



EKSAMENS-
Boost!

i hjelper deg i mål

Søk opp podcasten
EKSAMENSBOOST!

SiOs Eksamensboost er populært hos studentene. 22 000 nedlastninger viser det.

30-05-2017 13:00 CEST

Boost for eksamenspodcast

22 000 nedlastninger av eksamensråd bekrefter at podcast er en god måte å treffe studentene på. Eksamensboost er podcast der SiO samler eksperter med tips og råd for et bedre studentliv.

- Denne gangen er det studenter og tidligere studenter som forteller sine unike historier og gi sine råd, fra student til student. Dessuten har vi eksperter fra SiO til å snakke om helse, trening og stressmestring på en måte som booster studentene, sier Gunn Kirsti Løkka, markedsdirektør i SiO.

Til sammen 30 podcasts med eksamenstips ligger ute. Studentene kan laste ned Eksamensboost til en podcast-app eller hente dem fra iTunes. Målet er å gi motivasjon, tips og råd for alle studenter frem mot eksamen.

Populært

I 2016 nådde SiO Eksamensboost en tolvteplass på nedlastingslista. Denne gangen er det færre, men lengre podcaster der studenter gir råd til andre studenter.

- Det å høre ekte fortellinger fra andres studietid, det å vite hvordan andre taklet studielivet, er det vi setter fokus på i denne runden av Eksamensboost. En av de tingene vi får gode tilbakemeldinger på, er at det er praktisk fordi studentene lytter når de selv har tid, for eksempel når man gjør husarbeid eller går en tur. I tillegg passer podcastene for alle elever og studenter, de er gratis og kan lastes ned uansett hvor man bor, sier Løkka.

Tema er blant annet motivasjon, stressmestring, søvn, kosthold, trening. Mens P3s Silje Nordnes forteller om studentlivet i Radio Nova, er også mindfulness-episoden med Mari Langemyr fra SiO Helse blant de mest populære podcastene.

Som en del av Eksamensboost, kan studentene følge [SiO på Snap](#) og delta i konkurranser. Hovedpremien er to ukespas til Øyafestivalen.

Fakta om Eksamensboost 2017:

- SiO ([Studentsamskipnaden i Oslo og Akershus](#)) lager podcast om tema studentene er opptatt av, slik som stressmestring, søvn, kosthold, trening og motivasjon.
- 22 000 nedlastninger av podcastene.
- [Eksamensboost](#) varer til 7. juni og nye podcaster legges ut kontinuerlig.
- Podcastene kan hentes på din egen podcast-app eller på [iTunes](#).

På podcasten fra SiO kan man blant annet høre:

Silje Nordnes fra NRK P3

Birgit Skarstein, OL-deltaker og TV-kjendis

SuperMarie, Marie Brudevold, SoMe-kjendis

SiO (Studentsamskipnaden i Oslo og Akershus) leverer tjenester til mer enn 67 000 studenter ved 26 læresteder i Osloregionen. SiOs tilbud skal bidra til høy studiekvalitet og lik rett til utdanning, og inkluderer blant annet 8 500 studentboliger, helsetjenester, barnehager, cirka 40 serveringssteder og et bredt treningstilbud gjennom SiO Athletica. SiO har rundt 600 medarbeidere og en omsetning på om lag 1,1 milliarder kroner. www.sio.no

Kontaktpersoner



Gunn Kirsti Løkka

Boligdirektør

SiO Bolig

gunn.kirsti.lokka@sio.no

916 24 194