



**Eg legði nógv
fyri dagin,
tað var
hektiskt, og
krøvini frá
mær sjálvari og umheiminum
vóru stór. Tað kendist, sum
sat ein stórur filur á bringuni
hjá mær. Eg fekk ikki luft**

**Malan Ludvig
valdið symbolska
navnið malunarverd til
bloggin hjá sær, tí henni
dámur serstakliga væl mátan
navnið Malan bendist. Børnini
eita eisini malunardóttir og son
til eftirnavn. Tí er tað serliga
hennara verð sum persónur
og sum mamma, tað snýr
seg um.**

OV STÓR

Og í mars varð hon send heim í nakrar vikur, tá samfelagið varð sett niður í ferð vegna koronusmittuna.

– Vit kunnu ikki arbeiða heima, so vit høvdu frí tær vikurnar. Hóast tað var irriterandi, so fingur vit geara niður. At geara niður og at vaska hendur. Tað hava vit lært av koronu, flennir hon.

Nýggjan blogg í koronutíðini

– Eg havi onga idylliska mynd av allari familjuni í einum svimjihyli sunnanfyri, tí eg havi ikki verið sunnanfyri við børnunum. Eg kendi eitt sindur av øvundsjúku, tá eg sá hesar perfektu familjumyndirnar á Instagram, greiðir hon frá.

– Tá eg var sjúkrameldað, hevði eg tíð at hyggja at sosialu miðlunum. Eg visti sjálvandi,

at tað ikki ber til, at tað er so fantastiskt hjá øllum øðrum alla tíðina. Tí valdi eg við mínum bloggi at vísa á veruleikan, sigur hon um byrjanina til Instagram-vangan malunarverd.

– Tað vóru fá, sum vistu, hví eg var sjúkrameldað. Eg hevði ringt við at tosa um tað, júst tí at alt var so ljósareytt aðra staðni. Endamálið við blogginum hjá mær er nú at vísa á, at alt er ikki altíð so ljósareytt, men at tað eisini er í lagi, sigur hon.

Nú fær Malan so nógv afturmeldingar frá kvinnum, sum fylgja henni á Instagram, at hon er vís í, at tað eru fleiri, sum hava tað líka sum hon.

– Fleiri skriva til mín, og tær eru glaðar fyri at siggja, at veruleikin verður endurspegladur á Instagram, sigur hon.

– Viðmerkingarnar vísa, at eg havi rakt okkurt. Fleiri eru

vorðin fortrólig við meg, og eg haldi at fólk eru troytt av hinum. Tað er fint at siggja tað pena heima hjá hinum, og sjálv gerist eg eisini glað, tá eg fari at rudda, men skal eg halda tað perfekta við líka alla tíðina, so geri eg einki annað. Tí er tað okay, at eg ikki geri tað, er niðurstøðan hjá mær, sigur hon bersøgin.

– Eg saknaði sjálf ein profil, har eg kundi spegla mær, og eg hugsaði, at tað gera onnur óivað eisini. Eg fekk íblástur frá Instagram profilinum hjá »den perfekte mor«, har tað heldur ikki altíð er so perfekt. Eg samskipti eitt sindur við hana, áðrenn eg stovnaði mín profil, og eg spurdi hana, hvussu hon byrjaði, og hvat hon gjørdi, greiðir Malan Ludvig frá.

Kendi meg ónormala

Sjálf heldur Malan, at ein slíkur

profilur, sum malunarverd er umráðandi, tí vit hava tørv á at kunna spegla okkum í tí, sum vit siggja á sosialu miðlunum.

– Tey flestu vilja passa inn. Eg kundi ikki spegla mær, og tí kendi eg meg ónormala, sigur hon.

Í innganginum á profili sínum, skrivar Malan Ludvig, at malunarverd er ein ærligur bloggur um at missa seg sjálva burtur í krøvum frá umheiminum.

– Tá man býr í Havn og hevur mann og fyra børn, skal man vera á ein ávísan hátt, ganga høgt upp í børnini, ting og merkir og siggja gott út. Øll hesi tingini, sum man burdi, eru krøvini frá umheiminum. Tað var hetta og væntanirnar, sum eg hevði til mín sjálva, sum gjørdi, at eg knekkaði í desember, sigur hon.

– Vit skulu vera alt fyri øll alla staðni – bæði á arbeiðsplássinum og hjá børnunum, umframt at tingini skulu hanga saman. Eg skal navigera í mínum egnu prioriteringum og í krøvunum frá umheiminum. Skal finna eina balansu millum, hvat eg vil, og hvat eg burdi. Finna eina balansu millum meg, parlagið, børnini, arbeiði og gerandislívið, sigur hon og greiðir víðari frá, at hon hevur umhugsad at broytt hesa lýsingina á profilinum, men hon umbestemmaði seg, tí hon nevniliga lýsir endamálið við profilinum.

Parlagið fær frið

Malan Ludvig viðgongur, at hóast hon er botnærlig á Instagram, eru ávís øki í lívinum og ting í gerandisdegnum, sum hon ikki lutar við fylgjarum sínum.

– Eg eri ærlig, men hetta er mín bloggur, so eg havi ikki hug at eksponera mannin og børnini alt ov nógv, tí tey hava ikki biðið um tað, sigur hon umhugsin.

– Tað hava eisini verið tíðarbil, har eg ikki havi havt tað so gott ella havi havt ein ringan dag. Tá eri eg passiv á Instagram og makti ikki at skriva nakað. Dagin eftir kann eg tó gott vera ærlig um tað, sum er hent og greiða frá degnum ella trupulleikunum,