



## Valle & Strømsnes setter studenten først og fremst

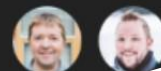
- en undersøkende podcast om studenters dagligliv, oppturer og nedturer.

[RSS](#) [APPLE PODCASTS](#) [GOOGLE PODCASTS](#) [SPOTIFY](#)

### About the show

Øystein Strømsnes snakker med studenter om selvfølelse, ensomhet, online, hverdagslige og kompliserte tema.

### Your Hosts



Valle og  
Strømsnes  
setter  
studenten  
først og fremst

Podcast som informasjon,  
opplæring og tematisering



# Valle & Strømsnes setter studenten først og fremst

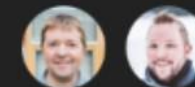
- en undersøkende podcast om studenters dagligliv, oppturer og nedturer.

[RSS](#) [APPLE PODCASTS](#) [GOOGLE PODCASTS](#) [SPOTIFY](#)

## About the show

Svein Valle og Øystein Strømsnes snakker med studenter om selvfølelse, ensomhet, stress, sex og andre kleine, hverdagslige og kompliserte tema.

## Your Hosts



Svein Valle

Øystein



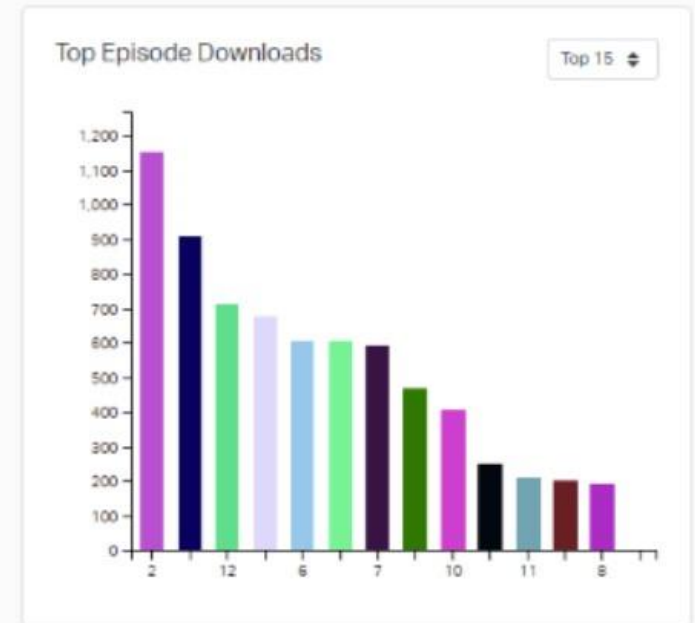
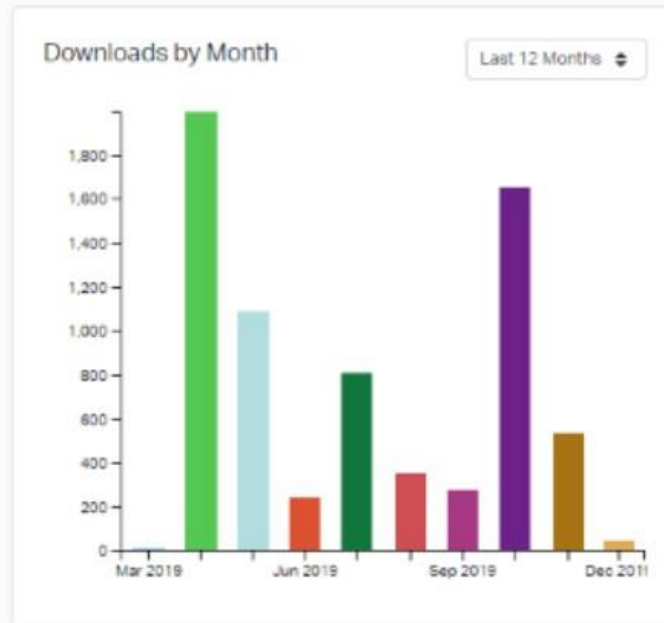
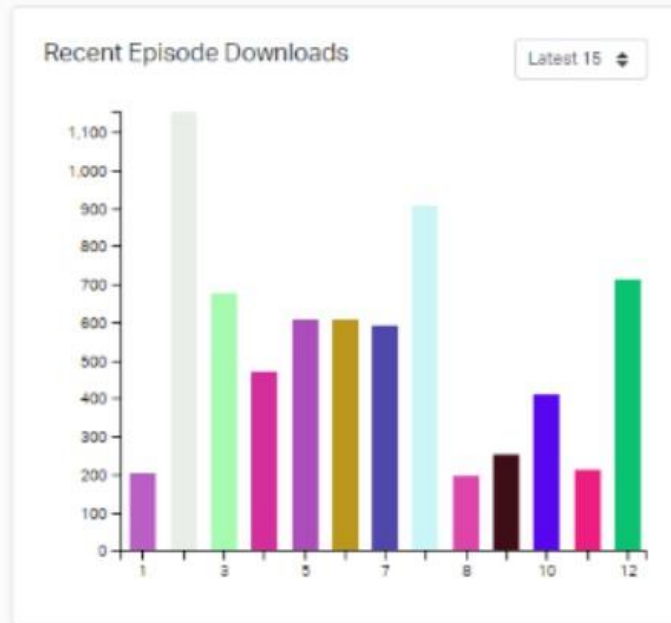
- Dashboard
- Episodes
- Blog
- Metrics**
- Hosts
- Guests
- Sponsors
- Built-In Pages
- Custom Pages
- Links
- Redirects
- Collaborators
- Uploads
- Settings

Podcast / Metrics

Overview **Episodes**

# Podcast Metrics

<p><b>7,858</b></p> <p>Total Downloads</p>	<p><b>14</b></p> <p>Total Episodes</p>	<p><b>13h 4m</b></p> <p>Total Duration</p>	<p><b>0h 56m</b></p> <p>Average Duration</p>
--	--	--	--



- Dashboard
- Episodes
- Blog
- Metrics**
- Hosts
- Guests
- Sponsors
- Built-In Pages
- Custom Pages
- Links
- Redirects
- Collaborators
- Uploads
- Settings

Podcast / Metrics / Episodes

Overview Episodes

# Episodes Overview

Download CSV

Below is a listing of your Podcast's Episode download data. For more information about how Fireside tracks and counts downloads, please see the [Downloads section in our FAQ](#). We process and integrate Spotify download data nightly. Spotify delays the data they send to us by three days.

Displaying all 13 episodes

Slug	Title	Published	1 Day	7 Days	14 Days	30 Days	90 Days	Spotify	All-Time
12	<a href="#">Ensomhet</a>	2019-10-25	201	504	652	697	-	101	814
11	<a href="#">Skikkelig FORBANNA%#*%&amp;</a>	2019-10-18	79	178	192	202	-	22	232
10	<a href="#">Love is in the air...</a>	2019-10-11	149	297	352	369	-	76	484
9	<a href="#">Hvordan lykkes som student?</a>	2019-10-04	83	187	208	242	-	25	278
8	<a href="#">Engasjement</a>	2019-09-27	68	143	157	166	-	13	207
spesial	<a href="#">Ny Student Spesial</a>	2019-07-03	161	333	398	609	843	80	987
7	<a href="#">KRISE, det er eksamen!</a>	2019-05-10	163	269	359	389	429	51	642
6	<a href="#">Studentøkonomi</a>	2019-05-03	162	354	369	374	483	67	673
5	<a href="#">Meningen med livet</a>	2019-04-26	229	336	364	384	465	102	708
4	<a href="#">Stress</a>	2019-04-19	58	179	223	312	379	45	514
3	<a href="#">Selvbilde</a>	2019-04-12	218	334	390	455	502	84	762
2	<a href="#">Sex, drugs and rock'n roll</a>	2019-04-05	390	737	803	901	981	157	1,308
1	<a href="#">Teaser</a>	2019-04-01	2	125	164	172	182	45	247



**James Nicholas McGuirk**  
2 Episodes



**Monica Jotun**  
1 Episode



**Pål Lilleengen**  
1 Episode



**Synne Hansen**  
2 Episodes

**Kristian V. Colakov**  
1 Episode



**Nina Schanke Funnemark**  
1 Episode



**Renate Hammerø**  
1 Episode



**Thor Einar Torrissen**  
1 Episode

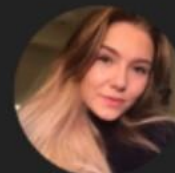


**Vidar Villa**  
1 Episode

**Line Ugulen Nilssen**  
1 Episode



**Olav Schewe**  
1 Episode



**Silje Olsen**  
1 Episode



**Tove Merethe Lorentzen**  
1 Episode



**Viktor Inge Paulsen Båssa**  
1 Episode

**Malin Hjorteland**  
1 Episode



**Pernille Solberg Fredriksen**  
1 Episode



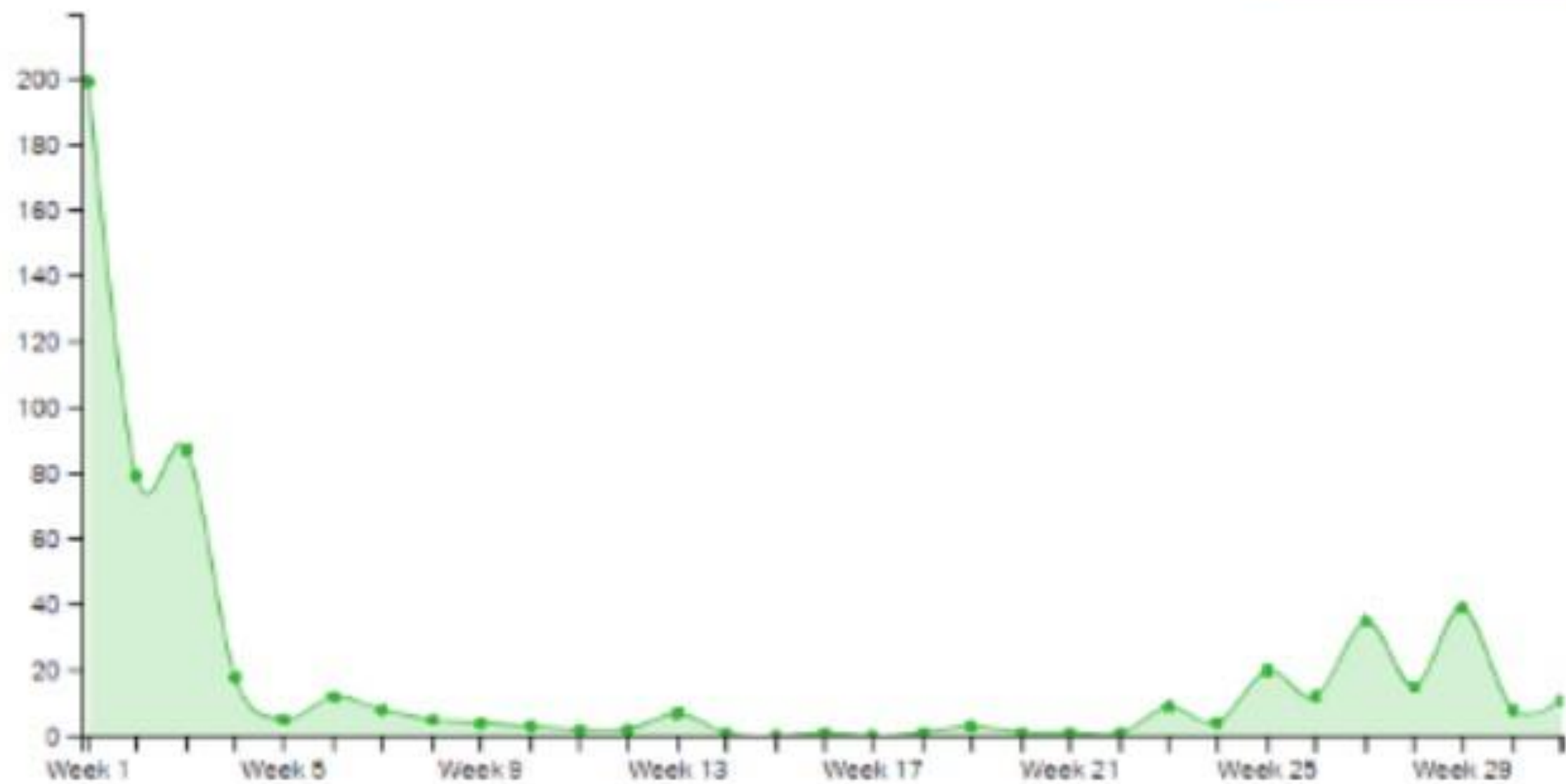
**Svein Øverland**  
1 Episode



**Ulrikke Ariel Åsjord**  
1 Episode

## Episode Lifespan

All Time





## PODCAST «HVORFOR FØLER VI OSS SÅ ENSOMME?»

Ny episode fra Valle & Strømsnes

[GÅ TIL PODCAST](#)



### HVORFOR FØLER VI OSS SÅ ENSOMME?

[Episode 12 «Ensomhet»](#)

Studentene Helene Mørkved Glorud og Haakon Spenning deler sine historier, og filosof og professor James McGuirk hjelper oss med å få perspektiver på ensomheten.





## FØLG OSS PÅ INSTAGRAM

Kontakt oss gjerne på [Instagram](#) hvis du har spørsmål eller kommentarer. Her legger vi også ut alt om kommende episoder, gjester og ukens tema.

Husk å abonnere, gi oss noen stjerner, eller også gjerne en vurdering..



## VALLE & STRØMSNES SESONG 2

### HVA ER DET MED ALLE DISSE SINTE GUTTENE?

#### [Episode 11 «Skikkelig FORBANNA%#"□%&»](#)

Det ser ut som det er mye aggresjon og sinne ute i det store samfunnet i dag. Vi ser det i kommentarfelt, i debatter og i statistikker. Er det så mye som det virker som? Og hva er det med alle disse sinte guttene som det snakkes om? Hvor er de, hva er de sinte for og hvem er de?

I denne podcasten undersøker vi hva sinne og aggresjon er, hvor det kommer fra og hvem som kjenner mest på disse destruktive kreftene. Vi snakker om ulike typer aggresjon, både den som vender seg mot oss selv og den som går ut over andre.

Vi har med oss den kjente **psykologen Svein Øverland**. Han jobber både innen barne- og ungdomspsykologi og rettspsykologi. Han har forsket på og møtt mange sinte. Vi har også med oss **Thor Einar Torrissen som har en fortid som en av de sinte guttene**. I dag er han



KONTAKT OSS





Studentinord Bodø

@Studentinord

Startside

Studentinord bolig FAQ

Innlegg

Instagram

Videoer

Bilder

Om

Samfunn

Arrangementer

Opprett en side



Skriv en kommentar ...



Studentinord Bodø

29. oktober · 🌐

#Ensomhet

To modige studenter setter ord på ensomheten de har følt på. Tusen takk for at dere deler ❤️ Hva kan vi gjøre for å hjelpe? Hva kan du selv gjøre hvis du føler deg ensom? Filosof og professor James McGuirk hjelper oss å forstå, og råder alle til å være mer oppmerksom på hverandre.

🔥 Podcast Ep. 12: #Ensomhet 🔥

"Valle &amp; Strømsnes setter studenten først og fremst":

<https://www.studentinord.no/podcast-valle-og-stromsnes>


67

7 kommentarer 4 delinger

Liker

Kommenter

Del



Send melding

Facebook viser informasjon for å hjelpe deg med bedre å forstå formålet med en side. Se handlinger som har blitt utført av de personene som administrerer og publiserer innhold.

Siden ble opprettet 8. februar 2013

Relaterte sider



Avisa Nordland

Ingvild Kirkhus liker dette

Avis

Liker



City Nord

Johanne J. Stafnes liker ...

Kjøpesenter

Liker



Norsk Luftfartsmuseum

Åse Alvestad liker dette

Museum

Liker

Sider som denne siden liker



Studentinord Helgel...

Likt



Høgskolen i Narvik - ...

Liker



Studentinord Trønd...

Likt

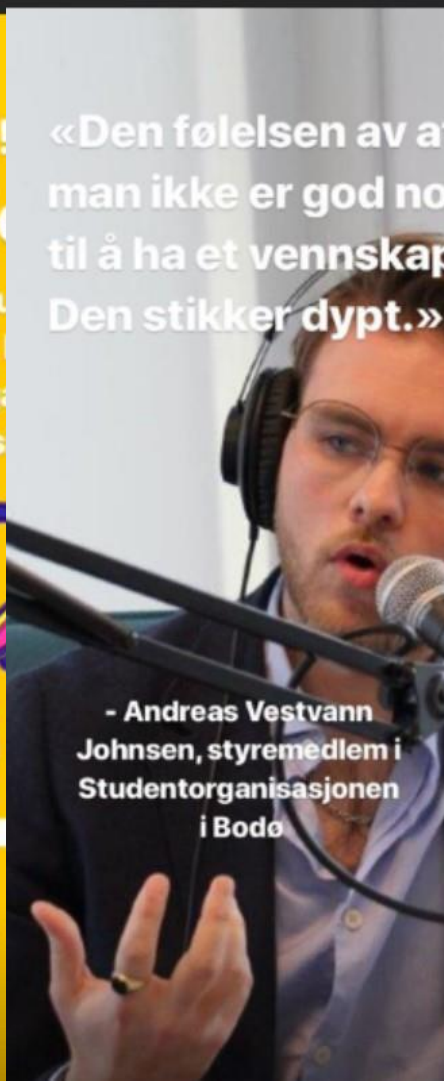
 Norsk (bokmål) · English (US) ·  
 Norsk (nynorsk) · Español ·  
 Português (Brasil)

 Informasjon om data for sideinnsikt ·  
 Personvern · Betingelser · Annonsering ·  
 Annonsevalg [>] · Informasjonskapsler · Mer ·  
 Facebook © 2019

# Ny episode! «Selvbilde»

To modige og flotte mennesker forteller om de har snudd et negativt selvbilde til noe positivt

# NY POD CAST



«Den følelsen av at man ikke er god nok til å ha et vennskap. Den stikker dypt.»

- Andreas Vestvann  
Johnsen, styremedlem i  
Studentorganisasjonen  
i Bodo

# NY EPISOD

Podcasten Valle & Strøm  
setter studenten først og



## «Hvordan lykkes som student»

- Gjester er:
- Studieleder ved universitet, Gisle Pettersen
  - Førsteårsstudent Aurora Lilleløkken

Studieleder Gisle Pettersen ved Nord universitet gir deg sine beste råd



@NORDUNIVERSITET

Førsteårsstudent Aurora Lilleløkken er gjest



@AUORALILLELOKKEN





### Valle & Strømsnes julespesial

Studentinord Bodo sendte direkte på tirsdag ·  Følger

\*\*\*LIVE fra gråsona på Nord universitet\*\*\* Bli med på julestemningen, og hør gjestene Emma Giskås og Lars Glomsvoll på julebesøk hos Valle & Strømsnes. Har du noen julespørsmål til studentene eller podcast-vertene så send inn til [podcast@studentinord.no](mailto:podcast@studentinord.no)

27 3 dolinger 1,5 k visninger

Liker Kommenter Del Neste

Mest relevante ▾

Rezene Aibu · 4:58 Hei, hei, goddagen jeg ønsker dere koselig ferjultid. Liker · Svar · 1 d

Studentinord Bode · 25:59 Tusen takk! Riktig god jul til deg også 🎄👍 Liker · Svar · 1 d