



# – Ble kvitt et usunt kroppsfokus

For Norges største moteblogger, Eirin Kristiansen (20), hjalp bloggen henne til å bli kvitt et usunt forhold til sin egen kropp.

– Da jeg begynte å blogge, var det en treningslogg. Men etter hvert tok det av, og «interessen» min kom ut av kontroll. Jeg trente for mye, og spiste for lite. Jeg fikk et skikkelig usunt forhold til kroppen min, sier Kristiansen.

Med tiden fikk hun et annet syn på hva hun syntes var fint når det kommer til kroppsidealer.

– Jeg ville ha litt muskler og former, ikke bare være tynn. Bloggen bidro veldig positivt ved at jeg kunne skrive, og reflektere over, mine egne tanker og følelser, sier 20-åringen.

Hun forklarer at ofte får henvendelser fra blogglesere som er takknemlige. Det betyr mye.

## Anorektikere

– Jenter som har anoreksi har kontaktet meg, og sagt at innleggene mine har hjulpet dem – fordi jeg har fått et så avslappet forhold til mat og trening. Det føles fantastisk å kunne hjelpe noen. Selv om mine problemer aldri har utviklet seg til anoreksi, vet

jeg hvor vanskelig det føles, sier Kristiansen.

Etter hvert utviklet Kristiansen sin blogg fra å være en treningslogg – til å bli en blogg om mote og hverdag.

– Hvorfor tror du akkurat du er en av Norges største bloggere?

– Jeg tror leserne mine liker at jeg har et avslappet forhold til meg selv og hverdagen. I tillegg jobber jeg mye med bloggen – rundt seks til åtte timer hver dag.

## TOPPLISTEN – MOTE-BLOGGERE:

2. Leneorvik.no. Bloggen er skrevet av Lene Orvik (27). Rundt 10 000 er innom bloggen hennes daglig.

3. Stylista.no/blog/nettenestea. Anette Haga er bloggeren bak Nettenestea. Bloggen hennes har rundt 8000 lesere daglig.

4. Trinemonsen.blogg.no. Trine Monsen (29) er bloggeren, og har rundt 3000 lesere daglig.

5. Livingdoll.blogg.no. Elise Bahia står bak denne bloggen. Rundt 3000 leser hennes innlegg daglig.

## ● MOTE-BLOGGERE

Norges største moteblogg: Eirinkristiansen.no

**Blogger:** Eirin Kristiansen, født i 1994, bor i Bergen.

**Inntekt 2013:** 201 412 kroner

**Lesere:** Rundt 13 000 unike lesere daglig

Foto: PICASA

## – Ingen negative kommentarer

**Treningsblogger Desiree Andersen (31) har, i motsetning til de fleste andre bloggere, aldri fått negativ respons.**

– Jeg er veldig glad for at jeg har sluppet unna de ubehagelige kommentarene. Jeg tror det er fordi jeg er ganske «rund i kantene», og det er plass til alles meninger, sier Andersen fra Horten til VG.

31-åringen er utdannet personlig trener. Hun bestemte seg for å starte en blogg for å kunne motivere «mannen i gata» til å leve et sunnere – og glattere – liv. Hun har nå Norges mest leste blogg om trening og kosthold.

Bloggen har bare gitt henne positive opplevelser. Spesielt fordi hun føler hun kan hjelpe andre.

– I motsetning til mange andre treningsbloggere



Foto: PRIVAT

## ● TRENINGSBLOGGER

Norges største treningsblogger: Fitfocuse.blogg.no

**Blogger:** Desiree Andersen, født i 1983, bor i Horten

**Inntekt 2013:** 291 172 kroner

**Lesere:** Rundt 5000 unike lesere daglig.

senterer trening som alle kan få til. Man kan bare gå og gjøre det. Jeg vil motivere andre, og ikke nødvendigvis skrive så mye om meg selv, sier 31-åringen.

**Andre toppbloggere innenfor samme kategori:**

2. Fitnessnora.blogg.no. Personlig trener Nora Mathisen står bak denne bloggen som har rundt 4500 lesere daglig.

3. Fitliving.blogg.no. Maren Erdvik står bak denne treningsbloggen. 4000 personer leser bloggen hver dag.

4. Siljemariela.blogg.no. Treningsbloggeren heter Silje Mariela, og har rundt 2700 lesere hver dag.

5. Piaseeberg.no. Pia Seeberg er journalist og per-

sonlig trener, og har rundt 1000 lesere hver dag på bloggen sin.

skriver ikke jeg om meg selv. Jeg tror folk leser bloggen min fordi jeg pre-

## Aldri likt barn – ble pappablogger

**«Jeg har aldri likt barn. Jeg har rett og slett hatet dem.» Det var Peter Kihlman (33) sine første ord på sin pappablogg.**

Så ble han pappa til en liten gutt. Da kom det følelser som 33-åringen aldri trodde han skulle kjenne på. «Jeg så ned på min sønn og i det øyeblikket forsto jeg det. Det var alt jeg noensinne hadde lett etter, svaret på alle mine spørsmål. Jeg kjente et nytt hjerte dunke i brystet, et hjerte som banket hardere og stoltere enn det gamle. Et pappahjerte.» skriver han på bloggen.

Siden Kihlman ble forelder, i 2012, har han blogget om livet som pappa. Han har til og med sagt opp jobben som tekstforfatter for å satse på bloggingen.

– Da pøkkjen min kom til verden følte jeg så utrolig mye. Da innså jeg at det var utrolig godt å skrive



Foto: PRIVAT

## ● PAPPABLOGGERE

Norges største pappablogg: Pappahjerte.blogg.no

**Blogger:** Peter Kihlman, født i 1982, bor i Tjølling

**Inntekt 2013:** 382 370 kroner

**Lesere:** Rundt 10 000 unike lesere daglig

ve om det. Først synes jeg blogg høstes ganske døvt ut, men jeg prøvde – og fant ut at jeg elsket det.

Når jeg først fikk lesere, og så god dialog med dem, klarte jeg ikke slutte. Da måtte jeg si opp jobben, sier Kihlman.

Han beskriver bloggen sin som en flue på veggen hos en småbarnspappa. Han tror det er derfor bloggen har blitt så populær – fordi mange kjenner seg igjen.

– Jeg hadde aldri, aldri trodd at jeg skulle bli pappablogger for noen år siden. Og i alle fall ikke få det som et levebrød. Av og til får jeg noen ubehagelige kommentarer, men det er helt greit. Jeg hadde sikkert ikke likt bloggen min selv for noen år siden, når jeg ikke var pappa, smiler han.

Det er svært få pappabloggere i Norge med høye lesertall. Her er uansett Norges største, ifølge blogglisten:

2. Pappalivet.familieprat.no  
3. Farskampmotsystemet.blogg.no