Koselig møte med Robert Stoltenberg

UKE 11 • 14. MARS 2025 • KR 67

STØRST OG MEST FOR PENGENE

Hjemmet

6 SAFTIGE FORMKAKER

Finn din favoritt

– Å BLI ELDRE GIR DESSVERRE IKKE BEDRE SELVTILLIT

REISELYST I NORGE

10 opplevelser i Vesterålen

ENDELIG! STEM FREM DIN FAVORITT

Norges hyggeligste kassemedarbeider 2025

VÅRENS MAGI i potter og vaser

Møt kvinnene i helseministerens liv

– Det var mye liv og død på kort tid

NR 12 – 2025

INNHOLD i Hjemmet

UKE 11/2025

6
Vi tyvstarter våren

62
Lekkert sømprosjekt

10 flotte opplevelser i nord
90

En fin dag!

For litt siden hadde jeg en av mine aller hyggeligste jobbdager på lang tid. «Hei, jeg heter Siri og jobber i ukebladet Hjemmet. Jeg har fått det ærefulle oppdraget å informere deg om at du har en ansatt som er i finalen i «Norges hyggeligste kassemedarbeider 2025», fikk jeg si til 15 butikksjefer og kjøpmenn i hvert eneste fylke i Norge. Selvfølgelig ble de glade og stolte. Og selvfølgelig er de alle forhåpningsfulle når vi denne uken kan stemme på hver og en av de eksepsjonelt fine dagligvareansatte, som vi presenterer i bladet du holder i nå.

Jeg vet av egen erfaring at et smil og noen vennlige ord ved kassa kan snu en dårlig dag. Jeg vet også at tidligere vinnere har følt det som en stor personlig seier å gå til topps. Nå synes jeg at vi skal heie frem den flotte buketten med finalister. De rett og slett fortjener at vi stemmer på dem! Og jeg? Jeg gleder meg til å reise ut for å intervjue vinneren etter endt kåring.

Siri Walen Simensen, journalist

ARTIKLER

Tett på Robert Stoltenberg 10
Femte generasjons kjøpmann 16
Årets hyggeligste kassamedarbeidere 18
Jan C. Vestre med familien 78
Astrid har vært natteravn i 30 år 82
Anna fra Makkvatn 84
Storslåtte Vesterålen 90

HELSE OG VELVÆRE

Pust deg frisk 24
Lev vel 26
Vårklær som ikke koster skjorta 74

MAT OG BAKING

Klassiske formkaker 28

INTERIØR, TIPS OG HAGE

Det grønne hjørnet 6

HOBBY OG HÅNDARBEID

Sy en flott kappe 62

LESELYST

Alt for kunsten 36
Smykketyven 39
Den forbudte nøkkelen (2:6) 64

LESERNE FORTELLER

Jeg kjente ikke mannen min 70
Skrekkens naboer 72

FASTE SIDER

Kryssordmagasin i midten
God uke med Hjemmet 4
Ditt personlige horoskop 34
Vet du det? 59
Hjemmets lille avis 60
Fra kvinne til kvinne 68
Et lite stykke Norge 98

Disse sakene finner du på forsiden

Coverfoto: Agnete Brun

Årets hyggeligste kåring

I min lokale dagligvarebutikk jobber den hyggeligste dama. Fra der hun sitter i kassa, møter hun alle med et strålende smil, ser deg rett i øynene og ønsker deg varmt velkommen – morgen som kveld. Og når du går ut igjen, får du den samme vennlige oppmerksomheten. Hun tar seg alltid tid til en liten prat, og selv de mest reserverte mykner opp, rødmer litt og innrømmer at, jo da, det blir pasta til middag, eller ja, i dag frister det med noe ekstra godt til kvelds. Jeg blir alltid glad av å se henne. Smilene og de hyggelige kommentarene hennes gjør i alle fall min – og sikkert mange andres – hverdag veldig mye hyggeligere.

Nå kan du for åttende gang være med på å kåre «Norges hyggeligste kassemedarbeider». I fjor satte min kollega, Cathrine, og jeg oss i bilen og dro til Kongsvinger for å overraske Silje Aasletten fra Joker, som stakk av med seieren. På side 18–22 kan du møte årets 15 finalister. For en fantastisk gjeng! Husk det er ***du*** som bestemmer hvem som vinner!

Endelig er det mars, og vi er inne i første vårmåned. Jeg vet ikke hvordan det er med deg, men nå lengter jeg intenst etter vår. Jeg har balansert og danset rundt på is i flere uker, så piggskoene mine er nesten utslitte. Jeg er lei av en skitten hund som sleper med seg inn grus og andre små «gleder». Men her om dagen, på jobb, jublet vi i kor da en kollega oppdaget at ranunkler endelig var til salgs. Jeg løp ut, kjøpte en bunt og fylte hjemmet med lubne, fargerike blomster – en etterlengtet smak av vår!

Vil du også ha en tjuvstart på våren? På side 6–9 finner du flere fargerike potteplanter som gir hjemmet ditt et friskt pust!

Med ønsker om en god uke!

Kitty Jensehaugen

Redaksjonssjef,
kitty.jensehaugen@egmont.com
Hjemmet, Postboks 4980 Nydalen, 0441 OSLO

God uke med Hjemmet

Skriv til oss, ris eller ros. Vi vil gjerne høre hva dere synes om Hjemmet!
Send inn bilder av hagen din og andre hyggelige blinkskudd, eller har du noen du ønsker å gratulere? Skriv til *godukemedhjemmet@egmont.com* eller Hjemmet, Postboks 4980 Nydalen, 0441 Oslo.

Hilsen Cathrine

FACEBOOK: *facebook.com/HjemmetNO*

INSTAGRAM: *@ukebladethjemmet*

flipp LES OSS PÅ NETT: *flipp.no/*

LESERBREV

MORGENSTEMNING

Dette er i Vestre Toten, på en plass som heter Klopptjern. En flott morgenstemning på min turvei. Med vennlig hilsen Mona Irene Skårslette Stensrud

GLIMT FRA FACEBOOK: Nydelig teppe i Nordlys og Ida fra Viking garn, delt av Inger Marie Nymoen på Strikkelyst med Hjemmet.

TILBAKEBLIKK ...

... på en handlingens kvinne på forsiden av Hjemmet, 16. mars 1940

Visste du at ...

... gamle frø *kan* spire, men spiregraden kan være lavere enn med ferske frø. Derfor kan det være lurt å så gamle frø litt tettere enn vanlig.

Fra barnemunn

Jeg skal ikke ha barn. Det er nok mas med dukkene mine. Da er det mye bedre å få seg et brukt dyr hos komiteen for utplassering av dyr.

Mina (7)

SITATET ER HENTET FRA BOKEN «EN FAMILIE BESTÅR AV 4 HODER, 8 ARMER OG 8 BEIN» AV UNNI LINDELL

Takk! Hver uke leser 232 000 personer Hjemmet.
KILDE: LESERTALLSUNDERSØKELSEN FRA MBL OG KANTAR

LESERGLIMT

HURRA FOR ARNA!

Jeg vil gjerne gratulerer vår kjære mor, mormor, farmor, svigermor, oldemor og tippoldemor som fyller 93 år 16. mars. Hun har 4 barn, 7 barnebarn + 3 bonusbarnebarn, 19 oldebarn + 2 bonus oldebarn og 2 tippoldebarn. Hun er fast leser av Hjemmet, som hun koser seg med hver uke. Bildet er tatt sammen med tre av oldebarna i konfirmasjon i fjor vår. Vi vil alle ønske deg en super fin bursdag, og vi gleder oss til å feire deg! Hilsen alle dine.

Tekst og bilde er innsendt av Rigmor Winther

SMÅFUGLENES LIV

Denne boken er bygget opp som en naturkalender. Hver måned møter du nye fugler som på en eller annen måte gjør seg særlig bemerket akkurat på denne tiden. Når du har vært gjennom boken har du blitt bedre kjente med nærmere 60 fuglearter. Sammen med teksten og nyttig faktainformasjon finner du nydelige bilder tatt av fuglefotografen Terje Kolaas. Boka er skrevet for folk i alle aldre som ønsker å bli kjent med våre vanligste fugler. Kr 499

Skulle verden bli for trang, åpner æ opp drømmen så du hører fuglesang.

KJERSTIN AUNE

ANNONSE

Foto: Camilla Hey

GULL *for leddene mine*

Linda ivaretar leddene sine med Vita Gold™, slik at hun kan fortsette med en aktiv fritid.

Linda, 61 år, er en sprek og aktiv kvinne. Hun er opprinnelig fra Bergen, men er bosatt i København med sin danske mann. Her jobber hun på kontor, og sitter stort sett foran datamaskinen hele dagen. Den sittestillende jobben gjør at hun er ekstra opptatt av å holde seg i form.

Stillesittende jobb

Linda har i mange år hatt en stillesittende kontorjobb, men er til gjengjeld svært aktiv på fritiden. -Det er viktig å være aktiv, og gjerne litt hver dag, slik at vi holder oss så friske som mulig hele livet, smiler hun.

Linda elsker å røre på seg. Listen over aktiviteter er nesten uendelig, og hun lever heller ikke noe latmannsliv i feriene. Da reiser hun med familien til steder der de kan kombinere aktiv ferie med natur, god mat og fint vær.

Fikk anbefalt Vita Gold™

Linda forteller at hun, etter å ha slitt i mange år med et dårlig kne, fikk nytt kne for halvannet år siden. Hun ønsker at kneet skal holde resten av livet.

-Heldigvis ble jeg anbefalt å prøve Vita Gold™ for å sikre vitalitet med økende alder for et sunt og aktivt liv. Tablettene er laget med utvalgte urtekstrakter av høy kvalitet samt vitaminer, minerlaer og det unike UC 11-kollagenet. Linda tar en tablett hver morgen og kveld, og merker allerede en forskjell.

-Etter at jeg begynte med Vita Gold™ føler jeg meg mindre trett. Jeg føler meg tryggere på at jeg kan fortsette med en aktiv fritid sammen med familie og venner, avslutter Linda fornøyd.

TEST DEG SELV

	ja	nei
Lei av å være trøtt og sliten?	☐	☐
Dårlig kortidsminne?	☐	☐
Stive ledd?	☐	☐
Ofte luftveissykdommer?	☐	☐
Lite ork?	☐	☐

Høres dette ut som deg? Prøv Vita Gold™.

BESTILL Vita Gold™

Kun kr 79

Første forsendelse inneholder 1 pakke á 60 tabletter. Videre leveringer inneholder 2 pakker á 60 tabletter, og blir levert hver annen måned til kr 319 + 79 frakt.

Bestill direkte på vitagold.no

Nøye utvalgte ingredienser for:

- Muskler og ledd
- Hjerne og nerver
- Hjerte
- Venefunksjon
- Immunsystem
- Luftveier
- Tretthet

For mer info se vitagold.no eller ring 69 25 73 00

NEW NORDIC

Smak av vår

Vi tjuvstarter sesongen og møter våren innendørs! Våre vakre potteplanter, vårløker i potte og snittblomster i vase gir den rette følelsen.

TEKST: Susanna Rosén FOTO: Pernilla Hed

SØLVAKASIE: Acacia dealbata får gule topper som blomster, og disse dufter helt herlig.

VINDUSPRYD: Heng opp vårblomster i vinduet. I vasen står forskjellige sorter av tulipaner, aprikosfarget nellik og ulike grønne kvister.

Det går raskt og lett å skape vårstemning med fargerike vårtegn som vinterblom, sølvakasie, perleblomster, narsisser eller anemoner – bruk dem som potteplanter, som vårløker i potte og som snittblomster i vase. Både en ensom blomst i en enkel vase og et rikelig arrangement med mange blomster skaper herlig stemning. Hvilke planter man velger, avhenger av om man bor i hus eller leilighet med romvarme, eller om man har tilgang til en frostfri balkong eller et innglasset uterom der det er kjølig, men frostfritt om vinteren, og hvor vårblomstrende, såkalte orangerivekster trives.

ORANSJERI

Et oransjeri er et drivhus som benyttes til overvintring av sitrustrær og andre evig-grønne planter. Skap stemnin-gen hjemme hos deg selv med vårblomster i potte og vaser.

SYDEN-STEMNING

Middelhavsplanter som sitron, lavendel, fiken, myrt og kiwi finner du på hagesentre om våren. De er fine å kombinere med krukker med sommerblomster som pelargonia, margeritter eller petunia

KNÆSJ FARGE: Vårfine ranunkler med fylte blomster.

FARGE-MIKS

Etter en lang vinter er det deilig å fråtse i farger og ikke tenke så mye på hva som passer sammen. Alle blomster passer sammen nemlig, uansett farge!

FÅ ORANGERIVEKSTER TIL Å TRIVES

Plantene som regnes som orangerivekster, kommer fra land med middelhavsklima, det vil si varme somre og kjølige vintre. Tidligere overvintret man disse plantene i spesielle oransjerier som ble oppvarmet om vinteren for å holde kulden unna.

Om vinteren ønsker de å stå kjølig, men frostfritt, med en temperatur på 5–10 grader, og så lyst som mulig. Jo mindre lys, desto kjøligere bør de stå.

La dem flytte ut om sommeren, men glem ikke å ta dem inn i god tid før den første nattefrosten.

DOBBELT OPP: Krukken er fylt med gule doble påskeliljer av sorten 'Tête Bouclé'. Plant dem ut i hagen så snart telen har gått så kan du nyte dem i mange år fremover.

VÆR KREATIV

Det er fullt mulig å bryte opp en bukett i flere små og store vaser. Nesten hva som helst kan brukes som vase, vær kreativ! Prøv også å mikse potteblomster med snittblomster, lek med ulike høyder og materialer.

LA DET BUGNE: En skikkelig storslått urne fylt med forskjellige snittblomster som passer i et stort innglasset uterom eller til en fest. Her samles blant annet tulipaner, ranunkler og alstroemeria (inkaliljer) i oransje, anemoner, risp og fresia i lilla og veronika i ceriserosa. Hareøre (Bupleurum) gir en frisk grønnfarge med sine limegrønne blomster og enkelte, opprette kvister av spirea stikker opp her og der.

MED LØK: I noen butikker kan du finne tulipaner med løkene på. Da kan man stille tulipanene på en tallerken, akkurat som de er, de holder like lenge på tallerkenen som en snittet tulipanbukett i en vase med vann. Sett gjerne sammen buketten i spiralform, så ser det mer elegant ut.

VÆR SÅ GOD: Praktfull gå-bort-bukett i rosa og lime-grønt. Klematis har fått selskap av hareøre (Bupleurum), prydgul-rot og frøkapselen av en lotusblomst.

HUSK DET GRØNNE

Legg alltid til noe grønt når du lager egne buketter og dekorasjoner. Prøv hareøre, eukalyptus eller ruscus. Grener og strå er også fint for å lage litt spennende struktur.

FORLENG HOLDBARHETEN I VASE

- **Snitt blomstenes stilker nede med en skarp kniv når du kommer hjem.**
- **Rens bort alle bladene som ellers risikerer å havne under vann i vasen. Blader i vann samler bakterier som fremskynder nedbrytningen av plantene.**
- **Sett blomstene i kaldt vann som byttes ofte for å redusere bakterieveksten.**
- **Plasser gjerne vasen kjøligere om natten så holder blomstene lenger. Står buketten i et frostfritt uterom, holder de betydelig lenger enn inne i romtemperatur.**
- **Tulipaner er ekstra tørste og vokser også i lengden. Det gjør at man kan bli nødt til å snitte dem om igjen for å korte inn stilkene. Ellers stikker de opp etter et par dager over andre snittblomster.**

MEDGJØRLIGE: De to figurene har vært med på et par flyttelass, og glir alltid inn og finner sin plass. – De er overraskende lette, så de kan til og med få bli med på hytta, sier Stoltenberg.

TINGENES TALE

Noen ting er viktigere enn andre fordi de knytter oss til spesielle opplevelser.

EIER: Robert Stoltenberg (59)
GJENSTAND: To statuetter, kjøpt på et marked i Bangkok i 2005.
AKTUELL MED: «Kokkeskolen» har premiere på TV 2 Play og TV 2 Direkte – torsdag 20. mars.

REISELIVETS GLEDER

Buddha-guttene

Et par Buddha-figurer gjør at Robert Stoltenberg puster roligere og senker tempoet. – De ser kanskje litt kjipe ut, men for meg representerer de frihet.

TEKST: Jonas Rein Seehuus FOTO: Agnete Brun, NTB og privat

– EN DYREBAR ting behøver ikke å være kostbar, sier Robert Stoltenberg, og lar hånden gli over hodet på en av de to figurene han har hentet fra stuen, og som nå pryder spisebordet hjemme hos ham på Frogner i Oslo.

– Jeg tror jeg betalte tusen Bath, omtrent 300 kroner. Men se ikke bort fra at det er disse jeg redder hvis det skulle begynne å brenne her. He-he.

Han kaller dem «Buddha-guttene» og fant dem på det gigantiske Chatuchak-markedet i Bangkok, en labyrint og en skattkiste full av overraskelser med sine 15 000 salgsboder. Det er på mange måter en miniatyrversjon av Thailand hvor man kan oppleve landets kultur, mat, kunst og mennesker. I dette virvaret av antikviteter, møbler, elektronikk, klær, kosmetikk, kjæledyr, planter – ja, gjenstander av alle slag – ruslet Robert Stoltenberg og samboeren Christian rundt en vinterdag for 20 år siden.

– Dette var helt i begynnelsen av en sånn reise du kanskje bare gjør én gang i livet, sier han, og forteller at ingenting var planlagt da de ankom Bangkok – bortsett fra at de skulle fly hjem igjen fra den samme byen tre måneder senere.

OPPHØYDE ELEVER: Moggallana (t.v.) representerer overnaturlige evner og åndelig kraft, mens Sariputta (t.h.) ble ansett som den mest lærde av Buddhas to nærmeste disipler.

Man må jo ikke reise til den andre siden av jorden for å oppleve noe som er helt annerledes.

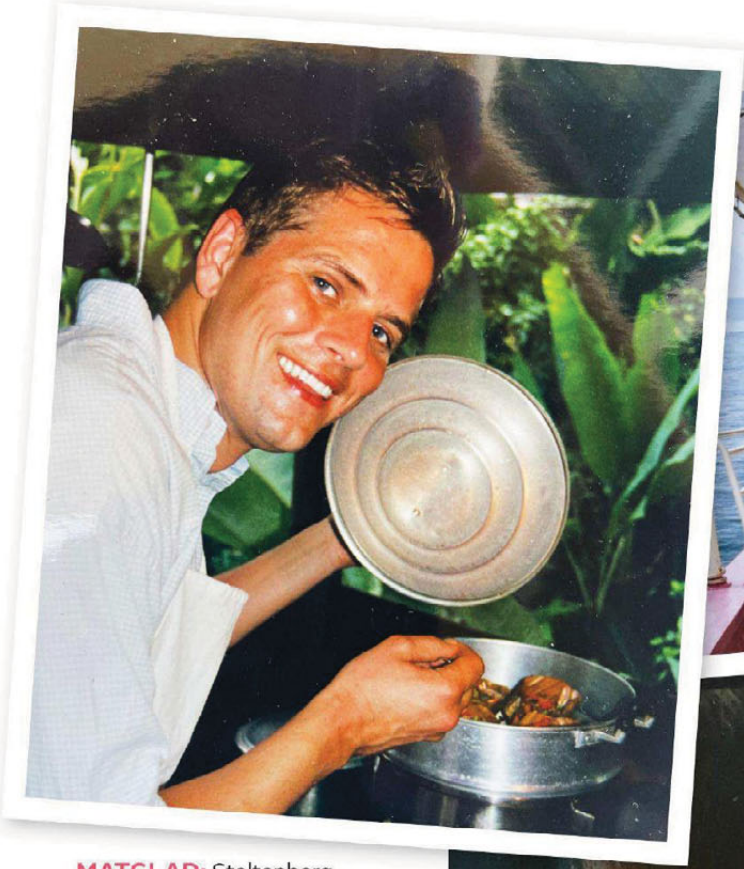
– Plutselig sto vi i dette myldret av mennesker, og oppe på en hylle fikk jeg øye på disse to figurene. Og så var det som om de ropte til meg: «Kom hit, da! Ta oss med, da!»

Stoltenberg forteller at Christian var skeptisk. Skulle de drasse på disse to, ikke så rent små figurene, i hele tre måneder?

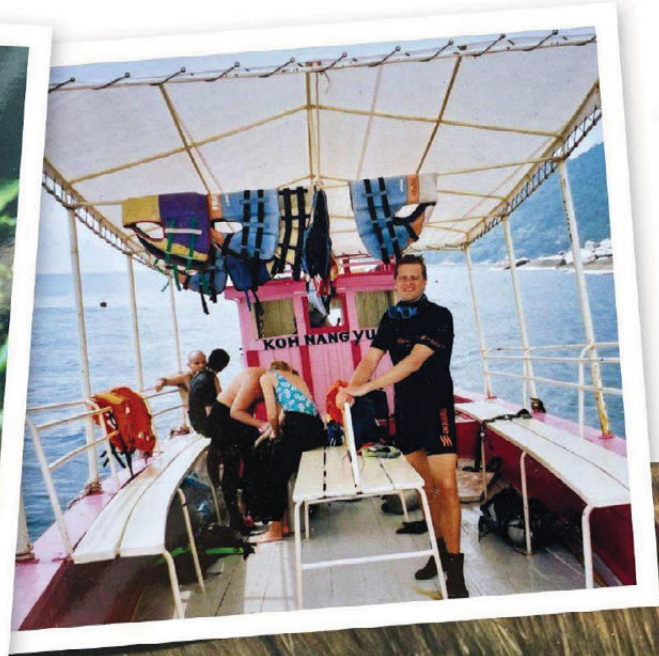
– Jo, det skulle vi, sier Stoltenberg, og smiler.

VELDIG SPESIELL OPPLEVELSE

Det er ikke uvanlig at unge mennesker tar seg noen måneder fri for å dra på backpackertur i Asia. Uvanligere er det – og et større steg å ta – når man har passert førti, er i full



MATGLAD: Stoltenberg elsker mat. Her blir han innlemmet i det thailandske kjøkkenets hemmeligheter. Nå er han også aktuell i «Kokkeskolen» på TV 2.



ØYHOPPING: Brorparten av den store reisen ble tilbrakt i Thailand, hvor Stoltenberg besøkte mange fantastiske øyer. Her på vei ut for å dykke utenfor Koh Nang Yuan.

REISEKAMERATER: Robert Stoltenberg med samboeren Christian Grønvold på bar i Thailand – i lystig lag. For en profilert entertainer kan det være deilig å ikke bli gjenkjent når man er ute i den store verden.

jobb, og kanskje har lagt seg til en livsstil som krever et visst budsjett.

Stoltenberg & Co. startet råflott på «The Peninsula», et av Bangkoks mest eksklusive hoteller, og følgelig Buddha-guttenes aller første hjem etter at de ble hentet ned fra en støvete hylle på Chatuchak-markedet.

Men han kan også fortelle om opphold i spartanske strå-hytter på øyer i Andaman-havet. Eller en liten bunker av et rom uten vinduer på industriarbeidernes hotell i Ho Chi Minh-byen i Vietnam.

– Hvor vi enn havnet, og uansett standard, så var det opp med disse Buddha-guttene, plassere dem et eller annet sted, og så ble det fint der. Og vi fant roen.

Stoltenberg forteller at han knapt sov den første natten i Ho Chi Minh-byen. Det var varmt, og det var dårlig luft, men frokost var inkludert, så den skulle han ha.

– Der ble jeg stående i en lang kø med vietnamesiske arbeidere, bare for å få servert en liten skål med suppe. Det var en veldig spesiell opplevelse, som jeg aldri kommer til å glemme. Og det er jo det som er så fantastisk med dette livet. Det må ikke nødvendigvis koste noe for at det skal bli opplevelsesrikt.

SAVNER SPONTANITET

Han forteller at de oppholdt seg ganske lenge i Thailand og besøkte mange av landets øyer, de var på Koh Lipe helt i sør og på Koh Nang Yuan i Thailandbukta, hvor de tok dykkersertifikat. Fra Thailand gikk turen til Vietnam, både til Hanoi i nord og til Ho Chi Minh-byen i sør. Derfra dro de Angkor Wat i Kambodsja for å se på de flotte templene, og videre til Phnom Penh, hvor de fikk innblikk i historien under det brutale Pol Pot-regimet som førte til at nærmere to millioner mennesker mistet livet i perioden 1975 til 1979.

– Vi besøkte blant annet et gymnas som minnet veldig om Lillestrøm videregående skole hvor jeg var elev. Men her hadde de gjort om klasserommene til bitte små celler hvor det ikke engang var mulig å sitte ned. Det gjorde et voldsomt inntrykk.

Fra Kambodsja gikk reisen videre til Filippinene, før returen til Bangkok, og derfra hjem til Oslo – med de to Buddha-figurene i bagasjen.

– Det var en fantastisk tur, og iblant kan jeg savne det å være så spontan. Veldig mye i livet er jo planlagt; man vet hva man skal gjøre lang tid

AFFEKSJONSVERDI: Stoltenberg med to av Buddhas disipler i billige avstøpninger. De har vært trofaste følgesvenner siden han plukket dem opp i Bangkok for tjue år siden.

Jeg har ofte tenkt at jeg burde begynne å meditere, men jeg er så forferdelig utålmodig. Det er som om jeg har mark i kroppen.

fremover. På denne turen ante vi ikke hva neste dag ville bringe. Men en sånn reise blir jo også en jobb i seg selv, for noe må man jo planlegge og booke underveis, sier han og ramser opp billetter til båter, busser, tog og fly.

– Men man må jo ikke reise til den andre siden av jorden for å oppleve noe som er helt annerledes. Jeg tenker ofte at vi er sykt heldige som bor i Europa, hvor man på kort tid kan forflytte seg til et sted med et helt annet språk, en helt annen kultur og helt annet mat!

Han vender seg mot de to figurene.

– Ikke sant, gutter?

Så ler han godt.

– Det blir jo litt sånn, sier han.

– Noen har barbiedukker. Vi har disse Buddha-guttene.

KOMMUNISERER MED ÅNDER

Men det er faktisk ikke hvilke som helst «Buddha-gutter» Stoltenberg falt for i Bangkok. Antagelig dreier det seg om kopier av statuetter som ble tilvirket i Mandalay i Burma (dagens Myanmar) på 1800-tallet, da det, under kong Mindon Min, var en markant oppblomstring av buddhistisk kunst.

Figurene representerer disiplene Sariputta og Moggallana, samtidige med Siddharta Gautama – selveste Buddha altså – og kjent som hans henholdsvis høyre og venstre hånd. Sariputta, som sitter med åpne armer, skal ha vært en mester i å forstå og forklare Buddhas lære på en måte som var tilgjengelig for andre. Hans analytiske evner og innsiktsfulle tilnærming gjorde ham til en slags intellektuell leder i munkeordenen. Moggallana, på den annen side, var en mester i meditasjon og kjent for sine evner til å utføre mirakler og kommunisere med ånder.

Så da er det kanskje ikke så merkverdig at disse statuettene faktisk prøver å kommunisere noe til Stoltenberg?

– «Herregud, Robert! Hvorfor hengir du deg ikke til buddhismen?», kan de plutselig rope til meg. Og jeg har ofte tenkt at jeg burde begynne å meditere, men jeg er så forferdelig utålmodig. Det er som om jeg har mark i kroppen, så jeg klarer rett og slett ikke å sette meg ned for å meditere.

REPRESENTERER FRIHET

Stoltenberg sier at han ikke har noe forhold til buddhismen, utover at han trives veldig godt i Thailand.

– Hver gang jeg kommer dit er det litt som å komme hjem. Jeg føler en form for trygghet. →

LANG FARTSTID: Robert Stoltenberg har vært med så lenge at han i dag regnes som en veteran. I april fyller han seksti. – Selv om man blir eldre, får man ikke nødvendigvis mer selvtillit. Dessverre, sier han.

Når jeg sitter og betrakter dem, så tenker jeg at de på sett og vis også representerer Christian og meg.

Og alle disse buddhistiske munkene som går rundt i sine oransje drakter, bare det å være rundt dem gjør meg både glad og rolig.

Likevel anser Stoltenberg seg selv for å være en «typisk agnostiker», altså en person som mener at det er umulig å vite sikkert om Gud, guder eller det guddommelige eksisterer.

– I universets historie så har jo kristendommen vart et nanosekund. Så hvorfor skulle de kristne ha alle svarene? Nei, jeg klarer ikke å hengi meg helt til det der. Men at det finnes mer mellom himmel og jord … Jo, det tror jeg.

Han titter bort på Sariputta og Moggallana igjen.

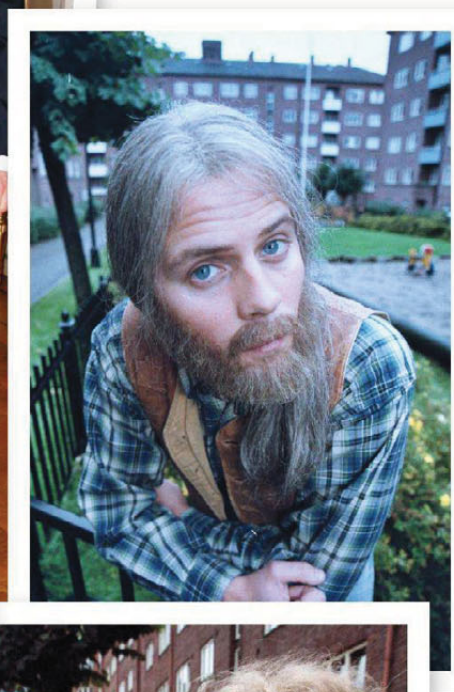
– Jeg blir veldig rolig av å se på disse to figurene. Så sånn sett har de kanskje en slags meditativ effekt på meg. Men først og fremst representerer de den friheten jeg følte så sterkt da vi bare bestemte oss for å dra på denne tre måneders turen til Asia, uten noen konkret plan, og hvor liksom alt kunne skje.

Han tenker seg om et øyeblikk.

– Sånn er det jo også ellers i livet. Vi har så mange muligheter, så mange valg. Jeg syns noe av det største er å reise, men jeg kunne ikke tenke meg å flytte utenlands. Hadde jeg hatt et hus i Spania eller Frankrike, ville jeg nok følt meg forpliktet til å bruke det hver gang jeg skulle ut på tur. Friheten ligger jo i det å kunne oppdage nye steder, sier Stoltenberg, som stortrives med å bo i Oslo hvor mange av hans beste venner også bor.

– Nylig var jeg i en barnedåp hos de jeg kaller min «bonusfamilie». Den består av et ektepar i 70-åra, deres fire barn og elleve barnebarn. Det

KJOLE OG HVITT: Robert Stoltenberg og samboer, Christian Grønvold på vei inn til gallamiddag på Slottet i 2012 i forbindelse med offisielt statsbesøk av den finske presidenten, Sauli Niinistö og fru Jenni Haukio.



SUKSESS: Talentfulle Stoltenberg tok hele landet med storm i serien «Borettslaget» hvor han blant annet spilte driftsleder Narvestad.

RADARPAR: Robert og Harald Maxmilian Stoltenberg er tvillinger, og sammen har de skrevet to barnebøker om Turbotvillingene», basert på deres egen barndom og oppvekst.

POPULÆR KARAKTER: Det vanket også mye ros for Stoltenbergs rolle som Linda Johansen i Borettslaget. Her sammen med hunden Tommy.

var en fantastisk sammenkomst. Jeg storkoste meg og tenkte: så fint å ha fått innpass i en sånn familie. For man kan faktisk også velge sin familie …

Han rynker pannen. Så smiler han.

– Altså, jeg har et godt forhold til min egen familie, men hvis man ikke har det, kan jo dette være greit å huske på.

HØYE KRAV

Nå kan det se ut som om det var Buddha-guttene som valgte Robert den dagen på markedet i Bangkok. Og 20 år senere er de en integrert del av familien. Etter den store Asia-reisen har de også vært med på noen flyttelass, senest fra Madserud på Skøyen til Frogner, hvor de har pyntet opp og gledet sine omgivelser i noen måneder.

– Når jeg sitter og betrakter dem, så tenker jeg at de på sett og vis også representerer Christian og meg. Den roen som ligger i det at vi er sammen – og holder sammen

– Har samboeren din et like godt forhold til Buddha-guttene?

Stoltenberg smiler.

– Han er jo en smule mer estetisk anlagt enn meg, og det stilles ganske høye krav til hva som får lov til å stå fremme hjemme hos oss. Jeg er nesten litt overrasket over at disse to har fått en så sentral plass.

– Men hvis det skulle begynne å brenne, ville han da kanskje forsøkt å redde noe annet?

Stoltenberg ler godt. Lar blikket gli rundt i rommet.

– Ja, det tror jeg absolutt. Kanskje en av disse stolene vi sitter i.

– Å ja?

– De var forferdelig dyre, skjønner du. Syv tusen kroner stykket.

Han tenker seg om et par sekunder.

– Hvor mange Buddha-figurer blir det? •

GOD PLAN: – Jeg er glad Lars Ivar velger kjøpmannsyrket, men valget har han gjort selv, sier kjøpmann Lars Erik i Kragerø.

LARS IVAR BLIR FEMTE GENERASJON I YRKET

MED EN KJØPMANN I BLODET

En landhandel bygd i en kjeller i Kragerø rundt 1920, har farget livet til fem generasjoner i Kjendal-familien. Nå satser femte generasjon på kjøpmannslivet.

TEKST: Siri Walen Simensen FOTO: Privat

– DET VAR min oldefar, Lars, som brakte butikklivet inn i slekten. Da han som ung tobarnsfar fikk diabetes, visste han at sykdommen hadde en dødelig utgang, og han måtte slutte å jobbe som skipper til sjøs. For å sikre kona og barna økonomisk, bygde han en landhandel i kjelleren i egen bolig, forteller Lars Erik Kjendal (51).

I hjembyen er han mannen som eier og driver byens største dagligvarebutikk, Rema 1000 i Kragerø. Der har de «alt».

Og han kjenner familiens historie langt tilbake i tid og deler historien i korte drag.

– Oldefar fikk et kort liv, og det ble kona Anna, min oldemor, som drev kolonialen i Havna, som området ble kalt. Som enslig forsørger fulgte hun også opp hus, hjem og barn. Etter hvert fikk hun god hjelp av sønnen Gerhard i butikken, Lars Eriks oldefar, for øvrig den eneste i rekken av arvtagere, som ikke het Lars.

Salget av dagligvarer foregikk over disk den gangen. Å handle var derfor også nesten et personlig gjøremål.

– Butikken var en av flere dagligvarehandler i Kragerø. Fortsatt har jeg gode minner fra da farfar drev butikken i kjelleren. Annenhver dag etter skolen gikk jeg innom han og fikk is, forteller Lars Erik.

SIDE OM SIDE

Gerhard hadde tre sønner, men det ble tidlig klart at eldstemann Lars Thomas, faren til Lars Erik, hadde det nødvendige kjøpmannsgenet og kunne dras inn i den daglige driften. Butikken i kjelleren forble uforandret frem til midten av 60-tallet og far og sønn jobbet side om side, men så krevde sønnen at de satset større. De både bygge ut og modernisere.

– Pappa drev sammen med farfar i fem–seks år, men det ble i lengden for lite og smått for han, og i 1973 startet han

et supermarked på brygga i Kragerø, «Brygga Mat». Det var allerede kommet noen supermarkeder i byen, men det viste seg å være plass til et til. I en periode drev farfar og pappa kolonialen sammen parallelt, men da broren Petter ble eldre, overtok han nærbutikken og pappa satset på kjøpesenteret, som den gangen ble en del av Spar-kjeden.

Lars Erik fikk butikkdrift nærmest inn med morsmelka. Som ung jobbet han i butikken og trivdes med alle de varierte oppgavene.

– Hele familien vår levde rundt butikken. I starten ryddet jeg og var på panterommet. Det var helt naturlig at vi begynte «på gølvet» og lærte å ta i et tak. Sommer etter sommer jobbet jeg som altmuligperson. Kragerø er en sommerby, som mangedobler innbyggerne i sommermånedene, så det var alltid mye å gjøre, minnes han, og legger til:

– Å drive en butikk blir en livsstil. Min far jobbet tidlig og sent, og slik har det vært for meg etter at jeg overtok også. Motivasjonen og gleden ligger i å skape noe, være sin egen herre, ha ansvaret for andre og klare å få til en god butikk, forklarer den avholdte kjøpmannen, som etter militæret sørget for å få kunnskapen han trengte gjennom det som den gangen het Varehandelens høyskole.

FEMTE GENERASJON

Under vår samtale sitter sønnen Lars Ivar (22) ved siden av og lytter. Han har bestemt seg for å videreføre tradisjonene. Kjøpmannsgenet er han sannsynligvis både født med og har fått gjennom miljøet han vokste opp i.

– Jeg har ikke lagt føringer for livet og valgene hans, poengterer pappaen og smiler. Lars Ivar nikker og bekrefter at det er helt selvvalgt.

– I likhet med pappa, hadde jeg tidlig jobb i butikken i helger og ferier. Først ryddet jeg i papp. Da jeg ble 18 år, lærte jeg å sitte i kassa. Men jeg flyttet til Oslo for å studere på BI etter videregående og visste ikke da hva jeg skulle satse på. Mens jeg var der, jobbet jeg deltid i en Rema-butikk. Etter to år i storbyen, innså jeg at jeg ville tilbake til Kragerø. Da begynte jeg å jobbe fulltid som butikkmedarbeider, oppsummerer han.

STORTRIVES

Siden sommeren 2023 har Lars Ivar gradvis fått mer og mer ansvar av pappaen. Og for litt siden begynte han på Rema-skolen med mål om å bli kjøpmann selv.

– Jeg stortrives i butikk. Varierte oppgaver og kontakt med kunder er hva jeg setter mest pris på. Det oppleves som givende å sørge for at kundene får det de vil ha. Her i Kragerø har vi stort sett faste kunder, som vi kjenner, og det er veldig hyggelig.

Far og sønn smiler. De er enige om det meste. Også på spørsmål om hva som kjennetegner en fantastisk kassemedarbeider, kan de svare unisont:

– I kassa må du være blid, positiv og imøtekommende. Kundene skal føle seg ivaretatt og sett og få en god avslutning på handleturen. Samtidig må du være effektiv og få fart på ting, slik at køen ikke blir for lang og ting tar unødvendig tid, poengterer de.

Far Lars Erik legger til at det er viktig å være naturlig hyggelig – måten du møter kunden på må være ekte.

– Vi har mange voksne damer i kassen hos oss. To av dem arvet jeg etter faren min og er gull verdt. Vi som driver butikk, kan ikke glemme at det er de ansatte som skaper atmosfæren i butikken. Mine medarbeidere er like mye Rema Kragerøs ansikt utad som jeg er, understreker den erfarne kjøpmannen.

Noen tenker at Lars Ivar snart skal overta etter pappaen, men en overtagelse er ikke nær forestående. Når kjøpmannsskolen er unnagjort, skal sønnen sannsynligvis prøve seg med egen butikk et annet sted.

– En dag tar han kanskje over her, og det kommer ikke til å bli et problem. Poden har alltid vært kjekk, flink og grei og vi jobber godt sammen, sier pappaen. Selv var han 24 år da han overtok etter faren og noe av det første han gjorde var å satse på å bli lavprisbutikk gjennom Rema-kjeden. •

Poden har alltid vært kjekk, flink og grei og vi jobber godt sammen.

PAPPA LARS ERIK

FEMTE GENERASJON: – Jeg vokste nærmest opp i butikk. Kanskje var valget om yrke derfor naturlig, sier Lars Ivar. Han blir femte generasjon kjøpmann i sin familie.

SIDE OM SIDE: I generasjoner har far og sønn jobbet side om side i familien Kjendal. Nå er det Lars Ivar og faren Lars Erik som samarbeider.

STEM PÅ DIN FAVORITT

På neste side presenterer vi kandidatene til «Norges hyggeligste kassemedarbeider».

BLI MED PÅ KÅRINGEN

Du avgjør hvem som vinner!

Tre av finalistene i har vært i finalen før. Nå bestemmer du om en av dem eller en «fersking» går til topps og blir «Norges hyggeligste kassemedarbeider».

TEKST: Siri Walen Simensen FOTO: Privat

STEM PÅ DIN FAVORITT

Send SMS med kodeord KASSE + nummer på din favoritt (f.eks.: KASSE1 til nummer 2205.) Tjenesten koster kr 1 per SMS. Du kan stemme helt frem til og med søndag 23. mars!

PREMIE!
Vinneren får en gavesjekk på kr 10 000 + flere flotte overraskelser.

1. ELISABETH GYENESE

ALDER: 67 år
BUTIKK: Rema 1000 Mosby, Kristiansand, Agder.

BUTIKKSJEF TRINE MARIE GRIMSTAD SIER: – Elisabeth er fantastisk. Hun husker små detaljer, som hvem av kundene som pleier å trenge en pose, eller om hun skal åpne posen for dem. Jeg gruer meg til den dagen hun går av med pensjon. Dessverre nærmer det seg.

EN KUNDE SIER: – Elisabeth skal snart pensjoneres. Etter å ha jobbet på fabrikk i mange år har hun viet nærmere 18 år av livet til lokalbutikken vår på Mosby, og er en fantastisk kassadame!

Vil du stemme frem Elisabeth? Send KASSE1 til 2205

2. CAROLINE POWELL

ALDER: 41 år
BUTIKK: Coop Prix Hemnes, Aurskog Høland, Akershus.

BUTIKKSJEF RITA WENNEMO: – Hvorfor Caroline blir lagt merke til ligger oppi dagen, for hun er fra naturens side en positiv sjel, som lett blir kjent med folk. Vi holder til i en liten bygd med bare 450 innbyggere og alle setter pris på henne.

EN KUNDE SIER: – Bobler over av god energi og godt humør. Fortjener en oppmerksomhet for sine gode kvaliteter og alt det hun bidrar med for å gjøre din dag glad.

Vil du stemme frem Caroline? Send KASSE2 til 2205

3. HEIDI ANITA NIELSEN

ALDER: 54 år
BUTIKK: Rema 1000 Kirkeby, Gjøvik, Innlandet.

BUTIKKSJEF ERIK SØRLIE-SANNES: – Jeg er ikke overrasket over at Heidi er i finalen for andre gang. Hun har vært en trofast medarbeider i 36 år. Når en fast kunde ikke dukker opp på en stund, sender hun en melding og spør hvordan det går. Mange kommer hit for å handle på grunn av henne.

EN KUNDE SKRIVER: – Hun er Rema 1000 Kirkeby i egen person, en gjennomgående positiv dame, som alltid strekker seg langt for alle andre.

Vil du stemme frem Heidi?
Send KASSE3 til 2205

4. CHRIS RENÉ BRATLAND

ALDER: 40 år
BUTIKK: Extra, Korgen, Nordland.

BUTIKKSJEF JONAS KVITNES SIER: – Chris er «en jæving», som vi sier her nord. Det betyr at han er gull verdt. Han gir alt, og kundene er kjempeglade i han. Jeg har bare fine ting å si. Vi er heldige, som har han hos oss! Skulle gjerne hatt mange flere med alle hans flotte egenskaper.

EN KUNDE SIER: – Chris var skolelei og begynte å jobbe i Extra som renholder mens han var skoleungdom. I årene siden har han jobbet seg opp. Han verdens flotteste kassemedarbeider.

Vil du stemme frem Chris?
Send KASSE4 til 2205

5. TROND JØRGENSEN

ALDER: 59 år
BUTIKK: Joker Gamlebyen, Oslo.

BUTIKKSJEF KAMRAN AMIN: – Trond er vårt gull og jeg vil skrive livstidskontrakt med han. Det finnes ingen andre, som er så utrolig flink til å stille opp for å hjelpe de som trenger det. Han bærer varer hjem til folk, tar med seg panteflaskene deres og gir dem pengene for dem etterpå. Det finnes ingen som han!

EN KUNDE SIER: – Også for en voksen mann i en travel hverdag kan et lite smil ha ganske så stor betydning. Trond gjør mer enn det i møtet med mennesker. Han ser deg, bryr seg om deg og tar seg alltid tid til en prat.

Vil du stemme frem Trond?
Send KASSE5 til 2205

6. LIV HANSEN

ALDER: 68 år
BUTIKK: Coop Mega, Fredrikstad, Østfold.

BUTIKKSJEF DANIEL BEGBY: – Liv er trofast, arbeidsom og alltid blid. Hun stiller alltid på jobb. Da hun for en stund siden passet barnebarn, tok hun dem med på jobb og gjorde likevel alt hun skulle og mer til. Å ha en dame som henne i butikken er gull verdt. Hun fortjener virkelig å gå til topps etter mange års iherdig og trofast innsats.

EN KUNDE SIER: – Hun er en LIV-redder, som har reddet mange fra å ha en dårlig dag. Ikke minst er hun urokkelig i sin tålmodighet og gir butikken et godt ansikt utad.

Vil du stemme frem Liv?
Send KASSE6 til 2205

7. OLEH MAKHOTENKO

ALDER: 39 år
BUTIKK: Kiwi 161, Hammerfest, Finnmark.

BUTIKKSJEF MARTIN RESE: – Alle føler seg velkommen når de blir tatt imot av Oleh. Han kom som flyktning fra Ukraina og fikk fast jobb. Nå er han blitt vår kjernekar, som vil alle godt og viser det i både ord og handling. Han er kjempeflink, rett og slett.

EN KUNDE SIER: – Verdens snilleste mann med et bredt smil om munnen bestandig. Han gir gode råd og hjelper kunder med alt mulig. Når russiske kunder kommer, hjelper han dem på russisk.

Vil du stemme frem Oleh?
Send KASSE7 til 2205

8. THERESE RØNNINGEN

ALDER: 39 år
BUTIKK: Matkroken Peer Gynt, Notodden, Telemark.

DAGLIG LEDER SVEIN BRØNDAHL: – Therese har vært hos meg i mer enn fem år. Hun er blid, flink med folk, hjelpsom, har alltid et smil på lur og gjør gjerne noen morsomme spillopper. Godt likt av både kunder og kolleger. En optimal kassemedarbeider.

EN KUNDE SIER: – Alltid blid og hyggelig. Har et herlig tekke på kundene og er flink til å få ting unnagjort. Er ikke redd for å ta i et tak når det trengs.

Vil du stemme frem Therese?
Send KASSE8 til 2205

9. FREDRIK CARLOS STENSEN

ALDER: 31 år
BUTIKK: Joker Bergseng, Harstad, Troms.

ASSISTERENDE BUTIKKSJEF ADAM FINSTAD: – Han er en gledesspreder, som tuller og tøyser, hjelper folk og er positiv. Fordi han er så utadvendt og tør å ta plass, bidrar han til gode kundeopplevelser. Du blir glad av å være rundt en som han. Det er alltid god stemning. I butikken kalles han bare Carlos.

EN KUNDE SIER: – Svært entusiastisk, humørfylt og kundevennlig. Har gitt butikken et ansikt utad med sine morsomme sprell og stunt.

Vil du stemme frem Carlos?
Send KASSE9 til 2205

10. OSKAR HOVEN

ALDER: 19 år
BUTIKK: Kiwi Mindes Hus, Stjørdal, Trøndelag.

BUTIKKSJEF SONJA HELEN MOEN: – Jeg er så stolt over at Oskar er finalist for andre år på rad. Han droppet ut av skolen og søkte jobb hos oss, og har vist seg som perfekt for jobben. Han suger til seg kunnskap og har nå ansvaret for frukt og grønt hos oss. Han er et forbilde for andre unge, for han viser at man kan finne sin vei, få det bra og samtidig gjøre en forskjell for andre.

EN KUNDE SIER: – Om du noen gang setter foten innenfor dørene på Kiwi Mindes Hus, glemmer du garantert ikke møtet med butikkens solstråle. Oskar får deg til å føle deg velkommen fra første sekund!

Vil du stemme frem Oskar?
Send KASSE10 til 2205

11. ANDERS NGUYEN

ALDER: 19 år
BUTIKK: Rema 1000 Lierstranda, Lier, Buskerud.

ASSISTERENDE BUTIKKSJEF MARIUS PEDERSEN: – Jeg har aldri sett Nguyen sur, og det tror jeg ikke andre har gjort, heller. Han er en ung mann, som kundene legger merke til fordi han alltid ønsker kundene en god dag videre, og alltid legger merke til hvem som trenger hjelp. Slike medarbeidere har utrolig stor verdi!

EN KUNDE SIER: – Å handle hos Anders er som å handle hos en god venn. Ser du ikke denne unge mannen, går du glipp av noe! Selv om han er veldig ung, fortjener han å vinne!

Vil du stemme frem Anders?
Send KASSE11 til 2205

12. LINDA GJESSVÅG

ALDER: 50 år
BUTIKK: Spar Nykirke, Horten, Vestfold.

BUTIKKSJEF DESIREE ARNESEN: – Linda er en superdame. Hun er en sprudlende, flink og engasjert person, som i tillegg til å gjøre en fantastisk jobb i butikken, også er en ildsjel i bygda. Alle vet at hun stiller opp fordi hun er et velvillig, frivillig ja-menneske. Hun er en av de beste vi har!

EN KUNDE SIER: – Super hyggelig, hjelpsom, alltid blid. En som gjør mye for bygda vår og alle står på for alle. Fortjener heder for sin innsats!

Vil du stemme frem Linda?
Send KASSE12 til 2205

13. LINN-ANETT DRAGNES

ALDER: 36 år
BUTIKK: Bunnpris, Hareid, Møre og Romsdal.

BUTIKKSJEF KARINA LARSEN: – Om det er tidlig morgen eller sen kveld betyr ingen ting. Linn-Anett er alltid i godt humør og har stort fokus på god kundebehandling. Hvis vi ikke har en vare en kunde ser etter, ringer hun rundt til andre butikker for å høre om de har varen. Og alltid tar hun seg tid til å slå av en prat.

EN KUNDE SIER: – Hvis jeg har en dårlig dag, går jeg til Bunnpris, for der møter jeg en skikkelig gledesspreder, nemlig Linn-Anett.

Vil du stemme på Linn-Anett?
Send KASSE13 til 2205

14. SJUR OLA JØTNE

ALDER: 29 år
BUTIKK: Extra Knapphus, Vindafjord, Rogaland.

BUTIKKSJEF DAG TERJE STØLEN-NESS: – Sjur Ola fortjener virkelig å være i finalen. Han er en person, som har lite fokus på seg selv, og som ikke stikker seg frem. Han har den vennlige og forsiktige tilnærmingen, som alltid skaper tillit. Kundene er glade i han, og det er kollegene også, for han går overens med alle. I grunnen passer det godt at han får denne oppmerksomheten. Som leder har jeg sagt at han skal jobbe for å tørre å ta litt mer plass.

EN KUNDE SIER: – Han er verdens hyggeligste og har alltid et smil på lur, uansett hvor travelt det er. Han er trivelig i alt han gjør!

Vil du stemme på Sjur Ola?
Send KASSE14 til 2205

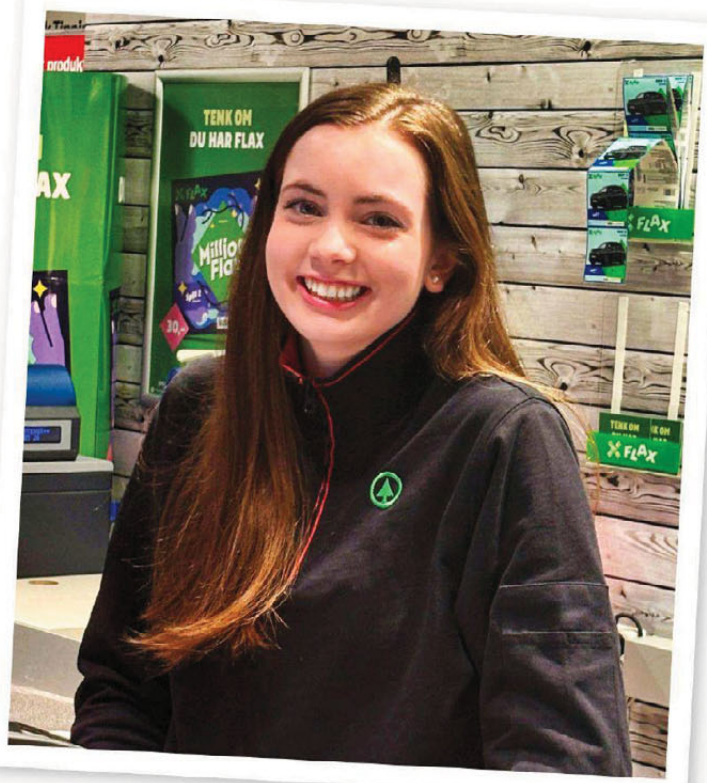
15. FRIDA KYVIK

ALDER: 25 år
BUTIKK: Spar Heiane, Stord, Vestland.

BUTIKKSJEF ANJA TUFTELAND: – Vi får til stadighet tilbakemeldinger om at det alltid er kjekt å komme innom Spar Heiane tidlig på morgenkvisten når Frida er der med et stort smil og ønsker alle en god morgen. Hun er en særdeles flink, pliktoppfyllende, strukturert og hyggelig person å ha som ansatt. Når hun er på vakt, kan jeg slappe av. Det gleder meg at kundene både overfor meg og henne selv sier at de setter pris på den blide starten de får på dagen gjennom hennes blide åsyn.

EN KUNDE SIER: – Hvis jeg våkner opp og har en dårlig dag, kan jeg dra innom Spar Heiane og få snudd den til en god. Det sørger Frida for når hun smilende tar imot meg. Hun fortjener virkelig å få ros for hvordan hun er, og det hun gjør.

Vil du stemme frem Frida?
Send KASSE15 til 2205



ANNONSE

6 tips til mykere ledd

Sliter du med stive ledd? Her gir vi deg noen gode råd.

1 GURKEMEIE

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

2 KOLLAGEN 2

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

3 CAMELINAOLJE

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

4 VITAMIN C

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

5 VITAMIN D

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

Muskel og leddpakke:
Curcumin + Arnica-gel kun kr. 298,- (ordinær pris kr. 548,-)

6 MUSKLER OG LEDD

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

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

Biosan er norskprodusert – Trygghet og kvalitet siden 1986

Biosan

Nesen din vet best!

PUST DEG FRISK

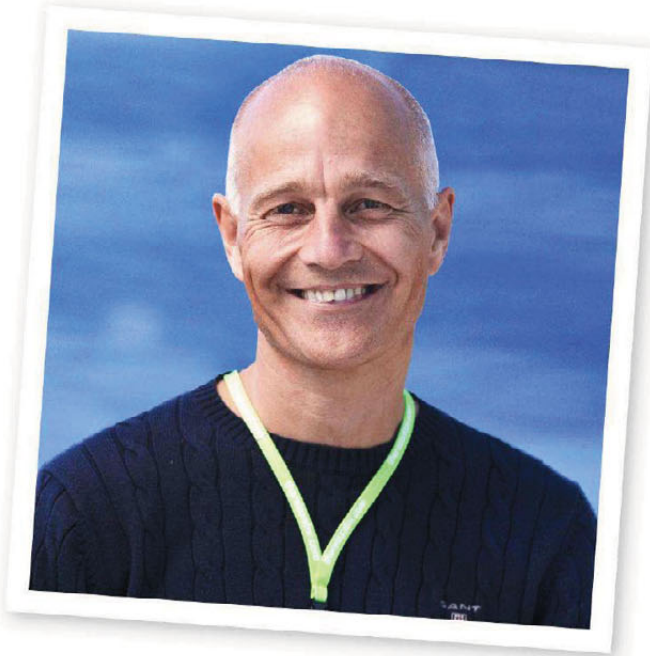
Pusteten har en dypere innvirkning på helsen din enn du kanskje tror. Ved å puste riktig kan du redusere snorking og øke energinivået ditt betydelig. Her får du tips som kan forbedre både søvnkvaliteten og hverdagshelsen din.

TEKST: Margaretha Eldh FOTO: Getty Images, privat

Å puste – burde ikke det være det letteste i verden? Inn og ut. Gjennomsnittlig tar vi 25 000 åndedrag hver dag. Men faktum er at mange av oss gjør feil, og det påvirker hele kroppen.

– Pusten er ett av de kraftigste verktøyene vi har for vår helse og velvære. Hvordan vi har det, påvirker pusten. Og hvis du ikke har det bra og stresser mye, kan du få hemmet pust som påvirker helsen negativt.

Det sier den svenske pusteekspert Anders Olsson, grunnlegger av metoden «Medveten anding» (bevisst pusting) og forfatter av boken med samme tittel.



TRANGE LUFTVEIER: – Snorkingen skyldes at det er trangt i de øvre luftveiene når du sover. Da får ikke luften flyte fritt når du puster inn mens du sover. I stedet skapes vibrasjoner i de myke delene av ganen og i svelget. Slik skapes snorkelyden, forklarer søvnekspert Anders Olsson.

Hvis du ikke har det bra og stresser mye, kan du få hemmet pust som påvirker helsen negativt.

Vi har altså mye å vinne på å ta vare på lungene våre og bli mer bevisste på hvordan vi puster. Men det en rekke forhold som kan forstyrre pusten: stress og sykdom, alt fra allergier og astma til luftveisinfeksjoner. Men også tett nese, snorking og pustepauser under søvn, såkalt søvnapné, kan skape problemer.

Dårlige vaner kan også sabotere den naturlige prosessen. For mye sitting, for lite bevegelse, feil holdning, trange klær og stramme BH-stropper kan svekke pusten.

– Å puste gjennom munnen er en dårlig vane. Vi vet at det er noe vi absolutt bør unngå, sier Anders Olsson.

Han har selv deltatt i et medisinsk eksperiment ved Stanford University der man undersøkte hvordan kroppen påvirkes – bare gjennom forskjellen på munnpust og nesepust i løpet av ti dager.

– Ved munnpusting kom de negative effektene veldig raskt. Munnen var konstant tørr, vi snorket, led av søvnapné og hjernetåke. Vi fikk heller ikke sove ordentlig og følte oss utslitt, stresset og irritert, sier Anders Olsson.

Nesen er et komplisert organ som har tre hovedoppgaver: å varme, fukte og filtrere luften vi puster inn. Flimmerhårene i nesen fungerer som et selvrensende filter som fanger opp bakterier, virus, kjemikalier og andre partikler som vi deretter spytter ut eller svelger. Hvis vi puster gjennom munnen, hopper vi over dette geniale rensesystemet.

Når du puster gjennom nesen, utnytter du også oksygenet i luften bedre takket være en bedre balanse mellom oksygenet vi puster inn og karbondioksidet vi puster ut. Karbondioksid bidrar for eksempel til å utvide blodårene i lungene, noe som bidrar til mer effektivt opptak av oksygen.

EN GOD NATTS SØVN: Ingenting er som å starte dagen uthvilt og med en kopp kaffe på sengen.

DETTE KAN DU GJØRE

- Prøv å sove på siden eller på magen.
- Unngå sovemedisiner.
- Behandle eventuelle allergisymptomer.
- Prøv et hjelpemiddel for å slutte å snorke:
- Snorkespray utvider innsiden av nesen.
- En biteskinne flytter underkjeven fremover og øker åpningen for luftveiene.
- Neseutvider utvider neseborene og letter pusten.
- Neseplaster lindrer snorking forårsaket av forkjølelse, allergi eller tett nese.

Anders Olsson forklarer at første skritt mot bedre helse er å bli bevisst på hvordan vi puster i ulike situasjoner.

– Det positive er at du kan lære å puste bedre. Er du litt stresset, kan du for eksempel lukke munnen, puste gjennom nesen og forlenge utpusten litt.

DERFOR SNORKER VI

Nesten halvparten av alle voksne snorker. Det kan for eksempel være hvis man er forkjølet eller lider av allergi. Andre snorker fordi de har kronisk nesetetthet, store mandler, nesepolypper eller kort underkjeve. Men også mangel på søvn fører til at vi snorker.

Når kroppen må anstrenge seg for å få luft, er søvnen heller ikke dyp nok. Da blir du mer sliten i løpet av dagen. I tillegg forstyrrer du omgivelsene med støyen.

Men det er ikke snorkingen i seg selv som er farlig. Det er stillheten mellom. I det lange løp kan snorking bli en reell helsefare og føre til utvikling av søvnapné. I så fall må du oppsøke lege.

Den typiske snorkeren er en middelaldrende eller eldre mann. Grunnen til at snorking ikke er like vanlig blant kvinner, er at de kvinnelige kjønnshormonene virker stabiliserende på de øvre luftveiene. Derfor begynner som regel kvinner å snorke først etter overgangsalderen. •

7 GODE PUSTEVANER

1. **Pust inn og ut gjennom nesen. Den innåndede luften varmes opp, fuktes og renses for bakterier og andre partikler. Når du puster ut, blir nesen varmet og fuktet fordi luften fra lungene er varm og fuktig.**
2. **Bruk mellomgulvet. Når vi puster inn, skal luften havne i de nedre delene av lungene. For å klare det, må vi bruke mellomgulvet.**
3. **Pust sakte. En sunn pustefrekvens er mellom seks og tolv åndedrag per minutt.**
4. **Pust litt mindre. Et normalt pust i hvile er bare omtrent en halv liter. Store åndedrag skaper ubalanse mellom oksygen og karbondioksid i kroppen.**
5. **Strekk deg! Pusten blir grunnere og raskere når vi synker sammen.**
6. **Pust rytmisk. Når vi konsentrerer oss, er det lett å holde pusten i noen sekunder. Husk å puste med jevne åndedrag og uten pauser.**
7. **Pust stille. Når vi stresser, snøfter, renser strupen eller sukker, tar vi ineffektive åndedrag, noe som skaper unødvendig stress.**

LEVVEL

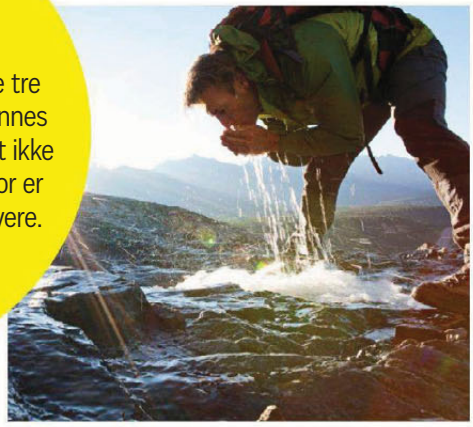
Smått og godt om helse og livsstil

TEKST: Sidsel Jøranlid FOTO: Getty Images

VISSTE DU

... at en halv liter blod kan redde tre menneskeliv? Men at det ikke finnes noen erstatning for blod fordi det ikke kan fremstilles kunstig, og derfor er viktig at det alltid er nok blodgivere.

KILDE: RODEKORS.NO



DRIKK NOK

Vann er viktig for oss – minimum 1½–2 liter hver dag. En ny studie viser at det å drikke nok vann hver dag har enda flere helsefordeler enn man var klar over. Vann kan redusere risikoen for å få nyrestein, det kan forebygge migrene og urinveisinfeksjoner, kontrollere diabetes og lavt blodtrykk og dessuten gjøre det lettere å gå ned i vekt.

KILDE: ILLUSTRERT VITENSKAP

På tide med solkrem igjen

Men hvordan var det med disse rådene ...?

Norge er i verdenstoppen når det gjelder forekomst av hudkreft. Og på denne tiden av året er huden vår ekstra sårbar. Derfor bør du møte vårsolen med fornuft. Her er noen råd:

Kan jeg bruke solkremen fra i fjor? Hvis solkremen er oppbevart mørkt og kjølig, lukter greit og ser fin ut, kan den fint brukes. Sjekk likevel holdbarhetsdatoen og vær klar over at kremen mister effekt over tid.

Trenger jeg solkrem når det er overskyet? Vårsolen kan være sterk selv om det er skyer. Sjekk gjerne UV-indeksen for å finne ut hvor kraftig strålingen er der du befinner deg og hvor sterk beskyttelse du trenger.

Hvilken faktor skal jeg bruke? For å forebygge hudkreft, bør du unngå å bli brent. Den vanligste feilen vi gjør er å bruke for lav faktor, smøre oss for sjelden og oppholde oss i solen for lenge. Både hudtype og hvor nær ekvator du befinner deg har betydning for hvor sterk faktor du bør bruke, men Kreftforeningen anbefaler minimum faktor 30 eller høyere.

Jo dyrere solkrem, desto bedre? Prisen har ingen betydning for hvor effektiv solkremen er. Det er hvilken faktor du bruker som er avgjørende, i tillegg til å følge de andre rådene om å begrense tiden i sterk sol, oppsøke skygge, bruke klær, noe på hodet, solbriller og rikelig med solkrem.

KILDE: NHI.NO/ KREFTFORENINGEN.NO

TA DEN NÅ!

Er du i områder med mye flått i sommerhalvåret, kan det være lurt å ta flåttvaksine. Og det bør du gjøre nå på senvinteren før flåttsesongen starter. Vaksinasjonen består av 2 doser som blir satt med 1–3 måneders intervall, eventuelt 14 dager.

KILDE: FHI.NO

Man har ikke levd forgjeves hvis man har hørt fuglesang om våren.

CHANG CHAO

BLODTRYKKET

Det er ikke bare voksne som kan ha høyt blodtrykk. Rundt 5 % av alle barn opplever også dette. For barn over ti år er den vanligste årsaken livsstilsfaktorer med overvekt og inaktivitet. Hos yngre skyldes det høye blodtrykket som regel underliggende sykdom.

KILDE: NHI.NO

10

Sykkelsesongen er rett rundt hjørnet, og det er på tide å gå over både sykkel og utstyr. Men vet du at sykkelhjelmen bør byttes ut hvert 7–10 år? Hjelmens kvalitet reduseres av bruk og dessuten av sollys og varme.

KILDE: TRYGGTRAFIKK.NO

ET GLASS MELK

Norge har en høy forekomst av tarmkreft, uten at forskerne vet nok om årsaken. Kosthold har betydning, og både alkohol og rødt kjøtt øker risikoen. Heldigvis er det også flere ting som kan forebygge, blant annet kalsium. Et glass melk daglig, som inneholder rundt 300 milligram kalsium, er nok til å redusere risikoen for tarmkreft med 17 %.

KILDE: FORSKNING.NO

VISSTE DU

... at alle former for fysisk aktivitet er bra hvis du har diabetes 2 eller vil forebygge sykdommen? Styrketrening og utholdenhetsaktivitet har samme effekt, og jo mer du er i aktivitet, desto bedre er effekten.

KILDE: DIABETES.NO

Pust med magen

Noen få yogaøvelser kan ha større effekt enn du tror.

Mange forbinder yoga som en aktivitet for kvinner midt i livet, med rolige bevegelser og pusteøvelser på matte. Men det er all grunn til å legge fordommer til side. Yoga har nemlig flere gunstige helseeffekter for oss enn det mange er klar over.

Nå har forskerne sett på hva yoga som en stressreduserende aktivitet kan bety for ungdom og yrkesaktive. Og resultatene viser at selv liten innsats på yogamatten gir overraskende god effekt. Det er nemlig ikke mange timene som skal til før det har en stressreduserende effekt.

Når vi stresser, aktiviseres det sympatiske nervesystemet. Det å skru av dette kan være vanskelig, men det er her yoga kan ha en effekt. Yoga skaper nemlig en god balanse mellom de to nervesystemene våre. Når vi trener yoga gjennom rolige og avslappende øvelser, aktiviseres det parasympatiske nervesystemet. Det igjen fører til at hjernen behandler inntrykk, fordøyelsen går bedre samtidig som kroppen får hvile.

Når kroppen får mulighet til å slappe av, vil mange også oppleve at de senker «garden» og etter hvert klarer å slappe mer av. De gode yogaøvelsene er også fine å ta med seg inn i stressende situasjoner på skole og jobb ved at man bruker pusteøvelser. Dype yogapust gjør at man slapper bedre av og kan oppleve mindre stress i ulike situasjoner.

KILDE: GEMINI.NO

IKKE SI DET!

Barn og unge rynker gjerne på nesen når det står fisk på menyen. Nå mener de som forsker på sjømat, at vi bør endre måten vi omtaler fisk på for å få dem til å spise mer sjømat. I stedet for å si «I dag skal vi ha fisk til middag», kan du si «Vi skal ha dampet torsk med sesongens grønnsaker». Eller «hva med laksetaco eller kanskje seinuggets med pommes frites og salat?»

KILDE: FORSKERSONEN.NO

Finn en ny favoritt

ENKLE OG SAFTIGE FORMKAKER

Vi har tatt den tradisjonsrike og kjære marmorkaken til nye høyder med glasur av melkesjokolade og tilsatt rikelig med godsaker i andre klassikere. Sett over kaffen da!

TEKST OG FOTO: Hanne Buxrud

FRYSTE BÆR?
Får du ikke tak i friske bringebær, erstatt med fryste. Tin dem først på kjøkkenpapir slik at overflødig vann forsvinner.

Formkake med bringebær

Bærene gjør kaken ekstra saftig, mens vaniljekesam gir kremen en frisk piff. Brødform 1½ liter

230 g meierismør, romtemperert
200 g sukker
3 egg, romtemperert
2 ts vaniljeekstrakt
300 g hvetemel
1 ts bakepulver
1 ts natron
2 dl helmelk
200 g friske bringebær
1 dl bringebærsyltetøy
TOPPING:
2 dl kremfløte
1 dl vaniljekesam
2 ss melis
125 g bringebær

Pisk smør og sukker lyst og luftig, 2–3 minutter. Ha i egg, ett om gangen, og kjør til godt blandet. Tilsett vaniljeekstrakt, mel, bakepulver, natron og melk. Kjør på lav hastighet, til jevn og tykk røre. Vend forsiktig inn bringebær. Ha i halvparten av røren i smurt eller bakepapirkledd form, fordel over bringebærsyltetøyet og avslutt med resten av røren. Bruk en kniv og kjør den ned i formen litt på kryss og tvers/åttetall.

Stek ved 170° i ca. 60 minutter. Sjekk med en trepinne, om den kommer ut uten våt deig. Stek litt videre hvis den ikke er klar. Sett på rist for avkjøling i 10 minutter før kaken veltes ut og avkjøles helt på rist.

Pisk kremfløte og vaniljekesam med melis til tykk krem, fordel over kaken og pynt med bringebær.

1 RØRE = 2 KAKER

Grunnoppskriften er den samme for begge kakene. Doble oppskriften og tilsett nøtter/tranebær i den ene porsjonen og kakao for marmorering i marmorkaken. Vips har du to helt ulike kaker.

GODE RÅD

- Velg middels til store egg. Er de veldig små, legg på et ekstra.
- Finner du finkornet sukker i butikken, velg dette.
- Bruk romtempererte ingredienser.

Marmorkake

Topp den tradisjonelle kaken med melkesjokoladeglasur. Brødform 1½ liter/randform 20–22 cm,

200 g meierismør, romtemperert
200 g sukker
4 egg, romtempererte
2 ts vaniljeekstrakt
½ ts salt
300 g hvetemel
1 ts bakepulver
1 ts natron
2 dl skummet kulturmelk
30 g kakao
TOPPING:
2 ss melis
SJOKOLADESAUS:
200 g melkesjokolade
½ dl kremfløte

Pisk smør og sukker lyst og luftig, 2–3 minutter. Ha i egg, ett om gangen, og kjør til godt blandet. Tilsett vaniljeekstrakt, salt, mel, bakepulver, natron og skummet kulturmelk. Ha ca. ⅓ av røren i en annen bolle. Sikt inn kakao i bollen med minst røre. Smør formen godt eller legg i bakepapir. Ha i røren lagvis, 3–5 lag. Bruk en skje eller gaffel og beveg den forsiktig rundt for å lage marmorering, men ikke rør for mye.

Stek ved 170° i 50–60 minutter. Sjekk med en trepinne. Avkjøl i ca. 5 minutter på rist før den snus ut av formen. Avkjøl helt før eventuell topping has på. Sikt over melis. Lager du sjokoladesaus, smelt ruter av sjokolade i en kjele med kremfløte, til jevn saus.

Formkake med pekannøtter og tranebær

Knasende, karamellisert utenpå og momsegod inni. 3 randformer à 12 cm/1 randform à 20 cm/brødform à 1½ liter

200 g meierismør, romtemperert
200 g sukker
4 egg, rompempererte
2 ts vaniljeekstrakt
300 g hvetemel
1 ts bakepulver
1 ts natron
½ ts salt
2 dl skummet kulturmelk
80 g pekannøtter
80 g tørkede tranebær
TOPPING:
80 g pekannøtter
60 g meierismør
50 g sukker
1 ts mel
1 ss melk

Pisk smør og sukker lyst og luftig, 2–3 minutter. Tilsett egg, ett om gangen. Pisk godt mellom hvert egg. Bland inne vanilje og kulturmelk. Tilsett mel, bakepulver, natron og salt. Hakk nøtter og tranebær og vend inn i røren. Fyll røren i smurte former og stek ved 170° i 30–60 minutter, avhengig av formens størrelse. Sjekk med en trepinne, som skal komme tørr ut. Avkjøl på rist i ca. 10 minutter før kaken veltes ut.

Hakk nøtter og ha alle ingrediensene til toppingen i en kjele på lav varme, smøret må ikke koke, da smelter ikke sukkeret. Varm opp til smør og sukker er smeltet og hell over kaken(e).

Formkake med appelsinsirup

La appelsinene sette en deilig, solfylt smak på kaken. Brødform 1½ liter

230 g meierismør, romtemperert
200 g sukker
3 egg, romtempererte
3 appelsiner, finrevet skall
300 g hvetemel
1 ts bakepulver
1 ts natron
1½ dl helmelk
APPELSINSIRUP:
1 dl friskpresset appelsinsaft
100 g sukker

Pisk smør og sukker lyst og luftig, 2–3 minutter. Ha i egg, ett om gangen, og kjør til godt blandet. Tilsett appelsinskall, mel, bakepulver, natron og melk. Kjør på lav hastighet, til jevn og tykk røre. Hell røren i godt smurt form, jevn ut toppen med en slikkepott.

Stek ved 170° i ca. 60 minutter. Sjekk med en trepinne. Sett på rist for avkjøling i 8–10 minutter.

Ha appelsinsaft og sukker i en kjele, kok opp og hell over kaken mens den er i formen. La stå til avkjøling 10–12 minutter til før du tar den ut.

SLIK LYKKES DU

- Det er viktig å piske smør og sukker godt nok for at formkaken skal bli luftig.
- Etter at mel og bakepulver er i, skal røren kun vispes til akkurat blandet – altså ikke røres mer enn den må.

Kokoskake med lime og kremost

Frisk og tropisk smak gjør susen.
Brødform 1½ liter

50 g revet kokos
230 g smør, romtemperert
200 g sukker
1 lime, finrevet skall
3 egg, romtempererte
300 g hvetemel
1 ts bakepulver
1 ts natron
1½ dl kokoskrem, romtemperert
OSTEKAKEKREM MED LIME:
300 g kremost
3 ss melis
1 lime, finrevet skall
2 ss limesaft
1 ss kokoskrem
TOPPING:
kokosflak eller revet kokos
finrevet limeskall, hvis du vil

Rist kokos i tørr, varm panne, til lett gyllen. Sett til side. Ha smør, sukker og limeskall i en bolle og kjør til lyst og luftig, 2–3 minutter. Ha i egg, ett om gangen, kjør til godt blandet. Tilsett kokos, mel, bakepulver, natron og kokoskrem og kjør på lav hastighet til jevn og tykk røre. Hell røren i godt smurt form og jevn ut toppen med en slikkepott.

Stek ved 170° i ca. 60 minutter. Avkjøl kaken i 5 minutter før den velves ut og avkjøles videre på rist.

Pisk kremost jevn og tilsett melis, limeskall- og saft og kokoskrem. Bland godt og bre utover kaken. Topp eventuelt med mer kokos og litt revet limeskall.

KOKOS-KREM
Kjøpes i velassorterte matbutikker eller sjekk helsekostbutikker.

Glutenfri formkake

Overmodne bananer og gresk yoghurt gir kaken et løft.
Brødform 1½ liter

110 g meierismør
1 dl gresk yoghurt
50 g sukker
3 egg
1 ts vaniljeekstrakt
3 brune bananer
200 g mandelmel
50 g havremel
1 ts bakepulver
1 ts natron
OSTEKREM:
200 g kremost
100 g Mascarpone
50 g melis
1 ts vaniljesukker
1 ss sitronsaft
PYNT:
granateplekjerner

Smelt smør og bland med sukker og yoghurt. Tilsett egg, ett om gangen. Ha i vanilje og bananer i biter. Kjør til en jevn røre. Tilsett mandelmel, havremel, bakepulver og natron. Rør til akkurat blandet og hell i godt smurt form. Stek ved 170° i ca. 40–50 minutter. Sjekk med en kakenål. Avkjøl helt i formen på rist før den vendes ut.

Pisk alle ingrediensene til ostekremen til en jevn krem. Smør på kaken og pynt med granateplekjerner.

MER SNADDER?
Litt hakket sjokolade i røren blir ikke feil.

Hepro 928C

ELEKTRISKE SCOOTERE FRA HEPRO

Hepro C4

Hepro S19V

Frihet til å dra hvor du vil – når du vil

Ring oss på **46 74 55 55** og få en brosjye i posten!

Besøk nettbutikken vår **shop.hepro.no**

Hepro har siden 1987 bidratt til å mestre hverdagen med spesialtilpassede produkter. Våre kvalitetsscootere med høy kjørekomfort gir deg mulighet til å komme deg trygt ut av huset for å handle, kjøre deg en tur eller treffe venner og familie.

- Sammenleggbar modell – tas enkelt med på reise
- Innebygd scooter med tak og varmeapparat
- For både innendørs og utendørs bruk
- Med 10 og 15 km/t hastighet
- Lokale representanter i hele landet
- Servicepartnere i Norge

Aktiv og trygg i alle livets faser

HEPRO

DITT PERSONLIGE HOROSKOP

Kjære leser

Det er måneformørkelse fredag 14. mars i Jomfruens tegn. Solen befinner seg i Fiskenes tegn og Saturn er like ved Solen. Det gjør dette til en helt spesiell periode der det er naturlig å fullføre, avslutte og gi slipp på noe. Merkur beveger seg på vei bakover fra lørdag 15. mars til 7. april i Værens tegn sammen med Venus som også beveger seg bakover i samme tegn. Dette indikerer en tid for å sette tempoet litt ned og rette blikket mot detaljer og perfeksjon før du haster videre. Du kan inspireres til å sette i gang med noe nytt. Solens ankomst i Værens tegn i slutten av uken åpner for vårjevndøgn torsdag 20. mars. Dag og natt er like lange og dagene blir lengre enn nettene. Våren er i sikte. Solens møte med Neptun indikerer en tid for å realisere drømmer.

Vennlig hilsen Nina Skjemstad, Hjemmets astrolog

UKE 11 14.–20.03. 2025

VÆREN

21. mars–21. april

Med hele fire planeter i ditt tegn og to av dem på vei bakover er det naturlig å senke tempoet noe. Det er naturlig å bli mer oppmerksom på forholdet til deg selv, image, utseende og livsstil. Måneformørkelsen i området for helse og daglige rutiner belyser detaljer i denne perioden. En fase er fullført, og det er tid for å se nærmere på livsstilen du lever og gjøre endringene du trenger for å optimalisere den. Om ca. to uker er det solformørkelse i ditt tegn, og det åpner for en ny begynnelse når du er klar for det.

★ **Forbered deg på en ny fase**

TYREN

21. april–21. mai

Lengselen etter ubetinget kjærlighet forsterkes i denne perioden. Behovet for å være nær og intim med din kjære øker. Måneformørkelsen i området for flørt, lek, romantikk, seksuell utfoldelse og intimitet indikerer at en fase er over og noe er fullført. Det er tid for å gi slipp på noe du har vokst ut av, enten det gjelder parforhold, egne hemninger eller barn som forlater redet. Tiden er inne for å vie oppmerksomhet til venner, kontakter og utvide ditt sosiale nettverk. Positive overraskelser er i gjære.

★ **Vennskap betyr mye**

TVILLINGENE

22. mai–21. juni

I denne perioden øker muligheten for å realisere drømmer i ambisjoner og karriere. Du kan oppnå forfremmelse eller andre positive overraskelser. Uken starter med måneformørkelse i Jomfruens tegn fredag i området for privatlivet. Det er naturlig å se fortiden i et klarere lys og gi slipp på det du har vokst fra. Lørdag starter din planet Merkurs periode på vei bakover i ca. 3 uker, og det øker behovet for å trekke seg litt tilbake og dvele rundt familie, privatliv og veien videre. Reflekter rundt fremtidsplanene.

★ **Gi slipp på noe**

KREPSEN

22. juni–22. juli

Behovet for å se utvikling og vekst forsterkes, og det øker interessen for å utvide perspektivet og lære noe nytt. Måneformørkelsen i området for kommunikasjon, formidling og prioriteringer belyser tidkrevende aktiviteter og oppgaver du ikke lenger ønsker å bruke tid på. Det øker også innsikten i hva du fremover kan rette fokus mot. Du kan bli ekstra emosjonell og sensitiv i begynnelsen av denne uken. Merkur og Venus på vei bakover indikerer en tid for å avvente handlinger til du ser klarere hvor du vil.

★ **Felles beste er også ditt beste**

LØVEN

23. juli–23. august

Solen belyser verdier og ressurser du deler med andre. Det forsterker engasjementet i finansielle saker som involverer arbeidsgiver, bank og forsikring. Måneformørkelsen belyser verdier du vurderer å selge, gi bort eller å gi slipp på. Det kan også føre til at du ikke lenger ønsker å beholde jobben du har. Jobbsøkere har hellet med seg, og muligheten for å øke inntekten er absolutt til stede. Investering i eiendom, bolig, fond eller aksjer er aktuelle tema. Glimrende ideer dukker opp, men vent med viktige avgjørelser.

★ **Vend blikket forover**

JOMFRUEN

24. august–23. september

Uken starter med måneformørkelse i ditt tegn. Det gjør at du ser deg selv og hvordan du fremstår i et klarere lys. Det inkluderer livsstil, image, utseende, kosthold og ernæring. Du ser dine nære relasjoner i et klarere lys. Om du ønsker å utvikle en relasjon, er det også nødvendig å involvere deg i vedkommendes behov. Solens møte med din kjærlighetsplanet Neptun åpner for et betydningsfullt møte med en potensiell partner eller samarbeidspartner. Merkurs og Venus' posisjon belyser detaljene i nære relasjoner.

★ **Du må selv vise interesse**

VEKTEN

24. september–23. oktober

Merkur og din planet Venus på vei bakover i området for nære relasjoner indikerer en tid for å finne balanse. Det er tid for å bli bevisst dine undertrykte følelser og lengsler. Noen du samarbeider med, belyser detaljer det er naturlig å studere nærmere. Du kan se dine vaner og rutiner i et klarere lys og innse hva du må justere for å oppnå målene du setter deg. Du kan også være ekstra engasjert i perfeksjon når det kommer til detaljer i arbeidsoppgaver, plikter og ansvar. Perfeksjon øker kvaliteten og arbeidsmengden.

★ **Effektiviteten øker**

SKORPIONEN

24. oktober–22. november

I denne perioden øker fokuset rundt helse, livsstil og selvutfoldelse. Forholdet til barn og barnebarn kan prege bildet for dem som har det. Egen fysisk aktivitet og kreativ utfoldelse er tema for andre. Måneformørkelsen belyser eksisterende livsmål og indikerer at du er klar for å gi slipp på noen planer og åpne for noe annet. Uventede begivenheter kan dukke opp i nære relasjoner. Solen belyser ditt forhold til kjærligheten og romantikken. Single kan møte den rette, og bryllup og svangerskap er aktuelt.

★ **Vær en god lytter**

SKYTTEN

23. november–21. desember

Måneformørkelsen i toppen av horoskopet belyser ambisjoner og karriere. Du ser klarere hva du ikke lenger ønsker å fortsette med. En fase er fullført og det er tid for å gi slipp på noe du anser deg ferdig med. Dette er en fin periode for å bevege seg innover og fokusere på privatlivet. Det er tid for å løse opp i saker fra fortiden som ligger og ulmer, irriterer eller som er uforløst, spesielt i nære relasjoner. Uventede endringer kan dukke opp i parforhold eller i forholdet til barn og barnebarn. Lek og moro inspirerer.

★ **Vær årvåken**

STEINBUKKEN

22. desember–20. januar

Dette er en fin periode for å planlegge tiden og gjøremålene på en bedre måte. Antallet oppgaver er også noe å se nærmere på. Salg og kjøp kan prege bildet for noen. Du inspireres til å selge noe du har holdt fast på en stund. Måneformørkelsen belyser forventninger, holdninger, vaner og rutiner. Noe tyder på at en fase er fullført og det er tid for å gi slipp. Det involverer familien, hjemmet og privatlivet. Å perfeksjonere noe på hjemmebanen, enten det er familieforhold eller materielle saker, krever noe ekstra.

★ **Legg merke til detaljene**

VANNMANNEN

21. januar–19. februar

Solen belyser personlige verdier, økonomi, evner og egenskaper. Måneformørkelsen fredag i området for ressurser du deler eller gir, retter lyset mot det som er fullført og verdier du vurderer å avslutte eller gi slipp på. Det kan føre til at du ønsker å selge bolig, eiendom, bil eller andre større verdier. Noen kan vurdere å trekke seg ut av et arbeidsforhold og vurdere nye inntektsgivende oppgaver. Å bruke flere sider av seg selv vil inspirere til utvikling. Nå kan du oppnå drømmejobben om du vet hva du vil.

★ **Bli enig med deg selv**

FISKENE

20. februar–20. mars

Med Solen og dens møte med din planet Neptun i ditt tegn rettes lyset mot livsstil, helse, image og utseende, og du kan se deg selv i et klarere lys. Måneformørkelsen i området for nære relasjoner indikerer at noe er fullført i nærforhold, enten det er samarbeidspartnere eller forholdet til din kjære. Det er tid for å gi slipp på noe og rette blikket mot personlige behov. Andre tilpasser seg dine behov i denne perioden. Å redusere utgifter, revurdere økonomiske investeringer og spare mer, er tema.

★ **Ta ansvar for egen helse**

Alt for kunsten

Helene kjente at hjertet begynte å slå raskere idet den kjente kunstneren beveget seg bort fra sitt eget staffeli og over mot deltagerne. Tiden var straks inne til å invitere ham til galleriet sitt. La ham få vite at hun eksisterte. Det var nå eller aldri ...

Han holdt penselen på samme måte som en dirigent holdt taktstokken. Som om det var et orkester av farger han dirigerte der den danset over lerretet. Noen ganger varsomt og fintfølende, andre ganger med voldsom kraft. Før han tok et steg tilbake og betraktet sitt eget verk.

Helene studerte ham i skjul, der hun sto bak sitt eget staffeli. Det samme gjorde nok også de andre syv deltagerne på kurset. Han var tross alt en berømt maler.

At Hermod Vik hadde bestemt seg for å flytte tilbake til fødebyen etter snart ti år i New York, var ganske utrolig. I lokalavisen hadde hun lest om hvordan han hele tiden hadde lengtet tilbake til hjemlandet. Om hvordan han drømte om å gi noe tilbake til lokalsamfunnet som hadde fostret ham. Og da han annonserte dette kurset, hadde hun ikke vært sen om å melde seg på.

Og nå sto de altså her, på den store sletten like utenfor byen. Storslagent og vakkert strakte fjellene seg opp bak elven og de grønnkledde åsene. Elevene hadde plassert staffeliene i en stor halvsirkel, og midt foran dem sto kunstneren selv. Også han med sitt eget staffeli, vendt mot dem. Som om det var dem han ville male. Men slik var det jo selvsagt ikke. Også den andre veien var utsikten malerisk.

Helene kikket bort på ham. Litt skuffet over at han ikke hadde kjent henne igjen. Ikke i det hele tatt. Ikke så mye som et blunk idet han håndhilste på henne. På universitet hadde de tross alt tatt kunsthistorie sammen. Riktignok et kurs han aldri fullførte. Men de hadde da hatt en god tone så lenge det varte. Hun husket ham ennå godt, til tross for at det måtte være over ti år siden. Denne litt mystiske, men alltid like høflige einstøingen. Husket ennå glimtet i øynene hans under de utallige koppene med kaffe de hadde delt i kantinen. Nokså stille av seg, men alltid hyggelig og inkluderende.

Siden hadde han hoppet av og dratt sin kos. Og snart hadde de alle kunnet lese om ham i aviser og på nettsteder for kunst. Sett hvordan han slo seg opp i kunstens verden. Men han hadde selvsagt ikke kunnet lese om henne på samme måte. Det var nok derfor hun hadde gått i glemmeboken.

Men det hun var mest skuffet over, var at han ennå ikke hadde besøkt kunstgalleriet hennes etter at han hadde flyttet tilbake. Det var tross alt det eneste galleriet i byen. Hun hadde nærmest tatt det som en selvfølge at han ville avlegge henne et besøk.

Helene hadde jobbet hardt for å gi galleriet et godt renommé. Men sammenlignet med galleriene Hermod Vik var vant med, var det nok ikke rare greiene. Åpenbart, siden hun ennå ikke hadde sett snurten av ham.

ILLUSTRERT AV RAGNA LISE VIKRE

Helene kjente at hjertet begynte å slå raskere idet den kjente kunstneren beveget seg bort fra sitt eget staffeli og over mot deltagerne. Hun sto omtrent på midten, og heldigvis begynte han helt ute til venstre.

Siden det var god avstand mellom elevene, kunne hun ikke høre hva de pratet om. Men hun så at de gestikulerte og lo. Så gikk han videre til neste. Pekte med penselen, kommenterte og smilte. Stemningen var upåklagelig.

Da turen kom til den unge kvinnen ved siden av henne, kjente Helene hvordan heten skylte opp i kinnene. Tiden var straks inne til å invitere ham til galleriet sitt. La ham få vite at hun eksisterte. Det var nå eller aldri.

Helene kunne høre hvordan de pratet om komposisjon og fargebruk. Han tok et steg nærmere det halvferdige maleriet. Så flere steg tilbake. Løftet kvinnenes hånd varsomt, holdt den på siden av sin egen. Som for å måle distanse og dimensjoner. Til slutt

Hun husket ham godt – denne litt mystiske, men alltid like høflige einstøingen.

nikket han anerkjennende og vendte seg mot Helene.

Bena føltes som gelé. Å invitere ham over til galleriet sitt, kunne hun bare glemme. Hun kom ikke til å få frem et ord. Det var helt latterlig. Hun var rasende på seg selv. Hun som til vanlig var både sterk og selvsikker. Og så sto hun her som en rødmende skolepike.

Med brede, selvsikre steg trampet han over mot henne. Øynene var de samme. Hun så det med en gang. Det mørke, fyldige håret også. Og han hadde fremdeles den varme imøtekommenheten ved seg. Hun trakk pusten og forsøkte å virke avslappet, men innvendig skalv hun ukontrollert.

Og overraskende nok så han ikke engang på henne. Han konsentrerte seg om lerretet.

– Det er bra, nikket han oppmuntrende, og kom med noen tips om hvordan hun kunne skape større dybde i motivet. Deretter gikk han videre.

Var det alt? Toppen tre minutter. Under halvparten av det kvinnen ved siden av hadde fått. Helene så over mot henne. Flott å se på, ja visst. Ikke rart han hadde brukt tid på henne. Hun snudde seg mot ham med en lynrask geip. Hun hadde allerede bestemt seg. Ikke tale om at hun ville stille opp på den siste kurskvelden om 14 dager. Plassen hennes ville bli stående tom. Og aldri i verden om han noen gang skulle få lov til å henge i hennes galleri. Slikt kjendiseri var hun direkte motstander av. I det minste fra i dag av.

Hermod Vik var tilbake ved sitt eget staffeli, byttet pensel og betraktet sitt eget verk. Helene kikket seg rundt. Så hvordan de andre deltagerne stilte seg opp på samme måte, bevisst eller ubevisst. Latterlig var det. Men etter runden hans, var stemningen åpenbart myket opp. Ingen var redd for ham lenger.

– Kan vi få se på det du maler? ropte en av deltagerne spøkefullt.

Han ristet vennlig på hodet.

– Det blir som å lese et uferdig manus. Det ville bare virke forstyrrende på deres egen prosess.

De ble stående og male ytterligere en halvtimes tid. Deretter tok han et steg frem og fortalte litt generelt om teknikker og prinsipper.

– Og med dette er vi ferdige for i dag, avsluttet han. – Men for all del, bli stående så lenge dere lyster. Og husk den siste kurskvelden er i atelieret mitt om 14 dager.

– Jeg var dødsens sjenert, for å si det rett ut.

Det ringte i bjellen over døren i galleriet Funk & Art.

– Bare et øyeblikk, ropte Helene fra bakrommet. Som daglig leder, og eneste ansatte, var det alltid nok å gjøre. Nøysomt og målbevisst hadde hun bygget opp galleriet til å få et svært godt ry. Noe omtaler på flere kunstnettsteder kunne bekrefte.

Nylig hadde hun gått til anskaffelse av en profesjonell espressomaskin. Heretter ville det bli slutt på pulverkaffe. De besøkende ville få serverte ordentlig kvalitet, som for å understreke hva galleriet sto for.

Om hun bare fikk den til å virke! I hele formiddag hadde hun balet med knappene. Dampen hadde stått i alle retninger. Men omsider så det ut til å dryppe ordentlig kaffe ned i koppen. Hun pustet lettet ut, grep et stort maleri som skulle henges opp og manøvrerte seg ut i de lyse lokalene. Løftet maleriet så høyt at hun måtte følge gulvet for ikke å snuble.

– Forsiktig med terskelen, lød det borte fra disken.

Det var som om hjertet hoppet over et slag. Rent så det svimlet. Sakte senket hun maleriet. – Hermod Vik, sa hun lavt.

Han var kledd i en mørk blazer og med en lyseblå skjorte som var åpen i halsen. Langt stiligere enn sist hun hadde sett ham.

Han smilte blygt, akkurat slik hun husket ham fra gamle dager. Nesten litt sjenert.

– Du kom ikke på den siste kurskvelden.

Helene kjente hvordan heten steg i kinnene. – D-det lot seg ikke gjøre. Var opptatt med en lovende kunstner som gjerne vil stille ut i galleriet mitt. Måtte prioritere.

En hvit løgn. Men bare halvveis. Hun hadde faktisk hatt en lovende kunstner på besøk, men bare ikke akkurat den kvelden.

– Det skjønner jeg godt. Han smilte igjen, så seg om i de store lokalene.

– Du har fått det flott her. Dessuten et godt ry, det har jeg fått med meg. Kanskje jeg også kunne få lov til å stille ut her en gang?

– Du? Stille ut her?

– Det ville være en ære. Tenk deg i min egen hjemby. Og i dette flotte galleriet!

Hun kjente seg mo i knærne.

Han gikk bort til inngangen, og først nå ble hun oppmerksom på den store, flate pakken innpakket i gråpapir.

– Faktisk har jeg allerede tatt med et maleri.

Hva? tenkte hun begeistret. Så fort? Men så tok hun seg i det. For øyeblikket var galleriet fullt, og hun hadde flere kunstnere på vent. Det kom ikke på tale å fjerne noen av de hun allerede samarbeidet med. Hermod Vik fikk vente.

Han satte maleriet foran henne, og han spurte om hun kunne hjelpe å fjerne papiret.

– Jeg er så klumsete med sånt. I New York var det alltid et byrå som tok seg av slikt. Men her må jeg pent finne meg i å gjøre det selv. Han lo.

Hun satte seg på huk og begynte å løsne hyssingen. Det var nå det gjaldt å stålsette seg. På en høflig måte måtte hun fortelle ham at hun gjerne ville representere ham, men at han pent …

– Men, men … Hun stirret på det vakre landskapet som ble avdekket. På elven, de grønnkledde åsene og på fjellene i bakgrunnen. Storslått og vakkert. Men bare som en skygge mot kvinnene i forgrunnen. Henført stirret hun på de lyse, lange lokkene. På den tandre huden. Det var noe svalt og drømmende over henne. – D-det er jo meg?

– Det stemmer. Noe jeg har drømt om å gjøre helt siden forelesningene på universitet.

– Trodde ikke du husket meg engang?

– Husket deg? Jeg tenkte vel ikke på stort annet.

– Men du sa aldri noe.

Han så ned. Deretter direkte på henne.

– Jeg var dødsens sjenert, for å si det rett ut. Har vel litt av det ennå. Innså det da jeg traff deg igjen på kruset. Så dette er vel min måte å uttrykke meg på. Tenkte du skulle få det etter siste kurskveld, men …

Hun støttet maleriet til disken og grep hendene hans. Klemte dem hardt.

– Tusen takk, sa hun. – Det rører meg mer enn du aner. Kan jeg få by deg på en kaffe mokka? Har nettopp installert en ny espressomaskin. Er ikke helt sikker på om jeg har fått den til, men du skal gjerne få være den første til å prøve.

– Gjerne, sa han. – Men bare om jeg får lov til å invitere deg på en hjemmelaget middag i atelieret mitt. Har ikke forsøkt meg på det, jeg heller. Ikke siden jeg flyttet tilbake. Men du skal gjerne få være den første til å forsøke …

– Da har vi en avtale, smilte hun og gikk inn på bakrommet for å lage to glass velduftende kaffe mokka. •

ILLUSTRASJON AV: ERLEND TØNNESEN

Smykketyven

Han var en tyv med god moral; stjal bare fra dem som hadde overflod, sånne som Margit Eek. Når han bare fikk kloa i den kostbare diamantringen hennes, ville alle hans økonomiske problemer bli en saga blott ...

Gustav Høk strøk neven gjennom det smårufsete, brune håret idet han tok av fra fylkesveien og fulgte grusveien opp til Villa Granly. Den gamle alleen hilste ham velkommen, det kjentes som en god dag.

Han hadde passert 40, leide en liten leilighet inne i byen, og hadde livnært seg på strøjobber de siste årene. Taunusen var moden for utskifting, men virket fremdeles. Selv den brune blazeren han hadde på seg var godt brukt. Til tross for at rullebladet hans ikke akkurat var skinnende rent, hadde han aldri sett på seg selv som kriminell. Han stjal bare fra folk som hadde mer enn de trengte, og han var aldri blitt avslørt. Nå hadde det dukket opp en usedvanlig fristende mulighet som han bare ikke kunne la gå fra seg!

Mellom de høye trærne åpenbarte det seg et stort, gammelt murhus hvor den godt voksne Margit Eek levde et tilbaketrukket liv. Gustav kjente ikke den velstående

enken spesielt godt, men de hadde slått av en hyggelig prat nesten hver søndag det siste året. Villa Granly var et utmerket utgangspunkt for hans ukentlige turer i skogen, særlig etter at han for et halvt år siden fikk muntlig tillatelse fra fru Eek til å parkere bilen nederst på den rommelige eiendommen hennes.

Når han så henne utenfor villaen, var det naturlig med et nikk og noen ordvekslinger. Enkelte søndager kom hun ut på trappen så snart hun så bilen hans. Det ble gjerne en kort prat idet han passerte like utenfor gjerdet, på vei mot skogen. Han hadde tenkt at hun likte vel å følge litt med, hun var sikkert litt ensom i det store huset.

Etter hvert fikk samtalene deres en uformell tone. Gustavs røslige fremtoning og gode smil kunne nok vekke tillit, og når han bestemte seg for å gjøre inntrykk, var smilet hans aller viktigste våpen. Men han oppfattet ikke seg selv som spesielt interessant for en dame som Margit Eek.

Når han bestemte seg for å gjøre inntrykk, var smilet hans aller viktigste våpen.

Da fru Eek nylig var avbildet i lokalavisen i forbindelse med den årvisse lokale auksjonen, hadde Gustav gjenkjent henne med det samme. Hvert år stilte noen fra det øvre sosiale sjiktet opp, enten for å selge noe eller rett og slett for å kaste glans over både seg selv og arrangementet. Det fremgikk av saken at hun eide en gammel ring besatt med en kostbar blå diamant, som i tillegg til å ha blitt taksert til mer enn tohundretusen, også hadde en fantastisk forhistorie. Ringen skulle ikke selges på auksjonen, men fru Eek støttet årets arrangement ved å la det sjeldne smykket inngå i en utstilling som besøkende kunne beundre.

Utstillingen var ikke så interessant for Gustav. Derimot hadde det gått ett støkk i ham da han studerte fotografiet nærmere. Margit Eek holdt sin lille hvite pomeranian på sin høyre arm, og med den andre holdt hun en mappe og noen papirer tett inntil den draktkledde kroppen – det så ut som om hun hadde hatt det travelt da journalisten stanset henne. Øverst på papiret som stakk opp, var det notert en tallrekke med bindestreker mellom, og Gustavs puls økte noen hakk – kunne det faktisk være tallkombinasjonen til safen hvor hun oppbevarte den verdifulle ringen? På det rastrerte avisbildet var tallrekken nærmest uleselig, men Gustav fant det samme oppslaget på nettavisen og han var tilstrekkelig datakyndig til å forstørre bildet.

Han hadde smilt fornøyd da han kunne notere 74–02–54–51.

Neste utfordring hadde vært å få innpass i Villa Granly, og det hadde ikke gått mange ukene før anledningen bød seg! Han var på vei til sin ukentlige skogstur og hadde nettopp parkert bilen, da Margit Eek kom ut på den brede trappen foran huset. På høyre arm bar hun som vanlig den lille hunden. Hun vinket ivrig til ham, og de hadde sin sedvanlige prat over gjerdet om vær og vind, men aller mest om lokalpolitikken. Hun fortalte at hun skulle ha deltatt på et todagers seminar vedrørende omstruktureringer innen politietaten, men hun kunne jo ikke la Leo være alene hjemme så lenge.

– Ikke sant, Leo? sa hun henvendt til hunden. – Min bror skulle ha stoppet innom for å se etter ham, men nå ligger han på sykehus med brukket arm. Det blir umulig å få tak i noen andre på så kort varsel, seminaret starter jo allerede i morgen tidlig!

Gustav lot ikke denne sjansen gå fra seg. Han hadde sannsynligvis koden, nå kunne han også få tilgang til villaen og safen!

– Jeg kan hjelpe til, hvis du synes det er greit, tilbød han og forsøkte å ikke høres for ivrig ut. – Jeg kan ha Leo hjemme hos meg de to dagene du er borte, eller jeg kan stikke innom her og lufte ham og ellers sjekke at han har det han trenger.

Margit Eek ble betenkt. Løsningen ville medføre at hun slapp ham nærmere innpå livet sitt, og det kunne se ut som om hun veide for og imot. Han tilhørte på ingen måter hennes krets – ville det være forsvarlig? Men det gikk ikke mange sekundene før magefølelsen overvant fornuften, og hun slapp et lettelsens sukk!

– Mener du det? Kan du virkelig hjelpe meg? Jeg visste nok at du er en omtenksom ung mann! Ja, Leo har jo allerede godkjent deg, så jeg er sikker på at dere finner tonen. Han vil nok foretrekke å bo her hjemme. Hvis du kan komme innom rundt lunsjtider både i morgen og onsdag, vil det løse alle våre problemer! Jeg overnatter inne i byen, men om nødvendig er det bare å ringe, så kommer jeg hjem!

På armen hennes lå Leo og smilte med sin skjelvende rosa tunge hengende ut fra munnen.

Deretter hadde Gustav fått et maskinskrevet ark med instrukser, en nøkkel til kjøkkeninngangen samt en midlertidig kode til alarmanlegget – dagens dato. Instruksene anga tidspunkt for servering av Leos måltider, hvordan han foretrakk å bli klødd, samt hvor i hagen han skulle luftes.

Nå som han kjørte opp alleen, merket han en snev av dårlig samvittighet – planen hans var å finne den verdifulle ringen, og med fru Eek ute av villaen var det fritt frem! Han kunne bruke hele dagen om nødvendig. Men var han tøff nok til å misbruke den tilliten som huseieren hadde vist ham? Han hadde jo ikke noe imot henne som person, og etter alle de hyggelige samtalene stolte hun tydeligvis på ham. Hun kunne jo ikke vite at han hadde presentert seg med feil etternavn. Det fantes en Gustaf Lunde på Gustavs alder, en redelig kar med omtrent samme utseende og livssituasjon som Gustav, og som neppe hadde bånd til fru Eeks omgangskrets.

Hvis hun hadde gjort litt research, ville hun skjønt at hun hadde kartlagt feil person.

Han parkerte ved porten helt øverst i alleen. Den ærverdige smijernsporten ble åpnet og snart steg han inn i den store hagen og ruslet oppover mot villaen. Han var nesten fremme ved hovedtrappen da han fikk øye på den unge kvinnen som sto et lite stykke ute på plenen og speidet opp mot bygningens andre etasje. Hun var kledd i en trang bukse og lave sko, og den lyse blusen så ut til å være to nummer for stor. Kanskje det var moderne; Gustav fulgte ikke med på den slags.

Han bannet stille, skulle han ikke få utforske villaen på egen hånd likevel?

– Hei, smilte kvinnen da hun oppdaget ham. Hun kunne være 25. Kroppen var slank, men sterk, det nette ansiktet var nesten uten sminke. Et enkelt, lyst bånd holdt det kastanjebrune håret unna øynene. Hun gikk mot ham og rakte frem hånden.

– Ann-Marie. Og du er?

– Gustaf Lunde, hilste han, og tenkte at hun var både pen og alminnelig på samme tid.

– Det er visst ingen hjemme, konstaterte hun og kastet et blikk opp mot overetasjen igjen. – Jeg har ringt på flere ganger, men alt jeg hører er hundebjeff. Det var dumt av meg å takke nei til å ha egen nøkkel.

– Det er Leo, fylte Gustav inn. – Er fru Eek moren din?

Hun nikket samtidig som blikket hennes vurderte ham. – Jeg bor flere timer unna, jeg syntes det var unødvendig å ha mine egne nøkler etter at jeg flyttet så langt bort.

– Men jeg har nøkkel, triumferte Gustav og klappet seg på bukselommen. – I hvert fall til kjøkkeninngangen. Jeg skal lufte Leo.

– Så heldig jeg var nå! strålte Ann-Marie. – Vet du når hun kommer tilbake?

– Ikke før i morgen kveld. Med mindre du ringer, så dropper hun kanskje hotelloverna ttingen.

Han innså at planen var i ferd med å rakne. Men husets datter hadde sikkert ikke tenkt å sitte alene i villaen og tvinne tommeltotter, hun ville vel besøke venner nå som moren uansett ikke var hjemme. Hvis han halte ut tiden ved å degge litt ekstra for Leo, ble det kanskje anledning til å lete etter safen allikevel?

Han gikk mot kjøkkeninngangen på østsiden av huset.

Ann-Marie kastet på håret og fulgte fnisende etter ham. – Jeg hadde faktisk ikke regnet med å gå kjøkkenveien!

Han var fullstendig overrumplet av den uventede interessen.

De kom inn i vaskerommet hvor Gustav kjapt deaktiverte alarmen sånn som fru Eek hadde vist ham dagen før. Kjøkkenet lå like innenfor vaskerommet. Gustav lot på nytt blikket streife hver meter av begge rommene i tilfelle han hadde oversett en safe da han ble instruert av husets eier. Han innså at det nok var mer sannsynlig at safen fantes i andre etasje, i et arbeidsrom eller i nærheten av soverommet. Men hvordan skulle han komme seg opp trappen uten at Ann-Marie fattet mistanke? Han hadde strengt tatt ikke noe der oppe å gjøre.

– Jeg la ikke merke til bilen din? kommenterte han mens Ann-Marie gikk bort til kjøkkenvasken og gned seg i ansiktet med kaldt, rennende vann. Dagen var ikke spesielt varm, men hvis hun hadde kjørt i flere timer trengte hun vel en oppfriskning.

– Jeg kom med bussen, svarte hun kjapt og strakte seg etter et glass fra overskapet.

– Hvilke planer har du for dagen? prøvde han seg. Men hun overhørte spørsmålet, snudde seg smilende mot ham. – Vil du også ha et glass vann?

– Nei takk. Jeg får vel sørge for at Leo får slukket tørsten først.

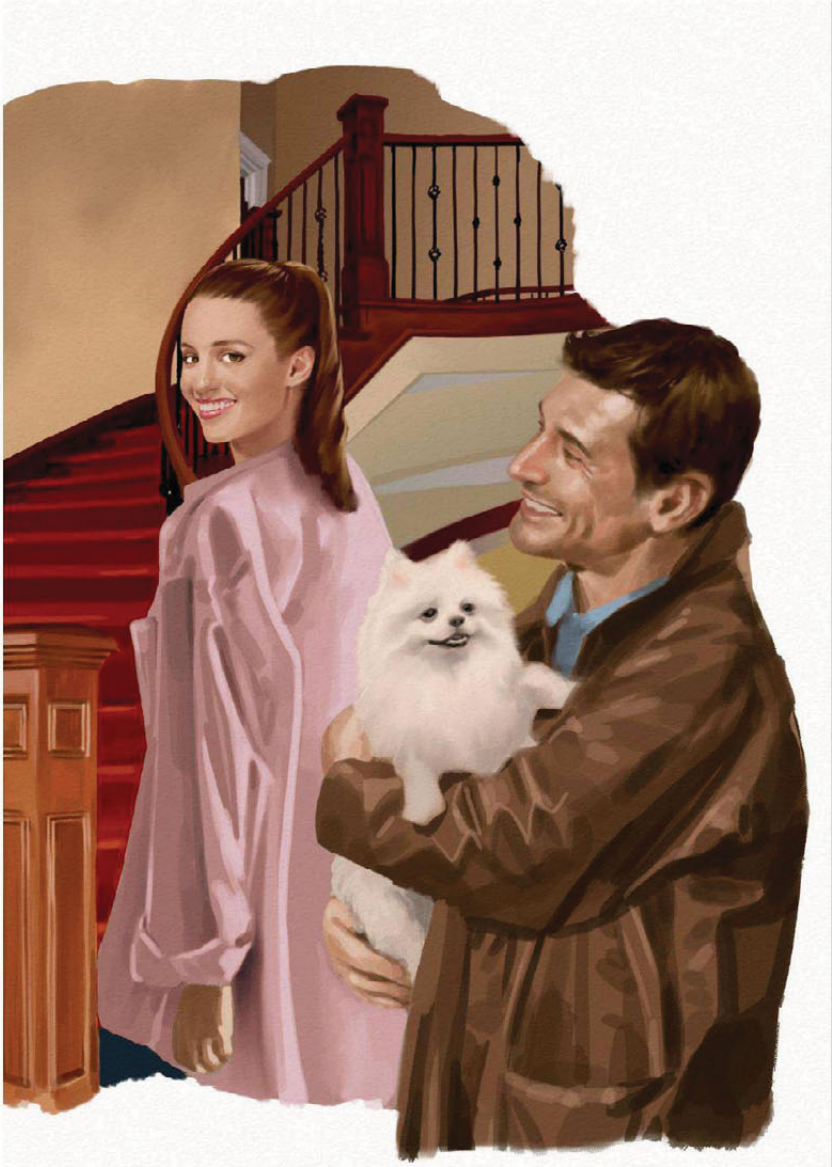
Gustav mente å være vittig, men Ann-Marie lo ikke.

Han rakk så vidt å åpne kjøkkendøren før den logrende hunden bykset frem. Det hvite nøstet nærmest hoppet av glede og Gustav rygget bakover. Han ble nesten litt rørt av en så overstrømmende gjensynsglede. De hadde jo knapt hilst på hverandre før. Leo stanset brått opp og la hodet på skakke idet han fikk øye på Ann-Marie borte ved vasken.

– Hei, Leo! smattet hun, men gjorde ikke noe forsøk på å lokke ham til seg. – Vi er ikke så nære, for å si det sånn, smilte hun unnskyldende. – Leo kom i hus lenge etter at jeg flyttet ut.

I den store hallen var alt som Leo trengte, samlet ved foten av den brede trappen som ledet opp til andre etasje. Gustav lot blikket følge de mørke trinnene oppover. Den vinrøde løperen ble holdt fast av en gyllen trappestang innerst på hvert trinn. Han måtte finne et påskudd til å gå opp dit!

Mens han ventet på klart farvann kunne han like gjerne gjøre seg ferdig med pliktene sine. Det lå fremdeles tørrfôr i Leos matskål, det var tross alt ikke mange timene siden fru



Eek hadde reist hjemmefra. Hunden skulle luftes og degges litt med, senere skulle han serveres postei klokken ett, det var ennå en god time til.

Han koste forskriftsmessig med Leo. Litt klapping, litt kløing under haken, men aller mest på høyre side av nakken – alt ifølge fru Eeks detaljerte instruks. Noen minutter senere bar han hunden med seg ut, på høyre arm som om han var matmor. Utenfor fikk den firbente løpe omkring i det ikke helt nyklippede gresset. Leo hadde sine faste steder hvor det skulle både luktes og skvettes.

Da han igjen sto i hallen, kom Ann-Marie ned trappen. Hun hadde nettopp avsluttet en samtale og slapp mobilen ned i lommen. Lyset fra det store blyinnfattede vinduet i trapperommet falt delikat inn fra siden og fremhevet den unge kvinneskikkelsen. Gustav ble stående og betrakte henne mens Leo trippet bort til vannskålen sin.

– Var det godt med en luftetur? spurte hun idet hun nådde ham. – Du rødmer, er det den friske luften?

– Ja, stotret han.

– Du virker som en hyggelig kar, fortsatte Ann-Marie og ga ham et blikk som ikke kunne feiltolkes. – Du må gjerne holde meg med selskap etter at du er ferdig med han der.

Han var fullstendig overrumplet av den uventede interessen, han var jo minst 15 år eldre enn henne. Samtidig jaget nye tanker gjennom hodet hans. Hvis Ann-Marie var enebarn, og han mot alle odds greide å kapre henne, ville gevinsten bli langt større enn verdien av en skarve diamantring!

– Dette er til deg, fortsatte hun og blunket. Hun stappet et burgunder silketørkle ned i brystlommen på blazeren hans →

før hun lot hånden hvile mot brystet hans litt lenger enn nødvendig. – Fargen kler deg så godt!

– Takk!

– Jeg må ut et ærend, men håper inderlig at du er her når jeg kommer tilbake.

– Det kan nok tenkes det, smilte han og kjente seg litt skjelven.

– Jeg skal bare levere noe til en bekjent. Det tar en halvtime å spasere hver vei.

– Har du sertifikat? Lån bilen min! insisterte han med et stort smil og fisket opp bilnøkkelen fra bukselommen. – Det er ingen rikmannsbil, men den gjør som den får beskjed om.

– Supert! strålte hun og kysset ham spontant på kinnet. – Jeg er snart tilbake!

Gustav sto ved vinduet til Ann-Marie hadde kjørt bort, deretter ventet han ennå et par minutter i tilfelle hun skulle finne på å komme tilbake. Men så fikk han dårlig tid, og løp opp trappen. Han hadde omtrent en halvtime på seg til å finne safen, det burde han greie! Han så seg om mens hjertet slo stadig fortere. Ville han rekke å sjekke alle rommene? Den nærmeste døren skjulte et soverom som ikke så ut til å være i bruk. Han kikket under sengen, bak gardinet og inni klesskapene, men fant ingen safe. Han hastet videre til neste soverom og gjentok prosedyren.

Hun forsvant inn en dør der oppe, og like etter hørtes et skrik!

Med ett hørte han lyder fra hoveddøren nedenunder selv om det neppe var gått mer enn et kvarter! Han ilte bort til trappen og frøs til da han så Margit Eek komme stormende inn i hallen. På slep hadde hun en uniformert politimann!

– Der er han! skrek hun og pekte mot Gustav som var på full fart ned trappen. Politimannen tok et fast tak i overarmen hans.

– At jeg kunne stole på deg! freste fru Eek idet hun hastet opp trappen. – Enda godt at den observante turgåeren ringte meg da hun så hvordan du romsterte innenfor kontorvinduet! Din svindler!

Hun forsvant inn en dør der oppe, og like etter hørtes et skrik! Sekunder etter hastet enkefruen ned trappen igjen, blek i ansiktet.

– Som jeg tenkte! Safedøren vid åpen og ringen er borte!

– Gi meg ringen! kommanderte politimannen og røsket ham i armen. Men Gustav slo ut med hendene, han visste jo ikke mer enn dem.

– Jeg har ikke rørt noen safe!

– Han lyver! utbrøt fru Eek. – Selvfølgelig har han diamantringen! Den lå innpakket i det burgunder silketørkleet som han har pyntet seg med!

– Det fikk jeg av datteren din! prøvde Gustav seg.

– Sludder! Jeg har ingen datter!

Politimannen tok et fastere grep i Gustavs arm og førte ham ut til politibilen. Han forsto at han var blitt grundig lurt av en kvinne som også hadde oppdaget safekoden på avisoppslaget! Hun hadde stått på plenen og vurdert hvordan hun skulle komme seg inn, da Gustav så beleilig hadde ankommet Villa Granly og gitt henne adgang!

Nå gispet han igjen – bilen! Først hadde han låst henne inn, og deretter insistert på at hun skulle stikke av i den gode, gamle taunusen! •

Fokus på helsen din

- Få en omfattende helsesjekk inklusiv scanning av dine blodårer og organer hos spesialist.
- Røntgenlegen undersøker om dine organer er normale og vurderer en rekke risikofaktorer.
- Du har god tid til å diskutere dine problemstillinger og bekymringer med legen.

Austad Diagnostikk

Hør mer eller bestill:

70 01 16 72

austaddiagnostikk.no

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

Hjemmet

KRYSSORD MAGASIN

Send inn løsningsgatene via post, sms eller Internett. Må være oss i hende innen 31.03.2025. Bli med i trekningene om premier for hver enkelt oppgave. I tillegg kan du bli med i trekningen om hovedpremien på både den eksklusive Kryssordkoppen og 10 Flax-lodd ved å sende inn minst seks ferdig utfylte oppgaver (unntatt sudokuer) via posten. Se kupongen på siste bilagsside. Lykke til!

HOVED-PREMIE!
Kryssordkoppen og Flax-lodd!

KJENDIS-KRYSS

★☆☆☆☆

PREMIE
1 vinner får 10 Flax-lodd

Send bare inn den gule løsningsgaten som går ut fra bildet. Se siste bilagsside.

Løsning og vinner av Kjendiskryss i nr. 2:
Else Ekenes, Larvik.

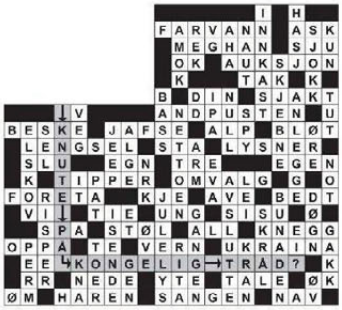


FOTO: NTB

TRIVELIG · PÅLEGG · VRANG · SNU SIDER / PLAGGDELEN · DERTIL / IFØRE · GLOSE · TEGNESERIEMUS · FIN

TAU · UNG / MANN FRA BIBELEN · DOVEN · MELODI / AKKURAT · JENTENAVN / UTTALE · SELSKAP · BRUKKET · ENSOM / APPARAT · KALD SAK / TEMA · GLIS / SLEKTNINGER · VET

HVILE / KØYE · HÅND · THOMAS … · UBEBODD · JÆVLIG · ILDSTED · VASSE · MANNSKAP · BILDE

BEDØVE / BELØP · FILLE · HISTORIE / IDRETTSSTEVNE · DEL AV LATTER / VELSTÅENDE · SOVNER

TAUENE / OMSLAG · KRANGEL / PAVE · OM · FLETTING AV BLOMSTER

AMBASSADØR / DYRENE · OS / HESTEHÅR · HØFLIG TILTALE

TRE · GUTTENAVN / GRØNNSAK · DYR / TØYS · LØVTRE · TOALETT / STOR SJØFUGL

RUSSISK KEISER / KOLLIDERE · AM. STAT / DANS · RANK / BAKKE · PUSS / DATAUTSTYR

HOGSTREDSKAP · SPISER ULL / DEL AV SYKKEL · SJØDYR / IKKE STORE · DETEKTIV · LIDELSE (FORK.) · ENKLE

LEDE BORT · AKEBAKKEN / BLÅSEINSTR. · SKÅL / 365 DAGER

ENKEL / ORK · ILDKULE / NAVN OG TIDSROM · FERDES / JENTENAVN · SUGER / DYREMAT

NÆR · FARKOST / SPØRRE · CIRKA · TALL

SVAR · SIDEMANN · NISSEDYR · OM IGJEN

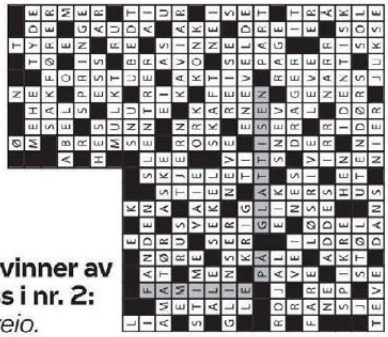
TO LIKE · TA SEG AV · RÅD · VETO

FAMILIEKRYSS

Send bare inn løsningsgaten som går ut fra bildet. Se siste bilagsside.

PREMIE

1 vinner får 10 Flax-lodd



Løsning og vinner av Familiekryss i nr. 2:
Karin Lie, Sveio.

	BLUS-SENDE	DISK	MÅNED	MORO		LITE		UKLAR		BJEFFE / STIG!				SLAGORD / VITAL				
	LAGE LYD / KANSEL-LERE							NÆRE / GAMMEL PLATE			SIVE	VENNLIG					PARTI / RIKE	
						ÆTTENE / LØVTRE									DESSERT / ALENE			KRYR
OM IGJEN / DREIE				SKRATTE / GLANE			3,14 / SJÅVI-NIST			LØP		FORTEL-LING / SORT						
AN-BRAKTE / NÅL			GRIMASE / GRUNN					INSTRU-MENTET / TONE								SINT / BETEN-NELSE		
					DYR / VED								BEST-RIDER / RIMET					
AVFALL						TALL / BLADET					KLOKKE-SLETT / UTVIK-LING				TALL		SPORTE / MESTER-SKAP	
				MERKE-LIG / FOR-HANDLE				KROPPS-DEL / GAMMEL MANN				LEGGE / SLIK						RENNE
MØTES	SKRIFT-TEGN	VERDENS-DEL / SKUE-SPILLER								DAMPE / GJENGIR				FALLE / RANGLE				
LAGE BRØD					PRIN-SESSE / HES												SUSETE / DYR	
I ORDEN / EST			ØY I HELLAS						RETNING / UBE-MERKET				HURRA / HEVER					KORT
			BØYD / LITE ROM				ØVET / ORGAN									SPISS / VINDUET		
LETES / FALSK						HUGG-VÅPENET / SJEL						VINNE / VRØVL						TRÅKKE
				SLURK / SAM-TYKKE				IRRI-TERE / SNURPE SAMMEN						SURMULE / BÅT				
DIS-TANSE		HÅNDS-REKNING									FISK						FIKSE	
							BEMER-KER						SELV-LÆRT					

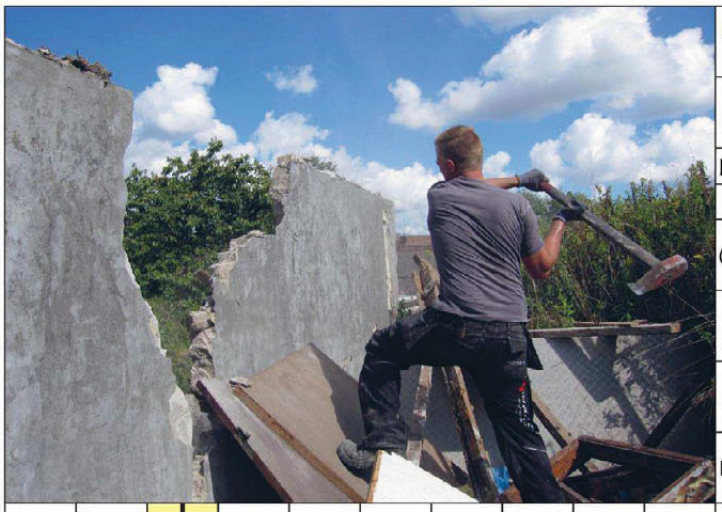
PLAGG		RED-SKAPET	MUNN		BRYGGE	KLUTEN / MÅPE		PRON.	PRIMI-TIV
FJÆR-KREET					ARK I BOKA / PROBLEM				
MANN-SKAP	KRUSET / SEN								
				SER MAN DET		BAKKE		PIL-KAST-ING	
SLITEN		SANG / UFF							
			VIDDE / SKRØNE-MAKER				OPP-DRETT / ALFA-KRØLL		
TROS-RETNING						100 M² / NORRØN GUD			FOR-BRYTER

KOMBI-KRYSSORD

PREMIE
1 vinner får 10 Flax-lodd

Send bare inn løsningsgaten som går ut fra bildet. Se siste bilagsside.

Løsning og vinner av Kombikryss i nr. 2:
Ragnhild Røssing, Levanger.



SLAG-ORD	↓ 1		PATTER	FISK	OPPSTYR / KOMMUNE	↓ 2		BILAG	↓ 3		SLET / SPISS	↓ 2								
↱ 4	5	6	7	8	4		BEITET / HIKSTER	9	10	10										
BJØRN / ÆRA	10	7	6	2	8		11	6	9	12										
OPPTRE	10	9	BØYDE SEG / TILLATELSE	4	13		9	11	10	9										
↱ 14	5	12	14	9	6		12	9	ADJ.	3										
ANER	TØVET	STEIN-ENE / STI	15	12	8		ALLAH / MAKTET	16	15	6										
KULTUR	8	3	11	NOTERE / IAKTTAR	11		5	16	16	9										
DRØV-TYGGER	↓ 2	↓	VARME-KILDEN	↓ 14	REDDES	MAT	↓ 14	DANSK ØY	LIK	FRAKKER	17	9	11	2	9	12	RAPTUS	11	ITALI-ENSK BY	
HAKE	8	18	9	12	SUMPEN / AVE-NYENE	1	19	12	8	OSE / UVEL	9	7	1	9	PÅBUD / LAGE BRØD	4	12	8	3	
↱ 4	15	12	2	7	3	9	13	LAKKER / EMBAL-LASJE	11	7	12	JOBBE / IFØRES	8	12	18	9	7	6	9	
SKRIF-TEN	ØND / FATTIG	15	2	2	9	11	REDSEL / HEV	17	8	13	7	4	4	ALFA-KRØLL / FARBROR	8	10	SPILLE BORT	ANTYDET	12	
PERIODE	15	4	9	BUTIKK-KJEDE / ATSKIL-LER	7	4	9	8	BIDRO / HES	6	9	11	10	5	4	DREIE / INNBO	2	13	5	
BØYE	18	9	13	6	9	STYRKE / FRIST-ENDE	2	17	12	7	10	9	SLEKT-NINGEN / GI BORT	13	9	3	20	9	13	
↱ 10	9	12	BARE / FALT	9	13	9	KATT / BLOKKEN	17	15	2	AFFÆRE / FISKENE	2	8	4	VANNET / MUNNENE	9	11	3	8	
VISER	1	↳	2	11	9	16	16	9	→	17	21	→	3	9	16	16	9	13	GRUNN	
↱ 22	7	13	13	9	HJELPE-MIDDEL / ERFAREN	16	21	2	10	5	11	DASK / BAK	2	11	8	16	LEGEMS-DEL / NOTE	10	21	
SNERK	6	MEKA-NISME / OPP-DRETT	15	12	3	9	12	4	SNYTE-SKAFT / KAPSEN	13	9	2	9	KAFEER / ARR	17	15	18	9	12	
FOR-SØKS-ROM	11	8	18	DELENE / ART.	8	13	6	9	11	9	13	9	DYR / ELEK-TRONIKK	1	9	12	12	GÅ	2	
↱ 22	9	11	11	9	13	6	9	FEILEN	15	12	9	10	10	9	13	KVINNE	9	3	8	
SLA	10	MORD-FORSØK	8	10	10	9	13	10	8	10	DUM	9	3	13	9	2	3	8	4	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28	29													

Hver bokstav har sitt nummer. Fyll inn etter hvert som du finner dem.

KODEKRYSS

Send bare inn løsningsgaten som går ut fra bildet. Se siste bilagsside.

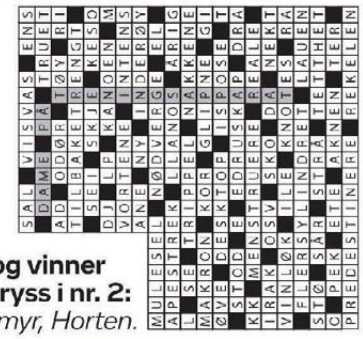
PREMIE

1 vinner får 10 Flax-lodd

Løsning og vinner av Kodekryss i nr. 2:
Pål Jordsmyr, Horten.

1	1	2	■	3	4	5	6	4	7	■	2	8	7	
9	2	7	10	11	2	4	12	6	4	13	14	13	15	
1	■	16	17	5	7	■	3	18	6	12	■	4	15	
→	3	16	11	6	16	↴	3	19	7	19	1	7	■	
3	4	12	6	■	12	15	■	7	2	■	5	3	17	
16	9	■	6	20	■	5	21	2	7	13	16	■	12	
12	13	16	12	2	4	16	14	3	■	5	16	14	1	
4	7	12	■	7	6	16	■	17	14	19	7	13	7	
16	2	12	15	14	3	4	■	3	12	10	7	↓	1	5	3	7	3	16	■
2	12	5	6 L	■	6	12	21	7	13	7	■	22	18	■	12	13	■	12	5
5	■	16	5	20	7	2	7	■	4	2	7	7	2	7	2	■	18	4	3
23	24	11	20	14	13	■	16	2	7	12	13	1	■	3	22	12	2	16	7
4	19	7	■	13	7	15	6	7	■	13	7	↓	12	12	■	19	7	■	16
■	12	13	13	7	2	6	7	1	7	3	■	21	2	5	4	3	21	9	16
12	6	■	11	21	■	12	24	■	13	7	3	6	7	■	5	6	7	2	■
3	4	14	16	7	2	2	7	13	15	■	10	11	2	21	6	14	13	1	7
3	12	2	7	13	7	■	22	7	6	6	11	22	■	6	18	20	■	18	4
■	6	14	2	4	7	3	■	13	12	15	■	3	19	12	2	16	12	6	7
12	19	3	14	■	6	12	16	14	13	■	5	16	14	1	7	■	21	7	2
6	■	7	13	3	■	6	5	7	1	7	6	7	13	■	2	5	7	13	■
10	11	2	15	12	13	15	7	13	■	6	7	2	4	7	■	20	2	7	4

1	2	3	4	5	6 L	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29											



KRYSSORD AV *Gjermund Hurum*

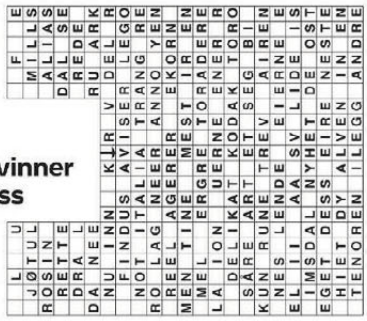
TEMAKRYSS ★★★☆☆

Finn ordet som går ut fra bildet. Dette ordet er oppgavens tema, og det er også løsningsgaten som skal sendes inn. Se siste bilagsside.

PREMIE

1 vinner får 10 Flax-lodd

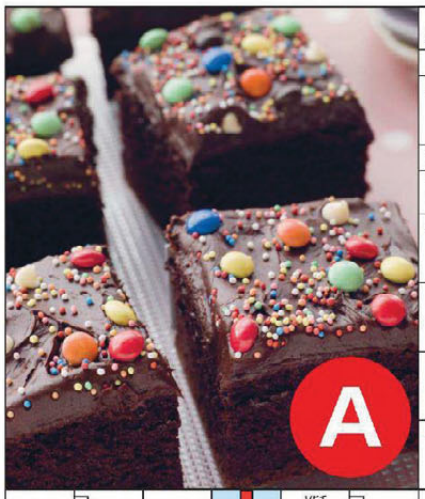
Løsning og vinner av Temakryss i nr. 2:
Anne Marie Sivertsen, Hundvåg.



TEMA
SYNGER
SLAGSTED
TVERRTRE / VENDT
TEMA
VEKK
FOLKETOMT / SUGE MELK
DUMHET
TEMA
TEMA
MØKKETE / LEDD
GREIE
SANGEN / ØNSKET
RØYS / GUDINNE
TONETRINN / MOTORVOGN
BESKYTTE / HULE
GUDINNE / ALV
HOLDE HUS / LÅRE
SPISS / SKILDRER
FELT / SETTE FRØ
LYD
ART.
STIGER / LEKER
NÆR
SEIG / DRIKK
HOLDE BØNN
TEMA / TEMA
BØNN
REDSKAP
KROK / STEDSNAVN
GLATT / FUGL
MISVEKST / FJERNSYN
ER HELT SIKKER
MORSOMT
MER
TEMA / TEMA
FØLE / DALSIDE
SKIKKE / DATAFAG
BIBELNAVN / SPISE
MANGLER
SLEMT / LYSNE
GLØDE / VANNVEI
FINS / LIK
SKRAL / DEKKE
SKRIVEREDSKAPET / TEMA
FÅ
UTEN HULL / TEMA
BLEMME / BUSK
NOK / VON
ESEL / BLODGRUPPE
JOD / ILDSTED
FRØ / 3.14
HENDIG
FLÅTE / FARTØY (FORK.)
DEN GANG
TA / DERETTER
DALTE
MIRAKEL / STIKKE
LIK / DANSEKAVALER
FØRERKORTKLASSE
OSS / FALSK NØKKEL
SVANS
KARAKTER (FØR) / NEDBØR
HAVNE
SITTE TIL HEST
TEMA / TEMA
RAKK / ART.
TEMA / TEMA
GRUMS / GANGVEI
KOSTES / FORNAVN
IKKE / ANTALL I EN TRIO
GNAGEREN / FUGL
MOT / GÅ
OPPTATT / STUND
HYLLE / SÅNN
HØYVANN
RE / PAPIRPENGER
TOPPKORT / SMERTE
GRANNE / UNDER
EUROPEISK
STRAFFE / BEGYNTE MED
MUNNBIND / ILE
SJØDYR / SALVE
ADV. / REGEL
VERN / FLETTVERK
KOSTBARE
STEDSNAVN
BOLIGBYGG / ANTALL
TILVANT
SMILENDE / LINN
FRED
OG
ORDNE SENGEN / FASE
TEMA / KRAFT
VERN
INSTRUKTØRER
MORENEN / LA
FINS / PREP.
STARTSTED
STAMMETEGN
UNGE DYR
JORDART

TRIPP-TRAPP TRESKO

Disse tre kryssordoppgavene (A, B og C) løser du i tre trinn med økende vanskelighetsgrad. Løs kryssord A først. Løsningsordene i de fargede rutene skal du benytte som nøkkelord i kryssord B. Løsningsordet i de grønne rutene i kryssord A, for eksempel, blir nøkkelord i den grønne ruten med spørretegn i kryssord B osv. På tilsvarende måte blir de fargede rutene i kryssord B nøkkelord for kryssord C. Alle de seks ordene som går ut fra spørsmålstegnene i B og C, skal sendes inn. Se siste bilagsside.



						BY I SVERIGE / ORDNE		FIKSE	ALV / FOR-SINKE	RAKE	KRAFT
						RYDDER / VASKE-MIDDEL			MO-DERNE / SMERTE / DELE UT		
						AR-TIST					
						VOK-SER	FLOKK / NASKE			TREFF	
									TONE		
KOR-TET		FØ OPP		VET / REIM-TØY		TALL			TØYE		HEST
GJENNOM-GANG / STAMPEN									FAST / KIKKE		
						FUGL		KJØTT-RETT / GRUPPE			
HYLLE					BORD / MØBEL					VAND-RE	GLIM-MER
KAKE		SERVITØR / SITTER TIL HEST							ROGN		
				BØNN / JENTE-NAVN			GOD-SKRI-VER		GRØNNSAK / KJØRE-DØNING		
ELV						YRKE				DEMPE	
SPA						KJØTT-STYK-KE		GRUNN-STOFF / ODDE			
MENE		KLAPSENE / ORD-GRUPPE							DAMP		
				HAL-VERTE / KASTE							SKIPS-EIERE
MENG-DEN	FREMMED-ARTET / SYNGE								DYR	BE-DRAR	
								FRUKT / JENTE-NAVN			
JAMRE / GJER-RIG					DEK-SEL				JENTE-NAVN		
					HUSKE						
ANO-NYM			VEIEN						HVOR		
KRANG-LE					HES-TER						

PLAGG		SIKRE / FAGER		HJEM-REISE	HI	JØKEL / LEVNET
BAN-NER						
FOR-SYNTE						
RÅDET		TEGN / PLANTE				
FUG-LER					GRYS-RYGG / SØKTENE	
LEVER / SKØYER			?	ØY / BETEN-NELSE		
LØKKE	VAK-LER	DYR / OPP-KOMMENE				
						VISLE
BAL-KONG / KONGE						?
						SETER-HUS
ESS / KANT					PSYKE / ØY	
				MÅTE / MYNT		
BYR-DEN	MASKI-NERI	MELKE / TALL				
						SELGE / REN
?						
FOR-TOM				HES / AVTALE		
BY I ITALIA		PLYND-RE	NATUR-FARGET / OMME			
						SNUDDE / BIB. PERSON
PRE-SANG					FORENE / APPA-RAT	
BEDØV-ELSE / BIDRAR						
				REN-GJØ-RING		

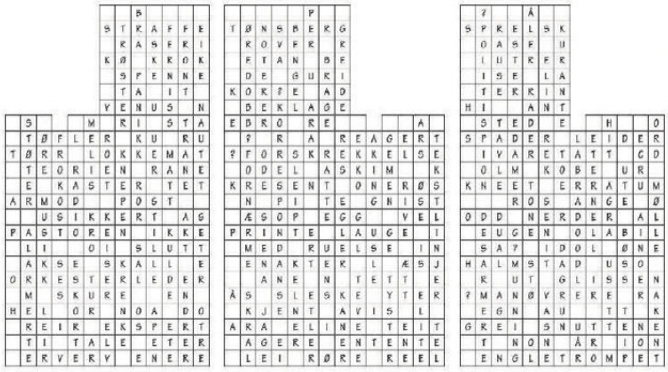
★★★☆☆

KRYSSORD AV *Torunn Klevjer*

PREMIE

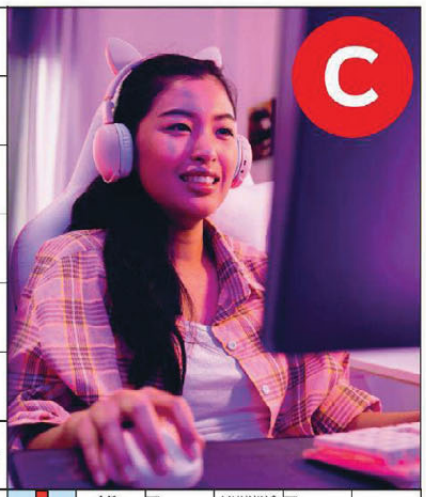
1 vinner får 10 Flax-lodd

Løsning og vinner av Tripp-trapp-tresko i nr. 2:
Roar Isachsen, Trondheim.



B

SKROT						
	PAR		DUK	HALV-APER		BE-VEGET
GYNGER / BRENNE-VIN						
				KVINNE / GUTTE-NAVN		
	KVIKK / SKUE-SPILL					
			PRON. / BYGEN			LOKKE-MAT
				UBE-HANDLET / ØNSKET		
MORO	SLESK / DREIE				SKIL-LET	
						RIKKE SEG
DES-SERT / USIKKER			DYR / TREG			
	TALL / FURE			ART.		
				FLATE-MÅL	PATTE	
		PAUSE				
		SKREM-ME				

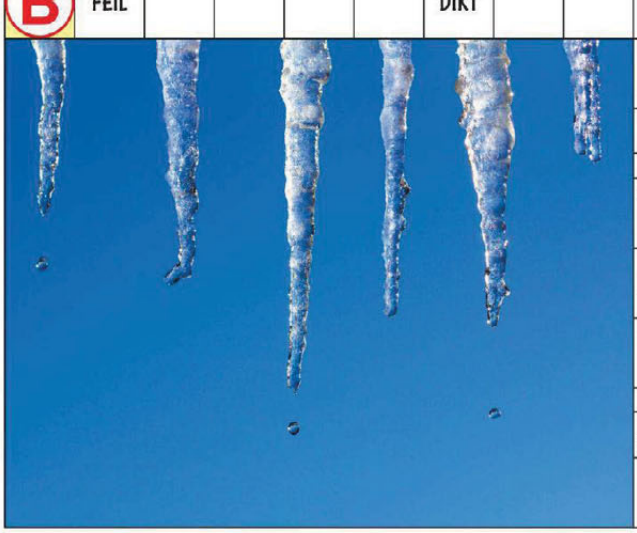


C

KJØRE-TØY	SPEN-NE	REIM	DAN-NELSE	TIGGE / PLATT-FORM		SUR-RET		LE-GEMS-DEL		MUNNING / MÅTE-HOLDEN		EKTE
TIDLIG					GIFT							
BO-LIGEN												
ØDSEL		?	BYG-NING / VERN									
BYG-NING-ENE						DUNST						
YRKE	BY I SPANIA		ORDNE / IDET					LE-GEMS-DEL		MUNNING / MÅTE-HOLDEN		EKTE
				INSEK-TET	DYR / GUTTE-NAVN							
STAT I USA / KUNST								DYR / STOLT				
			GLANS / ORGAN			APPA-RAT						
?									SPISS / SNILL			
KLEB-RIGE / KILDE						BARK / APPA-RAT						FAG-FOLK
				DYR	FUG-LER						PRON.	
FARTØY / PERI-ODEN							FATTE / GUD-INNE					
						BEITE / MONO-LOG				SJARM / LIKE-VEL		
RØRE	IMMUN / MYNT							MILDT / GUD				
			BY I ITALIA / TRE								BAK	
VEI / MASKIN				TONE / VILL			FOR-FATTER / DISIPPEL					
		DRYSSE / SNEDIG			LUKT / PREP.				FESTE / HUNN-DYR			
?												REKKE
KLEDE / SPORT				EGGE				PREP.				
				BERGE					SEIG			

DOBBELTKRYSS

Send inn alle de tre løsningsgatene som går ut fra bildene . Se siste bilagsside.



ORD I EN SANG
GREVE
HUGGE-REDSKAP
SKYTE-GREN
ART.
BLEK
HOLDE HUS
STA
KLOK-KER
SMØR-KOPP
GRUP-PE
C
TIL-TALE-FORM
KAP-SER
SINT
NÆR
VOM-FYLL
BREM-SE-SYSTEM
FLINKE
VING-LETE
LEGGE I SEG
TRYGLE
DEL AV BIBELEN (FORK.)
TILBUD ETTER SKOLETID
TRESORT
BIBEL-NAVN
RUSK
DUNST
MORSK
OLLE
KRAFT
HELE
TV-MERKE
ENDE
UFIN
HUNDE-NAVN
VERN
MAN
FARGE
RED-SKAP
KOLLE
REKKE
0.6275 METER
BRANN-SPOR
POP

A

TRENE
EROBRE
REKKE
PREP.
MOR-SOMT
FOR-TALTE
BYGE
OVER-REKKE
SLAG-STED
VERN
FART
STUNDE
BESKYT-TELSE
SKURE
GARN-PINNE

ROV-FUGL
= 4
OFRE
TIDS-ANGI-VELSE
ART.
FINS
NAGLE
ARVE-ENHET
HAR SEG
BRUS-MERKE

ABER
ANTALL VOKA-LER
LEVEN
STUND
AN-LEGG
DES-SERT
KOLLE
VENTE
HULE
URO
RØD FISK
RED-SEL
FLUKT

RÅD
PLAN-TEDEL
HUN
DUPLI-KAT
PURKE
FOR-SINKET
ODDE
BRO-DERE
TVERR-TRE
SMERTE

FLÅTE
FRED
AVIS-NAVN
SINT
INKLU-SIVE

ADV.
FRISK
MUT-TERS
BOD
SVAR-ORD
DESS
FESTE
DRIKK
VANN-VEI
OM-DØMME
UNDER-PLAGG
FORE-SVEVE
MUKKE

SAMD
HOLDE TALE
SKUE-SPILL
MÅPE
FOLKE-TOMT
MERK I
FYR
FOR-NEMME
ELTE
HJØR-NE
APPA-RAT
VERS-LÆRE

DUFT
KJER-NEVED
TRÆL
VASKE
GJEN-GJELD
FESTE
KRYD-RE
SLAPP
BLEST

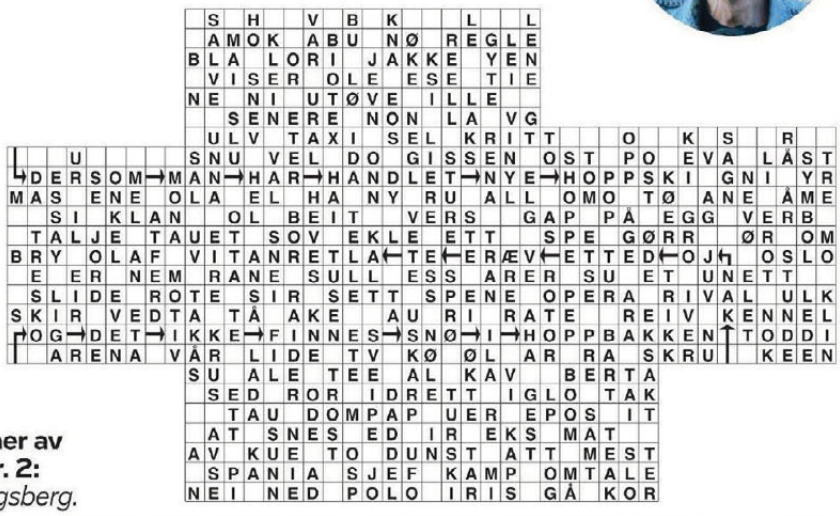
B

FEIL
LA
DIKT
NEDBØR
KIKKE
STØTE UT LUFT
HOLDT SENGEN
GRØFTE
FLEIP
HUN

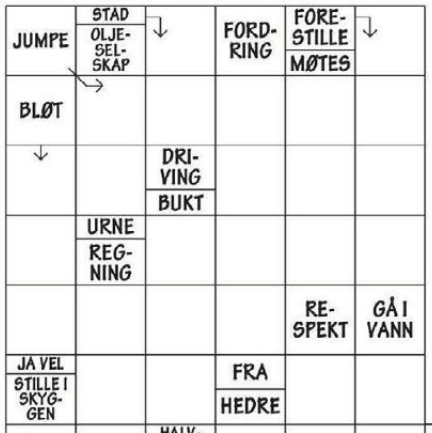
HVA MED SER
GJEM-SEL ER EN
KIOSK
VON SANG-GRUPPE
BETY
BRETT-SPILL
VIRVEL
SKO-MERKE
SELE-DEL
NIKS
PREST
BITT
ATOM
BESIT-TELSE
TIL-BRINGER
VIK
PLAS-SERTE
SÅLD
IKKE
PC-MERKE
PYNTE-SAKER
PÅ
EN KEISER
TRE-SORT
PLANTE
VAR
INNHEG-NING
MORE-NE
FOR-NAVN
FETT
REKKE
FAT-NING

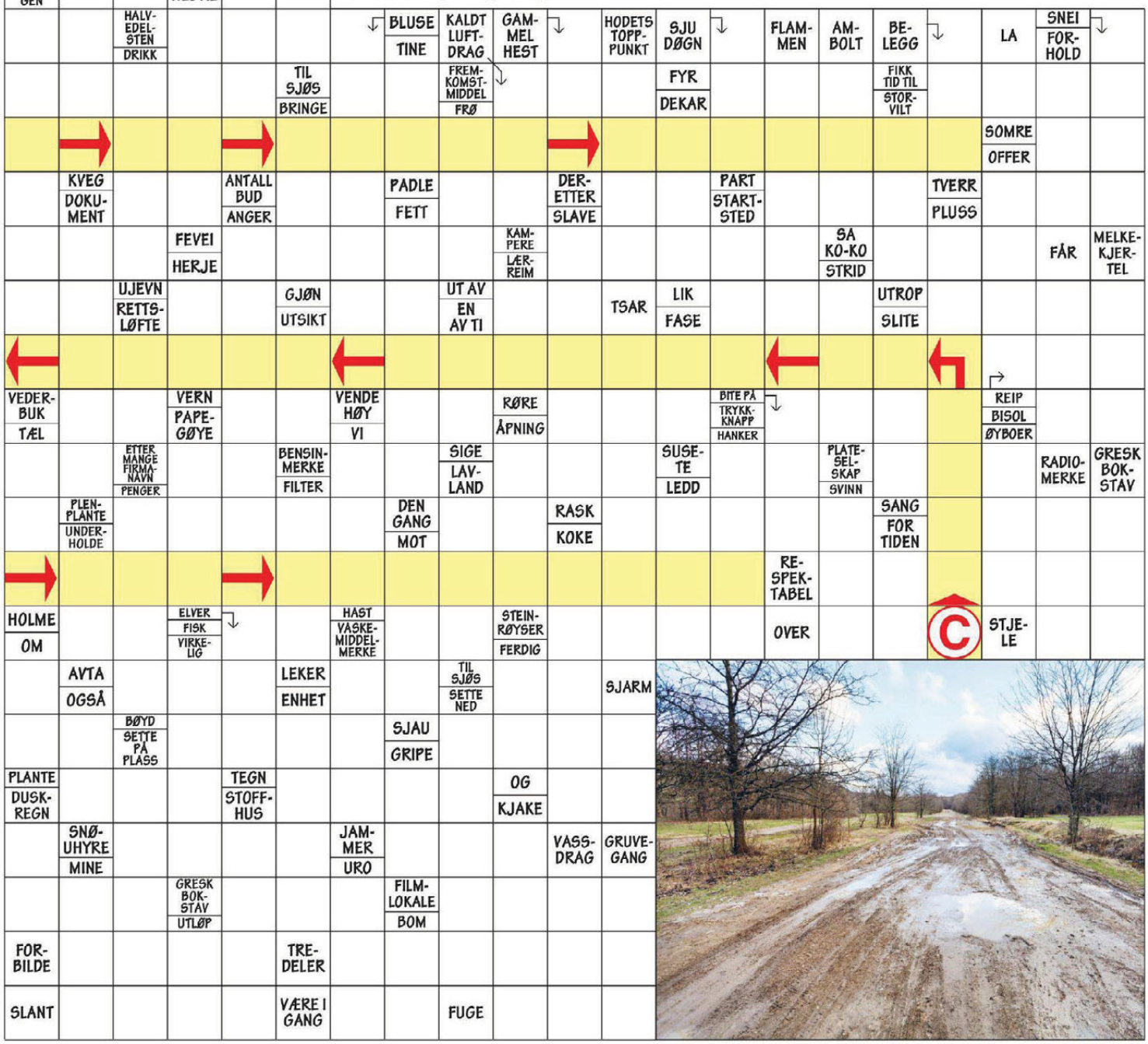
PREMIE
1 vinner får 10 Flax-lodd

KRYSSORD AV *Gjermund Hurum*



Løsning og vinner av Klokkekryss i nr. 2:
Berit Knive, Kongsberg.





NOE Å BRYNE SEG PÅ

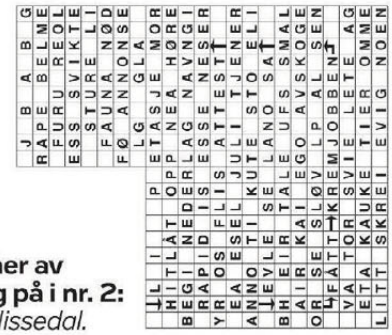
Send bare inn løsningsgaten som går ut fra bildet. Se siste bilagsside.

KRYSSORD AV *Gjermund Hurum*

PREMIE

1 vinner får 10 Flax-lodd

Løsning og vinner av Noe å bryne seg på i nr. 2:
Marit Liodden, Nissedal.



UT-TALE
STRIDS-PRO-VIANT
KVIT-TER
PUGGE
OVER-LISTE
SALTET RØGN
VEL-FØDD
KRØL-LET
BØRS-TEN
FLYTTE
SILE-INNRET-NING
BLEST
SMER-TE
FAR
KOLLE
AVTA-GENDE
GÅ FRA BORDE
RETT
TØYS
FOR-LIKES
VEIV-STANG
HERJE
STØY
FUG-LER
OG
INN-SATS
BIBEL-NAVN
ROM
LIKE-VEL
HAVN
FEKTE
SIGNAL
KRYPE
= Å
PLAN
FERDIG
RASKE
SKUL-DER
FISKER
BUKTE
0.981 BAR
LEV-NING
PALME-LUND
SVINN
SAND-STEIN
BETE
NÅ OG DA
HARPIKS
TIL-SAGN
AN-GREP
BLIKKE
PLAN-TEGNIN-GEN
VINSJ
LEV VEL
FOR-TRINN
MEDIA-AKTØR
REKKE
SKIFTE
LOVLIG
PYNTE-SAKER
NEDRE
NY
PEDELL
UTVEKST PÅ NOEN TRÆR
AVTA
KNUD-RETE
FEST-DRAKT
TANN-HJUL
1/10 DAA
STORT TREKAR
FREMME
LI
VÆSKE
FETT
SOMRE
LAFTE
SIDE
GULL
KRYD-DER
AKSEL
TAU
KRATT-SKOG
UT-KJØRT
INGEN-LUNDE
LEKER
ÆRE
OPP-SPILT
ENHET FOR TRYKK
LÆR-REIMER
OPP-KOMME
FALSK
KORRO-SJON
HARSK
BANE-DEKKE
UTEM-MET
UL
ART.
STIKKE
SPILE
JØKEL
EKTE
KRAFT
TO
GNAGE
MYNT
TONE-ART
PLAGE
GRUNN-STOFF
VISJO-NÆR
BÅT
VON
BOM
KOM-MUNE
GANGE
SKVÆR
UKLAR
HELT
STOR-VILT
FUKTIG-HET
BLUND
LEGGER STEIN
KAR
RI
HØSTE
PUR
PADDE
TØRKE-HUS
MED
UT AV
RADIO-BØLGE
BRYR
PIG-MENT-FLEKK
MAN
GUD-INNE
MYSE
FJELL-SLETTE
MI
ARVE-LIG GODS
KLEK-KELIG
OPP-FATTE

GAVEKRYSS

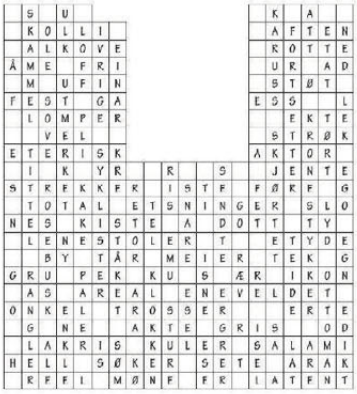
PREMIE

1 vinner får 10 Flax-lodd

Send bare inn løsningsgaten som går ut fra bildet.
Se siste bilagsside.

KRYSSORD AV
Torunn Klevjer

Løsning og vinner av Gavekryss i nr. 2:
Gro Lund, Moss.



PLAGG
HODETOPPER / ART.
BRUKBAR
DANS
BY / VOLL
VOKSE / FRUKT
TEGN / RETNING
BYGE / AFRIKANER
FLUKT
VASSDRAGET
SISTEMANN
ARISTOKRATI
YRKE
SILDRE / PRON.
SLITE
MUNTRE
TERRA
PRIOR
PLAGG
ADELSMANN
ALENE
HVOR
PLYNDRE / OVERLISTER
TONE
KONGE
ALDERDOM
GRUBLE
OPPDRETT / SKRÅL
MØTE
PERIODE
EVIG / OPPHAV
FORBILDE / SKITTEN
OPPKOMME / SLUTT
ØYGRUPPE
VESENTLIG
ARRANGERE
UFIKS
GRØNNSAK / GAL
YMTE OM
PRON.
VETO / DØ
SVULST
ÅNDE / BRA
GUTTENAVN / PLANTER
NES / KROPPSDEL
VAKLER / SKAPE
REKKE
SLUTT / FØLE
YTE
FASE
TRAU / VENER
SPISS
SNÅLE / TENT
DEILIG / ELV
FARGELØS
STILIG
UTROP / KRUMBØYD
ART. / JAMRE
BILDE
SELVTUKT
JAKTOMRÅDE / FLAMME
KJEKKE
PERFEKT / DE BESTE
VILL / KONGE
ROMSKIP
RYKER / KILDER
TØYSE
VANER / SLEPE
GRETTEN
BEHOLDER / SKAPE
DRIKK
FORTRINN
TONE / LURING
AGENDE / FORTELLE
BUNT
RANK / HALTE
VOKSE
TRYKKET / FISK
HOVEDSTAD
SKUE / TALL
SKADE
BÅT
KURERER
TALLORD
LÆRLINGER
AKTE
DYRET

I DYRENES VERDEN

★★★★☆

PREMIE

1 vinner får 10 Flax-lodd

Send bare inn løsningsgaten som går ut fra bildet. Se siste bilagsside.

Løsning og vinner av I dyrenes verden i nr. 2:
Gullen Resaland, Oslo.

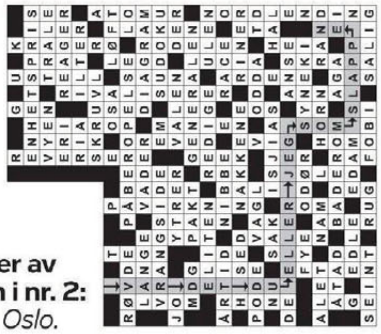


FOTO: ADOBE STOCK PHOTOS

BEKET · MØBEL · ANGRIPE · AKTET / TO · TONE / BIFF · ATTEST · ARBEIDS-PLASS / LIME

BYGNING

SYMBOL · PEK UT / FRØKEN

BREMSE-SYSTEM · TESE / SNOR

HYTTE / EDELTRE

INN-MATEN / LAND-KODE · BAK / FARM · RELATIV / EROBRER

KLARE / FJON · BIL-MODELL / SU · DET FØRSTE

HUGGER · PLASSEN · APE · MUSIKK-FORM · UTROP · VERK-STED · AVIS / ORKE-STER · ØY-BOERNE · PLANTE / TOSKET

KIOSK / STØTENE · OM-SLUTTE / DYR

OPPSTYR · ØY I MIDDEL-HAVET / DRASSET · MØTE / 1555

KAFE / DUNST · ORGANI-SASJON · ORG. / ENIGE

ØY-GRUPPE / NYTE · FEILEN / BILTYPE · FRANSK BY / DYRE-FØDEN · FOR-BRYT-ELSE

SKUFFE / KÅL · LUENE · SAND / AKTER

STIRRE · MUSIKK · TIL / TRENDY · TALL / VAKRE

HELLIG ELV · SPILTE · AV · ETLER / MASSE · TØY-STYKKE

NORD-MANN / ETTER-PLAPRER · BEDRIFT · UTETT

AKS · BENDET / HUNDE-DYR · ART. / RÅSTOFF · SJENERE / ØRNEN · ANFALL · KRUSET

SPILE · MORA-LIST / DRYSSE · TIDL. PARTI / RUSSISK MYNT

GRISERI · BLOD-RENTE · BAND / GUD · TALLORD / BLØTE

PENGE-INN-KREVER · ... UTE-LIGGER · TØNNA / KATTE · TUR / HJERNE-MÅLING · PLAGER

SKUENDE / SVØMME-FUGLEN · GRESK ØY / KVINNE-BLAD

MYNT-ENHET · DRAGET · EVNET · SPØRRE

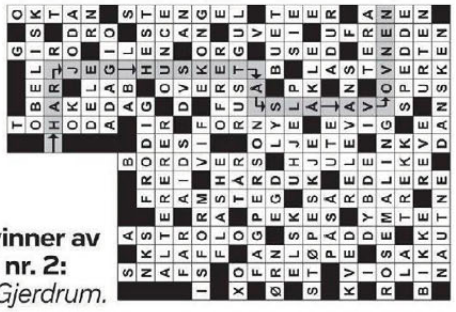
FRASI · KOMFYR-MERKE

FØRSTE-HJELP

★★★☆☆

PREMIE
1 vinner får 10 Flax-lodd

Send bare inn løsningsgaten som går ut fra bildet. Se siste bilagsside.



Løsning og vinner av Førstehjelp i nr. 2:
Kari Døhlen, Gjerdrum.

Du får ekstra hjelp til å løse denne oppgaven, om du ønsker det. Vi har listet opp alle løsningsordene i ordlisten nedenfor. Du kan naturligvis løse den på vanlig måte uten å kikke. Lykke til!

Ak Av Kn Lo Lø Nb Ns Od
Oi Re Rs Ry Up Va Aim
Ale Are Ark Bål Due Eur
Evt Fru Ill Kiv Lei Leo Lid
Nes Nkr Nve Nål Ose Rar
Øde Åke Åle Åme Asia
Caps Dien Fora Hoer Ifra
Ihop Jern Kran Lidd Magi
Muld Nees Neie Oier Olea
Omen Skye Snar Støl Taco
Tora Uvar Verb Anger
Eline Fiber Gales Gneis
Green Klede Kreve Kvakl
Nenie Peile Rebab Sakgi
Susse Sylfe Tukte Ublid
Øgler Akline Avskyr
Dusest Frelst Jakene
Navnga Nedslo Nitide
Oboist Orelur Rendøl
Russer Seidel Sifull Slabbe
Øsregn Egenart Kenguru
Utingen Abortlov
Grenader Tolererer
Sildekonge

FOTO: GETTY IMAGES

						JORD-BUNN		MÅLE	KILO-NEWTON		DIREK-TORAT / HAVØRN		BE-MERK	ROPES	BESTEM-MELSE
						PIXAR-FILM			OPPGA / DAMPE						
						LØVE				STRYKE-INSTRU-MENT / DRUKKEN					
													MORET SEG / TRE-SLEKT		
						DRA	TRIST / KRANGEL				ROPER / SPORTS-GREN				
									FRI / SKOTSK ØY						
						FLOKE		KYSSE / VERDENS-DEL						HODE-PLAGG	
											MAT / FIN TREVL				
						KULTUR-RÅD	LUFT-ÅND						BRUKKET / AKKER		
SAKSØKE		EURO-PEER	HEKSERI		KNELE / FOLK					SAMMEN BLÅSE-INSTRU-MENT					KVINNE-NAVN
			BOK-HANDEL-KJEDE / SENKET				SVINE-RIET		MUSIKER / BEKLE						
KURIØS / DYR								ESKE / GAL						MULI-GENS	
BERGART						FINNER SEG I / PREG									
				BEGER							LEMSTER		VASSE / FISK		
BØTT	BERGENS-VÆR / ETTER «LANGT»							MILDEST / PARTI							SOLDAT
FÆL														VALUTA-KODE	
MADAM		WOW / UBETENK-SOM			KOM-MUNE / GLI				NETTE	KRYPDYR / KANAL					
			HANE / SØLE					SPISS / LINJE				FREDS-SYMBOL / KLOV-DYRENE			
FOR-AKTER							DANS / ADJ.				FERRUM				
ARENAER	FOSTRE / TEGN				STRAFFE / KRYPE						REIS / HURTIG			MORS-MELKEN	
ORD-KLASSE		ILD / TONE				BLØ / LESSE				SANG					
				KVINNE-NAVN						BEDRØ-VELSE					
MINKES					ENSOM				DEKKE						

SUDOKU

MIDDELS

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

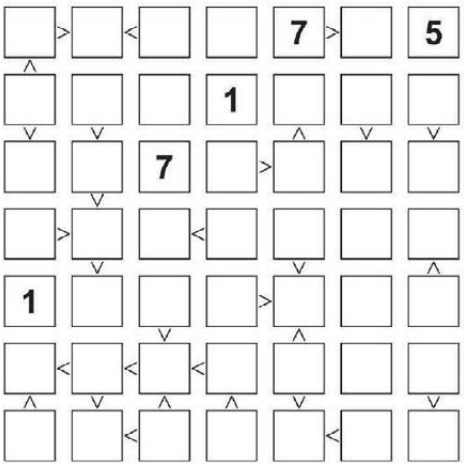
Fyll inn bildet slik at hver rad, hver kolonne og hver 3x3-boks inneholder tallene 1–9.

VANSKELIG

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

Hvis du trenger litt hjelp, finner du løsningene på siste bilagsside.

FUTOSHIKI



Tallene 1–7 skal fylles inn i hver vannrette og loddrette rekke. Hvert tall kan bare stå én gang per rekke. Du må ta hensyn til «større enn»- og «mindre enn»-tegnene. Oppgaven har bare én mulig løsning.

UKENS NØTT

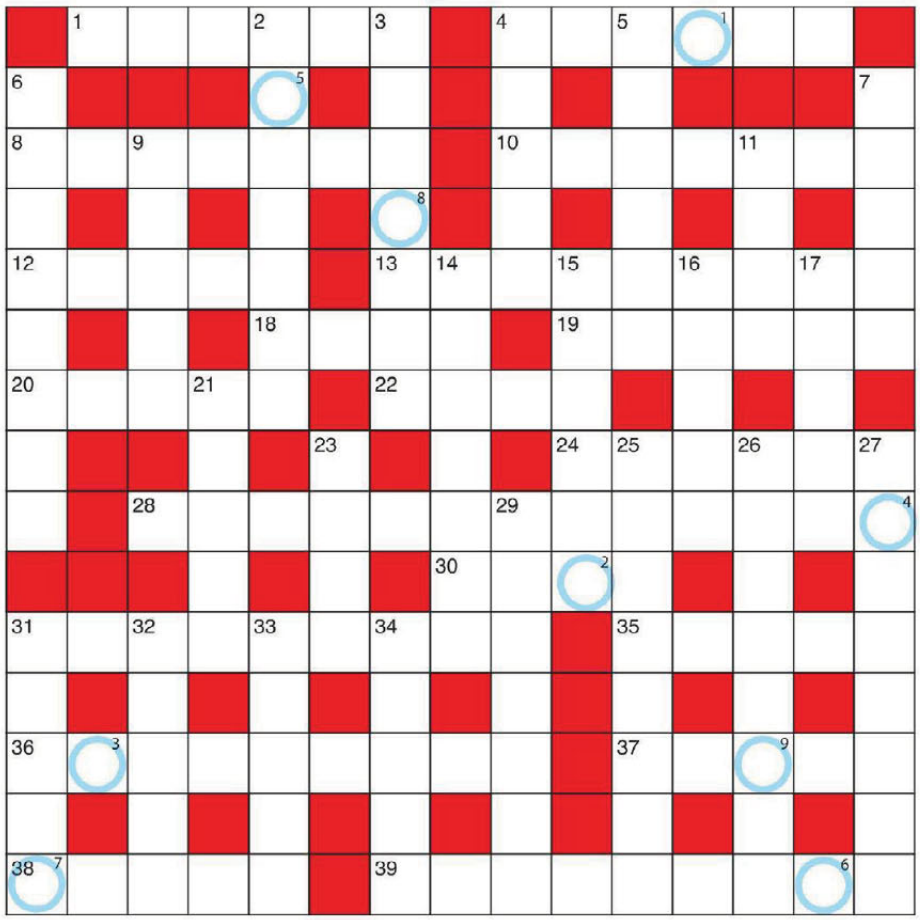
★★★★★

VANNRETT

1. Musikkuttrykk
4. Jo flere, jo mer søl
8. Leopard-mønstret
10. Nøkleblom
12. Aktet
13. Lappeteknikk
18. Dårlig
19. Ionet
20. Hop
22. Fergeselskap
24. Indianer
28. Apokope
30. Gud
31. Strikkeplagg
35. Stoff
36. Nedsatt syn
37. Mann
38. Troll
39. På badet

LODDRETT

2. Blandning
3. Fagmann
4. Glodde
5. Engelsk ridder
6. Angrep
7. Hellig
9. Skjære tapp i
11. Preposisjon
14. Bokstavrekke
15. Tidl. diktator
16. Engelsk forfatter
17. Slamp
21. Elv i Frankrike
23. Nasjonalpark
25. Morgensang
26. Afrikansk land
27. Plante
29. Nymfen
31. Avbrekk fra jobb
32. Sukret
33. Berber
34. Brettet



Bokstavene i de merkede rutene danner til sammen et løsningsord, som er det du skal sende inn. Se siste bilagsside. Sett bokstavene inn i diagrammet under, så ser du hva løsningsordet blir.

1	2	3	4	5	6	7	8	9

PREMIE

1 vinner får 10 Flax-lodd

Løsning og vinner av Ukens nøtt i nr. 2:
Løsningsord: Bladkunde
Hilde Ekornsæter, Haugesund.

Vinnersjanse toppremie 1 : 650 040 – Hjelpelinjen.no

MESTERKRYSS

★★★★★

KRYSSORD AV
Torunn Klevjer

KLASSEN
FLASKESTØRRELSE
FORFATTER
FORVIRRINGSTILSTAND
ÅPNING
OPPFØRE SEG KLØNETE
NØYAKTIG
PLANTE
FEROMON
PÅFUNN
KLOKKENE
FARGESTOFFET
GJORT NARR AV
KARRIEREN
KNOKKELDELER
PLAGG
INSTITUSJONEN
KATT
POLERTE
BESØK
RANG
DEL AV VÅPEN
FANGSTREDSKAPER
AUTORITÆR
KRAKER
LOVBRUDD
SIGNALFLAGGET
BAND
GRENSE
OFSE
DYR
TETTSTED
BY
HAVSTYKKE
JENTENAVN
BYGNINGER
BÅT
NØYSOMME
FORSTÅELSE
FIK
LIDENSKAP
AVGIFT

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

Når de ni merkede rutene leses i rekkefølge ovenfra og nedover (pass på rekkefølgen!), danner de en bokstavkode. Koden er ikke et ord som kan gjettes. Løsningskoden føres inn på kupongen bak, om du skal delta i konkurransen.

1	2	3	4	5	6	7	8	9

Løsning og vinner av Mesterkryss i nr. 2: *Sigurd Juul, Ålesund.*

LØSNINGER PÅ SUDOKU FRA FORRIGE SIDE

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

MIDDELS

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

VANSKELIG

4	>	1	<	3	2	7	>	6	5
^									
6		7		2	1	3		5	4
v		v				^		v	v
3		6		7	5	>	4	2	1
		v							
7	>	5		1	<	4	6	3	2
		v					v		^
1		4		5	3	>	2	7	6
				v			^		
2	<	3	<	4	<	6	5	1	7
^		v		^		^	v		v
5		2	<	6	7		1	<	4	3

FUTOSHIKI

HOVEDPREMIEN: Send inn minst seks ferdig utfylte oppgaver (unntatt sudokuer) via posten.

KONKURRANSEKUPONG KRYSSORDMAGASINET
Nr. 12/2025 • Må være oss i hende: 31. mars

Vinnere og løsninger av dette nummeret kommer i nummer 24.

Kjendiskryss: .....

.....

Familiekryss: .....

Kombikryss: .....

Kodekryss: .....

Temakryss: .....

Tripp-trapp-tresko: .....

.....

Klokkekryss: .....

.....

.....

Noe å bryne seg på: .....

.....

Gavekryss: .....

.....

I dyrenes verden: .....

Førstehjelp: .....

.....

Ukens nøtt: .....

Mesterkryss: .....

Du kan sende inn løsninger og bli med i trekning om premier på tre ulike måter:

- **VIA INTERNETT:** Gå til WWW.KRYSSORD.NO/ og skriv løsningsgatene inn i kupongen du finner der. Gratis.
- **VIA SMS:** Send kode HJEX, nummer og løsningsgater til 2205. Eksempel: HJEX 27 LØSNINGSGATER til 2205. Tjenesten koster kr 5 pr. sms.
- **VIA POST:** Skriv inn løsningsgatene og send kupongen her til **Hjemmets kryssordmagasin nr. 12, Story House Egmont, Postboks 4683 Nydalen, 0405 Oslo.** Husk porto. Underfrankerte sendinger kommer ikke med i betraktning.

Vinner av hovedpremien i nr. 2:
Kirsten V. Pedersen, Hamar.

Jeg har lagt ved minst 6 ferdig utfylte oppgaver for hovedpremien (kryss av). ☐

Navn: .....

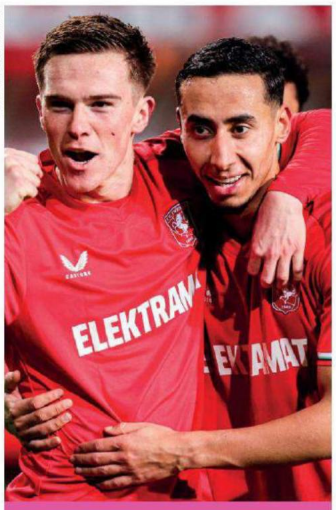
Adresse: .....

Postnr. og -sted: .....

Telefon: ..... **E-postadresse:** .....

VET DU DET

GETTYIMAGES



✿ FOR HELE FAMILIEN ✿

1. I hvilket land hører fotballklubben Besiktas hjemme?

2. Hvilken nordmann tiltrådte som trener for Besiktas i januar i år?

3. I hvilket univers er Darth Vader en skurk?

4. Hva heter dronningen i Storbritannia?

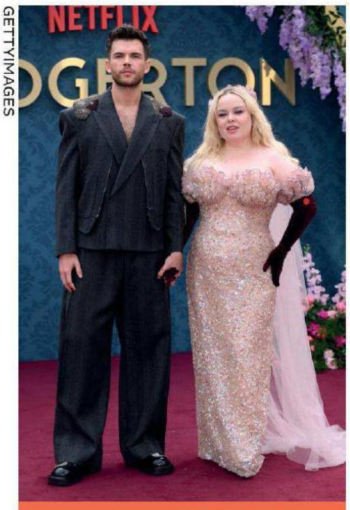
5. Hva heter myntenheten de bruker i Storbritannia?

6. På hvilken tv-kanal gikk programmet Sistemann ut?

7. Hva slags dyr er karakteren Sandy fra film og tv-serien Svampebob Firkant?

8. Hvor drar Paddington og familien Brun i den nyeste Paddington-filmen fra 2024?

GETTYIMAGES



✿ EN LITEN UTFORDRING ✿

1. Hva kalles de fire spillerne i Bridge?

2. Hvem skrev bøkene om Familien Bridgerton som den populære Netflix-serien bygger på?

3. Hvor mange uavhengige land er det i Afrika?

4. Hva het prins Daniel før han giftet seg med kronprinsesse Victoria?

5. Hvilket er det minste av de tre verdenshavet?

6. Er Madagaskar en egen republikk?

7. Hvem var Django Reinhardt?

8. Hva heter barna til prins William og prinsesse Kate?

GETTYIMAGES

✿ HJERNETRIM ✿

1. I hvilket land foregikk høringene og rettsprosessene som er kjent som «Hekseprosessene i Salem»?

2. I hvilken verdensdel ligger Surinam?

3. Hvor lang er Panamakanalen?

4. Hvilket år utspant Yom Kippur-krigen seg?

5. Hvor kommer uttrykket «Paris er vel en messe verdt» fra?

6. Hva menes med en uriaspost?

7. Hvilket år sto skyskraperen Chrysler-bygningen ferdig?

8. Hva het den første konsentrasjonsleiren i det nazistiske Tyskland?

WIKIPEDIA

✿ PÅ PULSEN ✿

KVINNELIGE FORFATTERE

1. Hva heter forfatteren av romanen Frankenstein, som ble utgitt anonymt i 1818?

2. Hva heter den kvinnelige hovedpersonen i Jane Austens roman Stolthet og fordom?

3. Hvilken kvinnesaksforkjemper skrev blant annet romanen Amtmannens Døtre?

4. Hva er tittelen på Unni Lindells krimroman som kom ut i 2024?

5. Hvilke to kvinner har laget boken Vindmakeren?

6. Hvem skrev romanen Mormors utrolige venninner?

7. Hvem vant katergorien Sakprosa for voksne ved Brageprisutdelingen i 2024?

8. Hvilken internasjonalt bestselgende forfatter har skrevet romanene Alle blomstene i Paris og Den siste kamelia?

FOR HELE FAMILIEN: *1. Tyrkia 2. Ole Gunnar Solskjær 3. Star Wars-universet 4. Camilla 5. Pund 6. TVNorge 7. Ekorn 8. Til Peru*

EN LITEN UTFORDRING: *1. Nord og Syd og Øst og Vest 2. Julia Quinn 3. 54 4. Olof Daniel Westling 5. Indiahavet 6. Ja 7. Fransk jazzmusiker, gitarist og komponist, kjent for virtuos sigøynerjazz 8. Georg, Charlotte og Louis*

HJERNETRIM: *1. USA 2. Sør-Amerika 3. 82 km 4. 1973 5. En uttalelse tillagt den franske kong Henrik 4 da han gikk over til katolisismen for å kunne overta tronen og vinne Paris 6. En særlig utsatt og farlig stilling eller tjeneste, gjerne i forbindelse med konflikter 7. 1930 8. Dachau (1933)*

PÅ PULSEN: *1. Mary Shelley 2. Elizabeth Bennet 3. Camilla Collett 4. Dukken i tauet 5. Forfatter Maja Lunde og illustratør Lisa Aisato 6. Trude Teige 7. Ayesha Wolasmal for boken Tusen dager med Taliban 8. Sarah Jio*

Hjemmets lille avis

Kjøpes
Vil gjerne kjøpe disse søte musejentene. Ta kontakt.
Ring: 995 77 603

Selges
Tre troll med klær, høyde 15 cm
Ring: 482 54 243

Selges
Flott utskåret i mangletre, Krognæs. Har også fire lampetter i samme utskjæring.
Ring: 923 12 107

Ønskes kjøpt
Har nokon ca. 6 stk. av denne tallerkenen? Heter Egersund, Korulen 74.
Ring: 977 25 789

Selger
Selger to nye håndheklede sengetepper, str. 240×260, kr 2000, og str. 220×210, kr 1800. Porto i tillegg.
Ring: 954 696 43

Selges
Vasseler i bjørk med einekroker selges. Ulike størrelser; herre/dame/barn. Pris kr 850, pluss porto
Ring: 930 04 737

Selges
Selger trau i bjørk. Str. ca. L42 x B20 x D11 cm eller L50 x B20 x D9 cm. Pris på forespørsel.
Ring: 930 04 737

Selges
Pannebånd og votter selges kr 350 pr. sett + porto.
Ring: 926 88 714

Kjøpes
Er det noen som vil selge en kiste lik denne? Mål utvendig i cm: L 77, H 33, B 33, B. botn 23
Ring: 908 53 974

Selger
Nye håndstrikkede babysokker og votter selges. 6–9 md. Kr 90 pr. par.
Ring: 416 81 850

Selges
Lite brukt genser fra Devold, mann, str. XL/54.
Ring: 916 24 046

Har du noe du vil selge eller kjøpe?

Har du noe du vil selge eller kjøpe? Send annonsetekst og bilder til **loppetorget@egmont.com** eller **Hjemmet, Postboks 4980 Nydalen, 0441 Oslo**. Vi foretrekker innlegg på e-post. Telefonnummer eller e-postadresse må oppgis i annonsen, og kontakten skjer direkte mellom kjøper og selger. Hjemmet har ikke ansvar for ev. uoverensstemmelser mellom partene. På grunn av stor pågang er det ikke alle innlegg som kommer på trykk, og vi har ikke anledning til å besvare alle annonseforespørsler. Bilder sendes ikke i retur. Annonsene kommer i både Hjemmet og Familien.

Selges
Norsk bordtelefon. Norsk bordtelefon fra 1896 selges + frakt.
Ring: 923 12 107

Selges
Nissene på bildet.
Ring: 951 67 775

Selges
To gamle måneskinnslamper.
Ring: 482 54 243

Selges
Flott utskåret kjøkkenklokke, digital, med plass for bilde.
Ring: 923 12 107

Kjøpes
Er på jakt etter 3–6 stk. av disse glassene.
Ring: 958 11 381

Ønskes kjøpt
Er det noen som vil selge en Ole Brumm-kopp?
Ring: 907 56 124

Selges
Selger hakkespett som dørhammer. Finnes som både svartspett og flagg-spett. Total lengde ca. 40 cm. Pris kroner 450 + porto.
Ring: 930 04 737

Selges
Fløtesett med sukkerbitklype + vase i sølv vurderes solgt.
Ring: 926 88 714

Selges
Nye håndstrikkede babysokker og votter selges. 9–12 md. Kr 90 pr. par.
Ring: 416 81 850

Selges
Koselig syskrin med ben selges for kr 299.
Ring: 922 98 464

Selges
Mariusgensere i str. XS, S og M, 100 % ull SMART (superwash). Har også flere farger.
Ring: 938 57 745

Selges
7 ubrukte topper stor str. Kr 150 pr. stk., eller kr 700 for alle. 4 ubrukte BH-er. Stor str. Kr 150 pr. stk., eller kr 500 for alle. Porto kommer i tillegg.
Ring: 473 83 448

Kjøpes
Er det noen som har boken «Det blomstrer på stengrunn» av Annik Saxegaard å selge til meg?
Ring: 930 29 762

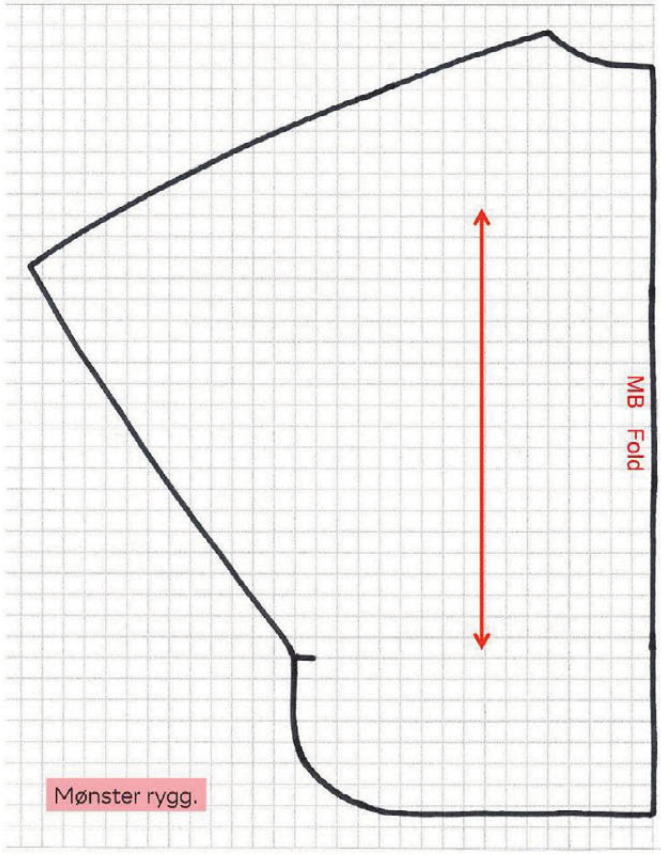
Selges
Alle bøkene er uleste. Asbjørnsen og Moe: «Norske folkeeventyr», bind 1 og 2, jubileumsutgave, kr 140, Gunnar Sønsteby: «Rapport fra nr. 24», kr 140, «UNEF DANOR-bataljonen 1956–1967», kr 100, Antony Beevor: «Berlin», kr 100, Antony Beevor: «Stalingrad», kr 100, «Bibelen for alle», utgikk 2018, kr 120, øvrige bøker, kr 60: «Det gode, norske kjøkken», Gyldendal, «Den store sjømatkokeboken», Lester og Colman: «Boken om antioksidanter», Sverre M. Fjelstad: «Naturen rundt oss», «Drømmen om småbruk – lev landlig», «Kongens nei», «Naturen i Ski og det sentrale Follo», Mikael Engstrøm: «Lystfiske», Joan og Lydia Wilen: «Moderne kjerringråd», Thor Heyerdahl: «Ingen grenser», Sverre M. Fjelstad: «Nye naturmagasinet», med autograf og hilsen, Herbjørg Wassmo: «Tora», Gunnar Staalesen: «High Noon», Karin Fossum: «Natt til fjerde november», Karin Fossum: «De gales hus», «Gatens advokat», «Til ytterste grense», Jo Nesbø: Panserhjerte». Porto i tillegg.
Ring: 484 50 746

Kjøpes
Er det noen som har denne boka til salgs: «Huskehåndboka – en hjelp til å hente frem minner fra gamle dager» av Bengt-Ole Nordstrøm. Utgitt av Nasjonalforeningen for folkehelsen.
Ring: 943 54 618

LUN OG LEKKER

Sy en elegant kappe med fine detaljer.

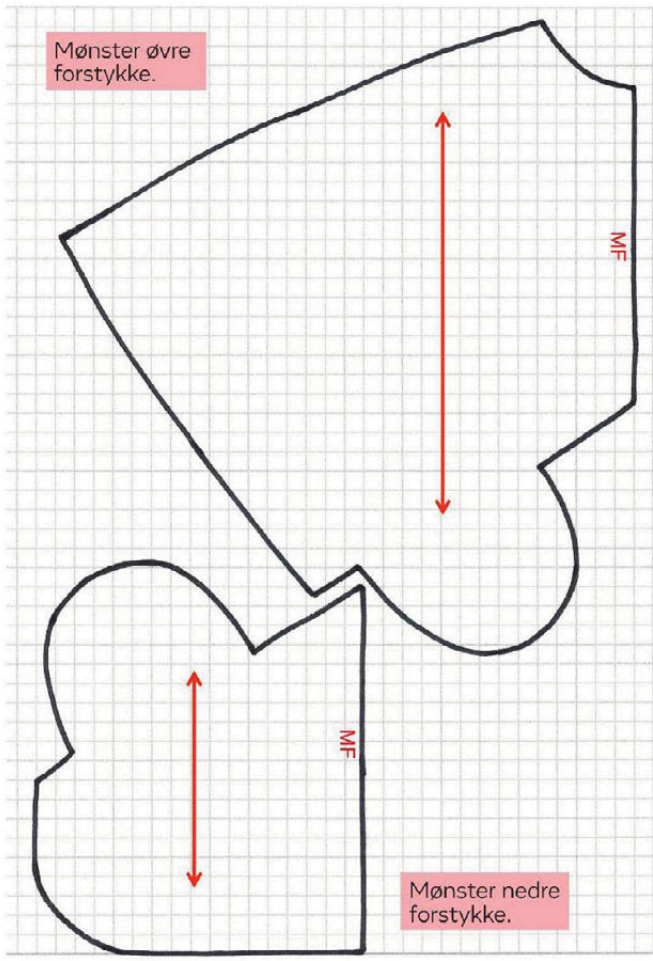
TEKST: Anne Dorte Johanson DESIGN: Anne Dorte Johanson FOTO: Anitta Behrendt



KAPPE

Str.: One size
Materialer:
1,5 m dueblå valket ull
2,5 m ullbånd
Hekte
Sysilke
Strykeinnlegg
1 rute = 2 x 2 cm. Tegn mønsteret i full størrelse.
Forstykket består av to deler. Ryggen er ett stykke som legges mot brett. Plasser mønsterdelene på stoffet. Sømmonn på 1,5 cm er inkludert.
Klipp følgende:
Rygg: 1 gang mot brett
Øvre forstykke: 2 ganger
Nedre forstykke: 2 ganger
Stryk innlegg langs lommeåpningen på det nedre forstykket. Legg øvre og nedre forstykke rette mot rette og sy sammen. Klipp et hakk i sømmonnet slik at lommeposen kan presses ned, og press resten av sømmonnet til hver sin side. Sy for hånd med sysilke på hver side av sømmen for å holde sømmonnet på plass.
Sy skuldersømmene sammen rette mot rette. Press sømmonnet til hver sin side og fest med sysilke. Brett ullbåndet rundt forkantene og halsutringningen. Nederst brettes det mot vrangen. Sy det fast på maskin. Det kan være en fordel å tråkle det først. Pass på å ikke strekke hverken stoffet eller båndet.
Klipp to stykker ullbånd à 7 cm. Brett inn 1 cm i hver ende, og fest bitene på hver side av kappen, rett under ermene ved markeringen, slik at kappens sidesømmer holdes sammen. Sy fast hele veien rundt. Sy en hekte øverst på forkanten med sysilke.

TIPS
Det kan være lurt å kjøpe et ruteark for dette prosjektet. Det kan du finne f.eks. hos selfmade.com.



Den forbudte nøkkelen

Da Amalie hadde hentet metallboksen i kjelleren og gitt den til Tom, tok han nøkkelen opp av boksen og så alvorlig på henne. – Kimmie står på en liste over folk som narkokartellene ønsker å kidnappe, og noe mer enn det trenger du ikke å vite. Når Fred får denne nøkkelen, vet han hva som må gjøres.

HANDLINGEN HITTIL (2:6): AMALIE besøker sin far TOM som jobber i den private sikkerhetsbransjen og har et hus som er nærmest som et fort på en øy. Til Amalies overraskelse forteller Tom at hun har yngre halvsøster som heter KIMMIE og arbeider som lege i Colombia, og at han planlegger å trappe ned på jobben og bosette seg der for å beskytte henne. Kimmie har en sterk stemme i lokalsamfunnet og vil sikre at barna får utdannelse og lærlingplasser, og hun har skaffet seg farlige fiender i narkotikakartellene som vil ha billig arbeidskraft. Så får Tom en telefon fra en av sine kontakter, som forteller at Kimmie står i overhengende fare for å bli kidnappet. Tom må derfor dra til Colombia straks, og han ber om Amalies hjelp til å stenge ned huset på øya. Men da han klatrer opp på gelenderet for å sveive inn markisen på terrassen, faller han stygt og brekker benet.

Amalie kikket forskrekket på farens ben. Han bet tennene sammen, men han var svært blek og klarte ikke å skjule at han hadde store smerter.

– Vi er nødt til å få deg til sykehuset, sa hun.

Han nikket motvillig. – Jeg er så lei meg for at jeg må spørre deg om dette, Amalie … Men kan du dra til Paris og avlevere en nøkkel for meg? Det er helt avgjørende for Kimmies sikkerhet.

Selv om Amalie nikket oppfattet han tydeligvis den lille motvilligheten hun følte, for han grep hånden hennes. – Jeg vet godt at jeg har sagt at du ikke skal utsettes for fare. Det føles forferdelig at jeg må blande deg inn i dette.

Amalie svelget og møtte blikket hans. – Jeg vil gjerne hjelpe deg, far.

Da Amalie hadde ringt etter ambulansehelikopter, og gitt faren et par smertestillende piller, sendte han henne ned i kjelleren etter en liten metallboks på størrelse med en sigarettpakke. Amalie fant den raskt, men da hun sto i det armerte kjellerrommet og så seg rundt et øyeblikk, måpte hun. Seks skjermer viste overvåkningsbilder fra skjulte kameraer på eiendommen, og på lange hyller langs den ene veggen sto det stablet nok hermetikk, tørrvarer og vannflasker til at man kunne forskanse seg der og overleve i flere uker.

Da hun lukket døren til sikkerhetsrommet, og skyndte seg opp til faren igjen, hadde han fremdeles vansker med å skjule smertene for henne.

– Amalie, hør nøye etter. I boksen er det en nøkkel, og

– Sett deg i bilen. La oss komme oss bort herfra.

AVSNITT 2:6

ILLUSTRERT AV PETER MICHAEL

det er den du må dra til Paris med. Der skal du møte en ung mann som heter Mitchell. Det er sønnen til Fred. Jeg har fortalt deg om min kollega Fred, ikke sant?

– Ja. Men hvordan kan nøkkelen hjelpe Kimmie? Og hvorfor skal jeg møte Freds sønn i stedet for ham selv? spurte Amalie forvirret.

Tom så alvorlig på henne.

– Det var Mitchell som ringte meg i sted. Fred holder seg i skjul fordi han mistenker at han ble avslørt da han saboterte noen svært farlige folk. Men han har altså funnet ut at Kimmie står på en liste over folk som narkokartellene ønsker å kidnappe, og noe mer enn det trenger du ikke å vite. Når Fred får denne nøkkelen av Mitchell, vet han hva som må gjøres.

– OK … Men hva er nøkkelen til?

– Et pengeskap der det ligger en notisbok med kidnappingslisten.

Amalie rynket pannen, fremdeles forvirret.

– Unnskyld, jeg vet at jeg sikkert er irriterende nå, men hvis dere allerede vet at Kimmie står på den listen, hvorfor er det så viktig å få tak i den?

– Nei, nei, du er ikke irriterende, jenta mi. Dette dreier seg om organisert kriminalitet, og alt sammen blir styrt av en mann som aldri benytter seg av digitale kommunikasjons-

midler. På listen finnes opplysninger om akkurat når og hvor kidnappingene skal skje, og hvem som har fått tildelt oppgavene med å utføre dem. Det er informasjon som Fred må ha hvis han skal hjelpe Kimmie.

– Hvordan vet du alt dette, far? Og hvordan fikk du tak i nøkkelen?

Han skar en grimase.
– Fred og jeg har jobbet for denne mannen.

Da ambulansehelikopteret en stund senere lettet og dro av gårde med Tom, gikk Amalie tilbake til huset der hun pakket sekken sin og fikk stengt ned huset. Så syklet hun av gårde til fergeleiet mens hun tenkte at dette besøket på øya hadde blitt helt annerledes enn hun hadde forestilt seg. Hun kjente også etter i lommen på jakken sin. Jo, metallboksen lå der.

Det tok Amalie ni timer å komme seg fra sommerhuset på øya og til Paris. Underveis snakket hun med Mitchell via tekstmeldinger, og de avtalte å møtes utenfor Charles de Gaulle lufthavn. Da hun hadde kommet seg gjennom pass- og sikkerhetskontrollen, stilte hun seg på det avtalte møtestedet og ventet, og det gikk plutselig opp for henne at de ikke hadde utvekslet opplysninger som gjorde at hun og Mitchell kunne gjenkjenne hverandre. Etter å ha ventet ganske lenge sendte hun en tekstmelding til ham om at hun hadde ankommet, men hun fikk ikke noe svar.

Uroen steg i henne. Hva skulle hun egentlig gjøre hvis Mitchell ikke dukket opp? En bil som sto noen meter unna, tutet i det samme, og Amalie sendte den et irritert blikk. Hun var absolutt ikke i humør til å bli kurtisert av franskmannen som sikkert befant seg bak rattet på den lille, hvite Renaulten. Men så tutet bilen igjen, og Amalie kikket nærmere på sjåføren. Det var en spinkel, ung mann, og ansiktet hans var delvis skjult av en caps. Han rullet ned bilvinduet og stakk hodet ut.
– Amalie …?

Hun så overrasket på ham.
– Ja. Er du Mitchell?

Han nikket. – Sett deg i bilen. La oss komme oss bort herfra.

Hun nølte litt. Hun hadde forestilt seg at de skulle stå overfor hverandre, men nå satt han altså i en bil, noe som ga ham et overtak siden han egentlig kunne kjøre henne hvor som helst. Hun så på ham igjen og avgjorde at han ikke så spesielt farlig ut, så hun gikk bort og la sekken sin i baksetet før hun satte seg inn i bilen. Mitchell satte bilen i gir og begynte å kjøre derfra.

– Jeg skulle gjerne ha hilst mer høflig på deg, men vi må bort herfra så fort som mulig, sa han.

– OK. Ble du forsinket da du skulle møte meg?

– Jeg har holdt øye med deg en stund. Jeg ville forsikre meg om at det ikke var noen som fulgte etter deg.

Amalie så forundret på ham. – Satt du bare i bilen og spionerte på meg? Og hvem i all verden skulle følge etter meg?

Mitchell svarte ikke, bare svingte ut på en hovedvei.

– Du er amerikaner, ikke sant? spurte hun.

Han nikket.

– Men du bor her i Paris?

– Ja, for øyeblikket. Jeg har vært her et par uker. Jeg er student, så det gikk greit for meg å ta med meg bøkene hit da faren min ba meg komme.

– Er det ham vi er på vei til å møte?

Mitchell kastet et blikk på Amalie og så ut som om han var på nippet til å gråte.

– Dessverre ikke, sa han.
– Jeg har dårlige nyheter til deg.

Da Mitchell en stund senere stanset bilen utenfor et lite hotell i et av de mer lurvete områdene av Paris, satt Amalie og stirret tomt fremfor seg. For akkurat da ante hun ikke hva hun skulle gjøre. Mitchells far Fred hadde bedt ham om å komme til Paris et par uker tidligere, for han regnet med at han ville trenge hjelp til å forlate byen i all hast. Men da Mitchell kom til Paris, hadde faren hans allerede gått i dekning.

– Det er egentlig helt sprøtt, bemerket Mitchell nå. – Vi har begge fedre som har jobbet med sære ting i årenes løp, så jeg antar at du kjenner litt til det. Men jeg har aldri vært i en situasjon som dette før. Jeg vet ærlig talt ikke om faren min befinner seg her i Paris, jeg vet ikke en gang om han er i Frankrike. Han har sendt meg noen tekstmeldinger fra telefonnumre jeg ikke kjenner, og hvis jeg forsøker å svare eller ringe ham tilbake, eksisterer ikke nummeret lenger. Jeg liker ikke dette i det hele tatt. Hvis vi ikke hører noe mer fra ham, synes jeg at vi bare skal droppe alt sammen.

– Jeg har dessverre dårlige nyheter til deg.

Amalie snudde seg fort mot ham. – Men jeg har jo en nøkkel som han må ha hvis han skal redde halvsøsteren min fra å bli kidnappet!

– Jeg vet det, sukket Mitchell. – La oss i alle fall gå inn på hotellet så vi får snakket ordentlig gjennom alt sammen. Jeg har tillatt meg å booke et rom til deg her, så du har et sted å sove i natt.

Da Amalie hadde fått installert seg på det knøttlille og alt annet en luksuriøse hotellrommet, møttes de på Mitchells rom. Hun kikket nysgjerrig på alle de tykke bøkene som lå oppslått på sengen der. Tilsynelatende studerte han et eller annet som hadde med økonomi å gjøre.

– Er det noen muligheter for å kontakte faren din og avtale et sted der vi kan legge nøkkelen slik at han kan hente den? spurte hun.

– Nei, som sagt får jeg ikke tak i ham. Da han sendte meg en melding i morges, var det første gang på fire dager at jeg hørte noe fra ham. Alt han skrev var at din søster er på listen over folk som skal kidnappes.

– Min halvsøster, påpekte Amalie.

Mitchell nikket uten å si noe mer.

– Så det eneste vi kan gjøre, er å vente på en ny beskjed fra faren din? Og vi aner ikke når vi vil høre fra ham? Det er jo helt umulig å forholde seg til! utbrøt Amalie oppgitt.

Det ble en urolig natt for Amalie. Vanligvis kunne hun sove hvor som helst, men tankene kvernet rundt i hodet hennes. Hun så for seg halvsøsteren i legekittelen sin, farens glitrende øyne og nesten ømme stemme når han snakket om henne. Morens stadige bebreidelser fordi hun ikke syntes at Amalie var ambisiøs nok i livet.

Neste morgen ville hun ringe til Tom og fortelle ham at det ikke var noen hun kunne avlevere nøkkelen til. Selv om det på ingen måte var hennes feil, følte hun seg som en skuffelse for ham. Og etter hvert som hun fikk filtrert og fokusert tankene sine litt bedre, innså hun at det var farens stolthet over Kimmies arbeid i Colombia som egentlig plaget henne mest. Enda en gang var det som om hun hørte morens bebreidende stemme som igjen og igjen spurte henne hva det var hun ville med livet sitt. Hva hun hadde tenkt å utrette. Og det var tanken på

det som fikk Amalie til å ta en beslutning.

Hun ville overta Freds oppgave med å hjelpe Kimmie.

Mitchell satt ved siden av henne da hun neste morgen ringte til Tom. Hun kjente faren sin godt nok til å ikke spørre ham hvordan han hadde det, og ba i stedet bare om en oppdatering. Han fortalte at han hadde blitt operert i foten som hadde to kompliserte brudd, og at han var blitt gipset og måtte bli på sykehuset i et par dager før han kunne skrives ut.

Amalie trakk pusten dypt, så informerte hun ham først om situasjonen i Paris. Deretter fortalte hun ham hva hun hadde tenkt å gjøre. Det siste kom også overraskende på Mitchell, som nærmest hoppet i stolen ved siden av henne.

Tom var taus i telefonen i noen lange sekunder. – Det kan jeg ikke la deg gjøre, sa han til slutt. – Jeg vil selvfølgelig gjøre alt for å redde Kimmie, men jeg vil absolutt ikke la deg utsette deg selv for fare.

– Men vi har ikke noe valg, far! Bare gi meg de opplysningene jeg trenger om det pengeskapet og hvor jeg kan finne det, ba hun.

– Det befinner seg på en båt … Den ligger fortøyd i et sted i Seinen. Men det er umulig for deg å utføre en slik operasjon! Jeg hadde tenkt å få Fred til å bruke dykkerutstyr og dra dit midt på natten, og det er en farlig oppgave som krever både erfaring og trening, Amalie.

– Jeg har faktisk dykkersertifikat, far. Det har jeg hatt i flere år nå.

– Det er ikke noe mer å diskutere. Hvis jeg ikke får tak i Fred, må jeg finne noen andre. Alt jeg trenger fra dere er å få vite nøyaktig hvor båten befinner seg. Dere hører fra meg, sa han og la på.

Amalie var skuffet over farens avvisning, for hun ville så gjerne gjøre nytte for seg og hjelpe til med å redde Kimmie. Og så forferdelig vanskelig kunne det vel ikke være å komme seg ut på den båten? Men den eneste oppgaven Tom ville betro henne og Mitchell var altså å lokalisere den.

Sammen med Mitchell bega hun seg ned til bredden av Seinen, og de fulgte elven gjennom byen til de fikk øye på en stor yacht som tronet der ute på vannet.

En eldre mann som kom gående, stilte seg ved siden av Amalie og fulgte blikket hennes. – Ja, det er helt utrolig at man kan få ankre opp med et slikt monstrum midt i Paris! Men snart forsvinner den heldigvis igjen, brummet han.

Amalie så på ham.

– Forsvinner …?

– Ja, jeg snakket med en bekjent som skal levere proviant til yachten i ettermiddag. Den skal dra videre i morgen tidlig, sa han og gikk.

Med de opplysningene fikk de igjen tak i Amalies far, som oppgitt måtte medgi at han ikke hadde funnet noen andre av hans kontakter som kunne hjelpe ham. Og med det tidspresset de nå hadde på seg, hadde de ikke mye valg.

– Jeg gjør det, avgjorde Amalie. – Det er vår siste sjanse.

Mitchell, som hadde vært ganske stille det meste av dagen, nikket til Amalie da hun la på. – Det er en vanvittig plan. Men hvis du er villig til å gjøre dette, skal jeg hjelpe deg så godt jeg kan, sa han.

Resten av dagen ble hektisk. Tom sendte Amalie detaljerte plantegninger av yachten, og fortalte henne at den tilhørte en mann som ble kalt Mr. Cone.

– Han har spesialisert seg på å utføre kidnappinger, og han har klart å holde seg under radaren fordi han ikke har noen fast adresse og forflytter seg hele tiden. Yachten er det nærmeste han kommer en bolig, men han er ikke så ofte der heller, sa han.

– Hvorfor jobbet du egentlig for en slik mann? spurte Amalie.

– I vår bransje stiller man ikke så mange spørsmål. I alle fall ikke til å begynne med. Men grunnen til at vi i det hele tatt har en nøkkel til det pengeskapet, er at Fred og jeg etter hvert bestemte oss for å felle ham. Og nå ser det ut til at vi kan ha ventet for lenge, sa han dystert.

Hun ville bli nødt til å fortelle faren at hun hadde mislykkes.

Mens Tom og Amalie la detaljerte planer om operasjonen, dro Mitchell for å kjøpe inn gummibåt, dykkerutstyr og våtdrakt, og ved midnatt satte Amalie og Mitchell seg i gummibåten og styrte mot yachten der ute på vannet. Men da de var omtrent 50 meter unna, ga Amalie tegn til Mitchell om at han skulle skru av den lille påhengsmotoren. Så tok hun på seg dykkermasken med snorkelen og lot seg falle forsiktig og baklengs ned i vannet med et lite plask.

Målrettet svømte hun under vann mot yachten, og stakk først hodet opp da hun nådde frem til den. Hun fikk øye på den opptrukne metallstigen som hun visste nøyaktig hvor befant seg ut fra plantegningene, og så begynte hun å trå vannet mens hun kastet opp tauet med mothaken som hun hadde med seg. Det var vanskelig å treffe riktig, og etter flere forgjeves forsøk verket det i armen og pulsen dundret i ørene hennes. Panisk så hun for seg hvordan hun ville bli nødt til å fortelle faren at hun hadde mislykkes. Hun gjorde et nytt forsøk, og det var like før hun klarte det. Hun pustet ut og la seg bakover i vannet for å roe seg ned litt, og så gjorde hun et siste, desperate forsøk. Og der gikk det! Endelig fikk hun hektet mothaken i stigen! Lettet tillot hun seg å hvile litt igjen før hun tok fatt på neste, kritiske fase av den nattlige operasjonen.

Deretter grep hun beslutsomt tak i tauet, satte føttene mot yachtens skrog og begynte å klatre opp. Det var både vanskelig og utmattende, men hun mobiliserte alt hun hadde igjen av krefter, og da hun kunne gripe rundt metallstigen, gikk det lett å klatre opp det siste stykket så hun kunne stikke hodet forsiktig opp over relingen og se inn på dekket. Det var ingen i sikte, og stille kom hun seg over relingen.

Hun sto og lyttet i noen sekunder, men hørte ikke noe, så hun listet seg mot døren til det hun visste var kontoret med pengeskapet. Hun holdt pusten da hun tok i dørhåndtaket, og heldigvis var døren ulåst. Raskt smatt hun inn i det dunkle lokalet og bort til den motsatte veggen der pengeskapet ganske riktig sto. Så tok hun opp nøkkelen fra en lomme i dykkerdrakten, satte den i låsen og vred den rundt. Det lød et lite klikk, og så åpnet døren seg.

Den sorte notisboken lå i en plastpose mellom tykke bunter med pengesedler, dokumenter og noen kostbare smykker. Hun tok ut boken og la den på et skrivebord ved siden av pengeskapet, og begynte å bla gjennom sidene for å finne de opplysningene hun var ute etter. Men plutselig hørte hun skritt som nærmet seg ute på dekk, og før hun rakk å gjøre noe ble døren til kontoret åpnet og en bryter skrudd på. Med ett var hele rommet badet i lys, og da hun snudde seg og så mot døren pekte en revolver rett mot henne.

Fortsetter i neste nummer

FRA KVINNE TIL KVINNE
med adgang for menn

SKRIV TIL EVA

Eva Glorvigen er Hjemmets rådgiver om livets små og store problemer.

E-POST: *frakvinnetilkvinne@egmont.com*
BREV: Fra kvinne til kvinne, Hjemmet, Postboks 4980 Nydalen, 0441 Oslo

Jeg glemmer

Jeg er redd. Kjemperedd! Jeg har begynt å glemme ord. Jeg er 67 år og får stadig høre at det er vanlig i min alder, men jeg tror det verre enn som så. Jeg tør ikke lenger komme med meningsytringer eller diskutere noe som helst, for plutselig blir ord jeg ønsker å bruke, borte for meg. Gradvis har jeg begynt å trekke meg tilbake, fremfor å dumme meg ut foran andre. Jeg har alltid vært glad i å lese, enten det er gamle klassikere eller nyere bøker. Problemet er at så fort jeg er ferdig med boken og smeller sammen permene, har jeg glemt både innhold og navnet på forfatteren.

Jeg sliter ikke ellers med korttidshukommelsen, jeg forteller ikke samme historie to ganger rett etter hverandre eller glemmer andre ting. Det er dette med ord og bøker som jeg har lest, kronikker jeg leser i avisen, TV-program jeg ser eller noe jeg hører på radio – jeg glemmer hva innholdet er, selv om stoffet – mens jeg leser, ser eller hører det – engasjerer meg.

Jeg kan ikke tenke meg, eller rettere sagt orker ikke å tenke meg, at jeg har noen form for demens. Men dette har begynt å plage meg såpass mye at jeg foretrekker mitt eget selskap fremfor å være sammen med andre.

Hilsen Lesehesten

Plutselig blir ord jeg ønsker å bruke, borte for meg.

ORD SOM SKAPER SPLID

Jeg undres over hva enkelte kvinner kan få seg til å si til eller om andre. Jeg kan ikke forstå vitsen med å spre denne form for giftpiler i sin omgangskrets. Noen eksempler: «Som man reder, så ligger man.» «Selv om andre ikke liker deg, synes nå jeg at du er grei.» «Nei, nå ser du fæl ut.»

Normalt vil man ikke bry seg om denne form for uttalelser, men dersom man vanker i samme krets som den som uttalte seg, begynner man å tvile på dem man har omgang med, selv etter mange år. Folk er flinke til å skjule det de mener, og når slikt kommer frem, blir tiltroen til andre kraftig redusert. Man har vanskelig for å stole på sine medsøstre. Har man ikke noe godt å si om andre, bør man heller holde munnen lukket.

Er det virkelig sant det som sies, at kvinne er kvinne verst?

Hilsen Skuffet

NOK ER NOK

Jeg lurer meg på hva som har vært feil? Jeg føler at jeg ikke kjenner meg selv. Hva har jeg gjort galt? Jeg har latt andre få styre meg! Det er erkjennelsen jeg omsider har kommet frem til. Livet har bestått av «jeg skal» og «jeg må». Det har aldri vært et uttrykk som heter «jeg vil»!

Nå er tiden kommet. Min ledestjerne er «jeg vil». Jeg vil leve mitt eget liv. Jeg vil ikke styres av andre. Jeg vil være min egen herre.

Hilsen Endelig

MÅ MAN SENDE TAKKEKORT?

Forleden feiret jeg 50-årsdag sammen med nær og fjern familie pluss venner. Vi var litt over 50 personer, og festen ble både stilig, hyggelig og morsom. Jeg fikk mange og rause presanger.

I stedet for å skrive takkekort, tok jeg heller en ringerunde. I løpet av fire dager hadde jeg snakket med alle som hadde vært i selskapet, i tillegg til de litt mer fjerne som ikke var i selskapet, men som hadde sendt en oppmerksomhet. Jeg takket alle pent, og samtidig fikk vi en fin, personlig samtale – syntes og trodde jeg.

I ettertid har jeg fått høre at noen hadde vært misfornøyd med at jeg ikke sendte takkekort.

Jeg ble veldig lei meg. Skulle jeg ha sendt takkekort i stedet for å ringe? Eller skulle jeg ha gjort begge deler?

Har jeg opptrådt ukorrekt her?

Hilsen Anny

Kjære Anny.
Gratulerer med vel overstått og fin feiring. At du tok deg tid til å ringe til alle er forbilledlig, og ganske imponerende. Gi deg selv en klapp på skulderen for det. At noen gjerne skulle hatt et takkekort, må nok skyldes at de av en eller annen grunn ikke oppfattet telefonsamtalen som en takk. Jeg er sikker på at de aller fleste satte pris på din måte å takke på.

Du skriver at det var noen som kritiserte deg fordi du ikke sendte takkekort. «Noen» betyr sannsynligvis noen ganske få. Hev deg over kritikken og gled deg over en vellykket, vel overstått fest og over at du har så mange gode venner.

Hilsen Eva

«HATT EN FIN HELG?»

... skrev «Vondt i magen fra søndag til mandag» om i fjor høst. Hun er lei av alle som spør mandag morgen om hvordan helgen har vært. Hun har ikke lyst til å betro seg til kolleger om dette.

Vi hadde en runde med svar tidligere, og her kommer ett til:

HAKESLEPP

Da jeg trodde jeg hadde lest alt av merkverdigheter, kommer det jammen noe nytt! Jeg fikk hakeslepp over hvor snevre, bitre og mistroiske folk kan være. Den dagen man ikke lenger kan spørre hverandre et enkelt, høflig spørsmål om hvordan helgen har vært, og ønske hverandre en fin helg, er verden virkelig blitt grå og trist! At man så mistenker at folk spør for å godte seg og hovere over andres liv, er å ta ting ut av alle proporsjoner.

Jeg kommer i hvert fall ikke til å slutte med å spørre mine kolleger om hvordan helgen har vært. Vi har også et miljø på jobben vår hvor det er lov å si at helgen av og til har vært litt «småkjip».

Smil til verden, og verden smiler til deg. Ikke ta alt i verste mening.

Hilsen Optimisten

«ALLE HAR DET TRAVELT»

... skrev «Sneglemor» tidligere i vinter. Hun bor i Oslo, er pensjonist og synes alle har det så travelt. «Er det bare jeg som har god tid?» spør hun.

Her er et svar:

SÅ SANT

Jeg bor på landet, og til og med der har folk det så fryktelig travelt. For noen tiår s iden gikk folk på besøk til hverandre – ubedt. De forventet ikke store oppdeknin-gen, kanskje en brødskive, en kaffekopp og en hyggelig samtale. Og de var alltid velkomne. Mor, som var bondekone og sto på fra morgen til kveld, hadde bestandig tid til gjester som stakk innom, og en kaffekopp og en enkel matbit vanket det alltid.

«Jeg får energi av at folk synes det er hyggelig å komme til meg», sa hun.

I dag er det ansett som frekt og upassende å stikke innom folk uten å ha avtalt det på forhånd. I dag har vi alle slags tekniske hjelpemidler i huset, og arbeidsdagene er kortere. Likevel er det ikke grenser for hvor dårlig tid folk har. Og barna leker ikke ute lenger.

Til og med her hos oss, med flott natur og god plass til utelek, blir barna etter skoletid kjørt av foreldrene til all verdens betalte aktiviteter. Og har man ikke før blitt pensjonist, skal man delta på all verdens kurs og engasjere seg i frivillig arbeid for ikke å bli oppfattet som lat.

Hilsen Hilda

LANGT HÅR

Det er tydeligvis veldig moderne å ha langt hår. Også menn har gjerne langt, og ofte ustelt, hår som de dytter bak ørene eller knytter i en slags lav hestehale eller som en smultringaktig topp. Jeg har observert menn med måne som klamrer seg til sine lange fjoner.

Blant voksne kvinner er langt hår blitt et «must». Selv grånende kvinner lar håret gro. Idrettskvinner har ofte hår til midjen, og de sliter med å holde det på plass mens de jager frem i løypene.

En venninne av meg sa at dette med langt hår kom av at det er så dyrt å klippe håret. Jeg tror ikke det. Jeg tror derimot at det er en slags nesten panikkartet mote. Jeg tror også det har å gjøre med at mange kvinner vil se unge og tiltrekkende ut. De tror at deres flagrende, uskjønne pistrer får dem til å se yngre og flottere ut, mens virkningen i virkeligheten er stikk motsatt.

Har man fylt 40 år og går rundt med flagrende, langt hår som man stadig kaster bakover eller fingrer kokett med, virker man heller som en sau som krampaktig vil være lam. Det virker både dumt og innbilsk på andre.

Særlig hygienisk er det heller ikke. Og på kalde vinterdager må det da være strevsomt og vanskelig å få det lange håret til å tørke såpass at det er forsvarlig å gå ut etter at man har dusjet?

Godt voksne kvinner med langt, flagrende hår irriterer meg og gjør meg forutinntatt, også når det gjelder deres personlighet.

Hilsen Kortklipt

Kjære Kortklipt.
Du leser virkelig mye inn i hårlengden. Jeg undrer meg på hvor disse motforestillingene kommer fra? Jeg synes det er veldig vanskelig å lese personlighet ut fra frisyren, og at det skal være en aldersgrense på å ha langt hår, synes jeg ikke.

Og er det så galt å være forfengelig? Det er da helt i orden at man steller seg, sminker seg og til og med farger håret for å ta seg som best ut. Jeg er siker på at du tar feil når du hevder at langt hår «virker dumt og innbilsk på andre».

Å ha langt hår er jo ikke noe som skal være forbeholdt kvinner. Det er mange menn som kler langt hår. Mange opplever jo at de blir tynn i håret med årene, og da er det jo bare fint at de kan glede seg over en lang og fyldig hestehale så lenge de kan.

Jeg har lyst til å gi deg en liten utfordring til slutt: Prøv å finne ut hvorfor du blir så rasende når du ser langt hår. Du sier at du er kortklipt, men er det slik at du egentlig ønsker å ha langt hår?

Hilsen Eva

HJERTESUKK FRA KJØKKENET

Min mann er svært praktisk og teknisk anlagt, og her i huset har vi hver våre oppgaver, noe som fungerer fint. Jeg liker å lage mat, og kjøkkenet har vært mitt område, hvor jeg har hersket eneveldig. Det samme har min mann i verkstedet sitt i underetasjen. Mannen min tar seg av all reparasjon og vedlikehold av hus og eiendom. All snømåking er også hans jobb. Handlerunde hver torsdag tar vi sammen, og han hjelper meg med fredagsrengjøringen.

Hvorfor i all verden skal mannen min bestemme hva slags komfyr vi skal ha?

Nå må vi ha ny komfyr, og han har fått for seg at den skal være med induksjonstopp. Han har aldri vist noen interesse for vår gamle komfyr, som inntil nylig har fungert utmerket. Skal vi ha en induksjonskomfyr, må vi jo også kjøpe nye kjeler og panner som passer til induksjon. Det er jeg som står for all matlaging, så hvorfor i all verden skal mannen min bestemme hva slags komfyr vi skal ha?

Det er like urimelig som at jeg skal blande meg opp i hans valg av drill og andre tekniske duppeditter som han stadig anskaffer.

Hilsen Grete

VERDENS HELDIGSTE KVINNE: I tre år levde vi det livet jeg elsket, og jeg så på meg selv som verdens mest heldige kvinne.

JEG KJENTE IKKE MANNEN MIN

Hvem var han, egentlig? I tiden etter at Halvard døde har jeg tenkt mye på dette. Vi var bare gift i tre år, og han hadde en fortid som jeg visste lite om.

DET VAR EN av disse våte vårdagene i Oslo, hvor regnet sildret. Jeg var 27 år og på vei hjem fra jobb. På meg hadde jeg sorte, nye støvletter og en halvlang kåpe, som holdt regnet ute. Jeg husker at jeg hutret og tenkte at det skulle bli godt å komme hjem. I et tidels sekund før damen foran meg falt, så jeg at det kom til å skje, og instinktivt tråkket jeg et langt skritt frem, i håp om å få støttet henne i fallet. Men jeg var for sent ute, og hodet hennes smalt i bakken. Etterpå så jeg blod, og jeg ble svimmel og følte meg uvel der jeg satt over henne og forsøkte å si noen trøstende ord.

En mann, som var på alderen med min egen far, var den som tok affære. Som i det fjerne hørte jeg ham si at han hadde jobbet i katastrofeområder og at det var viktig å legge den gamle kvinnen over på siden og ikke flytte på henne. Han var så myndig og rolig i stemmen mens han snakket, og jeg kikket på ham. Han så på meg også og smilte tilbake.

Etter at ambulansen hadde ordnet opp, børstet jeg litt skitt fra kåpekanten og var klar for å fortsette hjemover. Men ulykken hadde gjort et voldsomt inntrykk på meg, og jeg skuttet meg.

«Går det bra med deg?» sa en stemme. Mannen, som hadde vært så flink med kvinnen, sto overfor meg. Jeg så inn i et ansikt, som var så flott at jeg ble helt stum.

Halvard var 54 år, men likevel sa jeg ja til å gå til en kafé og drikke kaffe med ham, og hverken før eller siden har jeg blitt fascinert så raskt av en person som jeg ble av ham. Jeg skalv da jeg fikk kaffekop-

ILLUSTRASJONSFOTO: GETTY IMAGES

pen, og jeg forsto at jeg for første gang i mitt unge liv var blitt akutt og uhelbredelig forelsket. Det jeg skal fortelle nå, høres absurd, men det er sannheten.

Etter å ha delt tanker og ideer i to timer ved et lite bord i et hjørne av en kafé, gikk vi hjem til meg. Der elsket vi vilt og uhemmet. Jeg visste at det ikke var en forbigående affære. Da vi lå der, tett inntil hverandre, sa han: «Jeg elsker deg. Vil du gifte deg med meg?» Jeg tok fem minutters betenkningstid før jeg sa ja.

«Er du gal? Du kan ikke gifte deg med en mann vi ikke har møtt, og som kunne ha vært faren din!» «Signe, dette er galskap, du vet ingen ting om ham», sa venner og familie. Jeg var ikke til å rokke. To dager etter at jeg møtte Halvard, sa jeg opp leiligheten jeg leide, og flyttet inn hos ham. Det føltes som det eneste riktige å gjøre.

«Du kjenner igjen stor kjærlighet når du møter den», sa mannen som kapret mitt hjerte. Han hadde jobbet i mange forskjellige land, var bereist og klok. At han hadde vært gift en gang eller to og hadde en datter, forsto jeg, men dette var ting han ikke ønsket å snakke så mye om. Jeg respekterte dette og bestemte meg for å fokusere på vårt forhold i stedet.

I tre år levde vi det livet jeg elsket, og jeg så på meg selv som verdens mest heldige kvinne.

Jeg ble forgudet og båret på gullstol, og det slo meg at unge menn ikke forstår noe som helst om hvordan man skal oppføre seg for å bli virkelig elsket av en kvinne.

Halvard kom med kaffe og frokost på et brett hver morgen. Han vasket ryggen min uoppfordret når jeg sto i dusjen, og han ga meg gaver og blomster. Om kveldene leste han dikt for meg mens vi lå i sengen. Når jeg fortalte venninnene mine om ham og meg, satt de med store øyne og lyttet. «Jeg vil også ha en sånn mann», sa de og lo.

Tre måneder etter at jeg møtte ham, dro vi til Venezia, og der giftet vi oss i romantiske omgivelser, bare med to venner av oss til stede.

Å være kona til Halvard var ikke mindre enn fantastisk, og da vi oppdaget at jeg var gravid, var han i ekstase. At han elsket barn, var tydelig, og at det var meg han ville bli gammel med, var innlysende.

Han behandlet meg som om jeg var en dronning i de månedene jeg var gravid. Men han reiste også mye fordi han var deleier i et internasjonalt firma, som jobbet med u-landsproblematikk. I perioder var jeg alene. Det gjorde ingen ting, for hver dag fikk jeg meldinger om hvor mye jeg betydde for ham.

«Tenk at du, unge blomst, vil ha meg. Elsker deg», sto det en gang.

Så fikk vi Rakel, datteren vår, oppkalt etter Halvards avdøde mor. Han gikk unge fedre en høy gang i lek og bleieskift, og jeg følte meg omfavnet av trygghet. I tre år levde vi det livet jeg elsket, og jeg så på meg selv som verdens mest heldige kvinne. Tenk hvilket lykketreff det var å møte helt tilfeldig på ham. Det kjentes som om jeg var en del av et magisk eventyr.

Ingen ting varer evig. Jeg var hjemme alene i Oslo da Halvard døde av et hjerteinfarkt mens han var i USA. Da presten kom på døren, forsto jeg allerede at noe grusomt hadde skjedd, for jeg hadde ikke hørt fra mannen min det siste døgnet, hvilket var svært unormalt. Uroen for at noe kunne ha skjedd, hadde holdt meg våken hele natten.

Jeg visste nesten ingen ting om min manns familie, utover at han hadde en søster og en voksen datter. Da kisten kom hjem til Norge, møtte jeg søsteren for første gang. Hun var en flott dame. «Er du den unge kona til Halvard?», spurte hun. Jeg sa ja, og hun klemte meg. Så sa hun noen ord jeg aldri kommer til å glemme: «Han hadde en egen evne til å finne vakre, unge kvinner.»

Begravelser forteller mye om et menneskes liv, og for meg som enke var det et sjokk å oppdage hvilket liv min mann hadde hatt før han møtte meg. Tre ekskoner kom, og de var nydelige. Det verste var likevel å få vite at min datter hadde fem søsken. To av barna hadde han fått med kvinner han aldri var gift med, og de kom også for å si farvel.

VIL DU DELE DIN HISTORIE MED ANDRE?

Eller ønsker du å lese flere historier? Sjekk ut Facebook-gruppen *Historier fra virkeligheten*

Det var mange som følte at de hadde vært viktige i Halvards liv, og jeg følte at jeg ble stående forskremt og liten i et hjørne. De som kom, visste så mye mer om livet hans enn jeg gjorde, og de kunne fortelle historier om hva slags person han var og hvilken livsreise han hadde gjort. Jeg ble bare «den siste i rekken».

Å komme seg gjennom begravelsen og arveoppgjøret var en prøvelse, ikke minst fordi min familie fikk et innblikk i alt sammen. Fordi Halvard hadde så mange barn, arvet Rakel og jeg bare en liten del, og vi måtte selge leiligheten. Alle gjorde krav på noe, føltes det som. Den første kona ville ha maleriet de hadde fått i bryllupspresang, og en elskerinne ville ha et antikt bord hun hadde gitt ham en gang. Jeg orket ikke å nekte dem noen ting.

Rakel og jeg er alene nå, og jeg bruker fremdeles tid på å tenke på Halvard. Han var mitt livs store kjærlighet, samme hva, men jeg skulle ha ønsket at han hadde fortalt meg mer om fortiden, slik at jeg kunne ha vært bedre forberedt. I dag vet jeg at han var en mann som fikk mange kvinner til å forelske seg hodestups. Å fri etter kort tid hadde han gjort før han møtte meg. Likevel kan jeg ikke klandre ham, for han ga meg de beste årene jeg har hatt. En stemme inni meg sier at jeg aldri igjen kommer til å elske en mann slik jeg elsket ham. •

SKREKKENS NABOER

Vi gledet oss til å flytte til et nytt nabolag og så frem til å bli kjent med nye mennesker. Imøtekommende hilste vi på alle rundt oss. Først etter noen uker forsto vi at noe var galt.

UNNGIKK OSS: Noe var galt, og vi forsto det, men det var vanskelig å vite hvordan vi skulle håndtere det.

ILLUSTRASJONSFOTO: GETTY IMAGES

BOLIGEN SOM STO til leie virket perfekt for vår store familie på to voksne og seks barn. Endelig hadde vi funnet et stort hus, som hadde god plass til alle. Det lå tilbaketrukket fra veien og hadde stor og deilig hage. At det i tillegg lå i våre barns skolekrets, var et stort pluss.

Min mann ringte utleieren, og vi fikk komme på visning med det samme. Det var full klaff, og kontrakten ble underskrevet allerede da.

I dag tenker jeg at vi skulle ha bitt oss merke i en kommentar fra utleieren: «Jeg skal ikke tilbake til denne bygda på i hvert fall ti år», sa han sammenbitt, da langtidsleie ble diskutert. Men der og da tenkte vi ikke mer på det.

Vi flyttet inn uken etter og fremdeles virket alt helt fantastisk. Ikke minst barna var overlykkelige over huset og beliggenheten, og de fant seg umiddelbart godt til rette i de nye omgivelsene. Den eldste nøt å få sitt eget rom, for det hadde hun ikke hatt før.

I nabohuset bodde det to barn som var jevnaldrende med to av våre mellomste, og ungene fikk god kontakt med én gang. Det rare var at foreldrene deres unnlot å hilse da vi kjørte over gårdsplassen deres på vei til vårt hus. Uansett hvor mye jeg smilte og vinket, var det ikke et smil eller et blikk å få tilbake. Andreas og jeg bestemte oss for ikke å legge for mye i de voksne naboenes manglende interesse for oss.

Sommeren gikk og ungene våre lekte fortsatt fint med naboungene. Andre barn fra nærmiljøet kom også på besøk, og våre barn var på

besøk hos dem. Det var fryd og gammen på den fronten. Jeg er vant til at foreldre engasjerer seg i sine barn ved at de henter og leverer dem, men vi så ingen foreldre og opplevde ikke å bli kontaktet.

Dette syntes vi var spesielt og merkelig. Brått forsto jeg at naboene våre skygget unna så snart vi viste oss ute, og det gjorde meg usikker. Jeg visste ikke om jeg skulle snakke til dem eller bare smile mot dem. Noe var galt, og vi forsto det, men det var vanskelig å vite hvordan vi skulle håndtere det.

Leieboeren i kjelleren vår viste seg å være fullstendig uten tålmodighet når det gjaldt barnas lek. Så fort noen av dem beveget seg over gulvet i litt stor fart, dunket det iltert fra underetasjen. Men han kom aldri opp til oss for å snakke. Da jeg banket på hos ham, lukket han ikke opp.

Tre måneder etter at vi kom til det store huset, sluttet barna i nabolaget å besøke våre barn, og jeg spurte mine unger om noe hadde skjedd, men det forsikret de meg om at det ikke hadde.

Så plutselig ringte barnevernet. Noen hadde ringt inn en bekymringsmelding om vår familie.

Jeg fikk sjokk. Jeg ante ikke hva dette handlet om og forsto ingen ting, og først og fremst ble jeg trist og lei meg. Frustrert og knust møtte mannen min og jeg hos barnevernet, slik de ønsket. Da meldingen ble lest høyt opp for oss, forsto vi raskt hvem som sto bak. Naboene våre, de som aldri hadde hilst på oss, hadde ringt inn sin «bekymring» samme dag som deres barn sluttet å komme til oss.

Samme dag hadde de samme naboene grillfest for hele nabolaget, og alle unntatt oss var invitert. Det ble påstått at vi hadde altfor mange barn til å klare å ta vare på dem, og at ungene ikke var godt nok kledd eller fikk dusjet. Det ble sagt at vi var ekstremt kristne og bedrev tukt av våre barn.

Alt var løgn. De, som ikke engang hadde vært innenfor døren i vårt hjem, diktet en historie, som var grusom, og jeg gråt da jeg ble fortalt hva som ble sagt. At de hadde latt sine barn bo hos oss fordi de selv skulle en langhelg til Roma, ble ikke nevnt. Nei, vi var ingen tillit verdig.

Vi måtte gå gjennom den obligatoriske oppfølgingen fra barnevernet, med hjemmebesøk og møte sammen med lærere og helsepersonell i tiden som fulgte. Heldigvis fikk vi de beste skussmål fra alle. Det ble raskt avgjort at bekymringsmeldingen var helt uten rot i virkeligheten, og vi ble «frikjent» og fikk gå tilbake til vårt normale familieliv.

Det ble påstått at vi hadde altfor mange barn til å klare å ta vare på dem.

For meg ble likevel ikke dagliglivet det samme, for jeg bar på en konstant redsel for hva naboene kunne finne på å gjøre. Å gå ut med søppel ble en prøvelse, for da måtte jeg passere naboens hus. I tillegg var det ubehagelig å kjøre til og fra huset vårt, siden vi da måtte passere naboens gårdsplass.

Leieboeren i kjelleren ble bare verre og verre. Han banket i gulvet i tide og utide, også når det var oss voksne som gikk stille og rolig over gulvet. Vi ønsket oss bare vekk. Langt vekk. Brått forsto vi hvorfor utleieren hadde ordlagt seg som han gjorde da vi var på visningen, og hvorfor han var så positivt innstilt til langtidsleie. Også han hadde problemer med naboene. Vårt problem var at vi var låst i en leiekontrakt. Vi kunne ikke bare flytte. To husleier har vi på ingen måte økonomi til å betale.

Så kom vinteren, og en stund så jeg litt lysere på ting. Nabobarna begynte å komme tilbake, og selv om det bare skjedde når de var alene hjemme, eller bare moren var hjemme, gjorde det meg glad. En dag begynte det å snø i store mengder, og vi måkte gårdsplassen vår med håndmakt, slik at vi skulle få bilene lett ut og inn av gårdsplassen.

Morgenen etter var gårdsplassen vår full av snø, selv om det ikke hadde snødd om natten. Hele utkjørselen var sperret. Det gikk opp for oss at naboen hadde måkt sin gårdsplass med traktor, og hadde skuffet all snøen inn på vår gårdsplass. Vi orket ikke å krangle med ham og fjernet snøen selv i stedet, slik at vi kom oss av gårde på arbeid. Da vi kom hjem fra jobb samme dag, var ikke bare innkjøringen vår stengt av snø, men også biloppstillingsplassene våre var fylt opp av store snømasser.

Jeg fikk sjokk, men torde ikke å si hva jeg tenkte. Den vinteren var det ikke fred å få. Stadig fikk vi små stikk fra naboene, selv om de absolutt ikke snakket til oss. Søppelbøttene våre ble fylt opp av deres søppel, og lokket ble satt åpent, slik at skjærene rotet avfall utover. Jeg ryddet mens jeg gråt inni meg. Samtidig fikk vi meldinger fra utleieren om at vi var pliktig å holde det i orden rundt søppelbøttene, så det var tydelig at naboene klaget på oss til ham også.

Nervene våre var i alarmberedskap. «Jeg vil flytte herfra», gråt jeg. «Det har vi ikke råd til», sa Andreas. Så kom dagen som kunne ha snudd alt. En stor vannlekkasje ødela hele kjelleretasjen til naboen, og rommene til ungene deres ble ubeboelige. Nabokona kom på døren vår for første gang og spurte om hennes barn kunne få sove hos oss til de hadde fått ting i orden. Selvfølgelig lot vi dem få komme. Innerst inne håpet jeg at dette kunne snu på det dårlige naboforholdet.

I to uker var nabokona høflig og hyggelig, og litt unnskyldende, da hun snakket med oss. Jeg gjorde alt jeg kunne for at deres barn skulle ha det koselig hos oss. Nabomannen, derimot, så vi aldri noe til, og jeg forsto at det var han som var den vanskelige, for han kom ikke en eneste gang for å se til barna sine mens de bodde hos oss. Kjørte vi forbi huset hans, snudde han ryggen til og så en annen vei.

Da rommene til nabobarna endelig sto ferdige og de kunne flytte hjem igjen, hadde jeg en naiv idé om at ting ville løse seg. Slik gikk det ikke. Nabokona ble som før. Hun begynte igjen å ignorere oss, og deres barn fikk nok en gang ikke lov til å besøke oss, selv om de hadde bodd hos oss en periode.

I dag er det ett år siden vi flyttet inn i det store huset. Fremdeles er situasjonen den samme. Vi blir rett og slett mobbet av våre voksne naboer. Hvorfor aner vi ikke. Vi har aldri gjort dem noe. Vi har vært hyggelige og imøtekommende. Vi har ett år igjen av leiekontrakten og skal holde ut. Jeg har bestemt meg for at voksnes dumhet ikke skal gå ut over barn, og derfor holder vi vårt hjem åpent for nabobarna fremdeles. Faktisk blør mitt hjerte for disse barna, som lever med foreldre som oppfører seg så dårlig. •

VIL DU DELE DIN HISTORIE MED ANDRE?

Eller ønsker du å lese flere historier? Sjekk ut Facebook-gruppen *Historier fra virkeligheten*

28 funn fra kr 339 – 799

VÅRKLÆR FOR DEG OG LOMMEBOKA

Frisk opp både humøret og klesskapet med vårens fine farger – og det til en hyggelig pris!

TEKST: Cecilie H. Eggen FOTO: Produsentene

I POSTKASSA: Kjole fra Ellos Collection, str 34–46, kr 799.

KONTRAST SOM KRYDDER

Blir et helt plagg for mye av det gode, prøv et par tøffe sko eller en fargesterk veske eller skjerf. Så lekkert!

KONTRASTER: Viskosebluse fra Lindex, str. XS–XL, kr 399.

KNALL: Stretchy bukser fra Only Carmakoma, str 42–54, kr 449.

BLOMSTRETE: Frisk T-skjorte fra Cellbes, str 34–64, kr 399.

GRAFISK: Kjole fra Vero Moda Curve, str 42–52, kr 449.

STRIPETE: Skjortekjole fra Zizzi, str 42–54, kr 499.

KOMFORTABEL: Smarte sko, Even & Odd, str 36–42, kr 459.

BLIKKFANG

Jammen er det gøy når man finner akkurat den rette fargen, det riktige mønsteret og den perfekte formen som får antrekket til å poppe. Sterke farger er alltid moro, og i år er særlig rødt i vinden, en god gammel klassiker av et blikkfang. Men kontraster trekker også øyet, og du kan fint gå for svart/hvitt eller andre fine farger om det passer deg bedre. Prøv plagget på, og se om du lyser opp i speilet – det er en god indikator for at noe er riktig.

Velg mønstre du blir glad av.

STILIG: Fint snitt, Ellos Collection, str 36-42, kr 449.

MAXI: Denimskjørt fra Bonprix, str 36–54, kr 349.

KLASSISK OG KUL

Den evigkule kombinasjonen av beige og blått er sofistikert og lett å kle, kanskje særlig om du selv er ganske lys i hud, bryn og hår. Har du selv litt sterkere kontraster (som mørke øyne, bryn og mørkere hår), kan du øke kontrastene i antrekket også – mørkeblå mot hvitt for eksempel. Krydre med fine smykker og tilbehør med litt fargesprett, for eksempel et rødt belte eller et lekkert skjerf.

SKJERF: Når vårvindene herjer, Becksöndergaard, kr 599.

MATROS: Fin kardigan fra Bonprix, str 36–52, kr 339.

SUPRE STRIPER

De klassiske horisontale stripene er aldri ut, men i år er de ekstra mye «in». De gir litt fransk eleganse til et ellers avslappet antrekk, og er fint til «alt»!

VIDE: Jeans med skikkelig vidde fra Cubus, med livvidde 24–42, lengde fra 30–34, kr 599.

BEHAGELIG: Åpen lang kardigan fra Zizzi, str. S–XXXL, kr 400.

VÅRLIG: Linskjorte fra Ellos Plus Collection, str 42–58, kr 799.

Pasteller er nydelig til jeans.

PEN I PASTELL

Den bleke vårsolen matcher perfekt vårens lyse pasteller, og er en deilig måte å gå inn i våren på dersom sterke farger blir litt mye i starten. Det som er så fint med pasteller, er at de er nydelige sammen, men også med både nøytrale toner og sterke farger. Tenk deg en lys grønn bluse kombinert med et par dypere grønne bukser. Ton-i-ton gir helhet, samtidig får antrekket kontrast. Men samme bluse er like fin til jeans som en hvit eller beige linbukse for eksempel.

HVERDAG: T-skjorte fra Zizzi med litt vidde i ermene. Str. 42–54, kr 199.

HVERDAGSLIG: Langermet kjole fra Ellos Collection, str 42–58, kr 399.

PASTELL: Genser fra Vila, str. XS–XL, kr 329.

RYSJER: Viskosebluse fra Lindex, str. S–XXL, kr 399.

GÅ FOR MARK-BLOMSTER: Fra Anna Field, str. XS–3XL, kr 479.

PYNTET: Florlett fra Zizzi, str 42–54, kr 549.

GULT ER KULT: Åpen kardigan fra Cellbes, str 34–64, kr 399.

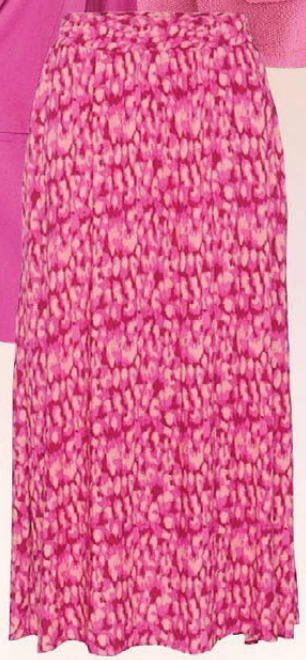
PASTELLER MED POP

Et antrekk i bare duse pasteller kan bli litt kontrastløst og kjedelig, men det løses ganske enkelt ved å tilsette enten for eksempel hvitt, friske farger eller mørke toner. En pastellrosa kjole får plutselig mer futt med et rødt belte eller en sjokkrosa veske for eksempel.

Lette stoffer som lin er perfekt til våren.

CHANEL: Jakke i bomull fra Lindex, str. XXXS–XXL, kr 499.

TØFF: Herlig blazer fra Only Carmakoma, 42–54, kr 699.



FLAGRENDE: Skjørt fra St. Tropez, str. XS–2XL, kr 599.

RETRO: 70-talls vibber. Vero Moda, str i liv 25–32, lengde 30–34, kr 499.

FLATTERENDE: Omslagskjole, Vero Moda Curve, str 44–52, kr 599.

ROSA DRØM

Rosa er på ingen måte ute av motebildet, og nå kan gjerne fargene være enda mer knæsj og 80-talls om du våger. Hva med et par skikkelig Bobbysocks-fargede bukser? Rosa kan imidlertid være så mangt, så prøv gjerne om du burde gå for en kjølig rosa-tone eller en varmere ferskenrosa variant. Gå for den der du føler du gløder! Burgunder holder også formen i motebildet fremover, og er en fin, dyp farge som er lett å bruke som mer nøytral basefarge. Den er dessuten nydelig sammen med nettopp rosa.

STATEMENT: Smale bukser fra Zizzi, str 42–62 kr 699.

FEMININ: Vakker kjole fra Ellos Collection, str 34–54, kr 699.

MØNSTER-HARMONI

Plagg med mønster kan virke kamuflerende, og et lite tips kan være å gå for mønster som matcher størrelsen din. Er du liten, gå for småmønstret. Er du større, velg litt større mønster. Dette gjelder særlig hvis det er mye kontrast i mønsteret.

FORHANDLERLISTE:
Anna Field zalando.no
Anyday ellos.no
Becksöndergaard
Bonprix bonprix.no
Cellbes cellbes.no
Cubus cubus.com/no
Ellos Collection ellos.no
Even & Odd boozt.com/no
Kaffe kaffe-clothing.com/nb-no
Kappahl kappahl.no
Lindex lindex.no
Mango shop.mango.com/no
Only only.com
St. Tropez sttropez.no
Vero Moda veromoda.com/no
Vila vila.com/no
Zizzi zizzi.no

Kvinnene i helseministerens liv

– HAN ER EN GLAD GUTT

Vi kjenner ham som politiker og nestleder i Arbeiderpartiet. På hjemmebane er Jan Christian Vestre familiens pratsomme, gøyale og omsorgsfulle samboer, sønn og lillebror.

TEKST: Marianne Smeby Strand FOTO: Gry Traaen og privat

OSLO – Han kunne hett Øyvind, for han er en glad gutt, sier mamma Elisabeth Preus Vestre (73), og sikter til Bjørnstjerne Bjørnsons fortelling fra 1800-tallet.

Som mødre flest er hun raus med godordene når hun skal beskrive sin eneste sønn. En gentleman. Samlende, varm og snill. Og både gøyal og med godt humør, bedyrer hun.

– Men det er klart at han vet hva han vil, det har han vist fra han var veldig liten. Og han er litt aktiv, det er han – og det var han. Som liten var han litt utfordrende å løpe etter og passe på. Han hadde et veldig godt ordforråd og snakket veldig tidlig. Og det har han fortsatt med.

Storesøster Marianne husker godt den gangen hun i ungdomstiden hadde venninner på besøk, og den 13 år yngre lillebroren kom inn på rommet.

– Han kom rett fra barnehagen, skrella av seg parkdressen og kom gledestrålende inn i rommet: «Hallo, snuppeduppene mine!» Den dag i dag har de ikke glemt episoden, ler Marianne.

– Det kunne være potensielle velgere, vet du, kommer det tørt fra sidelinjen.

I dag er det dressen og hvitskjorta han har «skrella av seg», og erstattet med rutete flanellsskjorte.

Vi møter familien i tomannsboligen med marka i umiddelbar nærhet og nydelig utsikt over Oslo. Her bor generasjonene vegg i vegg; mor i den ene halvdelen, Jan Christian (38) og samboer Viktoria (33) i den andre. Idyllen, med fyr i peisen og servering av kaffe, eplekake og nypresset eplejuice fra eplene i hagen, er lysår unna politiske intriger og maktkampene som herjer i nyhetene.

– Det er én av mange fantastiske egenskaper hos min kjære, smiler statsråden stolt, og sikter til eplekaken som smelter i munnen.

LANGRENN: Der nordmenn sier å være født med ski på beina, forsøkte Viktoria det første gang da hun flyttet hit. Nå går de to gjerne på skitur.

KUL MAMMA: – Mamma er en veldig kul dame. Og det synes vennene mine også, både nå og i oppveksten. Det var alltid mye liv rundt henne. Hun kunne plutselig ta på en hatt og begynne å synge og opptre og si noe gøy.

FØRSTE MØTE

Han var godt inn i 30-årene – kalenderen viste oktober 2019 – da hun endelig kom i hans vei. Jan Christian var leder av familiebedriften, mens arkitekten Viktoria fra Tyskland jobbet for et dansk arkitektkontor som skulle hjelpe dem å bygge ny fabrikk på innlandet.

Da Jan Christian hentet henne på Gardermoen, og de sammen kjørte til byggeplassen, registrerte hun to ting: Han snakket veldig mye. Og han hadde ikke ring.

– Det har vi hatt gøy med etterpå, for da var det ingen som viste at Norge skulle bli Viktorias nye land. Men så kom pandemien med stengte grenser, og fabrikken fikk all oppmerksomhet. For tre år siden sluttet jeg i bedriften for å gå inn i politikken igjen, og da tok vi opp kontakten på nytt. Siden da har det vært oss, smiler Jan Christian og kikker bort på sin samboer gjennom to år.

Hva falt du for?

– Smilet. Viktoria er veldig morsom, energisk og er alltid i godt humør. Det er mye latter og glede. Hun er veldig flott. Jeg er veldig glad i henne og stolt av henne.

– Du er også veldig flott, smiler Viktoria.

Nyforelskelsen er fortsatt fersk, og norsken er allerede på plass.

– Takk, smiler han tilbake.

– Jan Christian er veldig omsorgsfull, familie kommer alltid først.

– Før Arbeiderpartiet også? →

GØYAL: Storesøster Marianne, samboer Viktoria og mamma Elisabeth er stolte av sin lillebror, samboer og sønn. Han er både gøyal og har godt humør bedyrer de tre kvinnene i hans liv.

JAN CHRISTIAN VESTRE

Jurist og politiker. Har siden april i fjor vært helse- og omsorgsminister. Han har tidligere vært næringsminister. Før han gikk inn i regjering, var han administrerende direktør i familiebedriften, møbelprodusenten Vestre AS.

– Ja, jeg tenker det. Han er alltid tilgjengelig når jeg ringer, forsikrer hun.

– Så skal alt riktignok gå veldig fort. Han sitter sjelden stille, det er alltid noe å fikse.

– Jeg er utålmodig, presiserer Jan Christian.

– Men Viktoria har lært meg å roe litt ned. Det har jeg blitt flinkere til etter at hun kom inn i livet mitt.

GENERASJONSBOLIG

At de i det hele tatt deler bolig, er egentlig en morsom historie, mener Jan Christian. Han har vokst opp i den delen av tomannsboligen der moren nå bor. Da den andre delen av huset ble lagt ut for salg, var han rask til å ringe Viktoria. Hun jobbet i København og pendlet til Norge i helgene. Etter litt hyggelig småprat slapp han nyheten:

– Og forresten har jeg funnet en leilighet til oss, sa jeg.

– Før jeg på slutten av samtalen sa at hennes kommende svigermor bor i samme hus.

De la inn et bud på leiligheten, for Viktorias del usett. Jan Christian smiler vekselvis mellom mor og samboeren. Sistnevnte tok utfordringen på strak arm, både at leiligheten trengte oppgradering, og at svigermor bodde vegg i vegg.

– Jeg liker det veldig godt, forsikrer hun.

– Jeg vokste opp i et hus med flere generasjoner, så det er vanlig for meg med familien i samme hus.

Det er et privilegium å ha samboer, mor vegg i vegg og storesøsteren i samme by, forsikrer Jan Christian.

– Det er klart det er lange dager, og ofte er det jobb i helgene også. Da er det fint å ha familien rundt, og vi hjelper hverandre litt ekstra, sier han og innrømmer:

– Ja, nå er det kanskje jeg som får litt ekstra hjelp, sier han og sikter til moren som titt og ofte sørger for at statsrådsskjortene er nystrøkne.

Omsorgen går begge veier, forsikrer svigermor og mor.

– Det er en drøm å bo sånn. Jeg kan sitte i min leilighet, og så kommer de inn med en nydelig tallerken med taco, lasagne eller noe annet godt til meg.

– Du er jo ofte her og spiser også, presiserer Jan Christian og forklarer:

– Men noen ganger, hvis Viktoria og jeg har lyst til å ha litt tid for oss selv, går vi inn til Elisabeth med en tallerken.

Han kaller henne ved fornavn.

– Vi har alltid hatt et veldig nært forhold. Men kollegene på gamlejobben synes det var litt rart, for jeg har egentlig aldri kalt mamma for mamma. Jeg har kalt henne Elisabeth. Vi har jobbet sammen i så mange år, og jeg kunne ikke gå rundt på jobb og kalle henne mamma.

Han du lært mye av din mor?

– Ja, hva har jeg ikke lært av min mor? Mamma har gitt meg troen på at det meste er mulig, og hun har en positiv holdning både til liv og jobb. Mamma er kreativ, hun finner løsninger på ting. Så er hun flink til å få med seg folk og til å se andre.

STOLT MOR: Elisabeth er stolt av sine to barn og sønnen som politiker. – Det er to ting som er viktig for politikere. Det ene er at de fremstår ærlig, og det vet jeg at han er. Og så må de ha et godt ordforråd, og kunne snakke så folk skjønner det. Og det har han også.

Mamma har gitt meg troen på at det meste er mulig, og hun har en positiv holdning både til liv og jobb.

GLAD GUTT: Jan Christian og Elisabeth i hans første år. Han har alltid vært en glad gutt, forsikrer moren.

FAMILIEBÅND

Familie har alltid vært viktig for den unge statsråden.

– Jeg har ikke vokst opp i en veldig politisk familie. Men vi hadde alltid diskusjoner rundt bordet og et samfunnsengasjement, med tro og tvil, og der vi kunne diskutere oss frem til løsninger – det husker jeg fra jeg var liten. Det å ta vare på hverandre. Verdien av fellesskap og rettferdighet og av å jobbe sammen med andre for å oppnå resultater. Det er en tankegang jeg har vært opptatt av, enten jeg har vært i ungdomsorganisasjoner, konfirmantleder, i familiebedriften eller i politikken.

Så har livets opp- og nedturer også preget familien Vestre. Den avslepne skarringen fra Haugesund-dialekten sitter fortsatt ørlite grann i, til tross for at han bare var to år da familiebedriften gikk konkurs, familien på fire flyttet til Oslo, og foreldrene startet på nytt.

– Vi har alltid vært tett som familie, men vi har opplevd mye i livet som har vært tøft og krevende, og mye på én gang. Men det var et fellesskap i det å jobbe sammen i en familiebedrift.

Årene 2011 og 2012 ble dramatiske på så mange måter. Jan Christian var på Utøya da terroren rammet 22. juli 2011. Året etter fikk faren kreft og døde. Jan Christian, som da

DRØMMER: Nå har Viktoria og Jan Christian felles drømmer. – Det blir oss. Og vi ønsker oss familie, det hadde vært hyggelig, smiler de to.

TYSK: Viktoria er fra Tyskland, men har funnet seg godt til rette i Oslo. Men med Jan Christians røtter fra Haugesund og familiens landsted i vest, er tilknytningen også stor vestover.

var aktiv i AUF og jobbet som rådgiver på Stortinget, måtte velge mellom politikken og familiebedriften.

– Jeg var 25 år, og plutselig hadde vi ansvar for familiebedriften og mange ansatte. Jeg vet hvor hardt mine foreldre hadde jobbet for å bygge dette opp igjen, og så skulle pappa plutselig ikke få være med lenger. Jeg følte på en plikt og et ansvar for at dette måtte tas videre og gå bra.

Han valgte familiebedriften.

– Det var *de* unge ungdomsårene. Det ble ikke så mye fest og moro. Jeg var vant til å jobbe mye fra tidlig av. Derfor ble jeg nok litt raskere voksen også. Men jeg angrer ikke på det.

– Så tok han jussen ved siden av, supplerer mor.

– Ja, det var ikke en veldig sosial periode i mitt liv, innrømmer sønnen tørt.

OMSORG FOR TANTE

Hvordan livets store hendelser har preget livet, er litt for tidlig å si, tror 38-åringen selv. Men det førte til at de som ble igjen, ble enda sterkere forenet både i familiebedriften, men også som lillebror, storesøster og mor, mener han.

– Det førte til en drivkraft til å gjøre noe. Det var mye liv og død på kort tid. Jeg følte at jeg ble veldig fort voksen. Så ble jeg kanskje litt bevist på at man ikke kan ta ting for gitt. Livet kan endre seg så utrolig raskt, og da er det viktig å ta vare på dem man er glad i.

Det har han alltid gjort, mener mamma Elisabeth, og sikter til sin egen søster, Jan Christians tante, som hadde nedsatt funksjonsevne og døde av kreft, 60 år gammel.

– Jeg må si at det var helt nydelig å se hvilken omsorg du hadde til din tante Randi. Du var hennes største helt og verge, og du var helt enestående under hennes sykeleie.

Han gikk på barneskolen da han forsto at tanten hadde nedsatt funksjonsevne.

– Det setter livet i perspektiv og viser hvor viktig det er at vi anerkjenner at folk er litt annerledes. Tante Randi hadde sine utfordringer, men samtidig hadde hun så mange kvaliteter som vi andre kan lære av. Ett eksempel på det er da vi andre voksne kunne krangle om uvesentligheter. Når engasjementet ble for høyt i vår familie, så kunne tante Randi si noe forløsende som satte diskusjonen til side. Det kunne være noe veldig trivielt, men egentlig lå det mye livsvisdom i det. Hun hadde utrolig gøyal humor og mye sang og glede i seg. Hun var med da jeg var russ. Jeg tror til og med at hun var med oss på Tryvann. Vi var nære, og jeg snakket med henne på telefonen nesten daglig. Jeg savner henne.

DRØMMER

Tilbake i generasjonsboligen er Jan Christian glad for kjæresten som omsider kom i hans vei.

– Jeg er veldig heldig. Jeg er takknemlig og glad for å ha møtt Viktoria. Hun har brakt inn andre ting i livet som jeg ikke visste at jeg var opptatt av. Det å ha prosjekter sammen. Vi har fikset og pusset opp her i leiligheten. Og vi holder på med å restaurere en gammel veteranbil.

Viktoria supplerer:

– Han lager mye mat. Min mor og far hadde veldig tradisjonelle roller. Hos oss er vi veldig moderne. Han jobber, lager mat og rydder. Og vi lager mat sammen, eller ser på film. Og vi liker veldig godt å gå på tur.

– Vi planter i bokser ute på terrassen. Kanskje er det drivhus på gang, det er Viktorias drøm.

Nå har de felles drømmer.

– Vi har bodd sammen her i to år, og det er veldig fint. Så får vi se hva fremtiden bringer. Det blir oss, og vi ønsker oss familie. Det hadde vært hyggelig.

– Først ring på fingeren, jeg er veldig tradisjonell. Min mor venter også på det, smiler Viktoria.

– Venter din mor på ring fra meg? spør han leende, men tar samboeren i hånden og forsikrer:

– Jeg er litt treig. Det kan hende at det ordner seg. •

TAR VARE PÅ: Jeg føler meg rikere etter hver natteravn-vakt, sier Astrid.

NATTERAVNENE
Natteravn-ordningen handler om å være til stede for barn og unge når de ferdes ute på kvelds- og nattetid, ta ansvar og vise medmenneskelig omsorg når de unge trenger det.
natteravn.no

ASTRID HAR VÆRT NATTERAVN I 30 ÅR

– Det nytter å gjøre en forskjell

Natt til lørdag er alltid hektisk i Tromsø. Kledd i gul jakke, ruslende rundt, er Astrid (79) blitt et bilde på trygghet. I 30 år har den barnløse pensjonisten vært en avholdt natteravn.

TEKST: Siri Walen Simensen FOTO: Privat

Du velger selv om du vil gjøre en forskjell for noen. Om du er så heldig å være frisk, har du noen muligheter, til og med om du har noen vondt'er her og der. Det er ditt valg om du setter deg ned og lar kropp og sinn visne.

Mottoet er Astrid Johansens, og hun lar definitivt ikke alderdommen stoppe seg. I Ishavsbyen er hun kjent som en dame, som sier ja til alt. Selv om hun nærmer seg 80 år.

– Livet blir ikke alltid slik du drømte om, men det kan likevel bli flott, konkluderer hun med latter i stemmen.

TAR VARE PÅ: Jeg føler meg rikere etter hver natteravn-vakt, sier Astrid.

De unge har fått et ufortjent dårlig rykte. Aldri har jeg fått så mange klemmer som etter at jeg begynte som natteravn.

SIER JA: Astrid strikker og er fast hundevakt for Milo fordi eieren er på jobb.

DRØMMEN OM BARN

Hun har alltid elsket barn. Allerede som jentunge, da hun leste om adopterte barn fra Colombia, visste hun at hun ville adoptere ti. Egne barn var det største ønsket hele veien.

– Men slik ble det ikke. Jeg mistet et barn sent i svangerskapet og det ble ikke en sjanse til. I starten var jeg veldig bitter, for jeg jobbet på Boligkontoret i Tromsø og så kvinner, som hverken ville eller kunne ta vare på et barn, men som likevel ble mødre. Det føltes urettferdig, minnes hun.

Det var moren, som sa at hun ikke fikk tenke sånn, og hun gikk videre. Og i årene siden har Astrid gitt glede til eget liv gjennom å være en ressurs for barn og ungdom i hjembyen.

– Hadde jeg vært ung i dag, ville jeg ha kunnet adoptere, selv om jeg var enslig. Det gikk ikke den gangen. Nå tenker jeg ikke på disse tingene lenger. Jeg har «en hel haug» med tantebarn, som jeg har fått følge og har nær kontakt med, og som er til stor glede. Og jeg fikk bli «Mommo» til slutt, til en gutt som trengte en ekstra person i livet sitt. Alt i alt har jeg vært heldig, poengterer hun.

VIL VÆRE TRAVEL

Å snakke med mennesker, som alltid drar ting positivt, gjør noe med deg. Du føler deg på et vis lettere, gladere. I samtalen med Astrid er det sånn.

– Jeg har «alltid» bodd alene. Familielivet ble det ikke noe av. Heldigvis synes jeg ikke synd på meg selv, oppsummerer hun.

Hun vokste opp med fem søsken i en familie, der de ble lært opp til å ta vare på hverandre.

– Det var en annen tid, ikke narkotika og kanskje ikke så mye press på å prestere og se bra ut. Jeg meldte meg inn i NGU, Norges Godtemplar Ungdom, helt tilfeldig og smakte ikke alkohol. Men vi danset til levende musikk og gjorde alt det andre ungdommer gjorde.

Da hun var tenåring var livet så travelt at hun løp fra et sted til et annet nærmest hele tiden. Hun deltok på håndarbeidsdagene til kommunen, dro derfra til Turnhallen for å rekke turntimen og i full fart derfra til Frimisjonens ungdomsklubb.

– Det må ha farget meg, for jeg liker fortsatt å ha det travelt, sier ler hun.

ØVER BALANSE

Da Hjemmet snakker med Astrid, har hun booket hele uken til kurset «Sterk og stødig», som handler om balanseøvelser. Disse skal hun lære videre til andre.

– Jo eldre du blir, jo viktigere blir det å øve på balansen, minner hun om.

Hun ble natteravn for 30 år siden, mens hun fortsatt var i full jobb på Boligkontoret. Bymisjonen etterlyste frivillige, som kunne tenke seg å vandre i gatene for å trygge de unge på kvelds- og nattetid i helgene.

– Jeg meldte meg. De første årene dekket vi lett både fredag og lørdag. I dag sliter vi med å få foreldrene med. For min egen del er natteravn-oppdraget en glede. Jeg lærte mye om rus gjennom jobben jeg hadde. I møtet med rusavhengige, er jeg derfor ikke redd. Som natteravn skal jeg være venn med de vi møter, så det oppstår ikke konflikter. Det er politiet, som tar seg av lov og orden, forteller hun.

GODE KLEMMER

Klemmene hun får av de unge. Fortroligheten hun føler når hun møter en bedugget, ung jente med kjærlighetssorg, som vil låne en skulder å gråte på. De gode ordene fra de unge, som kjenner henne igjen.

«Astrid, da jeg så den gule jakken din ble jeg så glad», kan de si. De ordene betyr så utrolig mye og gir mening.

Det hender at hun må ringe politi, ambulanse eller foreldre. Hun har erfart at ikke alle foreldre takler like bra å få høre at poden har drukket seg for full eller er i kategorien «sanseløs».

Klokken tre om natten er «vakten» ferdig. Da kjører hun hjem alle de andre ravnene, som ikke har bil. Rundt halv fire på morgen går hun inn i eget hjem, og ikke alltid er det like lett å legge seg for å sove. Inntrykkene fra sentrum sitter i og hun må tenke litt før trøttheten kommer.

– Jeg tenker ofte på hvor mye det gir meg å ta vare på alle de flotte ungdommene. De unge har fått et ufortjent dårlig rykte. Aldri har jeg fått så mange klemmer som etter at jeg begynte som natteravn, sier hun.

Det hører med til historien at hun går ikke-organisert natteravntjeneste i eget nabolag for å sikre at de unge der har en voksen tilgjengelig, om det trengs.

HUNDEPASSER

Da hjertevarme Astrid for noen år siden bestemte seg for at hun hadde hatt sin siste katt, ble hun fast hundevakt for staffen Milo, som nå er tolv år. Han her hennes firbente skatt.

– Jeg har et godt og meningsfylt liv.

79-åringen håper at hun gjennom intervjuet i Hjemmet kan motivere andre til å bli en frivillig, til glede både for andre og seg selv. Hun stiller opp på dugnader for barn i fotballen, har hatt ansvar for skihytta i mange år, har sittet i styret til borettslaget hun bor i, er leder for Velforeninga, oppsøker ensomme eldre, hjelper dem og drar dem med på ulike tilstelninger.

– Vi har mange ganger lurt på hvor hun finner energien og tiden. Hun er tilgjengelig klokka fem på morgenen og klokka 24 på kvelden, sier Henning Norbakken, som bodde i samme borettslag som Astrid. •

Hun var grenselos i nord

ANNAS HEMMELIGHET VAR LIVSFARLIG

Hemmeligheten hun bar på var så farlig at hvis den ble kjent, ville den koste henne livet. Men Anna hadde ikke noe valg. I hele sitt liv hadde hun alltid stilt opp når noen trengte hjelp.

TEKST: Kristin Ma Berg FOTO: Kjell Fredriksen, dm.no og private bilder

VINNENDE VESEN: Hun hadde et så vinnende vesen at det var umulig ikke å bli glad i henne. Både voksne og barn merket det når Anna kom inn i rommet. Selv forfatteren Knut Hamsun, som skrev lite pent om samene, myknet når Anna Pedersdatter var rundt ham.

ANNA PETRINE KAROLINE PEDERSDATTER

Var født i Salten i Nordland i 1883. Foreldrene var lulesamer, en del av den samiske befolkningen med egen kultur og eget språk. Anna ble i regi av fornorskningspolitikken tvangssendt på internatskole for å lære norsk. Fornorskningspolitikken videreførte statsminister Johan Sverdrups holdning fra 1850-tallet: «Den eneste redning for lappene er å absorberes av den norske nasjon.»

STOLT: Astrid Eliassen kjenner på kjærlighet, stolthet og sårt savn når hun tenker på grandtante Anna. – Alt hun våget for andre, er nesten ufattelig, sier Astrid.

SELVBERGET: På sine eldre dager bodde Anna helt alene på småbruket som lå en times vandring fra andre naboer. Hun hadde hverken strøm eller innlagt vann, og måtte hugge sine egen ved som skulle holde hele vinteren igjennom.

NORGE 1942. Fremmede makter rår i landet, og de utsteder stadig nye lover og forordninger. En av lovene blir gitt av Hitlers propagandaminister Goebbels og iverksettes av rikskommissær Terboven, som har bosatt seg i kronprinsfamiliens hjem på Skaugum utenfor Oslo. Forordning av 12. oktober 1942 gjelder de som hjelper flyktninger, og den lyder slik:

«De som flykter eller hjelper andre å flykte, vil få dødsstraff, eller tukthus/fengsel om det foreligger formildende omstendigheter. De vil bli fratatt norsk statsborgerrett, få sin formue beslaglagt som kan inndras til fordel for statskassen. Det vil kunne bli tatt gisler blant vedkommendes familie, slektninger eller nærmeste bekjente.»

LIVSFARLIG ÆREND

– Jeg hadde aldri turt å gjøre det min grandtante gjorde under krigen, det er helt sikkert, sier Astrid Eliassen bestemt. Først i voksen alder fikk hun høre den hele og fulle sannheten om grandtante Anna Petrine Karoline Pedersdatter fra Makkvatnet i Nordland som våget livet mens hun smuglet krigsfanger rett foran nesen på tyskerne.

– Min far ga tillatelse til at hun kunne bruke båten over elven. Når den var borte, visste han hva som var på ferde. Anna var ute i livsfarlig ærend, forteller Astrid.

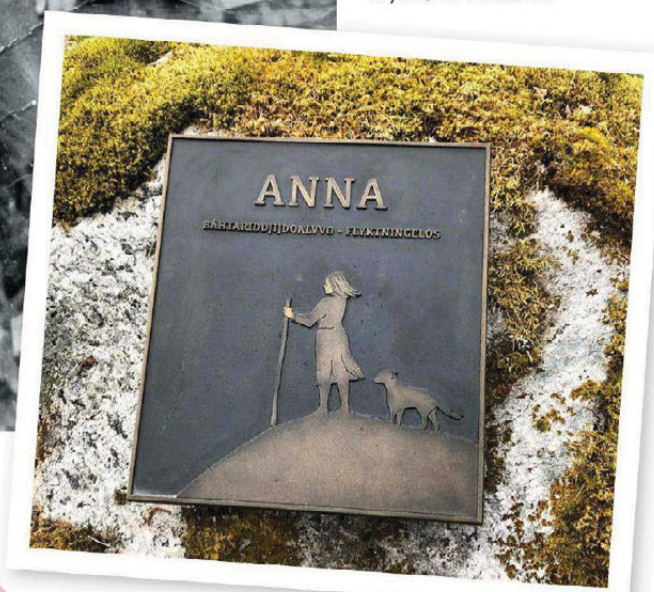
Anna visste aldri når de kom. Hun bodde helt alene i et lite hus langt fra folk. Plutselig banket det bare på døren hennes, og utenfor sto en los med tre-fire rømte fanger som skulle i dekning, og som hun ble bedt om å lose videre. De var tyskernes straffanger, hentet opp hit i nord for å bygge veier og jernbaner. Det var hovedsakelig russere, finner, polakker og serbere. Det gjaldt å få dem ut av landet og over til Sverige så fort som mulig. Anna slapp dem inn og opp på loftet, der de måtte vente til det mørknet. Fluktruta var slik at Anna måtte gå fem kilometer fra sitt eget hus til hun nådde elven. Derfra rodde hun over med to til tre fanger av gangen, for så å overlevere dem til neste los fem kilometer lenger opp i fjellet. Hun gikk når det var mørkt og beveget seg langs skogholtet. Hun kjente hver stein og krumning på stien så godt at hun kunne den i blinde. Hun var helt uten frykt, forteller Astrid, som med god grunn er stolt av grandtanten sin som aldri hverken fikk medalje eller takk for innsatsen sin under krigen. Først i 2005 fikk Anna og flere andre samiske grenseloser en beklagelse fra Hans Majestet Kong Harald, flere av dem var aldri blitt takket for innsatsen.

Min far hadde gitt tillatelse til at hun kunne bruke båten. Når den var borte, visste han hva som var på gang. Anna var ute i farlig ærend.

ET VINNENDE VESEN

I hele sitt liv har Anna vært der for andre. Hun er eldst i søskenflokken, og under oppveksten på småbruket hjelper hun mor i ett og alt. Så dør moren, og de små søsknene sendes til fostring hos ulike naboer og slektninger mens Anna får seg en post på en storgård i bygda Kråkmo på Hamarøy. Her losjerer alt slags folk før de skal ut på videre vandring. En av dem er den kjente forfatteren Knut Hamsun, som kommer hit for å finne arbeidsro. Han er født i nærheten, men er likevel så folkesky at han knapt hilser på folk. Men Anna vinner innpass. Hun er lulesame, og selv om Knut Hamsun har beskrevet samene i svært lite flatterende ordelag i bøkene sine, liker han å ha Anna rundt seg. Hun har et så vinnende vesen, og dessuten snakker hun feilfritt norsk. Ikke alle samer gjør det. Det er kun Anna som får lov til å stelle for den store dikteren hver gang han oppholder seg på Kråkmo og skriver den verdenskjente romanen «Markens grøde». →

KOM TILBAKE: Herman Blom, tidligere krigsfange, tok turen tilbake til Anna etter krigen. Han hadde så uendelig mye å takke henne for. Andre fanger hun hadde fulgt over fjellet sendte julekort, pakker og sjokolade i årevis etterpå.



MINNEPLATEN: Steigen og Hamarøy historielag har besørget et vakkert minnesmerke til ære for den fryktløse kvinnen.

Men snart trenger familien Annas hjelpende hånd igjen. Lillesøster er blitt alvorlig syk. Håpet er at tante Anna kan komme og hjelpe til med de fire barna hennes. Anna kommer og blir der så lenge de trenger henne. Det er aldri noen lønn å snakke om på disse arbeidsplassene. Anna jobber for kost og losji, og får klær når det trengs. Når en kone på en av nabogårdene skal føde, er det Anna de kontakter mens konen ligger i barsel. Det er vanlig at en fødende kvinne ligger en uke til sengs etter fødselen. Da må andre ta seg av de andre småbarna og fjøsstellet. Anna sier aldri nei.

HJEM IGJEN

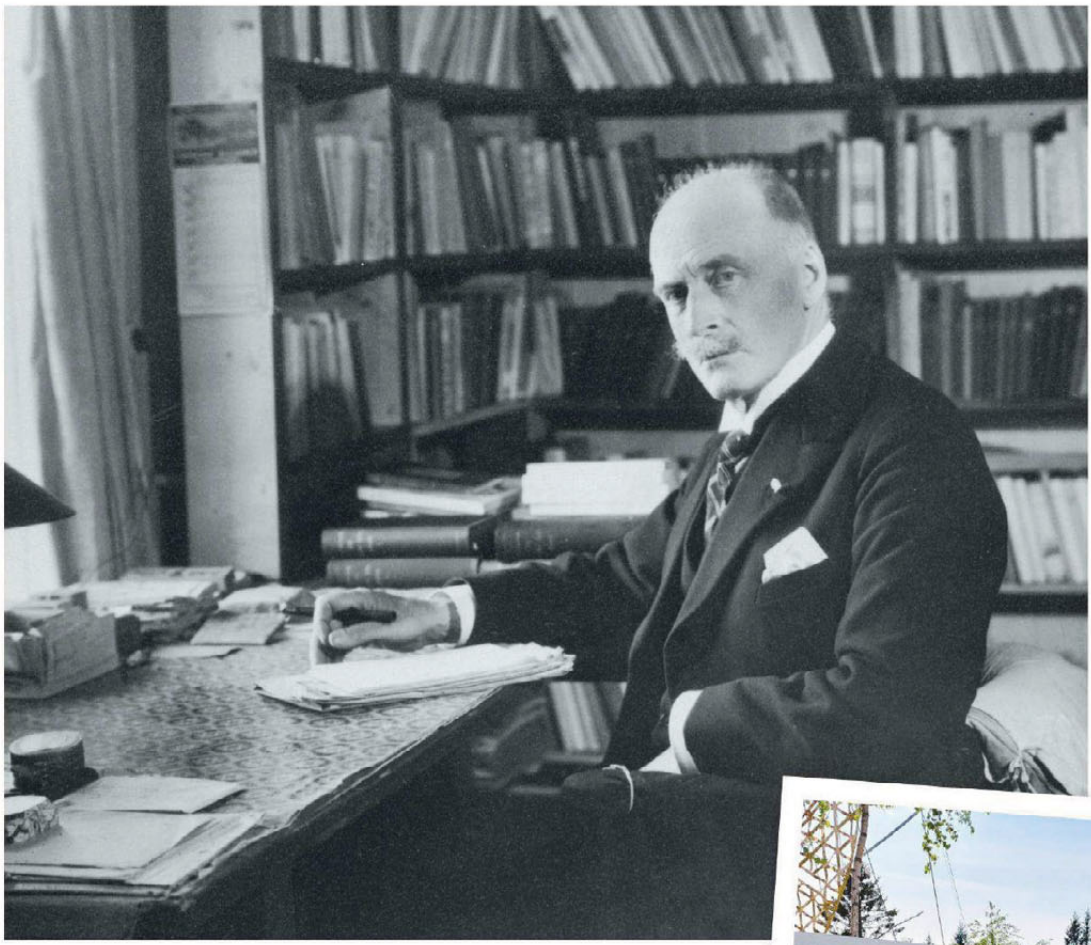
Anna, som er født i 1883, begynner å trekke på årene når de to gamle onklene som har blitt boende på småbruket ved Makkvatnet er blitt så skrøpelige at de trenger hjelp. Hun er i slutten av femtiårene da hun bestemmer seg for å dra hjem og nok en gang hjelpe til. På gården er de selvberget. De har sauer og geiter. Anna lager ost og kjerner smør av geitemelk, og bytter ellers til seg det som trengs av andre varer. Når de gamle onklene dør, er hun helt alene om arbeidet. Hun blir en kløpper med øksen, og hugger ved jevnt og trutt hele sommeren så hun har til en lang og kald vinter. Slik lever hun livet i ro og mak sammen med finnhunden Barfot. Av og til tar hun stien fire kilometer ned og besøker søsterdatteren og hennes mann. Det er alltid gildt når tante Anna kommer på besøk. Men en vårdag i 1940 forandrer alt seg.

For meg var hun som en bestemor med masse omsorg og kjærlighet.

MØRKE KREFTER

Om morgenen 9. april 1940 flyr ti tyske jagerfly inn over Narvik. Angrepet blir starten på 62 dager med harde kamper. Nazistene går seirende ut og skal komme til å okkupere landet vårt i fem lange år. Det snur opp ned på de fleste innbyggernes liv, også Annas.

Tyskerne vil bygge ut infrastrukturen. De trenger jernmalmen fra de svenske gruvene i nord til å produsere våpen, og nye veier, tunneler, flyplasser og jernbaner skal bygges. Til dette arbeidet henter de krigsfanger fra andre land og driver dem nærmest i døden med hardt arbeid, mangelfull kost, tortur og iskalde arbeidsforhold. På et tidspunkt er det 140 000 tvangsarbeidere i Norge, over 20 000 av dem dør under forferdelige forhold. Ingen vet nøyaktig når og hvordan trafikken med å smugle disse krigsfangene over grensen til Sverige begynner, men alle vet hvilke umenneskelige forhold fangene lever under. Noen klarer ikke å sitte stille og se på det-



ANNAS VENN: Den store dikteren Knut Hamsun skrev ikke pent om samene, men det var kun Anna han ville ha rundt seg når han var på Hamarøy for å finne skrivero. Anna stelte rommet og serverte Hamsun mat.

MINNEMEDALJEN: Først etter Annas død kom kongen med en unnskyldning til de samiske grenselosene. Annas niese Magda, som også bidro med å skjule flyktninger, fikk siden en minnemedalje fra kommunen.

ROSESLOTTET: To samiske kvinner som gjorde en sterk innsats under krigen. Nå vokter de Roseslottet i Oslo og er portrettert av maleren Vebjørn Sand. Til høyre ser vi Anna fra Makkvatnet, til venstre Mamma Karasjok.

te. De engasjerer seg, og Anna nøler aldri. Hun bare må bidra – selv om hun vet at straffen er dødsdom.

TI MENN PÅ DØREN

Det begynner med en forespørsel om hun kan lose tre menn i et terreng hun har kjent siden barndommen. Holde øynene åpne og føre dem i sikkerhet over elven og videre til der en annen los overtar. Anna nikker bekreftende hver gang. Men en kveld står det plutselig ti menn utenfor døren. Det går bare ikke. Båten kan ikke ta mer enn høyst tre-fire personer. Anna er rådvill, hva gjør hun med de andre? Denne gangen må hun ha hjelp. I første omgang får hun fangene i skjul på sitt eget loft mens hun selv går den timelange turen ned til niesen og ektemannen som bor rett ved elven. De kjenner på en iskald redsel, men sier likevel ja til å skjule ti fanger i sitt eget hus mens Anna ror tre og tre over av gangen. Avgjørelsen innebærer at nå er også de og barna deres i stor fare. Men de kan ikke la Anna i stikken. Anna ror når natten siger på, og leverer alle de ti fangene i sikkerhet over til neste los.

GLEMMER ALDRI

Etter hvert som tiden går, får tyskerne mistanke om at lokale innbyggere hjelper fanger som flykter. Nå begynner okkupasjonsmakten å pepre fjellet med utsiktsposter, uten at det får noen betydning for Annas virksomhet. Hun kjenner fjellet bedre enn noen annen og ser straks om det er dukket opp forandringer langs ruten. Ofte må hun følge én mann av gangen over riksveien mellom de tyske vaktpostene. Det går alltid bra. I løpet av de tre siste krigsårene loser hun ca. 300 fanger i trygghet. Noen av dem glemmer aldri Anna. De kommer tilbake etter krigen for å takke. De sender julepakker med sjokolade og varme hilsener i mange år etter krigen. De takker Anna for livet sitt.

ALENE I ØDEMARKEN

Når krigen er over, går Anna stille i dørene med hva hun har bedrevet. Ikke en sjel får vite at hun har vært los for krigsfanger. Hun er nå i begynnelsen av 60-årene og bor alene i et gammelt hus en times vandring fra nærmeste

GRENSELOS

En del av motstandskampen i Norge under 2. verdenskrig besto av personer som i organiserte grupper hjalp flyktninger og rømte krigsfanger å komme seg fra Norge til Sverige. De ble kalt grenseloser. Over 60 000 mennesker flyktet til Sverige mellom 1940 og 1945. De fleste krysset grensen på østlandet, men også lenger nord i landet var det flere fluktruter. Anna deltok sammen med grenselosene langs Steigen, Hamarøy og Tysfjord.

LOSEN FRA MAKKVATNET: Hun fikk hverken heder, ære eller medaljer, men i dag finnes det flere minnesmerker over den samiske grenselosen Anna Pedersdatter.

HJALP ALLE: I hele sitt liv var Anna der for andre. Hun hadde alltid en hjelpende hånd å tilby.

I ANNAS FOTSPOR: Annastien er lagt nøyaktig i det terrenget der Anna gikk med livredde krigsfanger. Selv var hun helt uten frykt.

For første gang i historien lander et sjøfly på Makkvatnet. Det er kommet for å hente Anna Petrine Karoline Pedersdatter.

nabo. Huset har hverken strøm eller innlagt vann. Hun må selv hente vann i elven og hugge ved til vinterforråd. Anna klarer seg med nesten ingenting, men det er et strabasiøst liv for en 60 år gammel dame. På begynnelsen av 1950-tallet får hun heldigvis nye naboer. En lege og en tannlege fra byen bygger seg hytter i nærheten, og Anna får jobb som vaktmester. Det er hyggelig, synes Anna, som for første gang i sitt liv får en fast inntekt. For hyttefolket vasker hun gulv og sengetøy, rer opp nye senger og holder hyttene under oppsyn. Det er en kjærkommen inntekt, og hyttefolket blir så glad i Anna at de ikke vet hva godt de skal gjøre for den eldre damen. Da Bodø innvier sin nye domkirke i 1956, bestemmer hyttefolket seg for å gjøre ære på Anna. De har fått kjennskap til hennes fortid som los og redningskvinne for hundrevis av krigsfanger, og de bestemmer seg for å invitere henne til innvielsen av kirken. For første gang i historien lander et sjøfly på Makkvatnet. Det er kommet for å hente Anna Petrine Karoline Pedersdatter. Anna får plass blant de fremste i kirken. Det er en stor dag.

ET SÅRT SAVN

I 1969 kommer et uendelig trist budskap. Astrid Elliasen er på besøk hjemme hos foreldrene, som hjalp Anna med å skjule flyktninger under krigen. Først får alle vite at Annas båt er funnet drivende uten noen mennesker om bord, for så kort etter å få beskjed om at Annas kropp er funnet død flytende i vannet. Hva som har skjedd, vet ingen. Kanskje glapp hun taket i en åre og forsøkte å bøye seg over ripa for å plukke den opp, eller kanskje skled hun i båten og falt over bord. En ting er uansett sikkert, Anna etterlater seg et tomrom og et sårt savn.

– For meg var hun som en bestemor med masse omsorg og kjærlighet. Når hun kom på besøk, satte hun seg alltid sammen med oss barna og ville høre hvordan det gikk med oss. Hun var oppriktig interessert, spurte oss om hva vi likte å gjøre og om vi hadde kjærester, minnes Astrid. Hun har nettopp vært på dugnad der alle bidro med å lage et minnealbum over Annas liv som skal ligge i sjeltersjået (et lite hus/skur). Det ble bygget i anledning minnesmerket over Anna på plassen der hun bodde. Anna mottok aldri noen takk eller medalje for sin innsats under krigen, men hennes niese Magda, som er Astrids mor, fikk en såkalt minnemedalje med takk fra kommunen.

– Og i 2021 ble det avduket et minnesmerke for Anna, fortsetter Astrid, og forteller om en sti som også er oppkalt etter grandtanten. Stien er merket Annastien og lagt nøyaktig i sporene etter Anna der hun utallige ganger gikk i livsfarlig skytteltrafikk med krigsfanger. •

RISSKOV BILFERIE

Mer ferie for pengene

Vestkysten, Grebbestad ★★★★

Idyllisk beliggenhet

TanumStrand SPA & Resort

- 2 x overnattinger m. frokost
- 1 x 2-retters meny
- 1 kopp kaffe/te etter middag
- 2 x entré til spa-avdeling
- Gratis internett og parkering

Vestkysten, Strömstad ★★★★

Spa-luksus til minipris

Strömstad Spa & Resort

- 2 x overnattinger
- 2 x frokostbuffé
- 2 x 3-retters meny/buffé
- 2 x Adgang til spa (2 timer)
- Badekåpe og tøfler på rommet

Østlandet, Vrådal ★★★★

Gratis romoppgradering

Straand Hotel

- 2 x overnattinger m. frokost
- 2 x 3-retters meny/buffé
- 10% rabatt på Husky tur
- Adgang til basseng og badstue
- 20% rabatt på heiskort

Vest-Holland, Zoetermeer ★★★★

Nærheten av Den Haag

Golden Tulip Zoetermeer Den Haag

- 2 x overnattinger m. frokost
- 2 x lekker 2-retters meny/buffé
- 1 velkomstdrink
- Gratis parkering
- Gratis internett

Vi tilbyr både **SPA OG WELLNESS,** så ta en kikk på Risskov Bilferies mange gode tilbud!

Risskov.no **32 82 90 00**

Hverdager mellom 09 – 17.

Husk bestillingskoden: hjemmet

Vær oppmerksom på utsolgte datoer og trykkfeil • Evt. miljøtillegg betales på hotellet Reisearrangør: Risskov Autoferien AG • Prisen er pr. person i dbl. rom. Minimum inkl. sluttrengjøring • Ekspedisjonsgebyr fra kr. 89,-
Spar ift. hotellets egen pris

Mer enn **275.000** glade kunder, + **850** hoteller i Europa

DEN STORE STJERNEN: Måtind er Vesterålens desidert mest populære fottur, med en fantastisk utsikt ut over klipper og hav.

10 FINE OPPLEVELSER

Alternativ til Lofoten

Storslåtte Vesterålen

Lofoten har vunnet kåringer og tiltrukket seg horder av besøkende – den mer beskjedne søsteren i nord er fortsatt en av Norges best bevarte hemmeligheter.

TEKST: Torild Moland FOTO: Ronny Frimann, Torild Moland og NTB

SPEIL, SPEIL: Vesterålens feteste offentlige toalett har enveisspeil, så her kan du gjøre det du må, med panorama-utsikt over storhavet – uten at noen kan se inn.

1 Nasjonal turistveg Andøya

Andøyas opptur fikk en kickstart med åpningen av Nasjonal turistveg Andøya i 2012. Og det er ikke rart, den 58 kilometer korte strekningen tar deg gjennom både dramatisk natur, fantastiske strender, arkitektoniske rasteplasser og koselig bebyggelse. Veien går på yttersida av Andøya, mellom bebyggelsen Bjørnskinn i sør og tettstedet Andenes helt på tuppen i nord. Ikke sjelden står sjøsprøyten fra Norskehavet rett på, eller tåka ligger så tjukk at man knapt kan se neste hus. Første, og for mange største, attraksjon er den arkitekttegnede rasteplassen Bukkekjerka med Vesterålens feteste offentlige toalett, tegnet av Morfeus arkitekter og bekostet av Statens vegvesen.

Veien følger så helt i vannkanten frem til Stave Camping, der den svinger innover på øya på innsiden av Måtind, forbi Bleik-stranda og Kleivodden, utformet av Landskapsfabrikken AS med designmøbler støpt i betong og en magisk utsikt over Norskehavet der sola synker bak horisonten.

Mer Info: Om sommeren er det fergeforbindelse mellom Andenes og Gryllefjord som gjør at du kan fortsette turen på Nasjonal turistveg Senja. Dette er et vakkert alternativ til E6 inne på fastlandet. *nasjonaleturistveger.no*

STEMNINGSFULLT FISKEVÆR: Nedslitte hus og brygger setter fortsatt stemningen i det tidligere fiskeværet Nyksund.

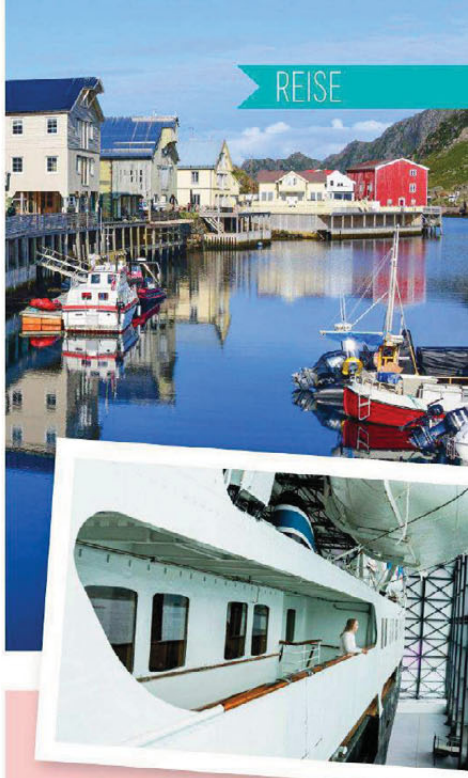
2 Nyksund

Ved forrige århundreskifte var Nyksund et av de største fiskeværene i Vesterålen, med hundrevis av tilreisende under skreifisket på vinteren. Men etter hvert som størrelsen på fiskebåtene vokste, ble havna for liten og fiskeværet fraflytta.

Nyksund har siden tiltrukket seg frie sjeler og kunstnere, som har satt sitt preg på miljøet. Billedkunstner Gunn Vollestad har bygd hus bak Galleri Art. Den internasjonalt anerkjente kunstneren Sigrid Szetu er opprinnelig fra Nyksund og hennes blå, moderne hus er både hjem og besøksatelier. Og Galleri Nyksund har flyktige utstillinger.

Men det var ikke før paret Monja Fischer og Ringo Haupt åpnet Ekspedisjonen i juni 2003 at det virkelig skjøt fart. Ryktet om Ringos kokkekunster og Monjas service når langt utenfor kommunegrensene. Gå ikke glipp av tasterplaten med 12 forskjellige retter fra havet.

Mer info: Mye i Nyksund er kun åpent i sommerhalvåret, men Ekspedisjonen har både overnatting og servering stort sett året rundt. *nyksund.no*



HISTORISK: Gå på vandring i det historiske skipet Finnmarken gjennom styrehus, kartrom, radiorom, fordekk og gamle lugarer.

3 Hurtigrutemuseet

Da Richard Withs dampbåt DS Vesteraalen ble satt i trafikk fra Trondheim til Hammerfest i 1893, tok turen «bare» syv dager og fikk navnet Hurtigruten. Siden har de klassiske skipene i rødt, hvitt og sort trafikkert norskekysten fra Bergen til Kirkenes. I all slags vær har de trosset naturelementene og trygt brakt folk, fe, biler og bagasje fra havn til havn, mellom øyer og skjær, holmer og fjorder, og fungert som en navlestreng til omverdenen. Det er denne historien som fortelles på Hurtigrutemuseet, gjennom skipet Finnmarken som i sin helhet er svøpt inn i en glass- og stålkonstruksjon. Inne er en rekke godbiter. Man kan vandre i det historiske skipet. Salonger er restaurert til slik de var på 1980-tallet, og en spisesal har interiør fra 1956 med tidsriktig kledd besetning.

Mer info: Hurtigrutemuseet ligger i Stokmarknes. Inngang kr 225 for voksne. *hurtigrutemuseet.no* →

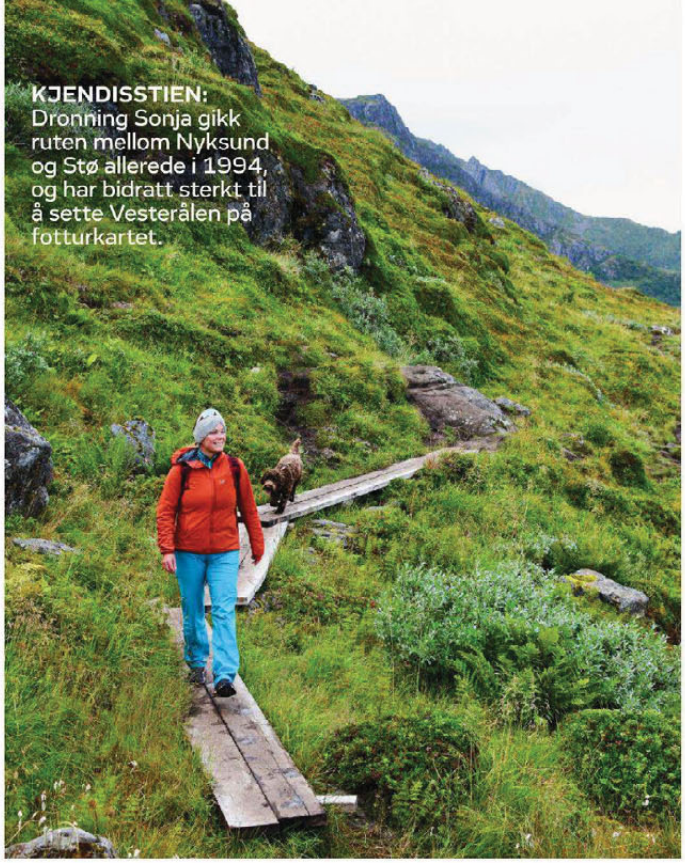
4 Den blå byen

Under et delvis knust sprossevindu med gamle gardiner og avskallet maling står det: «Merker du at huset puster?» Lars Saabye Christensens stillferdige ord er malt med sort skrift på en lyseblå vegg, midt i Sortland sentrum. Rundt i byen er det mange lignende små og store sitater, alle på hus i forskjellige blåfarger. Både fargen og ordene var en del av kunstverket Blåbyen, som ble startet av den lokale kunstneren Bjørn Elvenes i 1999 i forbindelse med millenniumsskiftet. Byen sponset maling, og befolkningen bidro.

Og selv om prosjektet har vært stille nå i 10 år, er det fortsatt en stor del av Sortlands identitet.

Mer info: Kunsten finner du gratis over hele byen. Stikk også innom den kulturelle storstua *kulturfabrikken-sortland.no*

HÅPETS FARGE: Kan et kunstprosjekt med blåmalte hus puste liv i en døende by?



KJENDISSTIEN: Dronning Sonja gikk ruten mellom Nyksund og Stø allerede i 1994, og har bidratt sterkt til å sette Vesterålen på fotturkartet.

5 Dronning-ruten

Lenge før Lofoten ble kåret til verdens vakreste øyrike av National Geographic, gikk vår friluftsglade Dronning Sonja fottur mellom fiskeværene Stø og Nyksund. Turen ble en braksuksess, og siden har et stadig økende tall turister vandret i hennes fotspor. Dronningruten er egentlig en todelt rundtur – en rundt seks kilometer ganske flat rute langs vannet mellom fiskeværene Stø og Nyksund og en litt lenger og brattere tur tilbake over fjellet. Man kan fint gå hele runden på en dag. Men med slikt vær, og sånn utsikt, og ikke minst Vesterålens mest trendy fiskevær og beste restaurant i andre enden, er det flere argumenter for å ta det med ro og dele opp turen.

Mer info: Rundturen er ca. 15 kilometer uten avstikker ned til Nyksund og tar minimum seks timer. Sett av en hel dag, eller gjerne to. *dronningruta.no*

6 Gourmet-gården

I den gamle prestegården på Kvitnes har tidligere norgesmester og medlem av kokkelandslaget, Halvar Ellingsen, skapt sitt drømmested.

– Om vi er kreative? Alltid. Vi må bruke det vi har, sier Halvar og smaker på en nyplukket nepe ute i kjøkkenhagen bak den hvite hovedbygningen.

Noen timer senere skal vi finne grønnsaken på tallerkenen som servering nummer fem, i en risottolignende rett med mango og neper med skum på røkte kveiteben og kjernemelk. Selvdyrket, selvsanket, kortreist og lokalt er stikkord for alt som serveres på Kvitnes gård.

Gjestene kan vandre rundt i kjøkkenhagene og jordene og hilse på gårdens to oksekalver, grisunger, villsau, som de i en eller annen form vil finne igjen på menyen. På Kvitnes går ingenting til spille.

Mer info: Alle middagsgjester overnatter også på gården. Smaksmeny, overnatting og frokost ca. kr 7900 for to personer. NB – ekstremt lang ventetid, så book i tide! *kvitnes.com*

GOURMETGÅRDEN: På Kvitnes Gård har mesterkokk Halvar Ellingsen god hjelp av et stødig team med restaurantsjef, sommelier og gartner (!) Cathrine Thorsen i spissen.

7 Hval-safari

I over 30 år har hvalsafari vært det største trekkplasteret på Andøya, kanskje verdens beste sted for å se spermhval.

Andøya er også et av verdens beste steder for å forske på mannlige spermhval, og mange av hvalene kommer igjen og igjen. En av dem som fortsatt henger her, ble fotografert for første gang i 1996 og har fått navnet Glenn.

Mer info: Velg mellom safari i RIB-båt med Sea Safari Andenes (også kjent for Whale2sea, seasafariandenes.no), eller i større fiskeskøyte med Whalesafari som er så sikre på å se hval at de gir «100 prosent hvalgaranti» – ny gratis tur eller pengene refundert dersom dere ikke ser hval på turen. Pris kr 1595, inkludert omvisning på hvalmuseet. *whalesafari.no*

HVALGARANTI: Havet utenfor Andøya er et av verdens beste steder for å se spermhval.

8 Den bleike stranden

Det kunne vært Maldivene. Eller Stillehavet. Men så er det en av disse ubeskrivelig vakre strendene Nord-Norge er så kjent for. Med turkist hav som skyller inn over sand mykere enn melis og så ren at man kunne skrubbet ansiktet med den. Den mer enn 2,5 kilometer lange stranda er en av Norges aller lengste, og slynger seg som en slange mellom bratte fjell og turkist hav. Men Bleik er mer enn bare vakker. I sørenden av stranden ligger en av de eldste morenene i Norge, som vitner om en annen tid her i nord. Det går en 4,5 kilometer lang og flat rundtur inne i reservatet, forbi små innsjøer og over gresskledde sletter og morenehauger, skapt av breen som etterlot seg stein og jord. Avslutt med en tur langs stranden, der du kan stikke tærne dypt ned i sanden og drømme om varmere strøk.

Mer info: På Bleik Beach ligger Vesterålens mest kjente campingplass, Midnattsol Camping (*midnattsolcamping.com*).

MELISSTRANDA: Nord-Norge er kjent for sine kritthvite strender, og Bleik beach er en av de aller vakreste. Melismyk sand også!

DEN NYE STORSTUA: Ringstad Resort er åpent hele året og har fokus på god, lokalbasert mat og masse aktiviteter.

TE, KAKER OG KUNST: Det er suksessoppskriften til venninnene bak Galleri Uver og Bettys tesalong.

9 Tea, takk

– Du burde prøve den med keemun, sort kinesisk te som passer perfekt til key lime pai, sier Elisabeth Fauske og heller en rødbrun væske opp i en hvit porselenskopp.

Resten av bordet er dekket med vakre, fargerike porselenstallerkener og -kopper. Tallerkenene bugner med et assortert utvalg av Bettys hjemmelagde kaker, hver servert med en passende te. Veggene i det gamle trehuset er dekort med skjør og fargerik glasskunst. Hyller er fylt med små og vakre glassgjenstander.

Elisabeth er Betty-delen av duoen bak det noe utradisjonelle stedet Galleri Uver og Bettys tesalong på yttersiden av Hadsel. Glass- og billedkunstner Siv Johansen står for galleriet. Det vil si; hele huset er etter hvert blitt et galleri der hvert rom byr på nye inntrykk og er en opplevelse i seg selv.

Mer info: Åpent hver dag i sommerhalvåret, helgeåpent resten av året. Også nettbutikk. *uver.no*

10 Ringstad resort

På tuftene av et gammelt rorbuanlegg har Ringstad Resort tatt steget opp som Vesterålens nye arkitekttegnede storstue. Et godt stykke unna hovedveien dukker det opp, et taggete byggverk vendt mot havet og utsikt mot Lofoten i sør. Bygget er tegnet av en arkitekt i California som aldri har satt sine ben i Vesterålen. Men han har sett bilder av fjord og fjell, og designet et bygg som er inspirert av omgivelsene. Resultatet er både nyskapende og velkjent.

Ringstad har to heltidsansatte guider, begge med gode fotokunnskaper, som tar gjester med ut for å finne både ørn og elg. Her er båter man kan ta for en fisketur, kajakker til helårsbruk og en hel øy med fantastiske turstier. Det har vært stor mangel på litt høyere standard i Vesterålen. Nå er mangelen litt mindre.

Mer info: Ringstad Resort er åpent hele året og tilbyr blant annet guida elg- og ørnesafari, fotokurs, kajakkpadling og fotturer. Dobbeltrom/leilighet fra kr 1971. *ringstadresort.no*

RGF reisegarantifondet rgf.no

Bestill på nett:
Storytravel.no
post@storytravel.no
Tlf: 22 22 22 26

Pris per person fra **13 900,-**

26. AUGUST OG 7. OKTOBER 2025 | FLY | 8 DAGER | FRA **13 900,-**

Utforsk Toscana – det beste av Italia!

Bli med på en uforglemmelig gruppereise til hjertet av Italia, hvor vakkert landskap, historiske byer og utsøkte smaksopplevelser venter!

På denne gruppereisen tar vi deg med til noen av Italias vakreste og mest legendariske byer, som Firenze, Pisa, Lucca og San Gimignano. Hver by har sin egen unike sjarm, og sammen gir de deg et uforglemmelig innblikk i Toscanas rike historie og tradisjoner.

Vi skal se kjente attraksjoner, rusle i trange, brosteinbelagte gater, smake på lokale delikatesser og ta inn den ekte italienske stemningen. Under hele reisen bor vi komfortabelt på et hyggelig hotell i den historiske kurbyen Montecatini Terme, som er en perfekt base når vi skal utforske området.

Hver morgen starter med en deilig frokost som er inkludert i prisen, og du kan også velge en middagspakke som gir deg smakfulle treretters middager på hotellet. Ønsker du heller å utforske lokale restauranter, står du selvsagt fritt til å finne dine egne favoritter. I løpet av turen skal vi også nyte en eksklusiv lunsj på en autentisk vingård utenfor Volterra og smake på noen av de fantastiske vinene som produseres der.

Denne reisen er perfekt for deg som elsker historie, gastronomi og stemningsfulle omgivelser. Toscana er ikke bare en destinasjon – det er en livsstil!

PS! Vi har også en reise som kombinerer Toscana med Umbria! **Se Storytravel.no**

DETTE ER INKLUDERT:

- Fly t/r Oslo-Pisa
- Hotell 7 netter
- Frokost hver morgen
- Lunsj på lokal vingård
- Utflukter og all transport
- Skandinavisktalende reiseleder

Fra 13 900,- per person i dobbeltrom

FORBEHOLD OM TRYKKFEIL ELLER ENDRINGER I PRIS ELLER PROGRAM.

STORY TRAVEL

Bli med i reiseklubben

Meld deg inn i Story Travels reiseklubb for å få de beste tilbudene først (helt gratis!) Send sms «STORY» til 27333.

VINN REISE-GAVEKORT **3000,-**
Send sms: STORY til 27333

STORY TRAVEL

Finn din drømmereise blant våre tematurer!

Les mer og finn flere reiser her!

OPPLEV MAGISKE BUDAPEST

Drømmer du om en ferie som kombinerer historie, kultur og avslapning? Da er Budapest destinasjonen for deg! Utforsk det majestetiske Buda-slottet, det imponerende Parlamentet og den vakre Matthias-kirken. Smak på nydelige lokale delikatesser i Mathallen, slapp av i det berømte termalspaet Széchenyi og nyt en magisk folklore-middag med underholdning. Vi garanterer nye minner for livet!

21. SEPTEMBER 2025 | FLY | 5 DAGER | FRA **13 990,-**

NYE EVENTYR I ALBANIA

Bli med til Albania, et land som kombinerer vakker natur og spennende historie. På denne reisen får du oppleve alt fra UNESCO-vernede byer til de nydelige strendene langs den albanske rivieraen. Utforsk den smakfulle maten, de lokale markedene og den rike kulturarven som preger dette fascinerende og uoppdagede landet!

9. SEPTEMBER 2025 | FLY | 8 DAGER | FRA **15 990,-**

FÆRØYENE – ATLANTERHAVETS PERLE

I oktober drar vi på en uforglemmelig reise til Færøyene! Vi bor i sjarmerende Thórshavn og utforsker dramatiske klipper, ikoniske fossefall og historiske landsbyer. Opplev Vágar, se det spektakulære Gásadalur-fossefallet og dra på båttur til de majestetiske Vestmanna-klippene. Vi skal også fordype oss i øyenes rike historie.

1. OKTOBER 2025 | FLY | 5 DAGER | FRA **19 700,-**

BLI MED TIL EVENTYRLIGE PUGLIA

Utforsk magiske Puglia i Italia sammen med oss! På denne turen skal vi besøke flere byer og attraksjoner som står oppført på UNESCOs verdensarvliste. Blant høydepunktene er Matera, steinbyen som er bygget inn i 50 000 år gamle huler i fjellet, og de runde trullihusene i Alberobello. I tillegg skal vi besøke en olivengård og lære om forskjellige olivenoljer, dra til fjellbyer med unik arkitektur og utforske et av verdens flotteste grottesystemer. Håper vi ses!

15. SEPTEMBER 2025 | FLY | 8 DAGER | FRA **19 850,-**

Finn din drømmereise:

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

LANGTIDSREISE
Nyt livet på et herlig leilighetshotell i Spania i 4 eller 8 uker!

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

TEMAREISER
Gruppetur med inspirerende temaer og dyktige guider.

STORY TRAVEL

VI ER HJEMMET

REDAKTØR:
Ole Martin Bjørklid
ole-martin.bjorklid@egmont.com

REDAKSJONSSJEF OG VISUELT ANSVARLIG:
Kitty Jensehaugen
kitty.jensehaugen@egmont.com

INNHOLDSANSVARLIGE:
Cathrine Barland Jensen (reportasje)
cathrine.jensen@egmont.com
Vigdis Winge
(mat, hage, interiør, mote og antikk)
vigdis.winge@egmont.com
Eva Glorvigen (helse)
eva.glorvigen@egmont.com

REDIGERERE:
Linda Kirkeby Isenhag
linda.isenhag@egmont.com
Trine Skjulhaug
trine.skjulhaug@egmont.com

MARKEDSANSVARLIG:
Lise Burud Bullen
lise.bullen@egmont.com

PRODUKSJONSKOORDINATOR:
Kate Wik • *kate.wik@egmont.com*

ANSVARLIG REDAKTØR/DIREKTØR:
Marianne Gram

VIKTIG INFORMASJON OM ABONNEMENT

Bli abonnent på: **bladkiosken.no**
På **minside.egmont.no** kan du enkelt se på og administrere ditt abonnement.

KUNDESERVICE
Tlf. hverdager kl. 08–16: 22 58 51 40
E-postadresse:
abo-hjemmet@egmont.com
Postadresse:
Hjemmets Abonnementsservice
Postboks 4980 Nydalen,
0441 OSLO
Fint om du har ditt kundenummer klart ved henvendelse til oss. Abonnementet løper til du sier det opp.

ABONNEMENTSPRISER:
1 år kr 1749 1/2 år kr 1091

FSC
www.fsc.org
MIX
Papir | Støtter ansvarlig skogbruk
FSC® C146119

TIPS OSS!
Kjenner du noen vi bør skrive om? Send en av oss en e-post.

VI DU BLI ABONNENT?
abo-hjemmet@egmont.com
eller gå inn på
www.bladkiosken.no
BLADKIOSKEN.no

Trykk: Egmont Printing Service • ISSN-0018-2842

Utgivelse av stoff i bladets publikasjoner skjer bare i henhold til våre generelle vilkår for rettigheter til stoff. Dette gjelder både for stoff som honoreres og for stoff som ikke honoreres. Vi forbeholder oss blant annet retten til å lagre og utgi stoffet i elektronisk form fra vårt redaksjonsarkiv eller andre databaser som vi har avtale med, herunder å utgi stoffet via Internett. Innsendere av stoff kan, etter spesiell avtale med oss, i hvert enkelt tilfelle, reservere seg mot at deres stoff distribueres til Hjemmets kunder fra det elektroniske arkivet. Avfotografering av Hjemmets redaksjonelle stoff for videre produksjon er ikke tillatt uten skriftlig avtale.

Egmont er et av Nordens største mediekonsern med 6300 ansatte og aktivitet i 30 land. Vi er en stiftelse, og Egmont Fondet deler årlig ut over 100 millioner kroner til et bedre liv for barn og unge. Vårt motto We bring stories to life – har sterke publisistiske verdier. Vi står bak mer enn 700 magasiner, tegneserier, Klikk.no, TV 2, Nordisk Film, kinodrift, samt flere deleide selskaper.

Hjemmet

story house EGMONT

Hjemmet arbeider etter Vær Varsom-plakatens regler for god presseskikk. Den som mener seg rammet av urettmessig omtale i bladet oppfordres til å ta kontakt med redaksjonen. Pressens Faglige Utvalg er et klageorgan som behandler klager mot pressen i presseetiske spørsmål.
Adressen er: PFU, postboks 46 Sentrum, 0101 Oslo.
E-post: *pfu@presse.no*

Vi ses igjen
NESTE UKE
I SALG 21. MARS
Kari Skavlan om livet og kunsten
– Jeg setter kolossalt pris på å bli gammel. Det er kjempegøy!

ET LITE STYKKE
NORGE

Solstråler danser gjennom trærne i Vestfolds vårskog, en magisk morgen.

Det er med lykka som med de ville dyr i skogen: Den blir tillitsfull og nærmer seg leirplassen din når du ikke lenger jager etter den.

HANS BØRLI

FOTO: GETTY IMAGES

FRA TINGVOLL

GRATIS BEFARING - SE MER HER

Vi gjør solskinnsdager enda bedre

NØRSOL®

Lunhet og hygge med funksjonelle liftgardiner

Skann QR koden over og lær alt om gardiner og solskjerming fra Tingvoll.

1

GRATIS BEFARING

Vi gir råd, viser prøvekolleksjon, tar nøyaktige mål, og gir prisoverslag.

2

PRODUKSJON

Vi besørger din bestilling som blir skreddersydd på vår fabrikk.

3

MONTERING

Vi monterer din ferdige bestilling der du ønsker den, raskt og fagmessig.

Returadresse:
ART AS
Postboks 209
2021 Skedsmokorset

Hjemmet

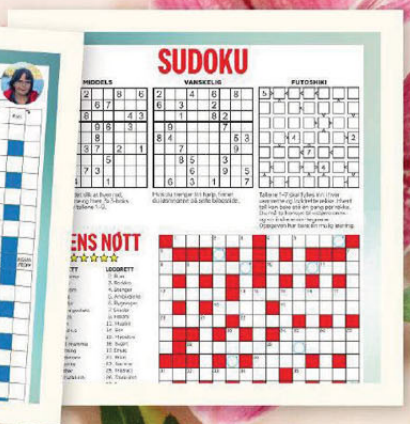
VI ER **STØRST** OG **BEST** PÅ*:

Norges største ukeblad HVER UKE!

★ Mat & oppskrifter

★ Helse & kosthold

★ Kryss & quiz



* BASERT PÅ MERKESTYRKE- OG KJENNSKAPSMÅLING, YOUGOV 2021

TWA-dbytes.org