKAS-dommen, ble han en del av nevøens lag.



DRØMMEDAMA: Line var en viktig støttespiller for Kai Robin gjennom de siste årene som proffbokser.

«The Voice»-Siri Avlesen-Østli har tatt et valg

Det blir ikke mer reality på meg

TV-AKTUELL

TV 2 Direkte
fredag kl.
20.00



VINNER: Høsten 2023 var Siri én av 12 kjendiser som skulle lære seg å lage mat i «Kokkeskolen». Hun gikk helt til topps i konkurransen.



BRONSE: Da Siri deltok i «Skal vi danse» i 2021, kom hun på tredjeplass sammen med dansepartner Tarjei Svalastog.

Tre deltagelser i forskjellige TV-program holder for den populære programlederen. Med mindre et nytt morsomt konsept skulle dukke opp, da ...

TEKST: CAROLINA M. BYE
FOTO: TV 2

Siri Avlesen-Østli (40) loser hver fredagskveld seerne gjennom «The Voice». Hun har ledet TV 2-programmet siden 2022, og da vi for litt siden møtte henne, fortalte hun at hun gledet seg til den nye sesongen.

– Jeg er veldig spent på hvem deltagerne er. I tillegg har vi jo to nye mentorer. Jeg kjenner det gir meg sommerfugler i magen, og jeg ser frem til å se hvordan de nye mentorene blir i stolene.

I fjor ble det kjent at mentorene Jarle Bernhoft og Ina Wroldsen ble byttet ut til fordel for sang-

stjernene Eva Weel Skram og Gabrielle Leithaug i sesong 10 av talentkonkurransen. Mentorveteranene Espen Lind og Yosef Wolde-Mariamsitter fortsatt i dommerstolene.

Godt forbilde

Tobarnsmoren har hatt en lang karriere på TV-skjermen. I 2012 begynte hun som sportsreporter i TV 2, og hun fikk sitt store gjennombrudd under vinter-OL i 2014. 40-åringen er bevisst på at hun regnes som et forbilde for mange, spesielt for unge med minoritetsbakgrunn. Derfor er det også viktig for henne å stille opp

på arrangementer som fotballkampen Verdikampen, der Redd Barna og MOT er ambassadører.

– Dette er verdier jeg står for. Det er samhold, inkludering og å skape gode minner for barn og unge. Og det handler om mangfold. Det er viktig for meg å bruke stemmen min, være synlig og vise barn som vokser opp i dag, noe som vi kanskje ikke hadde: forbilder med en annen hudfarge, understreker hun.

Ingen konflikt-TV

Ved siden av programlederrollen, har Siri derfor vært med i flere TV-programmer, som deltager. Da har det imidlertid vært viktig for henne at programmene er feelgood familieunderholdning. I fjor var tobarnsmoren deltager i «Kokkeskolen», der hun stakk av

med seieren. Siri har også tidligere vært å se i både «Skal vi danse» og «Kompani Lauritzen». Etter hver deltagelse sier 40-åringen at det blir siste gang.

– Jeg hadde egentlig ikke tenkt til å være med i noe mer reality, men så kom «Kokkeskolen» på bordet. Og nå sier jeg det samme igjen: det blir ikke noe mer på meg, understreker hun.

– Så det er helt utelukket med flere deltagelser?

– Hvis konseptet er morsomt nok, så kanskje jeg sier ja. Men det blir ikke konflikt-TV i hvert fall. Det må være feelgood. Så det blir nok ingen deltagelse i «Spillet» eller «Forræder». Jeg vil ha det hyggelig, smiler Siri Avlesen-Østli.



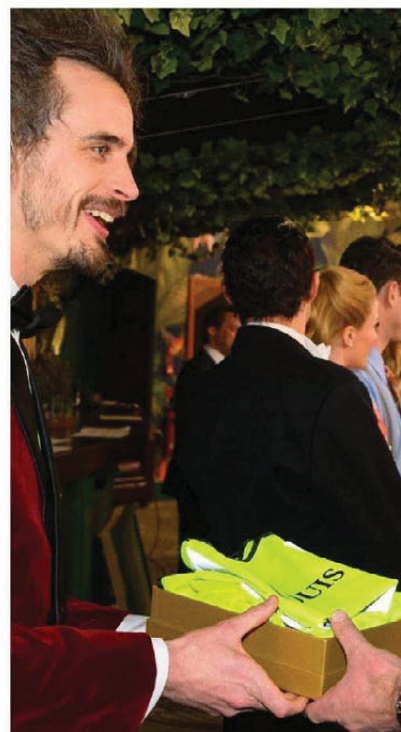


TREDJEPLASS:
40-åringen deltok
i sesong to av «Kompani
Lauritzen». Her kom
hun på en imponeren-
de tredje plass.

” *Hvis konseptet
er morsomt nok, så
kanskje jeg sier ja*

TV-SUKSESS: Siri Avlesen-
Østli har vært programleder
for «The Voice» siden 2022.

SEIERSRUS:
Nordmannen ble
stjerne over natten
da han vant talent-
showet «Britain's Got
Talent» med sitt
refleksvest-show
i 2023.



KONGEMØTE: Viggo Venn overrakte prins William og prinsesse Kate sitt signaturprodukt – refleksvester – i gave i 2023.

Viggo Venn måtte utsette turneen

Falt av scenen og brakk benet

Den refleksvestglade klovnen tulle-faller av scenen i sitt omreisende show. Men på ferietur i Afrika klarte Viggo Venn å ramle på ordentlig – med påfølgende benbrudd.

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

– Jeg vet ikke om du kjenner til meg, men jeg er ikke så glad i å stå stille. Jeg er hyperaktiv, så nå var det deilig å komme seg litt ut, forteller Viggo Venn (35) til Her og Nå.

Den sprelske komikeren var ute og luftet seg i forbindelse med premieren av TV-serien «Harald og Sonja», etter at han måtte avlyse klovne-turneen sin grunnet et benbrudd.

– Jeg skulle egentlig vært i England i dag. Men da var det gøy å komme hit og kikke på denne historien her i stedet, sier han

om kjærlighetsdramaet til kongeparet.

Det var i januar at Viggo falt av scenen på en ferietur på Kapp Verde. Refleksvestentusiasmen var publikummer på hotellshowet, og i et forsøk på å skape litt liv på scenen, spratt han opp – og deiset ned fra podiet. Resultatet ble to benbrudd i høyre ben.

– Det var surt! Turneen min har vart i to år og som en del av showet mitt faller jeg faktisk av scenen. Men nå var jeg jo på ferie. Jeg prøvde å skape litt latter i showet, og så brekker jeg benet.

Nå har jeg måttet flytte på alle showene mine, forklarer han.

Vant talentshow

Klovnen fra Kongsberg ble verdenskjent da han vant talentprogrammet «Britain's Got Talent» i 2023. Premien lød på 250 000 pund, tilsvarende 3,5 millioner kroner. Siden den gang har Viggo vært på den omfattende turneen «One More Time». Nå er det Norge som står for tur, om enn litt utsatt grunnet bruddet.

– Jeg skal endelig ha show i Oslo 27. april, bekrefter Viggo.

Hovedstaden er blitt komikerens nye hjemby, etter at han kjøpte sin første leilighet i fjor høst. Siden han ble ferdig uteksaminert fra klovneskolen Ecole Philippe Gaulier i Paris i 2016, har Viggo vært på konstant reisefot i Europa.

– Det er veldig mystisk at jeg har bodd så mange år i London med en partner, og plutselig er jeg nå i Oslo.

– Var det aktuelt å flytte tilbake til Kongsberg?

– Nei, det var fullstendig uaktuelt. Jeg har jo bodd i Paris og London, så da var Oslo neste, understreker han.

Skaper mer TV-moro

I fjor høst debuterte han med sin egen TV-serie, «Viggo Venn følger klovnedrømmen» på NRK. På spørsmål om det blir flere sprell på TV-skjermen, deler ikke klovnen all verden med oss.

– Det er hemmelig enn så lenge. Men det er litt spennende, og jeg skal si ifra. Da skal jeg ta på meg refleksvesten og komme inn på kontoret deres: «Her og Nå – hvor er dere?». Så får vi se om dere får litt mer gossip da!



HARD
& SØNNJA

”Jeg er ikke
så glad i å stå
stille



I DRESS: Det var
et stort høydepunkt da
kongsbergenserene opp-
trådte for den engelske
kongefamilien under
deres årlige veldedig-
hetskonsert.



ABLEGØYER:
«Break a leg» sier
engelskmenn når de
ønsker underholdere
lykke til før et show.
Viggo Venn tok det
kanskje litt for
bokstavelig?

Marit Larsen og Marion Ravn
er gjenforent som M2M

Det blir magisk for oss å stå på scenen

23 år etter at M2M-eventyret var over, er Marit Larsen og Marion Ravn tilbake og skal spille sin aller første ordentlige konsert i Norge!

TEKST: ANETTE GRAARUD ARNESEN
FOTO: JØRN NORDBY, OVEROSLO,
NTB, LASSE ERIKSSON,
ESPEN SOLLI/NRK

Marion Ravn (40) og Marit Larsen (41) overrasket mange gamle fans da de i fjor høst annonserte at M2M, som de gjorde stor suk-

sess med da de var ungdommer, men som ble oppløst i 2002, er tilbake.

Barndomsvennene fra Lørenskog møttes i sandkassen da de var fem og seks år gamle. I 1996 ga de ut platen «Marit & Marion synger kjente barnesanger», og året etter ble albumet nominert til Spel-

lemannprisen i kategorien for barneplate.

I 1998 fikk jentene kontrakt med USA-avdelingen av Atlantic Records under navnet M2M, og på tampen av 1999 ble låten deres «Don't Say You Love Me» plukket ut som filmmusikk til animasjonsfilmen «Pokémon». Etter det slo

MUSIKK MED UTSIKT: På Grefsenkollen i Oslo har musikkfestivalen OverOslo vært utsolgt hvert eneste år i 13 år. 18. juni inntar M2M scenen.



GJENFORENT:
Barndomsvennene
Marit Larsen og
Marion Ravn har
funnet sammen
igjen som duoen
M2M. Nå reiser de
på turné i Asia
med turneen
«The Better
Ending».



marit2marion



LANGT VENNSKAP: Marit og Marion har vært venner i rundt 35 år og har mange minner sammen. Faksimile: Instagram @marit2marion

duoen virkelig gjennom, spesielt i Asia.

Fikk skylden for bruddet

I 2000 kom albumet «Shades of Purple» ut med hiter som «Don't Say You Love Me», «Mirror Mirror» og «Everything you do». Samme sommer var duoen oppvarmere for Hanson-brødrene på turné i USA, Canada og Mexico.

To år senere kom albumet «The Big Room», som inneholdt superhiten «Everything». Jentene fikk lansert låten via sin opptreden i episode 100 av den populære TV-serien «Dawson's Creek», men

selve platen solgte dårlig, og plateselskapet ville ikke fortsette. Dermed reiste jentene hjem til Norge.

– Jeg var helt tom, det var slutt på alt. Marit og jeg hadde lovet hverandre at vi skulle holde på så lenge det var gøy, og det var ikke gøy lenger, innrømmet Marion da hun var med i «Hver gang vi møtes» i 2013.

Kort tid etter at duoen ble dumpet av plateselskapet, ringte Atlantic Records til Marion og ønsket å satse på henne. Nyheten kom ut i media før det i det hele tatt var kjent at M2M var oppløst.



1999: M2M hadde med en låt som film-musikk i «Pokémon»-filmen, og Marion og Marit opptrådte på Warner Brothers Super Store i New York i forbindelse med lanseringen av filmens soundtrack.



2000: Plutselig hadde Norge fått en popduo som gjorde det bra internasjonalt. Det var stort presseoppbud da de to unge jentene møtte til fotografering på Karl Johan 12. januar 2000.



2000: Marion Ravn og Marit Larsen ble superstjerner både i Norge og i flere asiatiske land. Etter å ha deltatt på en konsert i Spikersuppa i Oslo tre dager før julaften, ble duoen omringet av folk som veldig gjerne ville ha autograf.

2002: M2M ble svært populære i flere asiatiske land, og i februar 2002 entret de den røde løperen sammen for å være med på MTV Video Music Awards i Singapore Indoor Stadium. ►





2002: Det ble et skikkelig musikk møte da Marit og Marion var gjester i Fredrik Skavlands talkshow «Først & sist» på NRK. I programmet var nemlig også a-ha-stjernen Morten Harket og den danske artisten Eddie Skoller.



2006: Rockeren Meat Loaf, som egentlig het Michael Lee Aday, valgte ut Marion som duettpartner på låten «It's All Coming Back To Me Now». Her er de to knipset sammen på Grand Hotel i Oslo.

2005: 21 år gamle Marion Ravn var på promoturné i Japan med sitt første solo-album «Here I Am» under det nye artist-navnet Marion Raven. Her poserer hun med utsikt over Tokyo.



– Jeg hadde folk rundt meg som pratet for mye. Jeg hadde nesten ikke fortalt det til noen, og så sto det på forsiden av VG. Marit og jeg hadde jo ikke hatt sjansen til å fortelle at M2M var over engang.

Der føler Marion at det virkelig kjipe begynte.

– Jeg fikk skylden for alt, følte jeg. Da var jeg hun slemme drittkjerringa som hadde droppet bestevenninnen min for en millionplatekontrakt, fortalte Marion åpenhjertig i TV-programmet.

Et vaskeekte eventyr

Den opplevelsen har gitt Mari-

on mange søvnløse netter hvor hun har tenkt på hva hun burde og kunne ha gjort annerledes da M2M ble oppløst. Men nå får hun muligheten til å endre slutten med turneen «The Better Endings».

Straks drar nemlig barn- domsvennene på turné i Asia.

Første konsert blir i Jakarta, hovedstaden i Indonesia, 26. april. Deretter blir det syv konserter i Malaysia, Filippinene, Thailand og Singapore, før de 18. juni avslutter med deres aller første ordentlige konsert på norsk jord! Da skal de spille på musikkfestivalen OverOslo



2011: I sesong 11 av «Idol» var Marion dommer sammen med Hans-Erik Dyvik Husby, Bertine Zetlitz og Gunnar Greve Pettersen.

2017: Marion hadde drømt om å få spille rollen som Éponine i musikalen «Les Misérables» helt siden hun var syv år gammel, og i 2017 gikk drømmen i oppfyllelse. Her er hun etter premieren på Folketeateret sammen med Håvard Bakke. Hun spilte også i «Chess» i 2022.



2023: Helt siden første sesong i 2020 har Marion vært detektiv i populære «Maskorama». I fjor fikk hun selskap av Tete Lidsbom og Robert Stoltenberg. Denne uken er trioen tilbake med sesong 5.

på Grefsenkollen i hovedstaden.

– Det blir magisk for oss å stå på scenen og feire 25-årsjubileum med byen vi elsker som bakgrunn. Vi får endelig muligheten til å gjøre det vi alltid drømte om, og jeg gleder meg enormt mye til å stå på scenen med Marit, forteller Marion i en pressemelding.

– Vi tar med oss følelsen av å gjenopplive både vennskapet og disse nydelige låtene igjen oppe på scenen. Årene vi var sammen, snudde opp ned på absolutt alt i livene våre – og ble et vaskeekte eventyr som fortjener en bedre slutt. Nå skjer det, slår Marit fast.



2006: Dette året ga Marit ut sin aller første soloplate «Under the Surface», og hun var blant artistene som fikk opptre under «VG-lista Topp 20» i Stavanger den sommeren.



2008: Da den amerikanske skuespilleren Scarlett Johansson og den britiske skuespilleren Michael Caine var verter for Nobels fredspriskonsert, var Marit Larsen en av artistene som underholdt i Oslo Spektrum.



2007: Marit viste stolt frem sine to statuetter fra «Spellemannprisen» under nachspillet på Grand Hotel i Oslo etter utdelingen. Prisen fikk hun for kategoriene årets kvinnelige artist og årets musikkvideo.

2009: Marit hadde god grunn til å juble og sprette champagnen på en fiskerestaurant i Hamburg. Da var hun på promoteringsturné i Tyskland og hadde akkurat fått vite at singelen «If a song could get me you» hadde klatret helt øverst på den offisielle hitlisten i Tyskland.



2011: Prinsesse Märtha var konferansier og historieforteller da Marit og Øyvind Staveland fra Vamp holdt to konserter i Oslo domkirke. Målet var å samle inn midler til Oslo Domkirkes «Åpen kirke»-prosjekt.



TØFFE TAK: Dora Thorhallsdottir og ektemannen Jan Tore Borgersen har stått i en svært vanskelig tid. Nå jobber de seg tilbake til å være kjærester.



Dora Thorhallsdottir er brutalt ærlig om livet som pårørende

Jeg har kjent på sinne, ensomhet og utmattelse

Da ektemannen Jan Tore ble alvorlig syk, ble kjærlighetsforholdet deres satt på prøve. Nå kjemper de seg tilbake – fra pleier og pasient til mann og kvinne.



DRAMATISK: Livet ble snudd på hodet da Jan Tore fikk en aggressiv form for kreft og måtte gjennom en komplisert operasjon.



◀ **GIFTET SEG:** Sommeren 2023 ga paret hverandre sitt ja på idylliske Engø gård på Tjøme.

STOLTE: Paret hadde med seg Doras barn, Sara (19) og Elias (16), på premieren av «Livet, ass» på Chat Noir i Oslo.



” Vi har kommet sterkere ut av dette. Og ærligheten har vært vår redning

De sto midt i en drøm. Komiker og familieterapeut Dora Thorhallsdottir (52) og kjæresten Jan Tore Borgersen (55) hadde akkurat fått nøklene til sitt nye hjem, et hus de hadde sett for seg å skape et liv i – fylt med kjærlighet, latter og fremtidsplaner. De var nyforlovet, svevende på en sky av lykke. Så kom sjokket.

To uker etter at de åpnet døren til sitt nye liv, fikk Jan Tore diagnosen som skulle snu alt på hodet. Kreft. En aggressiv form som krevde at strupehodet og stemmebåndene måtte fjernes. Fra den ene dagen til den andre gikk han fra å være en energisk, pratsom og sprudlende mann til en som måtte kjempe for å finne en ny måte å være i verden på.

– Ingen forstår hvor mye det forandrer en person å miste stemmen. Han som alltid hadde så mange historier, som fylte

rommet med humor og energi, ble plutselig stille, forteller Dora.

Fra drøm til kamp

Han gjennomgikk operasjonen i 2022. For Dora ble de neste to årene en kamp hun aldri hadde sett komme. Kjærlighetshistorien deres ble satt på vent, erstattet av sykehusbesøk, pleie og en konstant frykt for fremtiden.

– Alt handlet om ham. Om hans smerte, hans behandling, hans nye hverdag. Jeg satte meg selv helt til side. Jeg ville jo være der for ham, men jeg mistet meg selv i prosessen, innrømmer hun.

Gjennom terapi og utallige tåle samtaler har de funnet veien tilbake til hverandre.

– Jeg måtte vente til han var sterk nok til å tåle sannheten om hvordan jeg hadde hatt det. Jeg har kjent på sinne, ensomhet og utmattelse. Men vi måtte være

åpne, ellers hadde vi ikke klart dette.

Scenen som fristed

I den mest krevende tiden fant Dora en pause – på scenen.

– Jeg sto der én uke etter operasjonen hans. Det var mitt pustetrom. Å få le, tulle og være den jeg alltid har vært, var helt nødvendig for at jeg ikke skulle forsvinne helt.

Sommeren 2023 ga paret hverandre sitt ja.

Nå har hun tatt livets prøvelser med seg inn i sitt nye show, «Livet, ass», som spilles på Chat Noir, og deretter legger hun ut på turné land og strand rundt. Sammen med regissør Espen Alknes har hun jobbet intenst i tre måneder, og for første gang i karrieren har hun lagt sitt eget samliv åpent foran publikum.

– Jeg har hatt åtte forskjellige

avslutninger på showet, avhengig av hvor jeg selv har vært i livet.

Ektemannen har sett forestillingen og er stolt.

– Han sa at jeg kunne si hva jeg ville. Og det betyr alt.

Veien tilbake til hverandre

Nå er de endelig på et bedre sted. Dora og Jan Tore jobber kontinuerlig med å finne tilbake til hverandre som mann og kvinne, ikke bare pleier og pasient.

– Vi driver og finner tilbake til kjærligheten. Det er en overgang, men vi er på god vei.

Med 30 forestillinger, foredrag og podkast venter en travel vår. Men én ting er sikkert:

– Vi har kommet sterkere ut av dette. Og ærligheten har vært vår redning.

TEKST: **MARIANNE THORSHAUG KRISTIANSEN**

FOTO: **SVEIN BRIMI, PRIVAT**

Asted: Politibetjent Marcus Head snakket med Kelly Comeau, venninnen til tannlegens avdøde kone, foran Corbin-familiens hjem, der drapet fant sted.



Tannlegen Bart hadde to liv på samvittigheten

Drepte både kona og kjæresten

Det så ut som om Jennifer Corbin hadde tatt sitt eget liv, men politiet fattet mistanke da de oppdaget at ektemannen Barts tidligere kjæreste hadde dødd på akkurat samme måte.

Sett utenfra levde 33 år gamle Jennifer Corbin og hennes 40 år gamle ektemann Bart et eventyrlig liv. Sammen hadde Jennifer og Bart to søte sønner, et stort, vakkert hjem, flotte biler og en husbåt. Men bak den idylliske

fasaden ulmet det av problemer. For bare åtte år etter at de giftet seg, holdt ekteskapet på å rakne.

Det hele toppet seg da Bart fant noe som ikke var ment for hans øyne i Jennifers håndves-

ke. I vesken lå det en romantisk beskjed til Jennifer fra en som kalte seg Chris, som hun hadde blitt kjent med på Internett.

Da Bart oppdaget dette, ble han så rasende at han slo Jennifer i ansiktet. Dobbeltmoralen i det faktum at han gjennom hele ekteskapet hadde vært utro med en tannpleier i tannlegepraksisen han drev, så ut til å ha gått ham fullstendig hus forbi.

Jennifer var desperat et-

ter å avslutte ekteskapet, men Bart kom henne i forkjøpet med å søke om skilsmisse. Han ba i tillegg om foreldreretten til deres to sønner.

Hadde alibi

Men Bart og Jennifer kom aldri så langt at de rakk å flytte fra hverandre. For en desembermorgen i 2004 banket eldstesønnen Dalton panisk på døren til naboen i Atlanta-forstaden hvor familien bodde. «Mamma puster

ikke», forklarte 7-åringen gråtende.

Jennifer Corbin ble funnet død i sengen sin med et skuddsår i bakhodet. Alt tydet på at hun hadde begått et tragisk selvmord. Ved siden av henne lå en .38-kaliber pistol, og under kroppen hennes lå skilsmissepapirene. Kunne det være frykten for å miste omsorgen for sønnene og hjemmet sitt som drev Jennifer til selvmord?

Akkurat da virket det som en rimelig antagelse, all den tid Bart også hadde alibi for drapsnatten. Ved hjelp av kredittkortopplysninger kunne han bevise at han hadde vært på bar med venner. Etterpå hevdet han at han hadde overnattet hjemme hos broren. En historie som broren bekreftet.

Det oppsto imidlertid flere spørsmål rundt saken da den obligatoriske obduksjonen av Jennifers kropp avkreftet selvmordsteorien. Det var rettsmedisiner Carol Terry som konstaterte at Jennifers skuddsår ikke var forenlig med selvmord.

I tillegg gjorde grundigere

åstedsundersøkelser det klart at plasseringen av pistolen var ulogisk sett opp mot plasseringen av kroppen. I tillegg var det ingen blodsprut eller krutt-slamrester på Jennifers hender.

Hvordan man enn vridde og vendte på det, var det altså umulig at hun hadde skutt seg selv. Jennifers død ble stemplet som drap, men fordi morderen hadde vært nøye med å fjerne fingeravtrykkene sine fra pistolen, fantes det ingen

tenksomme. Barts kjæreste under tannlegestudiet, Dolly Hearn, var blitt funnet død i leiligheten sin med en .38-kaliber pistol i nærheten, akkurat som Jennifer.

Dollys foreldre fortalte at datteren kort tid før sin død hadde forsøkt å avslutte forholdet til Bart, som hadde vart i omtrent ett år. Barts respons på det var å ødelegge for henne på alle mulige måter. Han brøt seg blant annet inn i Dollys lei-

etterforsket i 1990, fantes det ingen utdannet blodsprutekspert i politiets stab. Men det var det i 2004, da saken ble gjenåpnet.

Etter å ha gjennomgått bildene fra åstedet, kunne åstedsgranskeren Dwayne Piper bekrefte det Dollys familie i årevis hadde insistert på at det var utenkelig at hun hadde begått selvmord. Mangelen på blod på den høyre hånden, som Dolly holdt pistolen i da



Mysteriet rundt saken ble enda større etter obduksjonen

konkrete bevis mot noen bestemt person.

En avgjørende vending i saken

Da politiet fikk vite at Bart Corbin mange år tidligere hadde vært involvert i et annet turbulent kjærlighetsforhold som endte med døden, ble de mis-

lighet, stjal katten hennes, vandaliserte bilen hennes, blandet hårspray i kontaktlinsevæsken hennes og saboterte noen av kursene hun måtte fullføre for å få tannlegeeksamen.

Alibiet holdt ikke

Da 27 år gamle Dollys død ble

hun ble funnet død, beviste at det i stedet dreide seg om et drap. Blodflekker på Dollys lær tydet også på at noen hadde flyttet på kroppen hennes etter at hun var blitt skutt. Drapet var blitt begått med en pistol Dolly oppbevarte i leiligheten for å beskytte seg mot inntrengere.



Falsk lykke: Utad virket Jennifer og Bart Corbin som det perfekte ektepar.



Hevn: Dolly Hearn forsøkte også å avslutte forholdet til Bart Corbin. Det endte med at hun ble drept.

Stor hjelp: Politiets ekspert på blodsprut etter skudd, Dwayne Piper, kunne se at hverken Jennifer eller Dolly hadde skutt seg selv.



Selv om Bart tidlig innrømmet at han hadde vært i Dollys leilighet den ettermiddagen hun døde, sjekket politiet ham ut av saken på et tidlig stadium på grunn av bevismangel. 14 år senere ble han siktet for drapet på Dolly.

Knappe to uker etter det, ble han også siktet for drapet på sin kone, Jennifer. Etter iherdig etterforskning hadde politiet klart å knuse Barts alibi. De oppdaget at mobiltelefonen hans på drapsnatten hadde vært koblet til en

mobilmast i nærheten av hans og Jennifers hjem, noe som ikke stemte overens med opplysningen han tidligere hadde gitt til politiet.

Tilsto drap

I tillegg vitnet en nabo om at hadde hørt Bart kjøre inn i oppkjørselen til huset rundt kvart på to natten drapet skjedde. En gjennomgang av Barts telefonlogg avslørte også at han kort tid senere ringte telefonsvareren til hans og Jennifers

ekteskapsrådgiver for å avlyse et møte de skulle ha dagen etter. Etter ytterligere detektivarbeid, klarte politiet også å knytte drapsvåpenet til Bart.

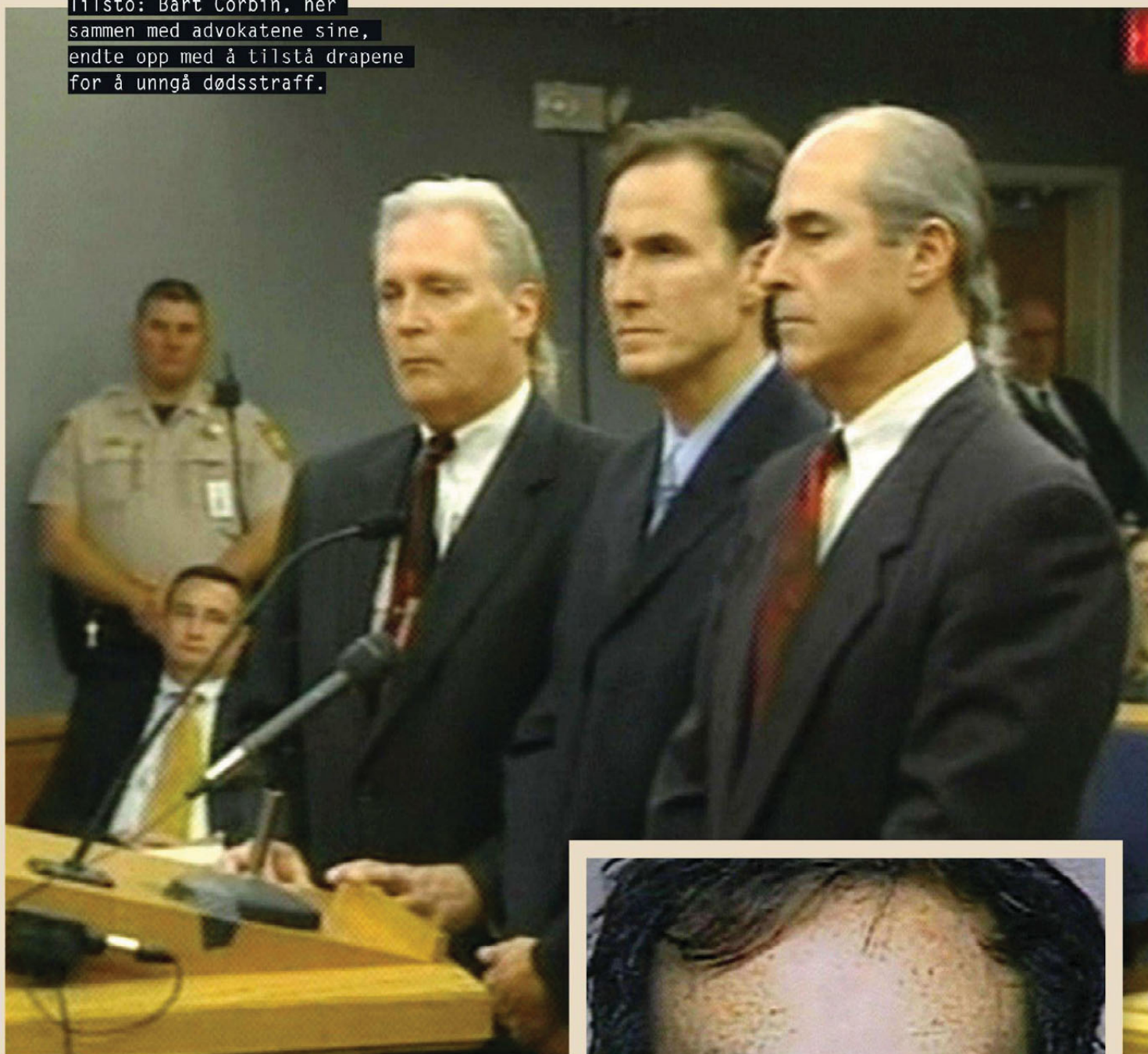
Med de nye bevisene på bordet, var Bart Corbins sjanse for en eventuell frifinnelse i saken forsvinnende liten. Så for å unngå en potensiell dødsdom, erklærte han seg skyldig i å ha drept både kona og hans tidligere kjærester. Dermed ble han dømt til livsvarig fengsel.

Hvis Bart ikke hadde bestemt

seg for å gjenta samme drapshandling, kunne han fort ha sluppet unna med mordet på Dolly for alltid. Det felles motivet for drapene ble antatt å være at begge kvinnene var ferdige med Bart, som ikke kunne akseptere avvísningene deres.

For både Jennifer og Dollys familier kom Barts tilståelse som en lettelse. Jennifer og Barts sønner, Dalton og Dillon, er nå voksne. Etter drapet på moren, ble de adoptert av Jennifers søster og hennes mann.

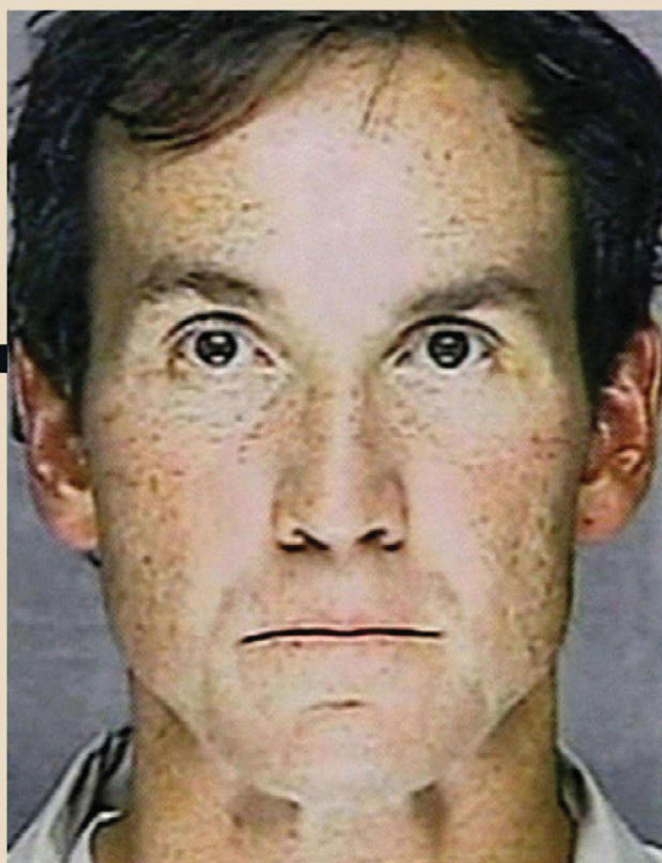
Tilsto: Bart Corbin, her
sammen med advokatene sine,
endte opp med å tilstå drapene
for å unngå dødsstraff.



Eiesyk: Bart var selv utro, men nektet
å godta at hans kone ville forlate ham.

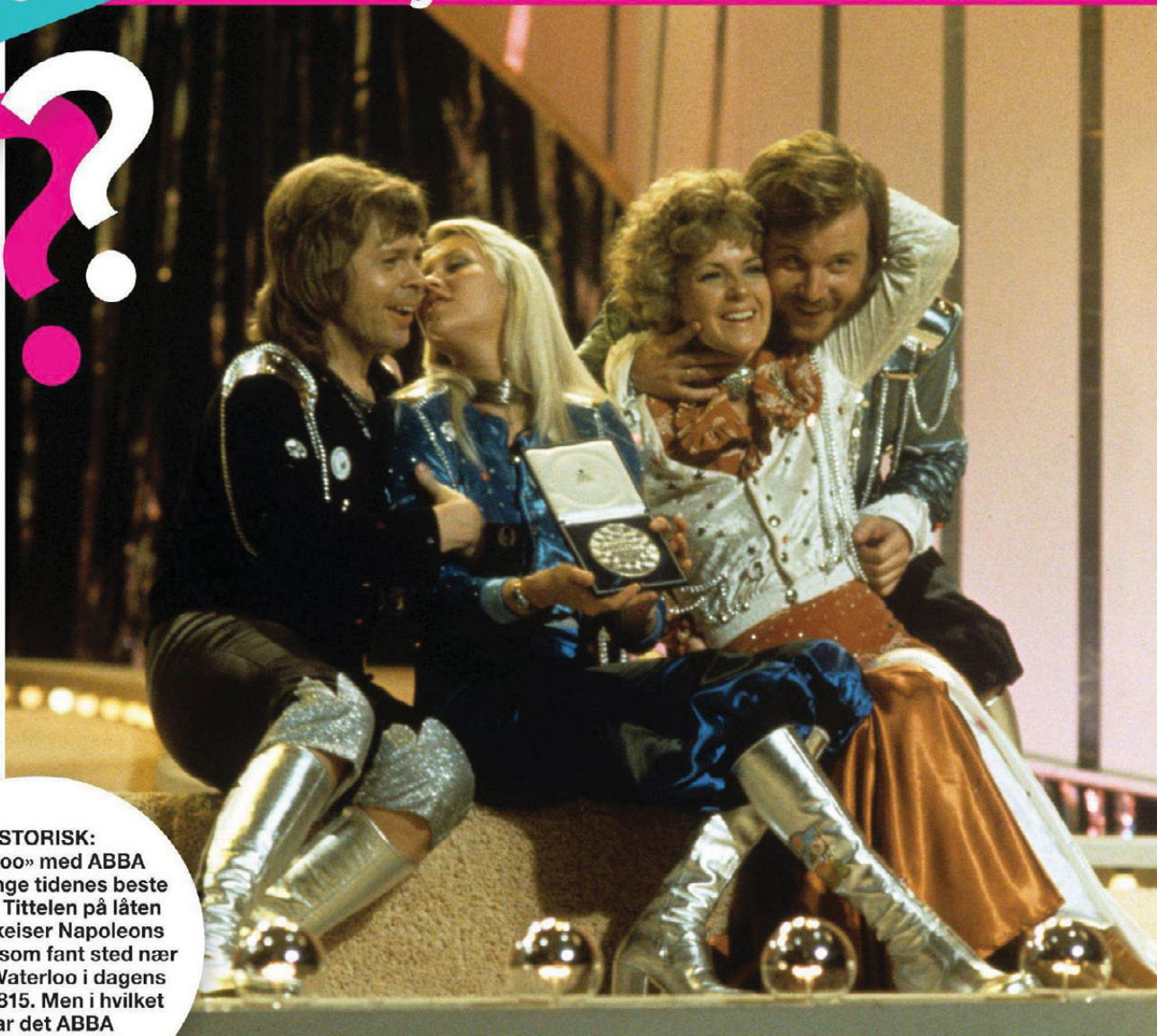


**Politiet klarte
å knuse Barts
alibi**



Gjett året!

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



HISTORISK:
«Waterloo» med ABBA
er for mange tidenes beste
MGP-låt. Tittelen på låten
sikter til keiser Napoleons
siste slag, som fant sted nær
nettopp Waterloo i dagens
Belgia i 1815. Men i hvilket
år var det ABBA
gikk til topps?

Svar «Gjett året»: 1974

Finn 5 feil

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



A. Vår har ny bukke. B. Stripen nederst på korten til Heimly er borte. C. Astrids kløkke er borte. D. Adrian har nye solbriller. E. Iselin har ny t-skjorte.

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 25. mars

Vinn
Flax-lodd



A: FLORIDA
B: FIRENZE
C: FREDERIKSHAVN



Vinnere

Riktig svar i uke 8 var
Barcelona og vinneren er:

Elin Enger,
Tiurvegen 12,
2380 Brumunddal

Ukens vitser :-)

Roar kommer tidligere hjem enn han pleier, og han hører mystiske lyder fra soverommet. Han lurar på hva det er, og løper ned trappen og inn på soverommet. Der ligger kona naken i sengen og ser svett og andpusten ut.

Roar: – Hva driver du med?

Kona: – Jeg tror jeg har et hjerteinfarkt.

Roar styrter opp for å finne telefonen sin.

Mens han slår nødnummeret, kommer sønnen bort til ham: – Naboen sitter naken på badet nede.

Ilstint løper Roar ned igjen, og han ser at sønnen snakket sant. Rasende roper han: – Kona mi ligger syk på soverommet, og så sitter du her naken og skremmer ungene?!

Lille Maja: – Datteren min er syk, så hun må dessverre bli hjemme fra skolen i dag.
Læreren: – Ja vel ... Hvem er det jeg snakker med?

Lille Maja: – Det er moren min.

En liten pike satt og tegnet ved kjøkkenbordet.

– Hva er det du tegner, lille venn, spurte moren nysgjerrig.

– Jeg tegner Gud, mamma, svarte den lille piken.

– Men kjære deg, sa moren, – ingen vet jo hvordan Gud ser ut.

– Det kommer de til å gjøre når jeg er ferdig med tegningen.



Tre venninner snakker sammen om døden.

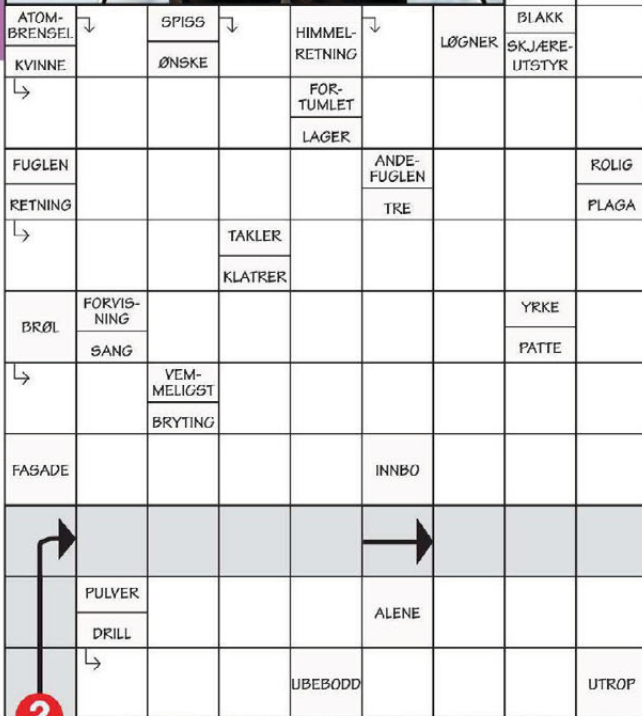
Grete: – I begravelsen min ønsker jeg at alle skal si at jeg var snill og hyggelig.

Tonje: – I begravelsen min ønsker jeg at alle skal fortelle om hvor omtensom jeg var.

Marianne: – I begravelsen min ønsker jeg at alle skal se på meg og rope: «Jøss, hun rører på seg!»



BØTTE	PULVER	TIGGE	BEILE	FRUKT	SIDE	SINN	KULÅT
SENDE	SKAFFE			KOMMUNE INOKD	EVENTYR- FIGUR		HYPER- MODERNE
→			STJELE			FYKE	
			BRUN- ALGER			NAKENT	
TRÅKK		AN- BEFALE			TRAK- TERER		
1 →		PÅLEGG			SKJENKE		
SKYT				RENN	BRITENE		
NY- MOTENS				LOVE	SØM		
→	BRYGGET			DÅRLIG		GRUPPE	
	HANKER			VINNE			
TENT			HODE- TOPPER			BRØL	
			VERK- STEDET			GLIS	
DAMPE	EKTE				TRYGG		AVGÅTT
→	AFFERE				SI IFRA		SIR
		VILL				DATA- MASKIN	
		TID				INSTRU- MENT	
ATOM- BRENGSEL	SPISS	HIMMEL- RETNING	BLAKK	AVSTAM- NING	BY- KJERNE		
KVINNE	ØNSKE		SKJØRE- UTSTYR	HOVED- STAD	VARGEL		
→		FOR- TUMLET					
		LAGER					
FUGLEN			ANDE- FUGLEN				
RETNING			TRE	ROLIG	HEL	FIRE- HJULING	
→		TAKLER		PLAGA	UVÆR	UNDER FOTEN	
		KLATRER					BIBELSK NAVN
BRØL	FORVIS- NING			PENGER	PREKTIG		SPORTY
→	SANG		YRKE		LESE		
			PATTE			ENDRER	
		VEM- MELIGST				BELJE	
		BRYTING		ARBEI- DET			
FASADE					YASK	OLE	
					TIRKE	NARKO- TIKA	
			INNBO		EKKEL	VERDENS- HAV	
					FIKKE		
→							
	PULVER		ALENE			VÅPEN	BRØNSE- VINNERE
	DRILL			KORT		FISKE	FOTBALL- KLUBB
→							
2			UBEBODD	UTROP	BLØMST- RE	RØD FISK	GALOP- PERER
					FOR- SKJELLIG	SJANSE	SKARP
				PRONO- MEN	PLENTY	LENG	VID
					FLEIPER	LÆR- REMME	GALE
→						GLOSE	PERIO- DEN
						BEVEGET SEG	DYR
LEVERE		SLIK					FORDEL
→		PRIMA- DONNA				DASK	
						OG SÅ VIDERE	FAGER
INN- SKYTE			ANE			KORT- SPILL	
YTRE			NORSK AVIS			TOKE	
→							
BREKK					KASTE		
					I HOPP- BAKKEN		



PRONO- MEN	PLENTY		LENG		VID
→	FLEIPER		LÆR- REMME		GALE
			GLOSE		PERIO- DEN
			BEVEGET SEG		DYR
LEVERE	SLIK				FORDEL
→	PRIMA- DONNA			DASK	
				OG SÅ VIDERE	FAGER
INN- SKYTE		ANE			KORT- SPILL
YTRE		NORSK AVIS			TOKE
→					
BREKK				KASTE	
				I HOPP- BAKKEN	

PRØV NORGES BESTE DIGITALE
KRYSSORD-ORDBOK på kryssord.no

VÅRBLØST

Søk us og ord i vårt digitale kryssord med den beste digitale søk og kryssord
Tilgjengelig i alle butikker og på kryssord.no og i alle butikker som har kryssord.

Synonym til VÅRBLØST i kryssord
41 ord



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



								TO LIKE PAPIR- STYKKE	↓	VIND- PUST	↙	STI	SKRÅ- NING FUGL	↓	HAUG
LAKSE- FISK	FLAUSE GAVE											SLAGER GRÅTE			
↳								FOTBALL- SERIE KROER						SUBBE	
RADEN PARTI										VINDUS- GLASS FIRMA					
↳								VERDENS- DEL IKKE GAMMEL							SLAG I TENNIS
HAR KUA	EKKEL PUSTE											TO LIKE TANKENE			
↳										SLÅ TENNE OPP					
UT- SLETTE	↙ MARKED VARG		↙ FINNE VEKT		↙ KURTI- SERE	SKRUB- BER SVØMME	JORDENE IKKE MED					PÅ DET PUNKTET PRESS			
↳					SMADRE					TOK PÅ FLEIPE MED					HILSTE
SPORTS- UTSTYR			GJØRE SINT VELLUKT							RAKENE HUNN- HEST					
OMRÅDE GRØSS					BRUKES I ROBÅT BØNN		FATTIGE BLØD- SUGER					GJETTE RINGE			MAT- LAGERSKE
↳			GREI HOIET				MAT IKKE MYE				BAKKE FARGE				
DESSERT	OVER- GANG IKKE VAKLENDE			GAGN BONDE- GÅRD			GNIEN SØLE						DASS JENTE- NAVN		
↳						SNØ- HYTTE FRISYRE				DRIKK KJEMME			DANS GODT HUMØR		
TVUNGEN	MANN OG KVINNE SYKKEL- MERKE				SNØR KUNDTUR					PLAGG- DEL FUGL				HULL I BÅKKEN	
↳			MULIG- HET KOSTER					KULA OPPGJØR				BARN JENTE- NAVN			
KORN	SE PÅ DYRELÅT					HAV- TØRSK TYKK					FØRSTE- MANN STAVE				TRO
↳			LØPE		BANKER IKKE UENIG					GLØDE LYD				HVIS KLAGE	
HESTENE	KRAFT FARGE- LEGGE						DESSERT ARTIGE					GJØRE NARR AV DYRE- UNGE			
↳						AVIS MYK					NØD BAGER				KOKE
KRYDDER RUTSJE					GODT IGJEN			MAGE FORET ESKE				LINJE MUS- TASJE			
↳			FEIL GRIMASE			BÅND TYNGDE					HVIT DESSERT				FLYTTET
TAGG	MARK LØVTRE			DUM BILDE						SKATOLL SKURE				FISK JÆVLIG	
↳		JEVNE OPPFØRE SEG					UGIFT MANN FIRMA						DOLES BRØR ALDRI		
GRILLE FORHØYE						ANLØPS- STED			AVVIS- ENDE						
↳			FUGL					TALL				ETTER- SOM			

Løsningen på kryssordet finner du på quizsidene.

Løsningen på kryssordet finner du på quizsidene.

UKENS HJERNETRIM

10 om hotell



1. I hvilken norsk by ligger Britannia Hotel?
2. Etter at Yvonne Haagenen begynte å lage videoer for sosiale medier, vil «alle» sjekke inn på Thon Hotel i ... hvilken norsk by?
3. Hva heter høyfjellshotellet i «Fjols til fjells» fra 1957?
4. Hvilken grøsserfilm fant sted på Overlook hotel?
5. I hvilken norsk by kan du ta inn på Eilert Smith Hotel?
6. Og i hvilken bergstad kan du bo på Erzscheidergården fra 1600-tallet?
7. I hvilket spill kan du trekke kortet «Dine hus og hoteller brenner»?
8. I hvilken såpeserie eide Blake Carrington hotellet La Mirage?
9. Hva heter Oslos høyeste hotell, på 117 meter?
10. I hvilken film fra 1990 sjekket Julia Roberts inn på Beverly Wilshire Hotel?

10 mytologiske dyr



1. Hva het den åttebeinte hesten til Odin?
2. Og hva het de to ravnene til Odin?
3. Hvilket dyr ble det bygget en hul versjon av under Trojakrigen, hvor greske soldater gjemte seg inni?
4. Hva het ormen som kveilet seg rundt hele menneskenes verden?
5. Og hva het ulven som var bror av samme orm?
6. Hvilken gresk skogsgud skal ha hatt klover til bein, horn i panna, og en spesiell fløyte han spilte på?
7. I stedet for hår på hodet, hadde monsteret Medusa ... hva?
8. Hva het den bevingede hesten i gresk mytologi?
9. Hva het grisen de norrøne gudene spiste av, og som neste dag var like hel?
10. Hva heter fabeldyret som er en kryssning mellom en hest og en ørn?

10 om Nordland



1. Hvilket fylke grenser Nordland til i sør?
2. I hvilken by kan du besøke Norges eldste kino, Fram Kino?
3. Norges nasjonalfjell ligger i Nordland. Hva heter det?
4. Det er fire byer i Nordland som begynner på bokstaven S. Hvilke fire?
5. Hva heter den berømte fjellformasjonen i Alstahaug, hvor Botnkrona er den høyeste?
6. Hva heter Stokmarknes lufthavn?
7. Hvilken kommune, med en fugl i navnet, er Nordlands nordligste kommune?
8. Hvilken kommune med hurtigruteanløp kommer artisten Ida Maria fra?
9. Hva heter kommunen i Lofoten som har tre skarver i kommunevåpenet?
10. Hvilken kommune i Salten er kjent som Knut Hamsuns hjemsted?

10 om hode



1. Hvem spilte den kvinnelige hovedrollen i «Hodet over vannet» fra 1993?
2. Med hvilke ord begynner sangen med samme navn?
3. Hvilken engelsk konge er berømt for å hugge hodet av to av sine koner?
4. Hva kalles de fire luftfylte hulrommene omkring nesen vår?
5. Hvilken australsk artist sang «Can't Get You Out of My Head» i 2001?
6. Hvem spilte hovedrollen i filmen «Hodejegerne» fra 2011?
7. Hvilken tegneseriefigur holder til i Hodeskallgrotten?
8. Hva er det geografiske og litt belastende navnet vi bruker på en balaklava?
9. Hvilket dyr lages smalahove av?
10. Hvilken rød dypvannsfisk, som får bulende øyne når den blir dratt opp, er en populær fisk å spise hodet til?

10 lett blanding



1. Hvilken legendarisk fotballtrener sto bak boka «Godfoten»?
2. Hva heter sjefen for det såkalte oljefondet?
3. Hvilken kjent figur har en sekretær ved navn frøken Vable?
4. I hvilket land ligger byen Glasgow?
5. Hvem er barnepike for bavian-barna i sangen «Dyrene i Afrika»?
6. Hva heter maleren fra Malm som var en av forpakterne i årets «Farmen kjendis»?
7. Hvilken norsk artist skal gjøre sin filmdebut i hovedrollen som 29 år gamle Maja i filmen «Low Expectations»?
8. Hva heter museet som huser Mona Lisa?
9. Hva heter de to søstrene til Albert av Monaco?
10. I hvilket land ligger vintersportsstedet Planica?

10 junior-spørsmål



1. Hvor mange ruter har et sjakkbrett?
2. Når og hvor antas man at sjakkspillet oppsto?
3. Hva kalles de forskjellige brikkene som det spilles med i sjakk?
4. Hva heter Askepott på engelsk?
5. Er det noen mennesker med i Disney-filmen om Bambi?
6. I hvilken fortelling møter du den lille feen Tingeling?
7. Hvor gammel må man være for å ha lov til å øvelseskjøre med bil?
8. Hvor gammel må ledsageren som øvelseskjører bilen med deg minst være?
9. Hvis du er 12 år og ser en film sammen med en voksen, hvor høy aldersgrense kan den filmen ha da?
10. Skriver det bryllup eller bryllupp?

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

Middels SUDOKU

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

MER HJERNETRIM

LETEKRYSS

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

BATISTUTA	GASCOINE	MARADONA
BECKENBAUER	KAHN	MATTHAUS
CANTONA	KAKA	RIISE
CAREW	KOEMAN	RIVALDO
FLO	LEONHARDSEN	SHEARER



LØSNINGER PÅ KRYSS OG TVERS



QUIZSVAR

HOTELL

1. Trondheim
2. Ålesund
3. Hurumhei
4. «Ondskapens hotell» / «The Shining»
5. Stavanger
6. Røros
7. Monopol
8. «Dynastiet»
9. Oslo Plaza
10. «Pretty Woman»

MYTOLOGISKE DYR

1. Sleipner
2. Hugin og Munin
3. Hest
4. Midgardsormen
5. Fenrisulven
6. Pan
7. Slanger
8. Pegasus
9. Særimne
10. Griff

NORDLAND

1. Trøndelag
2. Bodø
3. Stetinden
4. Sandnessjøen, Sortland, Stokmarknes og Svolvær
5. De syv søstre
6. Skagen
7. Andøy
8. Nesna
9. Røst
10. Hamarøy

HODE

1. Lene Elise Bergum
2. «Nede på bunnen i det mørke hav»
3. Henrik VIII
4. Bihuler
5. Kylie Minogue
6. Aksel Hennie
7. Fantomet
8. Finlandshette
9. Sau eller lam
10. Uer

LETT BLANDING

1. Nils Arne Eggen
2. Nicolai Tangen
3. Onkel Skruue
4. Skottland / Storbritannia
5. En gammel skravlepapegøye
6. William Helmdal
7. Girl in Red / Marie Ulven
8. Louvre
9. Caroline og Stephanie
10. Slovenia

JUNIORSPØRSMÅL

1. 64 ruter
2. I Asia før år 600
3. Konge, dronning, tårn, løper, springer og bonde
4. Cinderella
5. Nei
6. Peter Pan
7. 16 år
8. 25 år
9. 15 år
10. Bryllup

LØSNINGER PÅ SUDOKU

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

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

LETT

MIDDELS

LØSNING PÅ LETEKRYSS



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 tippetips og hele ukens program-
oversikt. Abonnenter får også en rekke
eksklusive utgaver som ikke fås kjøpt i
løssalg.

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



**Lækker
vase til
deg!**



UT PÅ TUR: Samboerparet
Pia Rivelsrud og Hans Petter
Buraas gleder seg over
å konkurrere i TVNorges
«71 grader nord – Team».

Pia Rivelsrud og Hans Petter Buraas stortrives på tur

**Endelig får vi
tid for oss selv**



FULL FRES: Paret har tvillingene Birk og Ronja (13) og Storm (7). Her er gjengen hjemme på Høvik i Bærum i 2021.

Paret var spente på hva «71 grader nord – Team» ville by på. Som trebarnsforeldrene lever de et hektisk liv, og så derfor virkelig frem til litt kvalitetstid sammen.

TEKST: **MARIANNE THORSHAUG
KRISTIANSEN**
FOTO: **SVEIN BRIMI**

Journalist Pia Rivelsrud (43) og samboeren, den tidligere alpinisten Hans Petter «Burre» Buraas (49), gledet seg til å ta et steg inn i en ukjent verden som deltagere i den nye sesongen av «71 grader nord – Team». Med tre barn, to hunder og en hektisk hverdag, ble dette en mulighet til å utfordre seg selv og koble av fra hverdagslivet.

Pia ler når vi spør om de vet hva de har sagt ja til.

– Ja, det lurte jeg egentlig litt på! Hans Petter vet tydeligvis nøyaktig hva han har sagt ja til, så han får svare først, sier Pia og viser til at han deltok i kjendisvarianten av programmet i 2016.

– Jeg ser på dette som en mulighet til å oppleve naturen på en måte vi ikke har gjort siden før vi fikk barn. Det har gått 13 år siden vi sist dro på en skikkelig tur alene. Det blir gøy, men også skikkelig toft, sier han.

Oppfyller en drøm

Pia forklarer at hun har drømt om noe som dette lenge.

– Det er et eventyr jeg har lengtet etter, men samtidig føler jeg også at vi nå går inn i en «helvetestur». Vi er forberedt på at det kommer til å gjøre vondt, men som foreldre til tre barn er vi vant til kaos og multitasking. Så nå blir det bare oss, og det er egentlig litt deilig, delte hun dagen før avreise.

Paret har tvillingene Birk og Ronja (13) og Storm (7), samt hundene Solan og Soline.

– *Hvordan har dere fått hverdagslogistikken til å gå opp hjemme?*

– Det er jo et spørsmål i seg selv, smiler Pia og fortsatte:

– Men heldigvis har vi fantastiske foreldre som hjelper til. Min mor tar første etappe med barna, så blir det et skift med min stemor, og til slutt tar en venninne over stafettpinen. Barna og hundene blir godt tatt vare på!

Takknemlige

Hans Petter er enig:

– Vi er utrolig heldige med støtteapparatet rundt oss. Det gjør det lettere å fokusere på utfordringene vi står overfor på turen.

– *Hvordan vil det føles å være borte så lenge fra barna?*

«Burre» er raskt ute med å svare.

– Det blir faktisk deilig! Vi har ikke hatt ordentlig tid alene på flere år. De eldste barna våre er tenåringer nå, og det er en krevende periode. Vi har én syvåring som fortsatt er søt og uskylig, men tenåringsalderen ... Ja, det er en prøvelse.

Pia nikket bekreftende:



UVANT: Pia og «Burre» er ikke alltid enige om retningen når de er på tur.



GAMLE KUNSTER: Pia forteller at de hadde svært lite tid til å forberede seg før ekspedisjonen, men at de velger å stole på gamle kunster.

„Etter at vi fikk barn, har jeg fått litt dødsangst



GOD KJEMI: Paret samarbeider godt, men helt friksjonsfritt blir det ikke underveis.

– Med tenåringer må man bare lukke øyne og ører av og til. Men det å få tid til å være bare oss to igjen, er noe vi virkelig ser frem til.

Ikke uten utfordringer

– Vi er et godt team, men ikke uten våre utfordringer. Hverdagen hjemme er hektisk, og kommunikasjonen kan gå litt skeis noen ganger. Men vi klarer oss

alltid, forteller Hans Petter.

– Ja, vi misforstår hverandre daglig! Men nå som vi kun har oss selv å tenke på, tror jeg faktisk vi kommer til å være et sterkere team enn vi tror, sier Pia og ler.

Hun blir ettertenksom når vi spør om hva de frykter vil skje på turen.

– Jeg har alltid vært fryktløs, men etter at vi fikk barn, har jeg fått litt

dødsangst. Det å gjøre ekstreme ting, som bungee jumping og fallskjermhopping, det skremmer meg litt mer nå. Men jeg vet at når kameraene ruller, så har jeg ikke noe valg. Jeg må bare hoppe idet.

Stoler på gamle kunster

Hans Petter er mer avslappet.

– Jeg er ikke så redd for så mye, men jeg håper bare at ingen

av oss blir skadet. Det ville vært kjedelig å måtte gi seg tidlig.

Paret har ikke gjort store forberedelser før start.

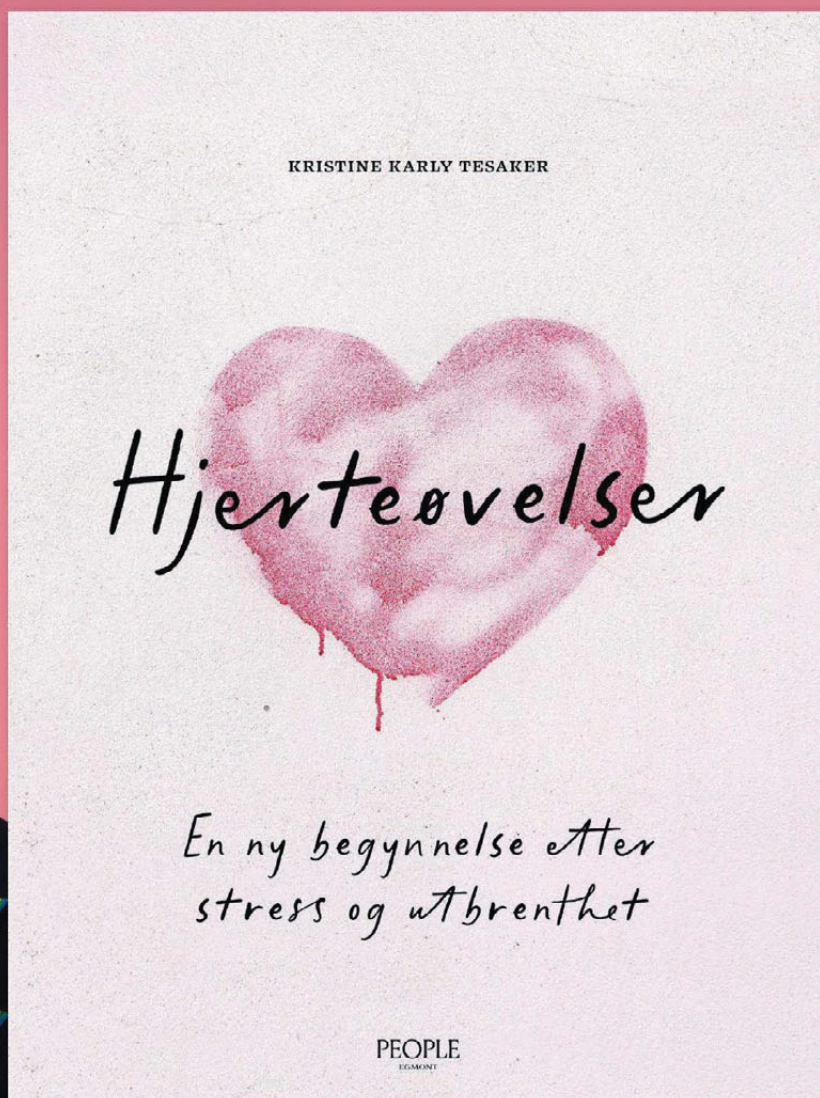
– Vel, vi har gjort veldig lite, sier Pia med en latter.

– Vi har tre barn og to jobber, så det er ikke akkurat tid til å trene som gale. Men vi stoler på gamle kunster og satser på at det holder!

Hjerteøvelser

KRISTINE KARLY TESAHER

Med denne boken får du et verktøy til å vinne tilliten til kroppen og hjertet tilbake. Heling er en praksis, og en ny måte å bevege seg videre i verden på. I boken får du øvelser og praksiser som kjennes riktige for deg.



PEOPLE
EGMONT



RØRENDE ØYEBLIKK: Ikke et øye var tørt da Solfrid Koanda skrev idretts-historie under OL i Paris.

VEKTLØFTER: Solfrid Koanda stakk av med prisen for «Årets kvinnelige utøver» under idretts-gallaen i Trondheim Spektrum.



HYLLES: Solfrid har blitt møtt med en enorm kjærlighet fra folket etter OL-bragden. Nå satser hun mot VM i oktober!



” Det har vært en berg-og-dal-bane



Viste frem
kjæresten!

FAMILIE: På plass
i salen for å vise sin
støtte, var Solfrids
bror, svigersøster og
kjæreste.

Solfrid Koanda setter stor pris på
kjærligheten fra folket

Henger høyere enn medaljen

Etter berg-og-dal-bane-året 2024, har Solfrid Koanda blikket festet mot VM på hjemmebane i 2025.

– Jeg håper å kunne være på mitt sterkeste og beste foran mine egne landsmenn, forteller hun.

Den enorme kjærligheten vektløfteren Solfrid Koanda (26) ble møtt med etter hun ble den første norske kvinnen som tok et individuelt gull i et sommer-OL på 20 år, har vært overveldende. Når hun ser tilbake på 2024, er det et år som bød på dype daler, men også desto større topper.

– Det har vært en berg-og-dal-bane. Fra jeg trodde OL-drømmen lå utenfor min rekkevidde, til vi fikk det til likevel og viste frem hva vi hadde jobbet så hardt for. Den responsen og kjærligheten jeg har fått fra folket etterpå, er helt utrolig – og enormt motiverende! stråler Solfrid når vi møter henne på idrettsgallaen i Trondheim.

Å stå på toppen av pallen og motta heder og ære for sine pre-

stasjoner, har betydd mer enn Solfrid noen gang kunne forestille seg. Det er likevel et annet aspekt med suksessen som har betydd mer enn gullet.

Kjæresten var med

– Å gå fra å være en underdog og et ukjent navn, til at mange vet hvem du er og har mye positivt å si om deg, det føles stort. Å dele den prestasjonen med andre, gjør den desto større. En ting er medaljen, men anerkjennelsen og kjærligheten jeg møter fra folket, henger høyere, smiler hun takknemlig.

Som om OL-oppturen ikke var nok, mottok Solfrid prisen for «Årets kvinnelige utøver» under idrettsgallaen 4. januar. På plass i salen for å hedre vinneren, var

både broren, svigerinnen og hennes kjæreste. Det avslørte hun på sosiale medier.

«Så utrolig glad for å dele denne helgen med min kjære storebror og svigersøster, og min fine kjæreste», skrev hun under bildet, og avslørte samtidig at det er kvinnene i familien som løfter vekter. Svigerinnen Marianne driver nemlig også med styrkeløft!

VM på hjemmebane

Når vi nå er godt i gang i 2025, er Solfrid mer motivert enn noen gang til å vise hva som bor i henne.

– I år arrangerer vi VM på hjemmebane, som er mitt store mål. Jeg har ambisjoner om å toppe det jeg gjorde i Paris. Jeg håper å kunne være på mitt sterkeste og beste Solfrid foran mine egne landsmenn. Det tror jeg vil bli veldig gøy! sprudler 26-åringen, som frem til 2022 jobbet som elektriker ved siden av å satse på vektløftingen.

Vektløfteren imponerer med sin styrke, men for Solfrid er ikke

det å være sterk, ensbetydende med mye muskelmasse.

– Å være sterk, for meg, handler om å være mentalt utholdende og ta de utfordringene som kommer. Ja, det er vanskelig, men det å greie å stå i det, gjør deg sterk. For min del er den mentale styrken hakket viktigere enn den fysiske styrken – også når det kommer til vektløfting. Det er lett å tro at alt handler om fysisk styrke, men det er en svært krevende, mental sport!

Ønsker å inspirere unge

I den fremtidige jakten på edelt metall er det også viktig for Solfrid å være et godt forbilde for barn og unge som vokser opp.

– Det er en krevende tittel å bære, «et forbilde». Men for min del handler det om å tørre å være seg selv. Jeg ønsker å være et forbilde ved å ikke legge begrensninger for meg selv, men heller se mulighetene!

TEKST: HEGE EKLUND TØRRESDAL
FOTO: MORTEN BENDIKSEN, NTB

TAKKNEMLIG: – Jeg
opplever stadig at det er
så mye å være takknem-
lig for i livet, sier Trine
positiv.

Trine Rein er opptatt av
å være takknemlig i livet

*Det gir meg
styrke og
glede*



SAMKJØRTE: Trine Rein og Lars Monsen har et rikt liv, nært knyttet til hverandre og i pakt med naturen.

**Friluftslivets
år**

Hverken Trine Rein eller Lars Monsen ønsker å sitte på et aldershem og angre på det de ikke fikk gjort. – Vi er mer like enn mange ser ut til å tro, sier Trine.

TEKST: **LISE LOTTE WINTHER-BAY**

FOTO: **SVEN BRIMI, MORTEN BENDIKSEN OG PRIVAT**

– «Live a little!», pleide min amerikanske venninne Lisa å si.

Trine Rein (54) kan fortsatt høre henne, selv om hun gikk bort for fem år siden.

– Jeg prøver å leve opp til de ordene. Som en hyllest til henne, og til glede for meg, et slags motto.

Sløret av vemod i de grønne øynene roper hvor nært de to sto hverandre. Tankefull knasker Trine på en munnfull av salaten; soltørkede tomater, soyabønner og syltet rødløk vendt i honning. Av respekt for dyrevelferd er hun veganer. Så bestemmer hun seg for å betro en selsom opplevelse.

– Jeg liker tanken på at det er mulig å oppnå kontakt med dem som ikke lenger er blant oss, sier hun og sikter til det spirituelle.

– For eksempel den snille mormoren min, som tok seg av søsteren min og

meg, når mamma var på jobb i Nord-sjøen. Jeg har ennå til gode å møte bestemor, som vi kalte henne, på den måten, men for et par år siden føltes det som om Lisa tok kontakt.

Før venninnen døde av kreft, sa hun til Trine: «Hvis du ser en kolibri, er det meg».

– Jeg var alene hjemme den dagen, begynner Trines fortelling.

– Da pleier jeg å hive på meg noe løst og ledig «kosetøy». Den dagen kjente jeg en draging mot «pentøyet» i skapet. Hendene mine fant en genser jeg knapt husket, en med blomstermotiv. Jeg tok den på og fikk foran speilet øye på en fugl gjemt blant blomstene. Lisas kolibri.

Trine holder pusten et sekund eller to.

– Jeg tror det var Lisa som ville komme med en påminnelse: «Live a little!».

Ser seg ikke tilbake

Det overrasker ikke at Trine er åpen for det åndelige. Hun viser det som artist med sin kraftfulle stemme, og i mu-

sikkvideoene med sin kjærlighet og nærhet til naturen.

– Naturen pleide ene og alene å gi meg sjelefred, forteller den sympatiske artisten.

– Nå kjenner jeg på en uro. Vi mennesker gjør jo nesten alt for å ødelegge den. Det finnes knapt dyr igjen i skogen.

Deler av videoen til hennes sang «Mother» ble filmet i skogen i Skiptvet. Der, langt unna nærmeste nabo, bodde hun i mange år med mannen Lars Monsen (61), villmarkens sønn.

– Den skogen var en gang så vakker; fylt av massive furutrær. Ett etter ett ble trærne hugget ned. Rundt stien, hvor jeg pleide å gå turer med hunden, ble det et nakent hugstfelt. Et åpent sår der skogen hadde vært. Til slutt orket jeg ikke å bo der lengre.

Det var én av grunnene til at paret i 2023 flyttet til Oslo.

– Det var et litt øde sted. Å bo tre kilometer til nærmeste busstasjon, er upraktisk. Når Lars var bortreist, noe han er ofte, følte jeg meg alene.

De byttet derfor ut 450 kvadratmeter til fordel for 79.

– Det var et klokt valg. På Nordstrand bor vi i gåavstand til alt vi trenger, tar trikken til kulturtilbud i sentrum, går turer i Østmarka og har fått



GODJENTE:
Her er et av mange bevis på at denne jenta elsket å boltre seg i friluft lenge før hun møtte villmarkens sønn, Lars Monsen. Lille Trine hjemme på Nesodden.



EN STJERNE FØDT: – Helt fra jeg var bitte liten, elsket jeg musikk og det å synge til melodier på platespilleren hjemme på Nesodden, forteller Trine.

”Jeg sa tidlig
fra til Lara:
«Det vil være
vanskelig for meg
å få barn»

Trine

TØFF BRANSJE: – Som 30-åring følte jeg meg for gammel og utdatert i bransjen. Det lærte meg å aldri gi opp håpet om at livet kan endre seg til det bedre, sier Trine Rein. I en alder av 54 år er hun en ettertraktet artist.



hyggelige naboer. Jeg kan til og med skimte Bunnefjorden, hvor jeg svømte under oppveksten, smiler Trine fornøyd.

Enkelte har derimot problemer med å se for seg Monsen i «asfalt-Oslo». Trine ler av det.

– Han er slett ikke blitt et dyr i bur, forsikrer hun.

– Det er jeg jo som er et land-sens barn. Lars vokste opp i hovedstaden. Jeg lover deg, begge stortrives i sivilisasjonen.

Tro mot seg selv

Mot slutten av tiden i Skiptvet følte Trine seg innestengt.

– Også fordi det bor en jevn lengsel i meg etter fjord og hav, forklarer hun.

– Kanskje det skyldes at jeg vokste opp nær vannet på Nesodden? «Jeg burde lære å sei-

le», slo det meg tre år tilbake. Jeg søkte på Google og fant «Soon Seilforening» – i Son. Det sto: «Bli med på Ladies Sailing». Da jeg ringte dit, føltes det som å få en klem gjennom telefonen.

– «Bare kom!» inviterte Lene Ravnevand i seilforeningen.

– «Vi er damer som vil hverandre vel». Og det stemte virkelig. Jeg har alltid vært en som liker å mestre og går standhaftig inn for å nå mine mål. Optimistisk spurte jeg: «Er det mulig å bli en habil seiler innen sommeren?» Det var svært kort tid, knappe tre måneder, men Lene så på meg og nikket. Den sommeren inviterte jeg Lars på en fantastisk seilferie langs Hvaler- og svenskekysten med leid båt. Jeg var skipper, han fokkeslask, forteller hun muntert.



FRILUFTSJENTE: Hun vil ha seg frabedt at det var Lars Monsen som lærte henne å sette pris på friluftslivet. – Jeg har alltid hatt en stor respekt og kjærlighet for naturen.

– Å seile er en hobby jeg har stor glede av. Men eventyrlysten stopper ikke der, lover hun – tro på å leve opp til venninnens ord.

– Hverken Lars eller jeg ønsker å sitte på et aldershjem og angre på det vi ikke fikk gjort. Vi er mer like enn mange ser ut til å tro.

Opp- og nedturer

Det er over 30 år siden Trine Rein platedebuterte til stor jubel. Det storsalgende 1993-albumet «Finders Keepers» ga henne Spellemannprisen. Siden har det blitt mange album og gjeve priser, men den jordnære jenta er åpen om at det også har vært nedturer.

– Det er et beintøft yrke. Jeg er heldig, og er en artist mange har et forhold til, et «husholdnings-navn», men må hele tiden holde meg aktuell. Musikk og sang er

den gaven jeg ble gitt til å formidle budskap, understreker hun.

Trine er født i USA. Faren i San Francisco har hun gjennom årene besøkt sporadisk.

– Da jeg var ett år, dro mamma og jeg hjem til Norge med «Amerikabåten». Jeg kan faktisk huske at pianisten om bord løftet meg opp på fanget sitt, og følelsen det ga meg å være på scenen. Jeg følte meg hjemme der. Da læreren i første klasse på Nesodden spurte hva vi ville bli som store, var jeg overhodet ikke i tvil: sangstjerne.

Til tross for kassasuksessen «Finders Keepers», som førte til at hun ble hyllet verden rundt, snek motgangen seg brått inn. Rundt millenniumsskiftet dro Trine til USA – og opplevde å stå på bar bakke.

– Jeg dro egentlig fra karrieren

min, synser hun i ettertid.

– Etter å ha solgt over én million album, trengte jeg et hvileskjær, å leve uten musikkbransjen. Det ble en svært vanskelig tid.

Hun forteller at plateselskaperne den gangen ønsket pur unge og yppige jenter, som Britney Spears. Hun følte seg allerede utdatert som 30-åring.

– Jeg prøvde å livnære meg som limousinsjåfør for VIP-klienter. Det var så dårlig betalt at jeg knapt hadde råd til en kopp kaffe. Å bli kjøftet på av de rike og berømte, fulgte jobben. Det føltes plutselig veldig fjernt å ha solgt én million album på verdensbasis.

Takknemlighet

Da hun minst ventet det, skjedde noe som endret alt.

– Jeg hadde tatt noen dårlige valg og grublet på hvordan jeg skulle komme ut av det.

Søkende fant hun veien innom en kirke. «Tenk på alt dere har å være takknemlige for», oppfordret presten der i sin tale.

– «Hva har vel jeg å være takknemlig for?» tenkte jeg selvmedlidende. Det neste jeg kjente, føltes som en omfavelse av sterk kjærlighet. En guddommelig kraft. Jeg har ingen annen forklaring enn at det var Guds måte å si at jeg var elsket, beskriver hun beveget.

– Det er min sterkeste opplevelse noensinne!

Den har fulgt henne videre i livet, som en veiviser.

– Der og da slo det meg at jeg hadde mye å være takknemlig for, som familie, bil, klær, veske.

SKIPPER TRINE: – Dette bildet må dere få med! Det ble tatt på min første seiltur som skipper, en fantastisk tur langs kysten av Norge og over til Sverige. Bare Lars og meg på sommerferie.



Listen i hodet mitt ble stadig lengre.

Siden har takknemligheten fulgt henne som en styrke og glede.

– Innimellom trenger jeg, som andre, å bli minnet på hvor heldig jeg er, understreker hun.

– Men jeg føler virkelig at Gud har gitt meg en nådegave. Når det føles som livet går meg imot, og det kan være fordi jeg i motsetning til Lars lar småting plage meg, er min beste kur å la blikket skue utover et vann, aller helst havet, eller inn i et bål. Da kommer enten tårene frem, eller det lyse humøret tilbake.

Hun deler et råd hun har fått av moren sin.

– Hvis du føler at problemene tårner seg opp, sett deg på månen og se om du får øye på dem derfra».

Friluftselkere

2025 er «friluftslivets år». I febru-

ar slo det populære ekteparet sine talenter sammen og inviterte publikum til «Lars Monsen feirer friluftslivets år». Han fortalte fra sitt omfattende friluftsliv, hun sto for de musikalske innslagene. Billettene ble umiddelbart revet bort.

Vi snakker med Trine i forkant.

– Det er første gang på over ti år at vi skal stå på scenen sammen, forteller hun.

– Vi gleder oss veldig!

Når dette skrives, vet vi at det ble en stor suksess. Monsen pratet både om vill- og tamrein, og Trine spredde glede med blant annet sangen «Joy». De kom rett fra «Femundsløpet», hvor han deltok, og han slang telt og turutstyr til tørk på scenen. Noe Trine ikke er uvant med at skjer når han kommer hjem fra turer. Selv om det kan være utfordrende, klager hun ikke.

– Det tar ham bare noen dager å bli husren, ler hun.

Når det gjelder å være mye på farten, er også hun det som sanger. Trine synes det er fint at de har egne, givende liv ved siden av et rikt felles.

– Det er langt viktigere at vi gleder oss over hver stund vi deler, synes hun.

– Når vi er sammen, trenger vi ikke å finne på all verden. Det holder å gå turer, oppleve en konsert eller bare slappe av i sofaen med en serie på TV. Når Lars er borte, kan jeg jo også slå på NRK TV og se «Monsen og nasjonalparkene», nevner hun skøyeraktig.

Selv om hun berømmer ektemannen for å ha lært henne mye om å overnatte i friluft, var den sjarmende norskamerikaneren et friluftsmenneske lenge før hun møtte ham.

– Foruten å dykke verden over, var ferievalget mitt å gå fra hytte til hytte i den norske fjellheimen.

Lykkelig uromantiske

Da Trine i 2019 gjestet «Hver

gang vi møtes», mimret hun om sitt første møte med Lars. Hun røpet at han tok henne på puppen på første date, og beskrev det lattermildt som «to bjørnelabber som klemte til utenpå klærne». Flørtingen startet for åpen scene under utdelingen av «Årets Villmarking» i 2008.

– Siden gikk det veldig fort, husker hun tilbake.

Hun visste faktisk ikke hvem den barske karen var før de møttes. Han derimot, spilte ofte hennes musikk.

– Ingen av oss er romantiske, slår hun for ordens skyld fast.

At de ikke ble kjent i skinnet av blafrende stearinlys, var derfor aldri et savn.

– Lars er et bunnsolid menneske, stødig og trygg. Og ofte brutalt ærlig. Uten å kalle seg kristen, er han – som meg – åpen for det åndelige. Noe jeg tror faller seg naturlig for dem som lever i pakt med naturen. Lars snakker gjer-

ne med «hjelperne» sine; våre usynlige veiledere.

At Lars var den rette for henne, skjønte hun nokså umiddelbart.

– Men der og da var det totalt uventet for meg å bli forelsket. Bare 38 år gammel var jeg allerede i overgangsalderen. Det var et helvete! Jeg kjente på både depresjon og kraftige humørsvingninger, og ikke minst – hetetokter! For ikke å

snakke om vektøkning! Ja, full pakke av ubehag. Det ble til slutt så svart inni meg at jeg tenkte: «Jeg må ut av denne kroppen, for den fungerer ikke lenger!»

Hun tror mørketallene er store når det gjelder selvmord og overgangsalder.

– På det verste takket jeg ja til å «71 grader nord». Uten energi til å gjennomføre!

Hun skulle ønske det var stør-

re åpenhet rundt overgangsalderen.

– Vi kvinner trenger å prate om disse plagene. Jeg vil også understreke at det finnes hjelp å få. Før jeg fikk medisiner som hjalp, møtte jeg Lars. Jeg sa tidlig fra til ham: «Det vil være vanskelig for meg å få barn».

– «Det gjør ingenting», beroliget han forståelsesfull.

Heldigvis har barn aldri vært et ønske før det ble et oss. Men,

innrømmer Trine, ærlig som hun er, – det er et standpunkt hvor jeg *kunne* ha endret mening. Med Lars var ikke tanken på barn like fjern.

Hun har mange rosende ord å si om sin store kjærlighet.

– Lars har gitt meg mange oppmuntrende spark bak. Han støtter, inspirerer og kjefter på meg. Han gjør det lett å leve opp til Lisas ord, «live a little!».

”Lars har gitt meg mange oppmuntrende spark bak

Trine



BLITT BYJENTE: – Å bo sentralt igjen, er for meg lystbetont, forteller Trine, som her er avbildet på Den Norske Opera.

GUTTA KRUTT:
Her er Markus Neby
og Ronny Brede Aase på
innspilling av det nye
realityprogrammet.
Å dele rom i 25 dager,
gikk over all for-
ventning.

**Markus Neby fryktet
Ronny Brede Aases snorking**

Pustemaskin ble redningen

TV-AKTUELL
TVNorge
onsdag
kl. 20.30



FØRST TIL VERDENS ENDE: Her er den profilerte gjengen som skal konkurrere om å komme først til Verdens Ende ved Tønsberg: Markus Neby, Ronny Brede Aase, Clas Brede Bråthen, Sindre Bråthen, Mia Gundersen, Linni Meister, Leif Einar Lothe og Ida Lothe.



PUSTEMASKIN: – Det føltes litt flaut i starten, men når alternativet er helseproblemer, eller i verste fall tidlig død, var valget enkelt, sier Ronny om maskinen han bruker når han sover.

GAMLE VENNER:
Duoen ble kjent da de ledet «P3morgen» på radio sammen med Silje Nordnes. I 2019 ga de seg med en livesending på TV fra Operaen i Oslo.



„ *Det var som å trykke på reset-knappen for vennskapet vårt i voksen alder*

Programleder-duoen er kjent for humoren sin, men bak latteren skjuler det seg en historie om helseutfordringer, vennskap og en reise som skulle teste dem på måter de aldri hadde forestilt seg.

Programleiderne Ronny Brede Aase (38) og Markus Neby (33) har vært nære venner i mange år. Men fem uker på reise uten mobiltelefoner og med nesten tomme lommebøker utfordret vennskapet på en helt ny måte.

Innspillingen av det nye TVNorge-programmet «Først til verdens ende» var preget av utfordringer, latter – og en rekke nye innsikter.

– Vi delte rom i 25 netter, og jeg var ærlig talt litt bekymret for Ronnys snorking. Tidligere har det vært som å sove ved siden av en motorsag, spøker Markus når vi møter duoens på kanalens vårlansering.

Sover med pustemaskin

Spøk til side: Ronnys snorking er

mer enn bare en morsom historie. Programleideren lever med søvnapné, en tilstand som gjør at pusten stopper opp gjentatte ganger i løpet av natten. Dette fører ikke bare til dårlig søvnkvalitet, men kan også øke risikoen for alvorlige helseproblemer, som hjerte- og karsykdommer.

– Kona mi oppdaget det først. Hun la merke til at jeg sluttet å puste i søvne. Det er ikke noe man selv merker, men det er utrolig viktig å få det undersøkt, forklarer Ronny, som nå har brukt en CPAP-maskin i over ti år.

Maskinen, som sender en jevn strøm av luft gjennom en maske for å holde luftveiene åpne, har ikke bare reddet Ronnys helse, den har også gjort livet enklere for Markus.

– Søvnapnémaskinen er en game changer! Ikke bare snorker han ikke lenger, men lyden fra maskinen er så beroligende at jeg sovnet lettere. Nå savner jeg nesten maskinen når jeg sover alene, ler Markus.

For Ronny var det en tilvenning å bruke maskinen.

– Det føltes litt flaut i starten, men det handler om livskvalitet. Når alternativet er helseproblemer, eller i verste fall tidlig død, var valget enkelt, sier han ærlig.

Restartet vennskapet

Gjennom reisen, som gikk fra Marokko til Verdens Ende på Tjøme utenfor Tønsberg, fikk duoens børstet litt støv av vennskapet som startet i «P3morgen».

– Det var som å trykke på reset-knappen for vennskapet vårt i voksen alder. Vi fikk tilbake den nærheten vi hadde før, og det var helt fantastisk, forteller Ronny.

Til tross for mye hygge, var ikke opplevelsene bare lystbetonte. Lange dager med skitne

hotellrom og minimalt med søvn satte sitt preg. Likevel beskriver Markus turen som en påminnelse om hvor viktig det er å prioritere tid med sine nære relasjoner.

– Ronny er som Norges versjon av krydderet MSG. Han er en skikkelig smaksforsterker i livet, sier Markus med et smil.

Godt å komme hjem

Selv om reisen var givende, var det et høydepunkt for Ronny å komme hjem til familien, som består av kona, programleder Tuva Fellman (37), en datter på fire år og en sønn på ett år.

– Da jeg kom hjem, hadde vi en dag helt uten mobiltelefoner, bare oss fire. Det var nydelig, beskriver 38-åringen, og legger til at slike øyeblikk gjør ham enda mer bevisst på hva som virkelig betyr noe i livet.

TEKST: **MARIANNE THORSHAUG**

KRISTIANSEN

FOTO: **SVEIN BRIMI, MATTI BERNITZ/ TVNORGE**

Siv Jensen har blitt helt tussete etter at hun fikk hund

Karma betyr alt for meg!

NY START: På sin siste dag som stortingsrepresentant våren 2021, forlot Siv Jensen Stortinget med valpen Karma ved sin side.



UTVIKLING: – Jeg har fortsatt mange uoppfylte drømmer og må alltid lære meg noe nytt, forteller Siv. Her sammen med Karma.

Den tidligere FRP-politikerens hadde hørt folk snakke om det, men hun var ikke forberedt på hvor sterke følelser hun skulle få for hunden sin. – Hun går foran nesten alt, forteller Siv.

– Det første jeg gjør når jeg våkner, er å rope på bikkja mi. Så ligger vi i sengen og bare koser, forteller Siv Jensen (55) og smiler fornøyd.

Vi har nettopp spurt henne hvordan en typisk morgen ser ut.

– Når søvnen slipper taket, står jeg opp og gir henne mat, før jeg lager meg en kopp kaffe. Så ser jeg på nyhetene for å få med meg hva som har skjedd i verden siden i går.

Finsk glede

Den finske lapphunden Karma kom inn i Sivs liv rett før hun takket av som partileder, stortingsrepresentant og politiker for Fremskrittspartiet våren 2021.

– Savner du politikken?
– Nei! svarer hun kontant, etterfulgt av latter.

– Jeg savner ingenting. Det er et helt annet liv nå, og jeg elsker det, legger hun til med et hjertelig smil.

Våren 2021 forlot Siv Stortingsbygningen for siste gang som stortingsrepresentant. Da hadde hun med seg valpen Karma, som kanskje mer enn noe annet – uten at Siv visste det da – markerte begynnelsen på det nye livet som ventet.

For oss som har fulgt Sivs politiske karriere, har det kanskje alltid sett ut som om hun styrte skuta. Men hun forsikrer oss om at det først er nå, etter politikken, at hun virkelig kan gjøre som hun ønsker – hundre prosent.

– Nå styrer jeg tiden min selv og sier nei til ting hvis jeg ikke vil. Jeg jobber med ulike prosjekter,

holder foredrag og organiserer dagene slik det passer meg best. Men jeg starter alltid dagen med en lang tur i marka med Karma. Det er det beste jeg vet.

– Hva betyr hunden for deg?

– Hun betyr alt! Det er den store kjærligheten. Hunder kjefter aldri, de bare elsker deg betingelsesløst. Jeg trodde ikke jeg skulle bli så tussete, men det ble jeg, sier Siv oppriktig, før hun legger til:

– De som har hund, skjønner hva jeg mener. De som ikke har det, gjør nok ikke det.

Et sterkt og nært forhold

Siv er aktuell i serien «Kjartan rydder opp – hjemme» på TV3, hvor kokken Kjartan Skjælde hjelper kjendiser med å bli bedre på kjøkkenet. I motsetning til flere av de andre deltagerne, trives hun allerede godt med matlaging.

– Selv om jeg bor alene, lager jeg middag hver dag. Jeg finner glede, ro og avslapning i å lage mat. Når jeg har jobbet mye, er det ren terapi å komme hjem og lage mat, sier hun.

Motivasjonen for deltagelsen er et ønske om å bli bedre til å lage smakfulle vegetarretter. For selv om hun stort sett lager mat bare til seg selv, er det én person hun virkelig elsker å lage middag til – nemlig nevøen Eik på snart syv år.

Eik er en av de viktigste personene i livet til Siv. De har et sterkt og nært forhold.

– Eik er det nærmeste jeg kommer et eget barn, og det er utrolig viktig for meg å ha ham i livet mitt. Vi har et veldig, veldig tett bånd. Han er hos meg hver uke, forteller hun.

Eik, som er sønnen til Sivs søster, Nina Jensen (49), har også et helt spesielt bånd til Karma.

– De to oppfører seg nesten som søsken, selv om den ene er en gutt og den andre en hund. De er veldig glade i hverandre. Bare jeg nevner navnet hans for Karma, blir hun helt elektrisk av glede. Da vet hun at han kommer, sier Siv.

TEKST: JOAN KRISTIN HAMMEREN
FOTO: CHARLOTTE WIIG, NTB, PRIVAT

”Jeg savner ingenting. Det er et helt annet liv nå, og jeg elsker det



LEDERDUO:
Siv Jensen som nestformann og Carl I. Hagen som formann, før hun overtok ledervervet i 2006.

TV-AKTUELL

TV 3 søn kl 20.00,
Strømmes på
Viaplay.

MORGENROUTINE:
Hver dag starter Siv med en kopp kaffe og en times tur i marka med bikkja.



VIL HJELPE ANDRE:
Sammen med Kim Daniel Jonassen har Maud Angelica laget foredraget «Vekst i motgang». Duo'en snakker om selvmord, og de håper at åpenheten deres skal redde liv.



SAVNER PAPPA:
Maud Angelica fikk bare ha faren i livet sitt i 16 år. Her er Ari Behn og eldstedatteren, som da var to år gammel, på Hankø i 2005 i forbindelse med festivalen Føling i fjæra.

Maud Angelica Behn holder foredrag om pappas selvmord

Viktig for meg å være åpen

”

Jeg har bare så lyst til å dele min historie og nå ut til andre

GIR AV SEG SELV: Maud Angelica Behn forteller at de rørende tilbakemeldingene hun har fått på foredraget, gjør at hun vil fortsette å trosse sceneskrekken og være åpen om vanskelige ting.



Maud Angelica Behn innrømmer at hun får angst før hun skal stå på scenen, men det stopper henne ikke fra å holde foredrag om selvmord.

TEKST: **ANETTE GRAARUD ARNESEN**
FOTO: **NTB, GETTY**

Maud Angelica Behn (21) har slått seg sammen med Kim Daniel Jonassen (32) og laget foredraget «Vekst i motgang». Eldstedatteren til prinsesse Märtha (53) mistet sin kjære pappa i selvmord i 2019. Ari Behn ble 47 år gammel.

Kim Daniel hadde en trøblete oppvekst med mobbing på sko-

len og omsorgssvikt på hjemmebane. De første selvmordstankene kom da han var bare 11 år gammel, og han prøvde senere å ta sitt eget liv.

De to møttes gjennom en felles venn, kunstneren Björg Thorhallsdóttir (50). I over ett år har duoen planlagt og finpusset på foredraget, som ble holdt på Litteraturhuset i Fredrikstad for første gang.

– Jeg synes det er veldig fint at vi kan holde foredrag sammen, for da får man to perspektiver rundt temaet selvmord: Hvordan det er å oppleve selvmordstanker, og hvordan det er å miste noen til selvmord. Jeg synes våre historier utfyller hverandre, forteller Maud Angelica til Her og Nå.

Dagen da alt stoppet

Maud har gått til psykolog i lang tid for å bearbeide sorgen etter pappas død. Nå føler hun seg klar for å dele mer av historien sin, selv om det er sårbart å være åpen om så vanskelige ting.

I foredraget forteller hun om den grusomme dagen da hun fikk vite at faren var død. Det var 1. juledag, og Maud hadde blitt syk.

– Jeg var 16 år og lå på rommet mitt og spilte videospill. Plutselig kom mamma gråtende inn døren. Jeg skjønte at noe var forferdelig galt. Hun sa at «pappa er død, han har tatt sitt eget liv». Tiden frøs, fortalte Maud fra scenen på Litteraturhuset.

Hun husker sjokket, fortvilelsen og at det hele var uvirkelig. Livet ble snudd opp ned, og hun følte at ingenting ville bli som før igjen.



”Jeg kan klare å snakke mer om det uten å gråte hele tiden nå

▲ **MINNES PAPPA:** På storskjermen på scenen i Fredrikstad viste Maud Angelica frem portrett-tegningen av Ari som hun hadde laget i gave til pappa, og som også sto på kisten hans under bisettelsen.

► **GODT FORHOLD:** Mamma og søstrene er Mauds største støttespillere. Da ungjenta åpnet sin kunstutstilling på Soli Brug i fjor, var selvsagt Märtha til stede med en god klem.

– Hvordan har det vært å være så åpen om Aris selvmord?

– Jeg har alltid tenkt at jeg har lyst til å være åpen om sorgen i offentligheten og dele, sånn at andre føler seg mindre alene, også fordi jeg har så mye på hjertet rundt temaet. Jeg er en ganske åpen person og føler meg komfortabel med å dele, men samtidig kan det selvfølgelig være tøft også. Jeg føler at det er flaut og skummelt når jeg gråter foran så mange mennesker, men samtidig er det jo litt uunngåelig, forklarer hun.

– Har du vært usikker på hvor mye du har orket å dele offentlig om egne erfaringer?

– Ja, jeg føler det er viktig for meg å være åpen og dele, men samtidig er det viktig å holde en balanse og også få lov til å sørge privat.

21-åringen har kjent på mange ulike følelser gjennom arbeidet med å lage foredraget. Det har vært sterkt og vondt å jobbe med det, og det har vært emosjonelt krevende å stå foran vilt fremmede mennesker og dele de vanskeligste tingene hun har opplevd i livet.

– Men det kan også være veldig lindrende og terapeutisk å snakke om det. Jeg føler at jeg er på et punkt der jeg har bearbeidet sorgen så mye at det





UNG FORFATTER: Maud har hatt fokus på mental helse i mange år, og allerede som 18-åring debuterte hun som forfatter med «Tråder av tårer». Boken handler om hvordan man skal takle sorg og vonde ting.

TRENGER DU NOEN Å SNAKKE MED?: Det finnes flere hjelpetelefoner, chat-tjenester og støttegrupper der du anonymt kan dele tanker og få støtte, råd og veiledning.
Mental Helse: 116 123
Kirkens SOS: 22 40 00 40

føles enklere å snakke offentlig om det nå enn før. Jeg kan klare å snakke mer om det uten å gråte hele tiden nå, men selvfølgelig er det fortsatt alltid vanskelig å dele så sårbare ting i offentligheten.

Glad og stolt

Maud Angelica imponerte da hun som 16-åring holdt tale i pappas bisettelse i Oslo domkirke foran hundrevis av mennesker, og ikke minst at sendingen gikk direkte på TV.

Derfor er det kanskje litt overraskende at hun faktisk føler på en forferdelig angst rett før hun skal snakke foran en forsamling.

– Jeg blir uutholdelig nervøs hver gang. Jeg er så redd for å glemme hva jeg skal si, at andre skal dømme meg eller at jeg sier noe feil. Men selv om det gjør meg ufattelig redd å være på scenen, og selv om det er skummelt å dele, føler jeg så inderlig på at det er viktig for meg å få det til. Jeg har bare så lyst til å dele min historie og nå ut til andre. Så jeg gjør det likevel, selv om stemmen



▲ **IMPONERTE:** Den da 16 år gamle Maud Angelica imponerte stort da hun holdt tale ved pappas kiste. Tegningen av Ari hadde hun planlagt å gi til ham i julegave.

kan skjelve, forklarer 21-åringen.

Til tross for at det var skummelt å gå på scenen på Litteraturhuset i Fredrikstad, er hun veldig fornøyd og glad for at hun klarte å holde foredraget. Hun er stolt av seg selv, og hun håper at det fremover blir lettere og lettere for hver gang hun skal stå foran en folkemengde.

Både Kim Daniel og Maud Angelica brenner for temaet mental helse. De håper at deres historier vil åpne opp for samtaler om selvmord, gjøre det lettere å snakke om temaet, vise andre at det går an å overleve selvmordstanker og ikke minst vise andre at de ikke er alene.

– Det er så mange som sliter

med selvmordstanker, kjenner noen som sliter eller har mistet noen til selvmord. Likevel blir det så sjelden snakket om. Å snakke om det, kan virkelig redde liv, mener Maud Angelica.

Det hun aller mest vil oppnå med foredraget, er å vise at det finnes andre løsninger enn selvmord.

FYLTE 40: Christel fylte 40 år 20. desember i fjor, og kjenner på en takknemlighet for der hun er i dag.

”Det var et av livets store veivalg, et ekte «sliding doors»-øyeblikk

Å få en sønn, har gitt Christel Alsos et helt nytt perspektiv

TV-AKTUELL
«Kompani Lauritzen»,
TV 2 Direkte,
lør. kl. 20.00

Konsertene er ikke det viktigste lenger



HJERTEVALG: Valget om å delta i «Hver gang vi møtes» i 2018, ble livsendrende – både for karrieren og kjærligheten. Her er Christel sammen med (f.v.) Tor Endresen, Hans Petter Aaserud, Claudia Scott, Silya Nymoen, Tone Damli og Tshawe Baqwa.



TØFFERE ENN NOENSINNE: Christel utfordret seg selv på helt nye måter da hun takket ja til «Kompani Lauritzen».



DET VIKTIGE I HVERDAGEN: – Å balansere familie, jobb, reising og kreativitet er krevende, men det gir også et perspektiv på hva som virkelig betyr noe, sier Christel.

Nå senker Christel skuldrene rundt egen prestasjon på scenen. – Jeg tror det gjør meg til en bedre musiker, sier artisten.

Med en unik stemme, og tekster som griper tak i selv de innerste følelsene, har Christel Alsos (40) opparbeidet seg en trofast tilhørerskare. For snart 20 år siden, i 2006, fikk hun sitt musikalske gjennombrudd, men det var først i 2018, gjennom serien «Hver gang vi møtes» på TV 2, at karrieren fikk et etterlenget løft.

Trosset hjertesorgen

– Jeg har ofte tenkt på hvor jeg ville vært i dag hvis jeg hadde takket nei til «Hver gang vi møtes», sier Christel og smiler varmt når vi møter henne på TV 2s vårlansering, hvor hun er på plass for å snakke om deltagelsen i «Kompani Lauritzen».

Tilbake i 2017, rett før hun skulle på innspilling av «Hver gang vi møtes», gikk musikeren fra Fauske i Nordland gjennom et vanskelig samlivsbrudd, som preget henne sterkt. Men til tross for hjertesorgen, bestemte hun seg for å gjennomføre.

Det skulle vise seg å bli et avgjørende valg. Ikke bare fikk karrieren en oppsving, men hun møtte sin fremtidige ektemann, Finn-Erik Rognan (48), som jobbet som regissør og fotograf for TV-produksjonen.

– Det var et av livets store veivalg, et ekte «sliding doors»-øyeblikk. Hva hvis jeg hadde valgt en annen vei? Så mye av det som betyr noe for

meg i dag, kommer fra det valget jeg tok den gangen, forklarer hun.

Det viktigste i livet

Den største gaven i livet, sønnen, Felix Winter (3), kom til verden 11. juli 2021, og er en direkte konsekvens av TV 2-programmet. Nå lever Christel en hverdag som består av småbarnsliv og musikken.

– Jeg har måttet lære å balansere familie, jobb, karriere, reising og kreativitet. Det er krevende, men jakten på denne balansen har gitt meg et nytt perspektiv på hva som virkelig betyr noe i livet. Jeg har sluttet å bruke tid og energi på ting som bare tapper meg.

Den nye tilværelsen har også gjort henne til en bedre artist, tror hun.

– Konserten er ikke det viktigste i livet lenger, og det tror jeg faktisk gjør konserten bedre. Jeg

senker skuldrene, nettopp fordi perspektivet mitt er endret, forklarer artisten.

Verdifull tid

Selv om hun forsøker å holde balansen mellom familielivet og artistkarrieren, innebærer turneer og innspillinger som «Kompani Lauritzen» at hun må være borte fra sønnen i perioder. Men hun velger å se de positive sidene ved dette.

– Det er klart jeg savner ham når jeg er borte, men Felix Winter lever sitt vanlige liv selv om jeg er borte – han går i barnehagen, og pappaen hans er der som vanlig. Far og sønn får verdifull tid sammen, bare de to, og det er noe jeg ser på som en gave for dem begge, sier 40-åringen og smiler.

TEKST: JOAN KRISTIN HAMMEREN
FOTO: MORTEN BENDIKSEN, TV 2

STORT ØYEBLIKK: Kronprinsesse Mette-Marit var tydelig rørt da hun sammen med kronprins Haakon fikk se «Team Pølsa» gå i mål i Granåsen.

▼ **KLARTE MÅLET:** De seks deltagerne i «Team Pølsa» klarte å gjennomføre målet i de krevende VM-løypene. Fra venstre: Sunniva Spangelo, Trygve Kroken-Braate, Syver Blindheim, Mikkel Munthe, mentor Øystein Pettersen, Pia Hasund Vareberg og Peder Danielsen.



Rørende møte!

Trygve fra «Team Pølsa» fikk møte de kongelige i Granåsen

Ga armbånd til Mette-Marit

Kronprinsesse Mette-Marit måtte tørke tårene da hun så deltagerne i NRK-serien «Team Pølsa» krysse mållinjen i Granåsen. Etterpå møtte hun de tøffe skiløperne på kongetribunen.

TEKST: **ANETTE GRAARUD ARNESEN**
FOTO: **NTB**

NRK-serien «Team Pølsa» har tatt TV-seerne med storm. Over 850 000 mennesker har i snitt sett de første episodene. Den siste episoden kommer på NRK TV 14. mars.

I serien er den tidligere langrensløperen Øystein Pettersen (42) trener og mentor for seks ungdommer med ulike funksjonsnedsettelse. Gjennom ti må-

neder har de trent og forberedt seg på det hårete målet de har satt seg: å gå som et lag gjennom sprintløypa i Granåsen på under 30 minutter.

Det målet klarte Syver Blindheim (13) fra Valderøy, Peder Danielsen (15) fra Aurskog-Høland, Sunniva Spangelo (14) fra Åsgårdstrand, Mikkel Munthe (15) fra Stabekk, Pia Hasund Vareberg (15) fra Kristiansand og Trygve Kroken-Braate (13) fra Oslo.

Fikset gave for vennen

Rundt 15 000 mennesker hadde møtt frem i Granåsen for å se på tøffingene, og fra kongetribunen fulgte både dronning Sonja (87), kronprins Haakon (51) og kronprinsesse Mette-Marit (51) ivrig med på rennet.

Bilder og videoer viser at de kongelige så ut til å bli svært rørt av det de fikk se, og at de måtte tørke tårene.

Etter målgang ble det et hyggelig treff på kongetribunen. Syver Blindheim har den sjeldne diagnosen Juvenil nevronal ceroid lipofuscinose, også kalt barnedemens. Sykdommen, som gjorde 13-åringen blind på under et halvt år, har ingen kur per nå.

– Syver sier at «sykdommen

min er så sjelden at selv ikke kongen vet om dette her. Og det må vi jo forandre». Han har en barnlig tro på at det er kongen som er løsningen for ham, forteller Syvers pappa Øyvind Blindheim til NRK.

Siden kong Harald (88) ikke var til stede i Granåsen på grunn



FIKK GAVE: På vegne av sin gode venn Syver Blindheim ga Trygve Kroken-Braate et armbånd til kronprinsesse Mette-Marit da de møttes på kongetribunen. På båndet sto det «Kampen mot barnedemens», og Mette-Marit tok det på seg med én gang.

” *Jeg ga henne et armbånd hvor det står «kampen mot barnedemens» på*

Trygve Kroken-Braate

av forkjølelse, var det Mette-Marit som fikk gaven. Syver syntes imidlertid at det var litt skummelt å gi bort armbåndet.

– Da sa Trygve «null stress, null problem, det fikser jeg», forteller Øyvind Blindheim.

13 år gamle Trygve, som er kortvokst med medfødt skj-

lett dysplasi, tok gjerne en prat med kronprinsessen for å gi gaven på vegne av Syver.

– Jeg ga henne et armbånd hvor det står «kampen mot barnedemens» på. Hvis du har et sånt armbånd, betyr det at du støtter kampen mot barnedemens, forteller han til NRK.

Takker publikum

Øystein Pettersen, som har vært trener og mentor for de seks i «Team Pølsa», lot tårene renne etter målgang.

– Det var helt vanvittig. Jeg har vært med på litt opp gjennom, men ingenting kan måle seg med det her, sa han til NRK.

Han rettet også en takk til de 15 000 menneskene som laget stemning på tribunen. Blant dem var det rundt 9000 skolebarn, og mange hadde laget plakater der de heiet på de ulike deltagerne fra TV-serien.

– Det var helt utrolig. Jeg har ikke noe å si. Jeg er så takknem-



”Det er det mest
vanvittige jeg
har gjort i hele mitt liv

Mikkel Munthe

lig og så stolt over at folk møter opp, sa han til NRK.

15 år gamle Mikkel syntes også at stemningen i Granåsen var fantastisk.

– Fy søren, takk! De er helt vilde. Kronprinsparet også! Det er det mest vanvittige jeg har gjort i hele mitt liv, det var helt vilt, oppsummerte Mikkel til NRK.

Sammen med Syver, Trygve, Peder, Sunniva og Pia blir han nå stoppet av ukjente på gaten for å skrive autograf eller bli tatt bilde av.





Flere kongelige blinkskudd

KONGEMØTE: Sveriges kong Carl Gustaf var på plass på kongetribunen under VM, og der fikk han gratulere skikongen Johannes Høsflot Klæbo etter sprintgullet.



ENDELIG PÅ PLOSS: På grunn av forkjølelse gikk den sportsinteresserte kong Harald glipp av de første dagene i Granåsen, men han var hjertelig til stede sammen med dronningen da Marius Lindvik tok VM-gull i normalbakken.

VAFFELSTEKER: Kronprins Haakon tok turen innom frivilligsenteret i Granåsen for å snakke med noen av de 2400 menneskene som jobbet som frivillige under VM. Her stekte han også litt vafler.



▲ **KONGELIG HYLLEST:** Mikkel Munthe fikk gratulasjoner av dronning Sonja og de andre kongelige på kongetribunen etter at han og de andre på «Team Pølsa» sammen hadde oppnådd målet sitt i Granåsen.

◀ **STOLT:** Øystein Pettersen hadde satt et hårete mål for de seks ungdommene, og tårene rant da Pølsas disipler hadde klart bragden. Her får han klem av Mikkel Munthe, mens Pia Hasund Vareberg og Sunniva Spangelo snakker med de kongelige.

Eksklusive blader kun til abonnenter

Visste du at Her og Nås abonnenter
får helt eksklusive utgaver?

En rekke ganger i året lager vi nemlig egne utgaver kun til våre abonnenter. Disse utgavene har vi fylt med enda mer av det vi vet dere liker å lese om, og du får bladene rett hjem i postkassen din sammen med ukens Her og Nå og TV-guide.

I de eksklusive abonnementsutgavene byr vi på spesialer om aktuelle tema, 10 sider kryss og quiz, reportasjer om kjendiser og kongelige og ofte følger det også med noen deilige oppskrifter tilpasset sesong.

De eksklusive utgavene får du ikke kjøpt i butikk. Det er nemlig bare dere abonnenter som får dem.

Har du også lyst på eksklusive utgaver i tillegg til ukens Her og Nå og TV-guide? Da bør du kjøpe et abonnement nå, så er du sikret ekstra store bladpakker fra oss flere ganger i året.

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





Sunn start på året



Mesterskapsguider



Sterke kvinner



Påske-kos



Året med kongefamilien



Herlige kjæledyr



Royale eiendommer



Bryllups-ekstra



17.mai-spesial

Returadresse:
ART AS
Postboks 209
2021 Skedsmokorset

KAMPANJE!

KJØP DEN ORIGINALE **V** VAGNER PREMIUM
Retro 7-i-1 STEREO MUSIKKSENTER
NOSTALGISK UTENPÅ - HIGH TECH INNI
DAB+ / FM RADIO + PLATESPILLER + KASSETTSPILLER + CD + USB + BLUETOOTH



Nå kan du spille dine
gamle LP'er, CD'er
og kassetter!

-35%

**SPAR
1503,-**



VAGNER 940 PREMIUM
SORT

DAB+
Digital Audio Broadcasting

Bluetooth



VAGNER 940 PREMIUM
BRUN

VAGNER PREMIUM 940

- DAB+ AM/FM radio med vakker stereoklang
- Bluetooth for å spille av lydfiler fra smarttelefon og nettbrett
- Platespiller, hastigheter 33, 45, 78 (steinkaker) runder/min.
- Kassettpiller • CD-spiller for audio-CD og Mp3-CD
- USB-inngang for avspilling og lagring av musikk fra radio, plate, CD, kassett, mp3 og Bluetooth
- Integrerte stereohøytalere **2 x 10 watt RMS (2 x 80 watt PMPO)**
- Equalizer med 5 forskjellige lydmuligheter
- Eksterne avspillingsenheter kan tilkobles
 - Tilkobling for eksterne høytalere (forsterker påkrevd)
 - Hodetelefontilkobling • Fjernkontroll
 - Norsk bruksanvisning • Kabinett i solid eikefiner
 - Dimensjoner (b/d/h): 51 x 35 x 22 (51 åpen) cm

VÅR BESTSELGER!

VAGNER 940 PREMIUM:	4 195,-
EKSTRA STIFT:	99,-
	4 294,-
-35%	1 503,-
KAMPANJEPRIS:	2 790,-



Kjøp nå.
Betal senere
med Klarna.

Enkel bestilling - rask levering Telefon: 69 39 90 40 - www.postshop.no

TWA-dbytes.org

Klarna.

Frakt etter Postens takster tilkommer Leverandør: HELGESEN ENGROS AS