

# „Jeg er en FIGHTER“

... men nogle gange balancerer jeg nok lige på kanten, for det er jo tilladt at bede om hjælp, siger Natasja Crone, der ikke bruger sine kræfter på det perfekte liv. Mød den 43-årige nyhedsvært, der hellere vil rode og hygge – og allerhelst se en god fodboldkamp.

Af **Anne Hermansen** Foto **Les Kaner** Makeup **Marianne Rud**  
Tak for lån af tøj til **Moshi Moshi Mind** og **Adidas**



**N**atasja Crone har aldrig i sit liv sat sig ned og lavet en to-do-liste. Nok en indløbseddell, men ikke en liste over, hvad hun lige skal nå i dag, i morgen og næste uge. Så der er ting, der glipper i farten. Og ting, hun ikke når. Men hun stresser ikke over det, for hun kan jo ikke huske, hvad det er.

Smart, men måske ikke lige det, man forventer, når man er vant til at se den 43-årige nyhedsvært på skærmen. I kontrol og med en mimik, der udstråler totalt overblik. I den virkelige verden en tidlig onsdag morgen efter en sen vagt er hun skæg, spøjs og gider simpelthen ikke være noget, der minder om iscenesat perfekt. Og mindre, end man tror.

En petit lille sag på bare 163 cm, der tøffer rundt og laver te, roder i skuffer efter noget spiseligt og ender med en skål mandler. Ikke, fordi det skal være *så* sundt, der er bare ikke

andet, siger hun og tørrer bordet af for de sidste krummer efter morgenmaden.

– Jeg er virkelig ikke en planlægger. Jeg er nødt til at være det i nogle sammenhænge. Jeg har lært mig selv at have struktur, når jeg er på arbejde. Og jeg jonglerer også med kalender og byttedage og hvem-kan-køre-til-fodbold, fordi jeg er skilt og skal have uger med lange nyhedsvagter i Odense til at gå op med børneliv og logistikken omkring drengenes sport, som fylder rigtig meget. Men af natur er jeg ikke én, der har styr på ting. Og har heller ikke lyst til det.

– Jeg er god til at lave... ingenting. Hvor der lige pludselig er gået fire timer. Hvor jeg måske bare har flyttet bunker.

– *Bliver du ikke frustreret over ikke at have „nået noget“?*

– Nej, for jeg har jo ikke på forhånd tænkt, at jeg skulle noget bestemt. Nogle dage får jeg lavet en masse, jeg har

**NAVN:** Natasja Crone.

**ALDER:** 43 år.

**PROFESSION:** Vært på TV2 Nyhederne.

**JOB:** Vært på TV2 Nyhederne. Karriere: Uddannet journalist. Har arbejdet på Berlingske Tidende, DR og TV2 News.

**PRIVAT:** Mor til Samuel på 14 år og Noah på 11 år. Bor sammen med kæresten Lasse Sjørslev, som er journalist på TV2 News, og hans børn, Bertram på 11 år og Liva på syv år.

**SPORT:** Løber fem kilometer fire gange om ugen og styrke-træner hjemme i stuen.

## 3 sunde tip - der virker for mig

**1 Jeg spiser, hvad jeg har lyst til. Men i moderate mængder.** Hvis jeg har lyst til pasta med flødesovs, spiser jeg det. De perioder, jeg har afskåret mig fra mad, jeg godt kan lide, er det gået galt. Mad skal tilfredsstillende – ikke være et problematisk issue.

**2 Søvn, søvn, søvn.** Jeg er bare dårlig til selv at følge det. Jeg går for sent i seng. Men når jeg tager mig sammen og går i seng før midnat – så har jeg det markant bedre dagen efter.

**3 Kunsten at sige fra.** Jeg mener selv, at jeg blev et bedre menneske, da jeg lærte at sige nej og selektere. F.eks. da jeg fandt ud af, at et nej ikke kræver forklaringer og undskyldninger. Men bare: „Nej, det kan jeg desværre ikke“. Det gav meget mere tid sammen med dem, jeg helst vil være sammen med.

bare ikke planlagt det. Jeg duer ikke til det. Jeg elsker faktisk bare at være hjemme og nulre rundt i joggingtøj. Uden at præstere. Uden makeup. Uden at rydde op...

– Jeg har aldrig haft et familieliv, hvor maden står på bordet klokken 18, og hvor ungerne er badet og puttet klokken 20. Hverken da jeg voksede op eller med mine egne børn nu.

### JEG SAVNER AT SPILLE HÅNDBOLD

Natasja Crone bor i et arkitekttegnet hus med skæve vinkler på en villavej i Vedbæk med kæresten og journalistkollegaen fra TV2 News, Lasse Sjørlev. Han har en søn og datter på 11 og syv år. Natasja Crone har selv to drenge på 14 og 11 år. Så nogle dage er de seks mennesker i huset, andre dage fire, og nogle dage bare to. Det er gået ret gnidningsløst at konstruere en sammenbragt familie, siger hun.

Hendes eksmand, som er tidligere officer, bor 500 meter derfra og driver i dag et fitnesscenter lige rundt om hjørnet. Hun træner der indimellem, men er mere til løb og sit eget hjemmelavede styrketræningsprogram på gulvet i stuen. De blev skilt for ni år siden, og drengene bor på skift en uge hos dem hver. Så Natasja Crone har, helt fra de var små, splittet sit liv op i uger med arbejde – og uger med børn.

– Jeg prioriterer tid med børnene benhårdt. Konsekvensen af at være skilt er, at jeg mister noget tid med dem. Det skal godt nok være en god fest, for at jeg siger ja tak, hvis den ligger i ugen, hvor jeg har drengene. Det er også en af grundene til, at jeg er så busy i bilen. Når jeg ikke har nyhedsvagt i Odense, bruger jeg mindst et par timer om dagen på at køre til kamp og træning med dem og hold-

kammerater. Jeg giver helst ikke noget fra mig og står også på sidelinjen til i hvert fald tre kampe i løbet af en uge.

– Det er næsten som at have et fuldtidsjob som „soccer-mum“ ved siden af mit arbejde som nyhedsvært. Men det er ikke en sur pligt. Jeg kan virkelig godt lide at have den oplevelse sammen med dem – og jeg kender så godt den følelse, de har, når de går på banen. Jeg er selv det vildeste konkurrencemenneske. Ikke i „dueller“ – men på et hold, hvor vi sammen yder vores allerbedste. Det er faktisk også den følelse, jeg får, når jeg er på arbejde.

Natasja Crone er selv gammel håndboldspiller og spillede i 3. division indtil til slutningen af 20'erne, hvor hun fik sit første barn og job på DR Sporten. Men hun *sævner* det stadig. Nogle gange så det kribler i hele kroppen, siger hun.

### JEG ER DÅRLIG TIL AT DEALE MED SVAGHED

I dag er det fodbold, der får Natasja Crones puls op. Hun er vild med fodbold. Næsten fanatisk. En VM-slutrunde er noget nær det mest nervepirrende, man kan byde den spinkle nyhedsvært, der elsker sport og at lave live-transmissioner.

– Jeg kan vågne med den der gysende følelse: „Nej, nej, nej, det er jo i *aften* – England mod Argentina – hvor *crazy* er det?“ Og glæde mig hele dagen. Og bruge en uge på at komme mig bagefter, hvor det nærmest føles tomt. Når der bare er almindelige ting i fjernsynet. Når *kampen* er ovre.

– Jeg har det på samme måde, når jeg står på sidelinjen til en af mine drenges kampe. De spiller håndbold og fodbold på eliteniveau. Og selv om der ikke er *helt* det samme på spil, så er følelsen der: Det er *nu*, der skal kæmpes!

– *Er du selv en fighter?*

– Ja, det er jeg nok. Jeg er i hvert fald ikke en „redder“. Altså den kvindetype, der f.eks. gør det til sit livsprojekt at nurse en mand. Det er måske én af de ting, som Lasse faldt for. Han er ikke selv en udpræget „redder“, og det behøver han heller ikke være sammen med mig.

– Jeg har lidt svært ved at dealere med svaghed, jeg ved ikke, hvad jeg skal stille op. Jeg tror, at jeg er en god ven. Jeg vil gerne hjælpe med at løse problemer, men vi skal handle, *gøre* noget. Jeg kan ikke bare gå i ring om problemer og sovse rundt i dem. Heller ikke mine egne.

– Jeg kan være rasende, ulykkelig, udmattet og tænke, at nu klarer jeg ikke et sekund mere, men jeg hiver mig altid op igen. Jeg kan godt have lyst til at lægge mig i sengen og slukke lyset i tre dage, men jeg gør det aldrig. Problemet er der jo stadig, når jeg står op. Jeg kan lige så godt få det løst.

– Jeg har givet det videre til mine drenge. De er også enormt stærke. Men det er på godt og ondt, for det kan jo kamme over i en grad, hvor man slet ikke viser følelser, fordi man ikke vil være svag. Jeg tror nogle gange, at jeg balancerer lige på kanten. Det ligger mig virkelig fjernt at give

„Jeg er virkelig ikke en planlægger og vil heller ikke være det.“



„Jeg vil gerne holde min vægt og har min egen metode: Jeg siger nej til kage ni ud af ti gange.“



„Det tændte mig overhovedet ikke at løbe. Indtil jeg begyndte at løbe med musik. Nu er jeg faktisk afhængig.“



„Jeg har stor respekt for, at det for nogle er vigtigt, at familien samles om middagsbordet hver aften, men herhjemme spiser vi næsten aldrig samtidig. Der er altid nogen, der er på vej til eller fra træning.“

op, klynke eller sige: „Det her kan jeg ikke overskue, jeg har brug for hjælp.“ Det sker sjældent, måske også for sjældent.

– Hvorfor FOR sjældent?

– Jo, fordi det er jo tilladt...

– Hvornår har du brugt din fighter-vilje?

– I perioder i mit privatliv har jeg trukket på den til det yderste. Og i mit arbejdsliv måtte jeg virkelig mobilisere den, da jeg ville tilbage til journalistikken efter en omvej omkring underholdning. Jeg var blevet synonym med Melodi Grand Prix, gallashows og kæmpe store kjoler, og mine journalist-kolleger var skeptiske – for læste jeg måske overhovedet avisen?

Natasja Crone trak sig fra piedestalen som DR1's underholdnings-dronning med 1,5 millioner seere og startede i stedet i morgenavt klokken 5 som vært på TV2 News, der dengang havde et seertal på 20.000. Og tog det seje træk. I dag har hun udstået sin prøvetid, siger hun. Og jo, hun læser avis.

#### JEG ELSKER IKKE MINE RYNKER

– Hvordan har du det med at være i 40'erne?

– Ambivalent. I forhold til karriere er det ret fantastisk at have nået det, jeg har kæmpet for. Nu er jeg en af de erfarne og rutinede, ikke en af de nye, der hele tiden skal bevise deres værd. I forhold til bekymringer om børnene er der også en slags helle lige nu. De skal ikke hele tiden mandsopdækkes og have flyverdragt på. Og vi er ikke nået til alkohol og kørekort endnu. Men på forfængeligheds-planen har jeg blandede følelser. Jeg elsker altså ikke enhver ny rynke, jeg synes, at de er irriterende.

– Jeg kan jo vågne helt glad med mit gamle selvbillede i behold og tænke: „Aj, hvor det kører for mig“, det bliver en god

dag... lige til jeg møder mit eget spejlbillede på badeværelset og får den der: „Gud, hvem er den utroligt gamle dame?“

– Og så er der jo heller ikke særligt mange kvindelige nyhedsværter over 50 år. Slet ikke over 60 år.

– Men der er Ulla Terkelsen, der rykker fra alle?

– Ulla er mit kæmpe store forbillede. Hun er den vildeste fighter. Hun sætter jo folk, der er mere end en generation yngre end hende selv i drive og energi-niveau, og hun lader det aldrig skinne igennem, hvis hun er uoplagt.

– Men det har omkostninger at leve, som Ulla gør. Det har vi snakket om. Jeg kunne ikke være så dedikeret – for så kunne jeg ikke være den mor, jeg også gerne vil være. Hende i fodboldbilen. Der er min egen mor mit forbillede. Hun har vist, at man kan begge dele.

#### TAK – MEN NEJ, TAK!

Natasja Crones forældre blev skilt, da hun var 13 år, og lillesøsteren Barbara var 10 år. Det var hverken katastrofalt eller traumatisk, for hendes mor og far var gode til det.

– Mine forældre var filmproducere, og de rejste meget eller arbejdede til sent, når optagelserne til en film var i gang. Min mor, som overtog firmaet efter deres skilsmisse, var nogle gange væk to måneder ad gangen. Jeg har sikkert savnet hende, men min far var der jo, og jeg oplevede det aldrig som et svigt, eller som at min søster og jeg blev tilsidesat.

– Jeg tror, at det handler om, hvad du som mor selv udstråler. Signalerer du: „Åh, jeg ved godt, at det er svært.“ Så får du sagt til barnet: „Ja, du bliver faktisk lidt tilsidesat.“ Dén var min mor rigtig god til at undgå. Hun elskede sit ar-

„Det er helt vildt, så meget frihed det giver at kunne sige nej.“

bejde, det var hendes passion, og når hun var væk eller kom sent hjem – så var det ikke forkert, det var naturligt.

– Hos mange kvinder i min generation og yngre er det nærmest forbudt. Jeg oplevede det, da jeg skulle dække OL sidste år. Jeg var ellevild. Mændene sagde: „Fuck, hvor er du heldig.“ Mens kvinderne spurgte: „Hvad med børnene?“

Natasja Crone tog af sted. Og savnede sine unger. Men de overlevede. Apropos kommer hun i tanke om endnu et plus ved 40'erne: At man bliver klogere. Og mere ligeglad.

– Det var en stor aha-oplevelse for mig at indse, at jeg ikke altid behøver forklare og forsvarer mig. Hvis der er noget, jeg ikke har lyst til, så kan jeg bare sige: „Tak for tilbuddet, det kan jeg ikke.“ Det er helt vildt så meget frihed, det giver.”



**KUN HOS GULDBAGEREN**

**ElverBrød®**

VELNÆRENDE BAGVÆRK

RIG PÅ  
KOSTFIBRE  
OG PROTEIN

+

FATTIG  
PÅ SUKKER  
OG STIVELSE

500 g.

**49,-**

Nok til 4 brød

PRIS PR. STK.

**20,-**

4 portioner

**Giv dig selv en bedre start på dagen**

ElverBrød er skabt til dig, der gerne vil have et velnærende morgenmåltid og en god mæthedfølelse. Uden at du samtidig fylder dig med sukker og stivelse.

Du finder kun ElverBrød hos Guldbageren. Og du kan både få det som friskbagt brød eller som en nem brødblanding, hvor du blot skal tilsætte vand og olie.





LÆS MERE OM ELVERBRØD PÅ [GULDBAGEREN.DK/ELVERBRØD](http://GULDBAGEREN.DK/ELVERBRØD)

## Det bedste, jeg ved...

**FERIE**  
New York eller  
strand & palmer



**SKØNHEDS-  
PRODUKT**  
Rudolph Cares  
ansigtsolie

**MAD**  
Grillet kød &  
creme brûlée

**TRÆNING**  
Løb med musik

**HEMMEGIG  
SYND**  
Hemmelig...



**MUSIK**  
Justin Timberlake,  
Eminem,  
the Beatles

**TØJ**  
Helst meget

**SNACK**  
Mørk  
chokolade  
med mint

**DRIKKE**  
Te, helst fra  
Kusmi