

Tips oss!
Ring 21 31 00 00
tips@nationen.no

Alle tips som brukes, honoreres med to flax-lodd.
 Månedens beste tips belønnes med en skinke eller et fenalår.

Nationen
 Postboks 9390
 Grønland 0135 Oslo
 www.nationen.no

Besøksadresse:
 Schweigaards gate 34 E

Sentralbord:
 Telefon: 21 31 00 00
 Faks: 21 31 00 90
 Redaksjonen
 etter kl. 16.00:
 Telefon 94 00 86 50

Debattredaksjonen:
 Telefon: 21 31 00 00
 debatt@nationen.no

Trøndelagskontoret:
 Hans Bårdsgård
 Telefon: 911 98 998
 hans.baardsgaard@nationen.no

Kato Nykvist
 Telefon: 913 22 017
 kato.nykvist@nationen.no

Abonnement og distribusjon:
 Telefon: 21 31 44 41
 Faks: 21 31 00 92
 abonnement@nationen.no

Annonser:
 Telefon: 21 31 44 44
 annonser@nationen.no

Punktum

NATIONEN I MORGEN

«Bustadforsikring er noko du absolutt bør ha. Men det er ein vanskeleg marknad å manøvrere i.»

HELGA SKOFTELAND, REGIONDIREKTØR I FORBRUKARRÅDET.



PÅ TRÅDEN

ØYELOKKSINNGREP

« For menn er det nå øyelokkesinngrep, både øvre og nedre øyelokk, samt ansiktsløft som er mest aktuelt.»



Et lite øyelokk

Erik Grefberg

Alder: 48 år
 Bosted: Asker
 Stilling: Sjef for Teres Medical Group, Norge
 Aktuell: Stadig flere menn velger å få utført plastisk kirurgi.

– Før tok forfengelige menn og gutter solarium til alle døgnets tider. Nå er det plastisk kirurgi som er økende for menn?

– Ja det er rett at antallet menn som kjøper kosmetiske kirurgitjenester er økende.

– Hva slags inngrep er det Kari og Ola vil ha utført, da?

Innenfor kosmetisk plastikkirurgi er brystforstørrelser opp mot 50 prosent av omsetningen i markedet. Innen segmentet ser vi at gjennomsnittsalderen for våre kvinnelige pasienter har steget de siste årene opp mot 30 år. Bukplastikk, brystløft og brystreduksjoner er også store poster. For menn er det nå øyelokksinngrep, både øvre og nedre øyelokk, samt ansiktsløft som er de store inngrepspostene.

– Er det et byfenomen, det vil si at bygdefolket ikke ringer på hos dere?

– Her er det mange fastlåste myter. Mange tror at kosmetisk plastikkirurgi er noe for de rike som bor på «riktig» side i byen. Slik er det overhode ikke. Faktum er at vi ikke ser noen forskjell på by-land, øst-vest-nord-sør, lavinntekt-høyinntekt blant våre pasienter innen plastikkirurgi. Det er den samme fordelingen som befolkningsfordelingen.

– Er det vi nå er vitne til en utvikling som bare vil fortsette, med andre ord med en vekst på 10 prosent i året?

– En undersøkelse utført av

McKinsey sier det: De forventet en årlig vekst på 8-10 prosent hvert år de neste tre til fem årene i Skandinavia.

– Har du selv fått utført noen operasjon av øyelokk eller inngrep med eller uten skalpell?

– Ja, jeg har løftet øvre øyelokk. Jeg er godt fornøyd med inngrepet. Det skjedde på en klinikk i kjeden jeg nå er sjef for, men før jeg ble ansatt.

– Hvorfor bor du der du bor?

– Oppveksten min var i Bærum, bare 1-2- kilometer fra Torstad i Asker, der jeg bor nå. Så et lite snev av å flytte hjem trakk kanskje noe. Dessuten har Torstad svært mange fordeler: Gangavstand til både sjøen, marka og landlige omgivelser, men allikevel svært kort vei til Oslo og alle urbane tilbud. Min kone, datter og jeg trives utmerket på Torstad i Asker.

– Hva leser du for tiden?

– Foruten aviser «fra perm til perm» leser jeg The Dirt, boken om rockebandet Motley Crue. Den er både morsom, inspirerende på et merkelig vis og godt skrevet. Har også begynt på Panserherte av Jo Nesbø. Den boken jeg ønsker meg og skal lese som neste bok er Daniel Kahnemans «Thinking, Fast and Slow.»

– Hva er ditt favorittnettsted?

– Det er nettsiden til bandet jeg spiller i, Glimmer twins. Et herlig showband med glede og moro i sentrum!

– Hva lånte du av naboen sist?

– Det var et spett.

– Hva skal du ha til middag i dag?

– Helt sikkert noe herlig hverdagsmat som min flotte kone lager.

WERNER WILH. DALLAWARA
 werner.dallawara@nationen.no

SMAK



FOTO: MATPRAT, OPPLYSNINGSKONTORET FOR EGG OG KJØTT

Biff i form

Alt i ett – biffoppskrift! Biff, poteter og grønnsaker – og vips så har du en god middag. Litt smeltet ost på toppen blir prikken over i'en.

Porsjoner: 4
Vanskelighetsgrad: Ganske enkel
Tidsforbruk: 20–40 minutter

Ingredienser

2 stk biff
 2 ss margarin/olje til steking

1/2 ts salt
 1/4 ts pepper
 1 pk gratinerte poteter med skall og hvitløk (tørket)
 1/2 pk dypfryst grønnsaksblanding
 1 stk tomat i skiver
 1/2 dl revet hvitost

Slik gjør du

1. Potetene lages i en ildfast form, etter anvisning på pakken. Tilsett grønnsaksblanding de siste 10 min. av steketiden.
 2. Krydre biffene med salt og pep-

per og stek dem på sterk varme ca. 1 min. på hver side.

3. Ta potetformen ut av ovnen når det er igjen 5 minutter av steketiden. Legg biffene oppå potetformen sammen med tomatkiver.

4. Strø litt revet ost på toppen og stek i 5 minutter. Serveres med godt brød.

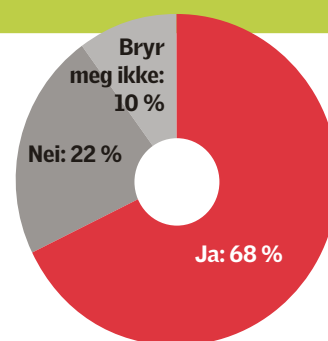
PSST: Hvis du vil gjøre retten ennå mer smakfull, kan du ha i finhakke friske urter.

NATIONEN.NO

Vi har stilt følgende spørsmål:

Er opprettelsen av samkommuner i virkeligheten en sniksamslåing av kommuner?

Hver dag finner du avstemninger og meningsmålinger om aktuelle temaer på nationen.no. Klikk deg inn og stem!



TOTALT ANTALL STEMME: 215