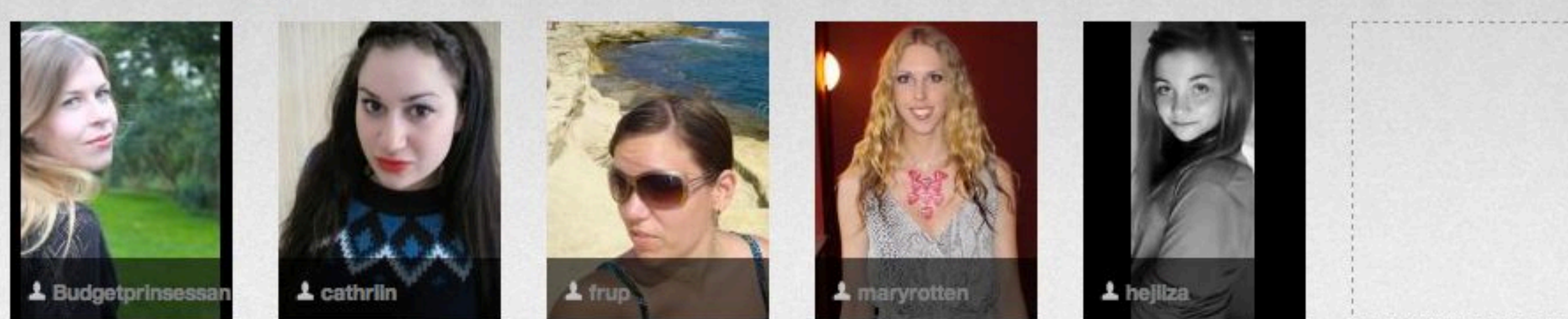


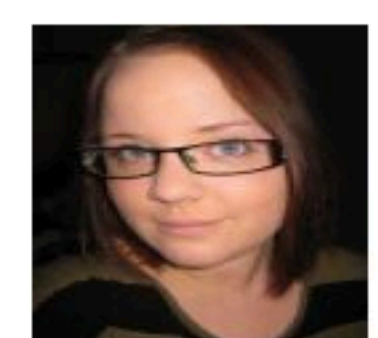


Utvalda bloggare Ansök →



Åse driver bloggen 56kilo.se

Om redaktören



Malin  
Tipsa mig om nyheter!

**Prova oss**  
**100**  
färgkort gratis!

Beställ fler för endast  
**75 öre** /bild

Riktiga färgkort direkt hem  
**FUJI direkt**  
Porto 29 kr tillkommer

**Namn:** Åse  
**Ålder:** 38  
**Bor:** Heisingborg  
**Gör:** Håller på att starta upp mitt företag som kostrådgivare  
**Blogg/hemsida:** <http://56kilo.se>

**Du har ganska nyligen flyttat din blogg och bloggar numera på Allt för föräldrars sida, hur kommer detta sig och hur känns det?**  
- Jag blev vald till deras nya toppbloggare på Mammablogg-galan i maj 2011 och då flyttade jag in min blogg till deras bloggportal. För mig har det inte inneburit så mycket annorlunda, jag har fortfarande full kontroll på min blogg och sköter mig själv. Jag har fått lite nya läsare men den största vinsten är att jag lärt känna nya vänner i AFF gänget. Alla som bloggar där som toppbloggare och de som arbetar med Allt För Föräldrar är så gulliga och vi har supertrevligt när vi träffas.

**Under galan blev din blogg vald till "Årets hälso- och träningsblogg" på Mammablogg-galan, varför tror du att så många röstar på dig och läser din blogg? Vad har du som ingen annan har?**  
- Jag har haft min blogg sedan början av 2003 och många av mina läsare har känt mig under tre graviditeter och lika många viktökningar 😊 De har lärt känna mig. Jag har alltid bjudit mycket på mig själv och mitt liv och aldrig försökt göra mig till någon annan. Jag delar med mig av allt jag kan och tar min roll som inspiratör på allvar, jag tycker det är viktigt att dela med sig av både bra och dåliga saker, som att jag alltid kommer behöva arbeta med min kosthållning för att må bra. Jag är löjligt positiv och gör livet till en fest, det är många fler vardagar än helgdagar så jag njuter oftast av varje dag. Det händer mycket kring mig, jag tror läsarna inspireras av det och plockar ut det de inspireras av.



**Från börjar var din blogg en viktminskningsblogg, kan du berätta hur den har utvecklats sedan du startade den?**  
- Bloggen startade som en viktväktarblogg innan jag blev gravid med min 7-åring. Åren som följde handlade bloggen om mina viktminskningar efter mina barn som föddes tätt 04, 06 och 08. 2009 lade jag om kosten och bestämde mig för att sluta banta och börja leva och äta gott mer balanserat. 2010 flyttade jag in den mer personliga sidan av mig och bloggar numera om kost, hälsa, familj & nöjen, skönhet, shopping, resor etc. Jag försöker vara personlig utan att vara för privat.

**Varia inlägg på din blogg uppskattar läsarna mest? Vilka får du mest respons på?**  
- Goda recept, recept som är extra intressanta som tex LCHF bröd, LCHF godsaker. Men även roliga tävlingar och kostinlägg om LCHF.

**Om du hade inte hade bloggat om mat, hälsa och träning, vad hade du då bloggat om?**  
- Heminredning, renovering, barn 😊 Typ det som min personliga blogg handlat om innan.

**Vad skulle du ge för tips till andra som står i startfålan till att skapa en blogg?**  
- Var kreativ och familjär, försök att inte apa efter någon annan utan var du och nischas dig gärna! Var snäll och trevlig och ha gärna en dialog med läsarna i kommentarsfältet.

Bloggvärlden Gilla

294<sup>50</sup> kr/mån och telefonera för 0kr/min. **KÖP DEN!** **halebop**

Kommentarer

Anita skrev den 4 november, 2011, kl. 06:01:  
Jättebra reportage, Åse. Och du är jättefin i klänningen.

Kommentera

Namn

E-post

Kommentar