

## BIOGRAFI

Mi Ridell föddes 3/6 1968 i Karlskrona.

Redan som liten sjöng hon och spelade teater mest hela tiden. Direkt efter humanistisk linje på gymnasiet, blev hon antagen vid Nordiskt Musik Konservatorium. Efter ett år gick hon även Kulturamas Skådespelarlinje parallellt med NMK och uppträdde på olika scener runt om i landet.

Hon var figurant på Dramaten i "Peter Pan", där hon var en cellospelande sjöjungfru.

Hennes genombrott kom med revyn "Mulliga Vitaminer" 1992. Den spelades först i Stockholm och därefter i Göteborg.

Sedan dess har hon medverkat i otaliga underhållningsprogram på TV ( Gäster med gester, Rena Rama Rolf, Prat i Kvadrat, Let's Dance etc etc). Se fullständig förteckning under fliken TV/underhållning och TV/drama.

Fram tills 2004 jobbade hon heltid, men tog sedan en paus när hennes son Max var 2 år.

2006 tog hon upp yrket igen och producerade, skrev och spelade i föreställningen "TiraMisu". Det var en föreställning med både humor, allvar och musik, där Mi ville visa en annan sida av sitt artisteri. Lena Söderblom stod för regin. Föreställningen blev en succé och Mi åkte på turné med den runt om i landet.

2008 skrev Mi en ny föreställning som hette "Skvaller" ihop med kollegan, vännen och mentorn Lena Söderblom. De blev inspirerade av August Strindbergs "Den starkare" och spelade den bl.a på Göteborgs Stadsteater.

2010 åkte Grynet Molvig, Paula Ternström och Mi ut på turné med en föreställning regisserad av Lena Söderblom som hette " Mat Desperat". Den handlade om kvinnors relation till mat och till sina kroppar och baserades på en undersökning gjord av Ipsos för 1,6 miljonerklubben. Stressforskaren Christine Mellner adderade sin kunskap till föreställningen , där henne föreläsning vävdes in.

2014 kunde Lena och Mi inte hålla sig borta från varandra längre som kollegor utan satte upp " En poetisk cocktail i rött & svart, som spelades bl. i Marbella. Den är inspirerad av Lorca och är en blandning av svensk och spansk kultur.

Hur kom det sig att Mi började föreläsa om kroppsspråk?

Det kom förfrågningar från näringslivet om just föreläsningar om kroppsspråk runt 2009. Som skådespelerska visse ju Mi mycket om ämnet och tackade ja. Det blev framgångsrikt och förfrågningarna kom väldigt frekvent och från de mest skilda branscher såsom tandläkare, hotell, forskare, butikspersonal, telekom etc

2011 kom en polis som vi kan kalla Lucas Bruhn och lyssnade. Han var förutom utbildad polis, även utbildad inom retorik och kommunikation. Han ville ha ett möte med Mi och sedan dess har de samarbetat på olika sätt. Mi har hjälpt Lucas och Lucas har hjälpt Mi.

Det var Lucas som tipsade Mi om FBI-agenten Joe Navarros utbildning och när Mi gått klart den och börjat skriva på en bok, blev det till slut så att de skrev den tillsammans.

" Kroppen Ljuger Aldrig - konsten att tala kroppsspråk" kom ut 13/9 2016 och den trycktes i nyutgåva 2019.

Mi har inte slutat skådespela. 2017 hade hon t.ex en roll i tre avsnitt av den populära serien " Gåsmamman", säsong 2, där hon spelade psykologen Lisa.

## UTBILDNING

- Humanistisk Linje – 3 år
- Nordiskt Musik Konservatorium – 3 år
- Kulturamas Skådespelarlinje – 2 år
- Dramalektioner av Gerd Hagman, Per Mattson, Per Ragnar
- Sånglektioner av Chesne Ryman, Torsten Föllinger, Busk Margit Jonsson, Zanna Hultén
- Jobbat professionellt sedan 1991
- Filosofistudier vid Stockholms Universitet 2002
- Certifierad coachutbildning på Coach University
- Certifierad livscoachutbildning på Coach University
- Certifierad mental tränare på Coach University
- Certifierad mindfulness practitioner på Skandinaviska Ledarhögskolan
- Retorikutbildning av Barbro Fällman, Retorikcentrum
- Företagsutbildning på Academy of Excellence
- Företagsutbildning på Sinf
- Expert Level eMETT 3.0 Paul Ekman Group LLC
- Expert Level eSETT 3.0 Paul Ekman Group LLC
- Certifierad inom ickeverbal kommunikation på "Advanced Speed Reading People" – ett årig utbildning för FBI- agenten Joe Navarro
- Master Course The Behavior Company Amsterdam för Joe Navarro

## INSTRUMENT

- Piano
- Cello
- Gitarr

## SPRÅK

- Engelska
- Tyska
- Franska
- Spanska

## VAD MI GJORT PÅ SCENEN

### TEATER

**En poetisk cocktail i rött & svart** ( 2014) En föreställning med komik, musik, dramatik och en knivsudd erotik tillsammans med skådespelerskan och regissören Lena Söderblom.

**Mat Desperat** (2010) En föreställning om kvinnors relation till mat och sin självbild i regi av Lena Söderblom. Medverkande Mi Ridell, Grynet Molvig och Paula Ternström samt film i psykologi Christin Mellner. Spelades på turné våren 2010 på Elite Hotels.

**Skvaller** – (2008/2009) en föreställning om våra vanligaste föreställningar.

Egenproducerad föreställning inspirerad av Strindbergs "Den starkare" skriven av Mi och Lena Söderblom. Urpremiär 11/11 2008 på Göteborgs Stadsteater

**Listen to Mi** (2008) En föreläsning om att tala inför andra av och med Mi

**TiraMisu** (2006/2007/2008) Turné efter en höstsäsong på Casinoteatern 2006. Göteborgs Stadsteater, Kristianstads Teater, Stockholms Stadsteater, Wetterling Gallery, Jönköpings Teater

**Xmas Cards from MI to You** (2006) Egenproducerad julshow på Casinoteatern

Regi: Lena Söderblom

**TiraMisu – en uppiggande kväll med Mi Ridell** (2006) Egen-producerad föreställning på Casinoteatern

Regi: Lena Söderblom

**Xmas Cards From Mi To You** (2003) Egenproducerad / skriven julshow på restaurang Undici Stockholm,

Xmas Cards From Mi to You (2003) Julshow på Ronneby Brunn

**Kaos i Folkparken** (2003) Lustspel på Fredriksdalsteatern

Regi: Jan Hertz

Roll: Dagny Lagerlöf

**Cirkus Matsimo** (2002/2003) Revy i Karlskrona

Regi: Lenny Mostberg

Roll: flera

**Girls Night Out** (2001) Komedi på Cirkus i Stockholm

Regi: Magnus Bergquist

Roll: Sara

**Va sjûven nu då?** (2000) Revy Borås Statsteater

Regi: Helge Skoog

Roll: Zarah Leander, gäst

**Rena Rama Rolf** (2000) Fars på Lisebergsteatern i Göteborg, Vallarnas Friluftsteater i Falkenberg

Regi: Krister Claesson

Roll: Monica Raberud

**Bröstsim & Gubbsjuka** (1999) Lustspel i Falkenberg på Vallarnas Friluftsteater

Regi: Örjan Herlitz

Roll: Tutta Modin

**Hotelligaren** (1997/1998/1999) Fars av Ray Cooney på Chinateatern.

Regi: Bo Hermansson

Roll: Jenny Bring

**Alla Tidars Kvinnor** (1996/1997) Föreställning med texter av Tjechov, Brecht, Shakespeare, Kent Andersson med flera.

Regi: Lena Söderblom

Roll: flera till exempel Katarina i Så tuktas en argbigga, Polly i Tolvskillingsoperan

**Läppar & Peppar** (1996) Företagsshow med text & musik av Johnny Sundin och Mi Ridell.

**X-mas On Line** (1995) Företagsshow med text & musik av Johnny Sundin och Mi Ridell.

**Casinorevyn** (1995) Crazyföreställning med Gösta Krantz och Ulf Larsson.

Regi: Mille Schmidt

Roll: flera till exempel Lapplisan, Astrid Lindgren

**Tjorven på Saltkråkan** (1994/1995) Barnföreställning på Göta Lejon.

Regi: Pernilla Skifs

Roll: Malin

**Bröderna Östermans glada änka** (1994) Buskis på Göta Lejon.

Regi: Börje Nyberg

Roll: Cecilia Löwenborg

**Ja må vi leva** (1993/1994) Revy med texter av Theo Kallifatides och Ernst Brunner.

Regi: Per Ragnar

Roll: flera till exempel AnnaKarin 5 1/2, Skinhead

**Mulliga Vitaminer** (1992/1993) Revy Stora Teatern i Stockholm och därefter på Lorensbergsteatern i Göteborg.

Regi: Mikael Hylin/Thomas Ryberger

Roll: flera till exempel Drottning Silvia, Paula Pastell

**Peter Pan** (1991/1992) En barnföreställning på Dramaten.

Regi: Jackie Söderman

Roll: indian, sjöjungfru

**Elddonet** (1990/1991) Barnopera av Inger Wikström

Regi: Marit Wixell

Roll: Häxa, prinsessa

## MUSIKTEATER

**De tre musketörerna** (1989) Barnmusikal av Inger Wikström

Regi: Mikael Hylin

Roll: MyLady, Drottningen

**Junker Nils** (1987/1988) Barnopera av Inger Wikström

Regi: Inger Wikström

Roll: flera

**Wilhelm Tell** (1986) Utomhusteater i Karlskrona

Regi: Ulf Fembo

Roll: flera

**Dubbla Budskap** (1985) Musikteaterföreställning i Karlskrona

Regi: Ulf Fem

Roll: flera

## Opera

**Figaros Bröllop** (1990) Opera buffa av Mozart

regi: Mikael Hylin

roll: Cherubino

**Carmen** (1990) Opera av Bizet

regi: Ture Rangström

roll: Mercertes

**Askungen** (1988/1989) Opera av Rossini på Confidencen

regi: Mikael Hylin

roll: yngsta elaka system Thisbe

## VAD MI GJORT FÖR UNDERHÅLLNINGSPROGRAM PÅ TV

2017

**Nyhetsmorgon TV4**- Mi bjöds in som expert på kroppsspråk för att tyda Putin och Trumps gester

<https://www.tv4play.se/program/nyhetsmorgon/3923937>

2016

**Malou efter tio** – TV4 medverkande med hjärnforskaren Katarina Gospic för att tala om kroppsspråk ihop

<https://www.tv4play.se/program/malou-efter-tio/3576077>

**Nyhetsmorgon TV4** – medverkade för att tala om boken ” Kroppen ljuger aldrig – konsten att tala kroppsspråk”

<https://www.tv4play.se/program/nyhetsmorgon/3520252>

[https://www.youtube.com/watch?v=Y\\_5hlcEKdWA](https://www.youtube.com/watch?v=Y_5hlcEKdWA)

**UR ”Samtiden” SVT** – medverkade och talade på Bokmässan om nya boken om kroppsspråk

2014

**Förr eller senare** – TV4 Medverkande tävlande

2012

**Gäster med gester** – SVT. Medverkande charadör

**Malou efter tio** – TV4 medverkande med Sven Wollter och Karin Adelsköld för att tala om Mis app om kroppsspråk

2011

**Gäster med gester** – SVT. Medverkande charadör

**Malou efter tio** – TV4. Mi läste texter från folkmorden i Rwanda till fotoutställningen ”Intended Consequences”

**Fenomen** – Kanal 5. Mi var medverkande gäst

<https://www.youtube.com/watch?v=jbsEd87MQaM>

2010

**Förkväll** -TV4 Gäst vid två tillfällen

**SVT Morgon** – Gäst angående föreställningen Mat Desperat

**Bingolotto** – TV4 gäst angående Mat desperat

**TV4 Nyhetsmorgon**- morgongäst angående Mat desperat

2009

**Singing Bee Celeb** – TV3 medverkade och sjöng

2008

**Sing a long** – TV3

**Musikmaskinen** - Kanal 5

**Extra extra** -TV3

**Lets Dance** – TV4 (hann lära 7 danser av 10 innan åkte ut, dansade men Johan Andersson)

<https://www.tv4play.se/program/lets-dance/1837456>

<https://www.tv4play.se/program/lets-dance/1831436>

**Malou efter tio** – TV4 , gäst

**Bingolotto** – TV4, gäst

2007

**Tack gode gud** – TV4 deltagare i improvisationsteater

<https://www.tv4play.se/program/nöjesklipp/2156986>

**Sommargäst** – TV4 Sydost sjöng två sånger

2006

**Sing-a-long** – TV3 (lag Sussi Eriksson )

**Nyhetsmorgon** – TV4 (direktsändning från TiraMIsu)

**Förkväll** – TV4 (bakomreportage och intervju TiraMIsu)

2005

**Så ska det låta** (lag med Daniel Lindquist)

[https://www.youtube.com/watch?v=Py\\_40LRZfrE&t=28s](https://www.youtube.com/watch?v=Py_40LRZfrE&t=28s)

2004

**Diggiloo** – SVT (sångmedverkan lag med Tomas Pettersson)

2001

**Prat i Kvadrat** – SVT (14 program)

2000

**Uppdrag Musik** –SVT (sångmedverkan)

**Prat i Kvadrat** – SVT (12 program fast panel medverkan)

1999

**Så ska det låta** (Robert Wells lag med Peter Lundblad)

**Bingolotto** – TV4 (sångmedverkan med Voice Boys på Uppesittarkväll)

**Söndagsöppet** – SVT (medverkan) Tre par i leken med Alexandra Rapaport

<https://www.youtube.com/watch?v=-W61ddy5oEE>

**TV Stockholm** – TV4 (sommargäst lång intervju)

1998

**Hon&Han**- Kanal 5 (medverkan)

**Agnetas nyårskarameller** –TV4 (medverkan)

**Va sa jag nu då** – Kanal 5 (medverkan)

**Gäster med gester** – SVT (medverkan)

**Tequila** –SVT Göteborg (medverkan)

<https://www.youtube.com/watch?v=lpyh0d64aw8>

**Emmas hus** – SVT (medverkan)

**Lekande Lätt** – SVT (medverkan)

**Falska Förbindelser** – SVT (medverkan)

**Lattjo Lajban** – TV4 (medverkan)

**Pictionary** – TV4 (medverkan)

**Sagt & Gjort** – SVT (medverkan)

1997

**Kopplingen** – TV4 (medverkan)

**Lekande lätt** – SVT (medverkan)

**Bakomfilm Reine& Mimmi i fjällen** -TV4 (medverkan)

**Mot Midsommarnatten** – SVT Malmö (sång och monolog)

**Småstjärnorna** – TV4 (Jurymedverkan)

**Kockduellen** – TV4 (medverkan)

**Svart eller vitt** -TV4 (sjöng sånger ur Alla Tiders Kvinnor)

**Supersvararna** – TV2 (medverkan)

**Moment 21** –ZTV (gästintervju av Erik Hörstadius)

**Måndagsklubben** – Kanal 5 ( medverkan)

**Så ska det låta** – SVT (i lag med Philip Zandén i Anders Berglunds lag)

1996

**TV Stockholm** – TV4 (framförde sketcher ur Xmas ON LINE med Johnny Sundin)

**Nike** – SVT (framförde texter ur "Alla Tiders Kvinnor")

**Småstjärnorna** – TV4 ( jurymedverkan)

**Blåsningen** – TV3 (blåste Grynet Molvig)

**Filmgalan 96** – TV4 (delade ut guldbagge ihop med Anders Eriksson)

**TV Stockholm** – TV4 (framförde texter ur "Alla Tiders Kvinnor")

**Adam** – TV3 (gästintervju)

**Kockduellen** – TV4 (medverkan)

**Lotta** – Kanal 5 (gäst hos Lotta Aschberg om ämnet humor)

1995

**Fångarna på fortet**- TV4 (medverkan i lag med Tore Skogman, Inger Nilsson, Karl Dyall)

**Sant eller Sanslöst** – TV4 (medverkan)

**Melander & Co** (sjöng tre sånger och medverkade i sketcher + intervju)

**Super Rebus** – TV 3 (medverkan)

**Rena Rama Sanningen**- SVT Malmö (medverkan)

1994

**Solstakväll** – SVT Karlstad (sjöng Fröken Fräken på 7 språk, intervju mm)

**Rena Rama Sanningen** – SVT Malmö (medverkan)

**TV Stockholm** – TV 4 (framförde texter med Per Ragnar ur "Ja må vi leva")

**Det kommer mera** – SVT (sång och medverkade i Duell i Kittelfjäll med Miro Zalar i lag Blekinge)

1993

**Allsång på Skansen** – SVT (Sång och parodi på Thore Skogman som Thora Skogman – programledare Bosse Larsson!)

**Musikjägarna** – SVT Göteborg (medverkan)

**Söndagsöppet** – SVT (framförde delar ur Mulliga Vitaminer)

**Tre par i leken** – SVT (medverkande med Thomas Ridell)

**Hallå Sverige** - SVT Örebro (framförde delar ur Mulliga Vitaminer)

**Gomorrön Sverige** – SVT Göteborg (framförde delar ur Mulliga Vitaminer – Thore ringde in i direktsändning)

1992

**Kryzz** – SVT (framförde ett stycke på cello utklädd till sjöjungfru!)

**Söndagsöppet** – SVT (medverkan)

**Lilla Journalen** – SVT (framförde delar ur Mulliga Vitaminer)

**Aschberg** – TV 3 (kom direkt från Mulliga Vitaminer)

**Hallå Sverige** – SVT Örebro (delar ur Mulliga Vitaminer)

**Hur gör djur?** – SVT (medverkan)

**Steffo din tröst natten** – TV4 (framförde delar ur Mulliga Vitaminer)

**Nästa Nybroplan** – SVT (framförde delar ur Mulliga Vitaminer)

**7-9** – SVT (sjöng duett "Regn hos mig" med Orup, spelade cello)

<https://www.youtube.com/watch?v=IqOxQy0M-vY>

## VAD MI GJORT PÅ TV DRAMA/HUMOR

### TV – Drama

**Gåsmamman** (2017) C More, Kanal 5, säsong 2 avsnitt 8 och 9

regi: Richard Holm

roll: Lisa psykolog

**Vita lögnen** (2000) Såpa på TV3, gästskådespelare i 19 avsnitt.

regi: Patrik Dufva m fl

roll: Tove Bergstrand, präst

**Nudlar & 08:or** (1997) SVT DRAMA, gästskådespelare i ett avsnitt.

regi: Leif Lindblom

roll: Carola Jansson

**Skandalen** (1995) SVT DRAMA, ett avsnitt i Du bestämmer.

regi: Hans Klinga

roll: Lena, bordellmamma

**Den vite riddaren** (1994) SVT DRAMA, serie

regi: Daniel Alfredson/Harald Hamrell

roll: Jeanette, journalist

**Berts Dagbok** (1994) SVT DRAMA, serie

regi: Thomas Alfredsson/Svante Kettner

roll: Anki, Berts granne

**Kvällspressen** (1994) SVT DRAMA, serie.

regi: Mats Ahren

roll: Lollo, statist med repliker



**Storstad** (1991) SVT DRAMA, serie.

regi: Mikael Hylin

roll: Linda

## TV – Komedi

**Tack gode gud att du är här** ( 2007 TV4)

**Oumi** (2003/2004) Kanal 5

I serien Oumi utger sig skådespelerskan Mi Ridell för att vara den megakända japanska journalisten med samma namn. Hon ska porträttera ett stort antal svenska celebriteter till sin populära morgonshow Goodmorning Tokyo. Mi är maskerad till oigenkännlighet i svart peruk, bruna linser, löständer och markanta glasögon. Vid sin sida har hon sin ständige följeslagare och boss – Nakamura.

regi: Hans Pihl och Pontus Ströbaek

roll: Oumi

Gäst Arne Weise <https://www.youtube.com/watch?v=seh5pGQb6NQ>

Anna Sahlene <https://www.youtube.com/watch?v=i2ApTDYdaUo>

Lars-Åke Wilhelmsson / Joe Labero <https://www.youtube.com/watch?v=tHzyiSxRTU8>

**Papphammar** (1999) SVT

regi: Rolf Björlind

roll: Diverse Roller

**Jobbet & jag** (1998) Kanal 5, 10 avsnitt.

regi: Allan Svensson

roll: Emma Eriksson

<https://www.youtube.com/watch?v=vVmICuK0xho&t=15s>

**Rena Rama Rolf** (1998) TV4, 21 avsnitt

regi: Håkan Wennberg

roll: Mona Raberud

**En fyra för tre** (1996) TV4, gästskådespelare i ett avsnitt.

regi: Sven Holm

roll: Susanne Höök, flygvärdinna

**Det ringer på dörren**(1996) Kanal 5, 12 avsnitt.

regi: Leif Lindblom / Peter Nicolaisen

roll: Lotta Berg

**Cluedo** (1996) TV4, 12 avsnitt.

regi: Daniel Alfredson

roll: Anette Gulling

**Bennys Badrum**(1995/1996) Kanal 5

regi: Svante Kettner

roll: Bennys fru, enbart röst

## VAD MI GJORT PÅ FILM

**Scener ur ett kändskap** (2009)

Regi: Christoffer Panov och Christian Eklöw

Producerades av : SF

**Hjertebank** (2007)

Norsk inspelning med bl.a Jon Skolmen

**Reine och Mimmi i fjällen** (2007)

Mi hade rollen som Siri Norlander, syster till Mimmi. Siri var kleptomant och gift med en polis(!), Bängt Norlander.

Regissör: Magnus Skogsberg

Producerades av: TV Spartacus för SF.

**Barnvakten** (2002)

Regi: Niklas Carlsund

**Monopol** (1996)

Mi spelade rollen som Sigrd, nyhetsuppläsare av Bimbonytt.

Regissör: Claes Eriksson

Producerades av: Kulturtuben för SF

## OM JOE NAVARRO

Mi blev antagen till Joe Navarros utbildning

ADVANCED SPEED READING PEOPLE COURSE 2014.

Det är en 1-årig utbildning om ickeverbal kommunikation som hålls av den fd FBI-agenten Joe Navarro, som är en av världens främsta på ämnet. Han antar endast 2 stycken elever per år. Kursen leds av Mr. Navarro och hans material och tekniker som han använt inom FBI studeras. Mi var klar i december 2014 och fick diplom och följande omdöme:

*"Shakespeare was right, "All the world is a stage; where we perform".*

*How we perform each day, how we behave, how well we observe others, will determine how successful we will be. As an accomplished actress and a graduate of my advanced nonverbal communications course, Mi Ridell brings together two powerful skills she can teach you: how to decipher human behavior and how to do a world-class performance to help you career."*

Joe Navarro, FBI Special Agent (Ret.) and the author of the international bestseller, What Every BODY is Saying.

Joe Navarros hemsida:

<http://www.jnforensics.com>

Hans böcker:

<http://www.jnforensics.com/#!/books/cnec>