

# Hjemmet

**ARI om sin store kjærlighet**

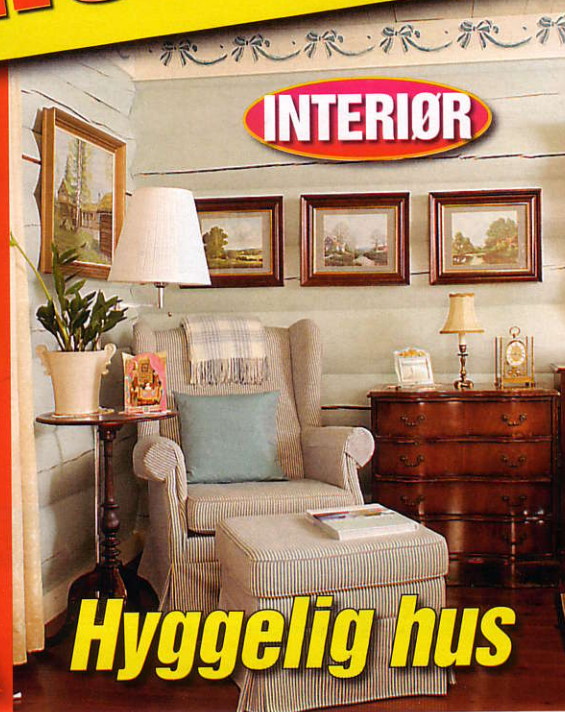


## Märtha gjør meg fantastisk lykkelig



**Lekre formretter**

bc 002 11



**INTERIØR**

**Hyggelig hus**



**÷ 30 kg**

**Kari Mette fikk et NYTT LIV**



## Kunsten å gjøre ingenting

●●Jeg var litt sliten her en dag og tok meg tid til å legge meg på sofaen og bare glo opp i taket mens jeg lyttet til en CD med musikk av vår store komponist Edvard Grieg. Det er ikke så ofte jeg spiller klassisk musikk, men det skjer. Da er jeg spesielt glad i Grieg. Jeg synes musikken hans skildrer Norge og den norske naturen så vakkert. Det er som om musikken hans bringer frem bilder for mitt indre øye, og jeg foretar en liten reise i norsk natur i tankene. Jeg ser for meg blomstringen i Hardanger, rislende bekker og elvestryk, mektige fjell og dype daler — bilder som er vederkvegende for en moderne stress-akrobat som meg.

●●Og denne ettermiddagen slo det meg hvor deilig det er å ligge slik og la tankene vandre og drømme seg bort i de indre bildene man skaper selv. Hvorfor er vi så redde for ikke å gjøre noe hele tiden og velger å fylle det lille vi har av fritid med alskens aktiviteter? Hvorfor må vi hele tiden være så effektive? For det er sikkert mange som vil synes at en time eller to på sofaen med blikket i taket og Grieg på CD-spilleren er bortkastet tid. Resultatet av all effektiviteten vår kan jo bli at vi stresser på oss sykdommer og problemer.

●●Jeg stresser selv, selvfølgelig gjør jeg det. Men jeg begynner å få øynene mer og mer opp for hvor godt det er å tillate seg å gjøre ingenting. Kanskje vi alle skal gjøre som oxen Ferdinand — bare legge oss ned med nesen i en blomst og «kaste bort» litt tid en gang i blant...

Hilsen fra

*Lise*

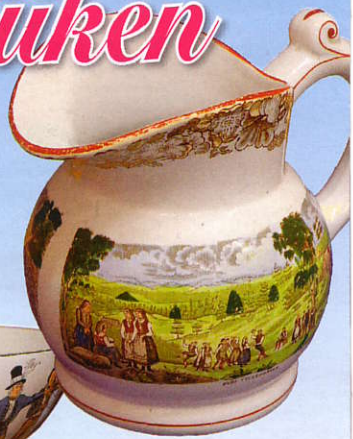
Lise Hansen  
Sjefredaktør

lise.hansen@bm-media.no



# Hjemmet denne uken

◀Da Marianne Olavesen (41) ble kvitt kvisene sine, fant hun samtidig en suksessfull yrkeskarriere. Møt gründeren på side 12-13



▲Har du liggende noe fra Egersund Fajanse? Ja, da har du kanskje noe verdifullt i skapet. Se Antikkrunnen side 32-33.



## Artikler

Ari Behn har funnet sin plass	4
Anita Moen: Glade minner om et flott skiliv	8
Marianne kvittet seg med kvisene og fant sitt levebrød	12
Lenas og Tors barn fikk ikke leve	16
Født med Downs syndrom, fikk leukemi	114
Norske Aase er mongolenes Mor Godhjerta	116
Perlefarsotten når nye høyder	120
I Polen får du helseferie til en rimelig penge	123

## Helse og velvære

Kari Mette gikk ned mer enn 30 kilo	22
Kropp og sjel	26
Spør Hjemmets lege	28
Hos legen	30

## Mat og baking

Retter i form — enkelt og godt	44
Mor Borghilds kokebok	48
Kjøkkenkroken	50

## Interiør, tips og hage

Antikkrunnen	32
Det grønne hjørnet	52
Interiør: Romantisk og herskkelig	76

## Moter og skjønnhet

Ny stil	54
Din side	82

## Hobby og håndarbeid

Strikk en søt poncho	73
Strikk noe lunt og lekker — Hals, lue og pulsvanter	74

## Leselyst

En klausul om kjærlighet (4:5)	40
Før mørket senker seg (8:10)	84
Kjærlighetens språk	38
Mareritt	87
Tenn et lys	113

►Av og til er det lov å meske seg med noe nesten syndefullt godt. Mor Borghilds bløtkake med karamellsaus finner du på side 48.

◀Halsen og og pulsvantene i deilig, myk ull er både lune og lekke. Oppskriften finner du på side 74-75.



# Marianne kvittet seg med kvisene, og fant sitt levebrød

Deprimert, innesluttet, hadde ikke lyst til å vise seg. Slik var livet for tenårings Marianne Olavesen. Hun fant en utvei på sitt problem, en løsning som i dag er hennes levebrød. Og derfor kan 41-åringen i dag si: –Jeg elsker kviser og kviserbehandling!

## HJEMMET-REPORTASJE



Tekst: Stein Haugan Foto: Svein Brimi

–Det var forferdelig. Mens vennene mine var ute og moret seg, hadde jeg mest lyst til å gjemme meg bort. Jeg kunne sikkert blitt en av de meget deprimerede hvis jeg ikke hadde blitt kvitt problemene.

Marianne Olavesen (41) fra Hakadal forteller om en tenåringstid i Sandefjord, der kviser holdt på å ødelegge henne. Depresjoner, innesluttethet, lyst til å holde seg hjemme mens vennene gikk ut — slik artet livet seg fra hun var 14 til 18 år.

–Jeg var veldig interessert i hester, så jeg gjemte meg vel i grunnen bort i stallen hos dem, forteller hun. –Det var en hobby jeg drev veldig mye med. Samtidig prøvde jeg alt for å bli kvitt kvisene. Noe hjalp en kort tid, men så snart jeg var ferdig med en kur eller en behandling, kom kvisene piplende frem igjen. Og jeg kunne jo ikke gå på tablettene resten av livet.

Marianne nektet å gi opp og dro til Danmark. Hun opplevde til sin enorme glede og lettelse at lysbehandling sammen med akupunktur og endring av spisevanene, gjorde underverker.

–Lys stimulerer cellene og kan brukes til å drepe bakterier. Det er i grunnen så enkelt. Lys

kan imidlertid ikke erstatte legen, og noen ganger må vi ha medisiner. Men små problemer, som kviser egentlig er, kan vi behandle med vårt lyssystem. Jeg har jobbet med mange leger og i laboratorier i England, så jeg har lært mye av fagfolk. Jeg har ikke funnet opp dette, men det er forsket mye på lys, og jeg nyt-

▲ **OPTIMISTISK ARBEIDSJERN:** Marianne har alltid jobbet hardt. Selv om sjeiken i Dubai betalte meget godt for deler av hennes konsept, har hun beholdt mesteparten av virksomheten selv.

ter meg av denne kunnskapen i mitt opplegg.

### Pengeproblemer

Marianne ville lære mer om lys og virkningen av det, og dro til

England. Samtidig studerte hun økonomi og markedsføring.

–Jeg utviklet lyssystemet som i dag er kjent som O-Lys, og åpnet min første klinikk i England. Jeg hadde fått offentlig støtte til



# Problemenene ble jobben min