

The background image shows a modern building facade with a collage of various images and text. The collage includes a portrait of a man, a house, and other smaller images. The text in the collage includes "IPG", "MEDIA", "BIERK", "JAVOKAN", "STALE", "HALLER", and "S". The building has a grid-like structure with windows and a brick base. The overall image has a blue tint and a dark blue bar at the bottom.

Adressavisen

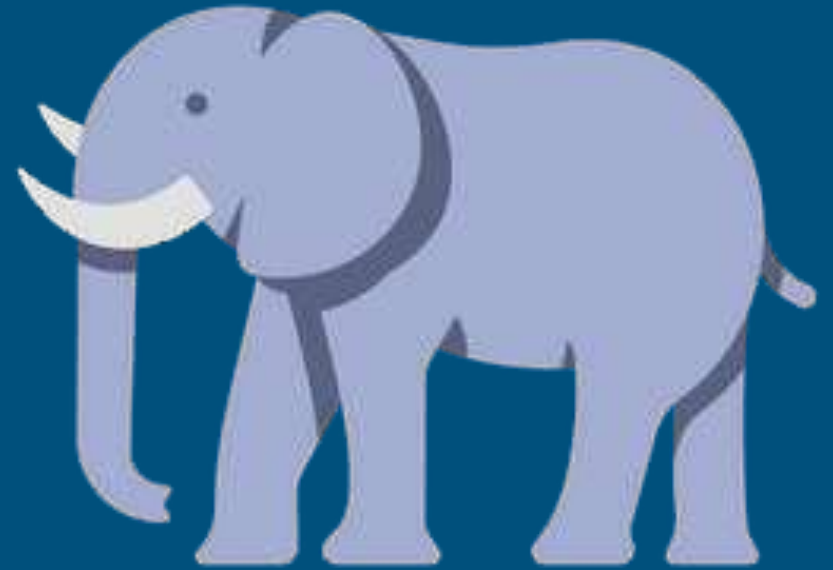
News on Social media

But first:

1. Why?

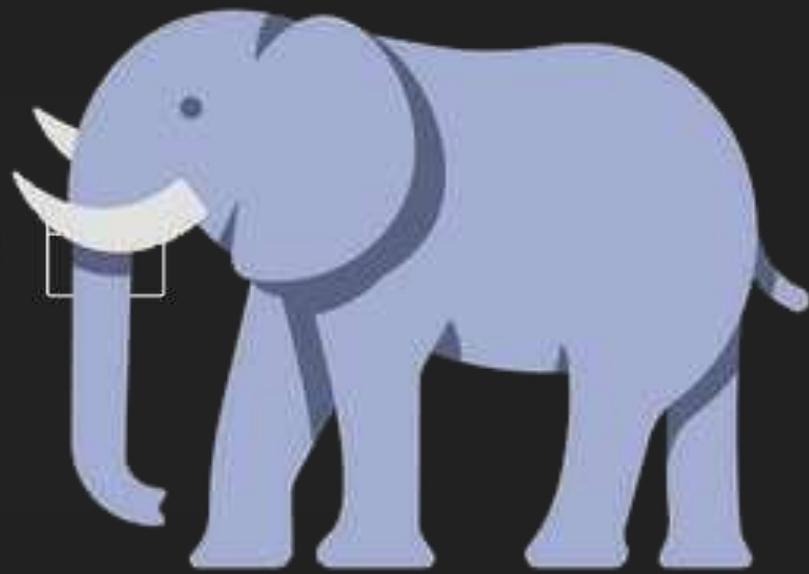
2. Where?

3. How?

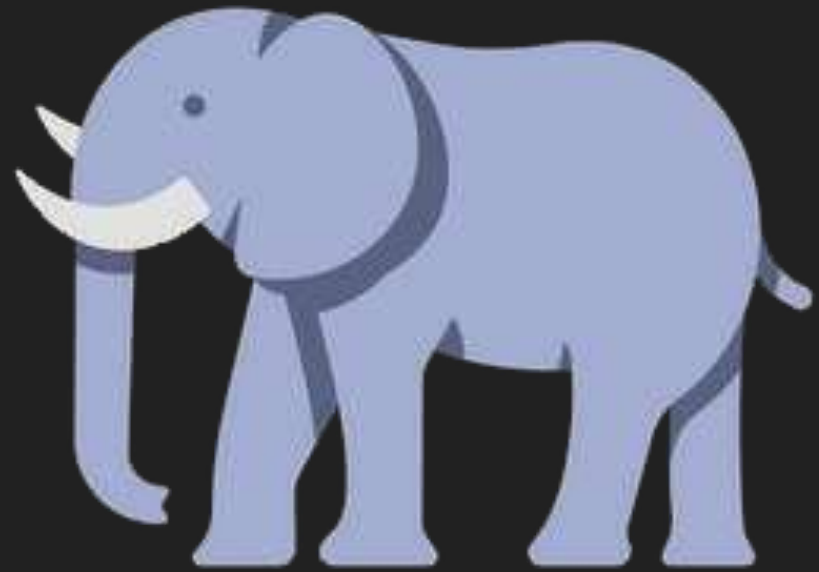


the facebook files

A Wall Street Journal investigation



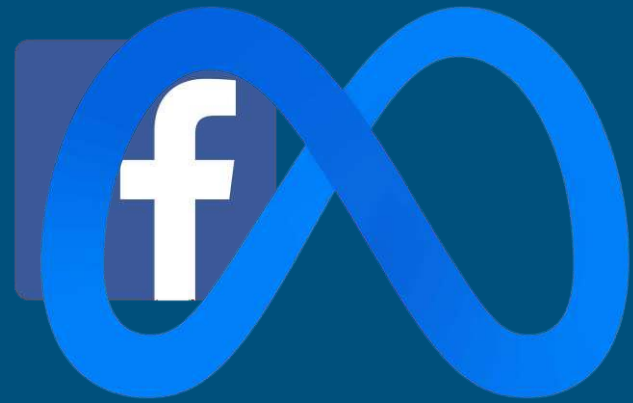
1. **Instagram** is toxic, especially for young girls
2. FB knew, but did not stop the facilitation of **human trafficking**
3. Little was done to prevent the dissemination of **desinformation and harmful content**
 - 13% percent of the money was spent abroad (not USA), where 90% of the users are
4. **Facebook-positive** content was boosted
5. **Celebs** got special treatment

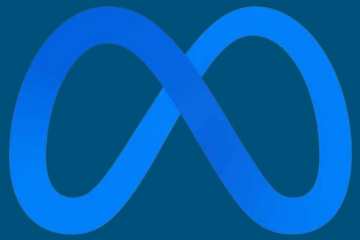




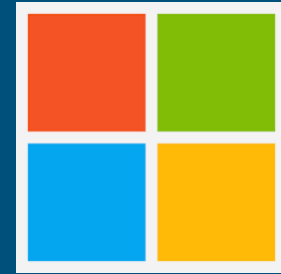
Frances Haugen testifies before the Senate Committee on Commerce, Science, and Transportation on October 5. | Drew Angerer/Getty Images

Facebook's whistleblower tells Congress how to regulate tech





Alphabet



M

A

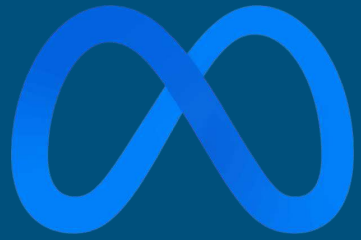
A

M

A



3 600 000 000



(1) 588 000 000

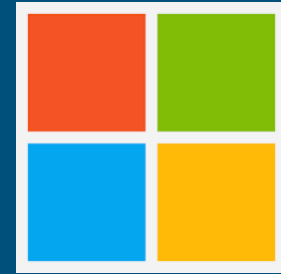


4 000 000 000

Alphabet

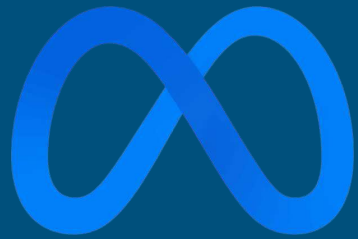


145 000 000

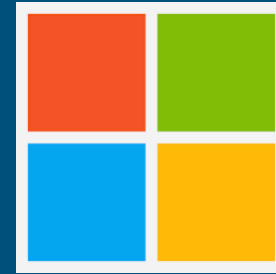


200 000 000





Alphabet



YouTube



Hi, my mum and dad are running an equestrian center and has a Facebook-page with the name of the business. Now it has been blocked? Is there anything we can do?



11 Comments



Derfor er det vanskelig å tvinge Facebook og Google til å betale skatt

This is why it's hard to make Facebook and Google pay taxes

Since 2012, norwegian media has lost 3,7 billions in ad revenues - 30,1 percent.

Facebook slettet Solbergs Vietnam-bilde Facebook deleted PM Solbergs photo from Vietnam

Article snippet from Aftenposten featuring a photo of PM Solberg and a photo of children in a refugee camp. The article title is 'Facebook slettet Solbergs Vietnam-bilde' and the sub-headline is 'Facebook deleted PM Solbergs photo from Vietnam'.



Google Play drops commissions to 15% from 30%, following Apple's move last year

Manish Singh
@refarc / 4:01 PM GMT+1 • March 16, Comment

Facebook comment interface showing a comment from 'Adresseavisen' and a menu with options: Delete, Hide comment, and Give feedback or report this comment.



Margrethe Vestager

@vestager

Ta da! 16 hours, lots of sweets (but cookies still declined ;)) We have a deal on the #DSA: The Digital Services Act will make sure that what is illegal offline is also seen & dealt with as illegal online - not as a slogan, as reality! And always protecting freedom of expression!



2:16am · 23 Apr 2022 · Twitter for iPhone

35 Replies 182 Retweets 754 Likes



For citizens

- More choice, lower prices
- Less exposure to illegal content
- Better protection of fundamental rights



For providers of digital services

- Legal certainty, harmonisation of rules
- Easier to start-up and scale-up in Europe



For business users of digital services

- More choice, lower prices
- Access to EU-wide markets through platforms
- Level-playing field against providers of illegal content



For society at large

- Greater democratic control and oversight over systemic platforms
- Mitigation of systemic risks, such as manipulation or disinformation

Jan 1st 2024



Frances Haugen

@FrancesHaugen

Congratulations!! For the first time in history, the public is going to be able to ask independent questions about how [@Meta](#) and the other big platforms work and get the data to see the truth. History in the making!!
Come on USA, now it's our turn. 🍷

Margrethe Vestager @vestager

Everything depends on the teams - the team of teams of [@Europarl_EN](#), [@EUCouncil](#) & [@EU_Commission](#) made [#DSA](#) happen last night!
Thanks ❤️



7:50pm · 23 Apr 2022 · Twitter for iPhone

10 Replies 70 Retweets 297 Likes





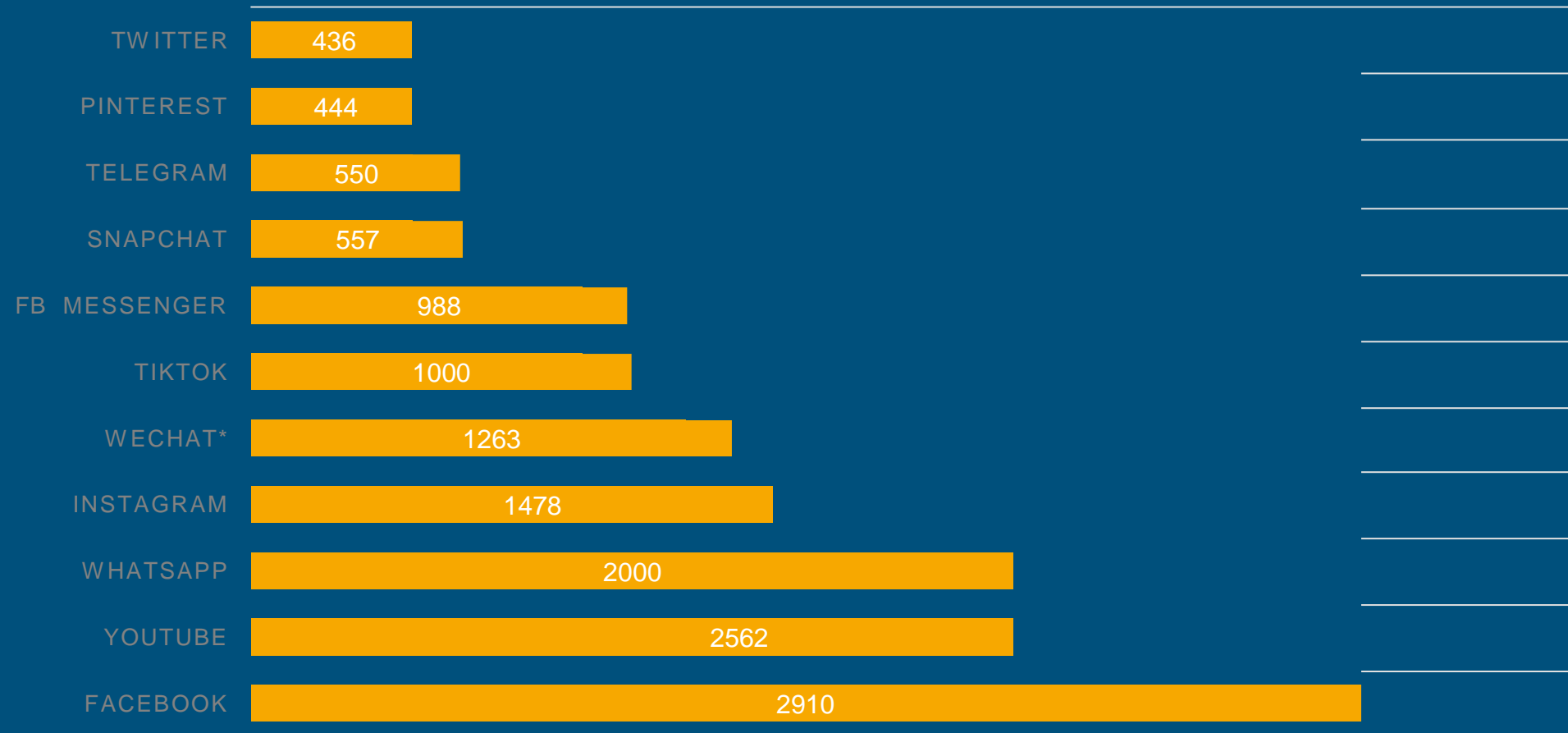
Why?





Most popular social networks worldwide (Jan 2022)

■ Millions





Matilda makes «Home» her own,
when she sings in english



Why can't old people behave
in the comment section?



- We're the best, and you can
quote me on that.



- Enjoying zodiac signs
must be allowed



- We're going to dance
around on sticky floors in
skiing boots.

What does it take for you to follow your local grocery store?



cooprixfornebu

Følg



30 innlegg

202 følgere

Følger 249

Coop Prix Fornebu

Dagligvarebutikk

iframe.coop.no/fornebu/web/utleieboden

Følges av rairapils



PUNKT



5 grunner

INNLEGG

REELS

TAGGET





Norway Supreme Court

Følg



257 innlegg

3 360 følgere

Følger 0

Snapshots from everyday life at the Norwegian Supreme Court. For information about rulings, see out web page or Twitter.

www.domstol.no/enkelt-domstol/hoyesterett/arsmelding/2020



Uke 36



Storkammer



1940-1945



Åpen dag '20



Rettsmøter



200 år i 2015



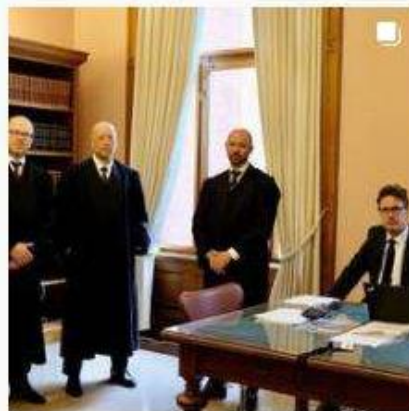
1814



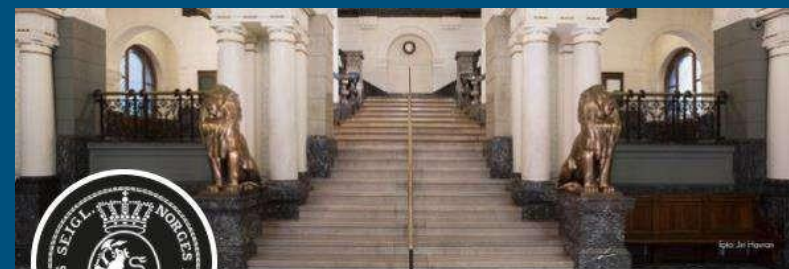
- Welcome to our new IT-apprentice Nicklas. He has studied at Mailand high school and will be working with us the next two years.



After a long period of only digital court meetings, the courtrooms in the east wing will again be used this week (week 36).



Today is the last day of the appeal proceedings in the Supreme Court's Grand Chamber.



Following

Høyesterett

@hoyesterett_no

Høyesterett er Norges øverste domstol og dømmer i siste instans. Avgjørelser ligger på hoyesterett.no. Henvendelser rettes til post@hoyesterett.no

Oslo, Norway hoyesterett.no Joined February 2015

9 Following 5,843 Followers

Followed by Faktisk, Luremus Schafer, and 112 others you follow

Tweets

Tweets & replies

Media

Likes



Høyesterett @hoyesterett_no · Sep 3

Straff for bruk av arbeidskraften til en utlending som manglet rett til å ta arbeid i Norge



Straff for bruk av arbeidskraften til en utlending so...
Høyesteretts dom 2. september 2021, HR-2021-1780-A, (sak nr. 21-083612STR-HRET), straffesak...
domstol.no



2





***Imagine a
business/person/institution
that does not need or benefit
from social media***



**Can your job be done
without social media?**

important

affiliation

debate

relevance

agenda

development

loyalty





But what does using social media add?





Website traffic and new subscribers



Reach «young people», and those not reading news



Helene (12) and her dad beat the Kaizers Orchestra stars




«Don't build (houses) at Okstad»






Liv Ullmann gets honorary Oscar Award




Strengthen our brand

 badesken


Adresseavisen  




Pia ate her horse two years ago. Now no one wants to sell her a new one.

 **idahesthagen** Which newspaper is this?
15min Svar

— Skjul svar

 **pjr** @idahesthagen adressa.no
14min Svar

 **idahesthagen** @pjr Står det adressa
Does it say adressa? For real? I would never have guessed!
13min Svar 

 Haha, understandable! It's written in gothic letters. It's probably written like it was when the paper was established.
11min 1 likerklukk Svar

 The paper is called Adresseavisen, but funny guys call it Udresfeavifen. It's Norway's oldest newspaper and they don't like change.
9min 7 likerklukk Svar

Strengthen our



Trodde han hadde satt fast sluken

Thought the fishing lure was stuck



«Alle har sin egen personlighet. De er skikkelige karakterer.»

Bente Bakk
Sørstu gård

Every alpaca has it's own personality



Korona-reglene i Trondheim ble forlenget i dag

The corona regulations were prolonged today



Også Barne- og ungdomspsykiatrisk klinikk (BUP) ved St. Olavs hospital melder om dobling av antall pasienter med spiseforstyrrelse

[ADRESSA.NO](https://www.adressa.no)

More young patients have eating disorders

Improved dialogue – with new voices



Is this something for
@adresseavisen

20t Svar



They probably have better things to write about than nature conservation



adresseavisen @ut_ ja Takk for tips!

Thanks for the tips! We're covering the purchase, and have already written an article about it. If you know something we don't, please let us know. Or maybe you want to write a Reader letter?
debatt@adresseavisen.no
Best, Eirin, Adressa.



Adresseavisen NYHETER SPORT KULTUR DEBATT UKEADRESSA LOGG INN

Midtnorsk debatt

Forsiden Kommentar Debatt Kronikk Leder Send din mening

Det er trist det som har skjedd med Værdalsbruket. Men jeg har et håp om at det kan være en vekker, skriver debattanten. På bildet står debattanten midt i noen av de fletteområdene som Gjelsten nå eier, ikke langt fra Veira i Verdal, inngang mot Blåfjella-Skjækerfjella nasjonalpark.

Ønsker vi at Bjørn Rune Gjelsten skal eie naturen vår?



Improved dialogue – with new voices



What a title? Adressa is getting worse and worse... I'm glad we're not subscribers anymore. Just crap and brainwashing. Sad, really...

Like · Reply · Message · 1w · Edited



Author

Adresseavisen

Hi, Name. What is your problem with the title? Eirin, Adressa.

Like · Reply · Commented on by Eirin Larsen 3 · 1w



Improved dialogue – with new voices





Key Take Away nr. 1:
The comments are (usually)
written by real people



Fatma's mind was blowed when she opened the letter from the hospital:
- This is really scary

She did not just receive information about her own appointment, but got letters to three other patients.



This has happened to me several times. From St. Olav and from Nav. I've tried reporting it, but they don't seem to care that much.

Like · Reply · Message · 4h



I received a medical prescription belonging to someone else.

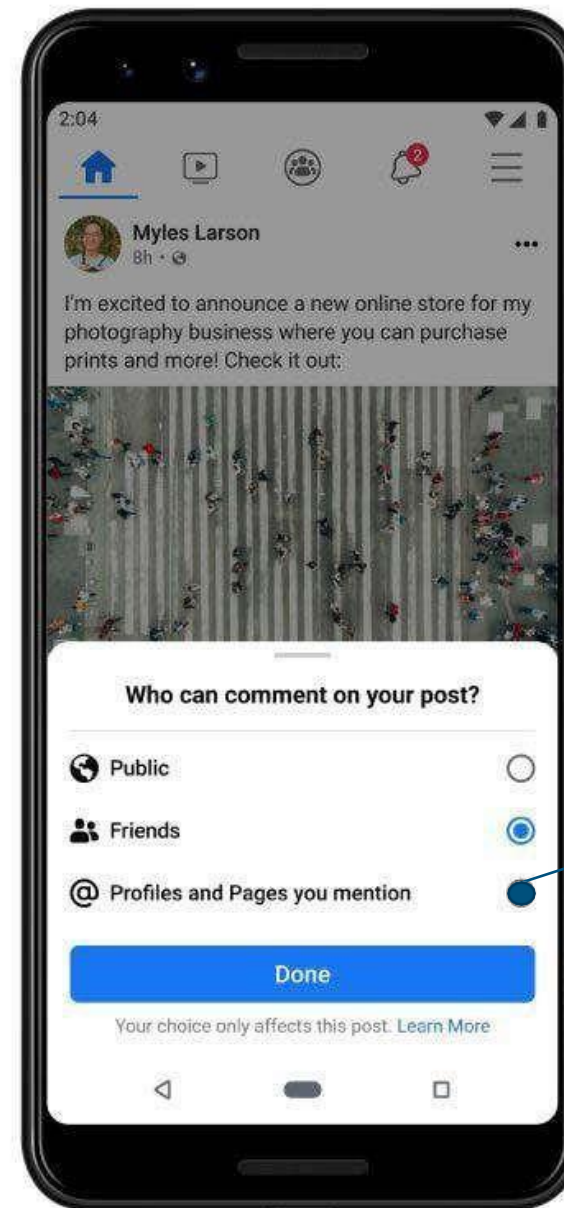
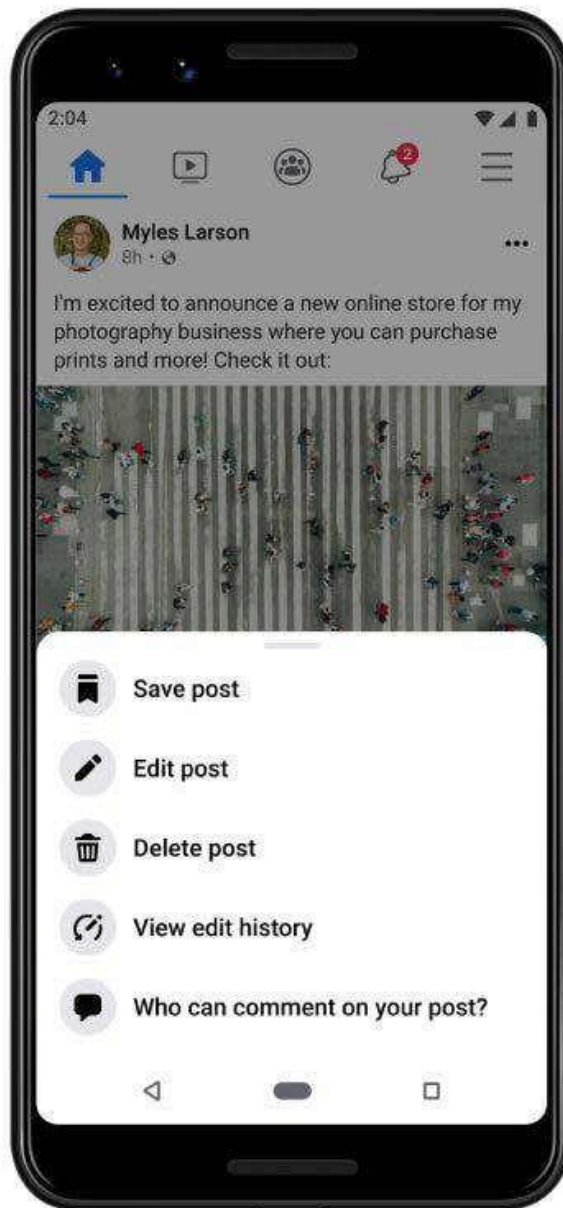
Like · Reply · Message · 1h



I also got another patient's appointment info in July, and reported it to the hospital. Hopefully this article can make them improve their routines.

Like · Reply · Message · 2h

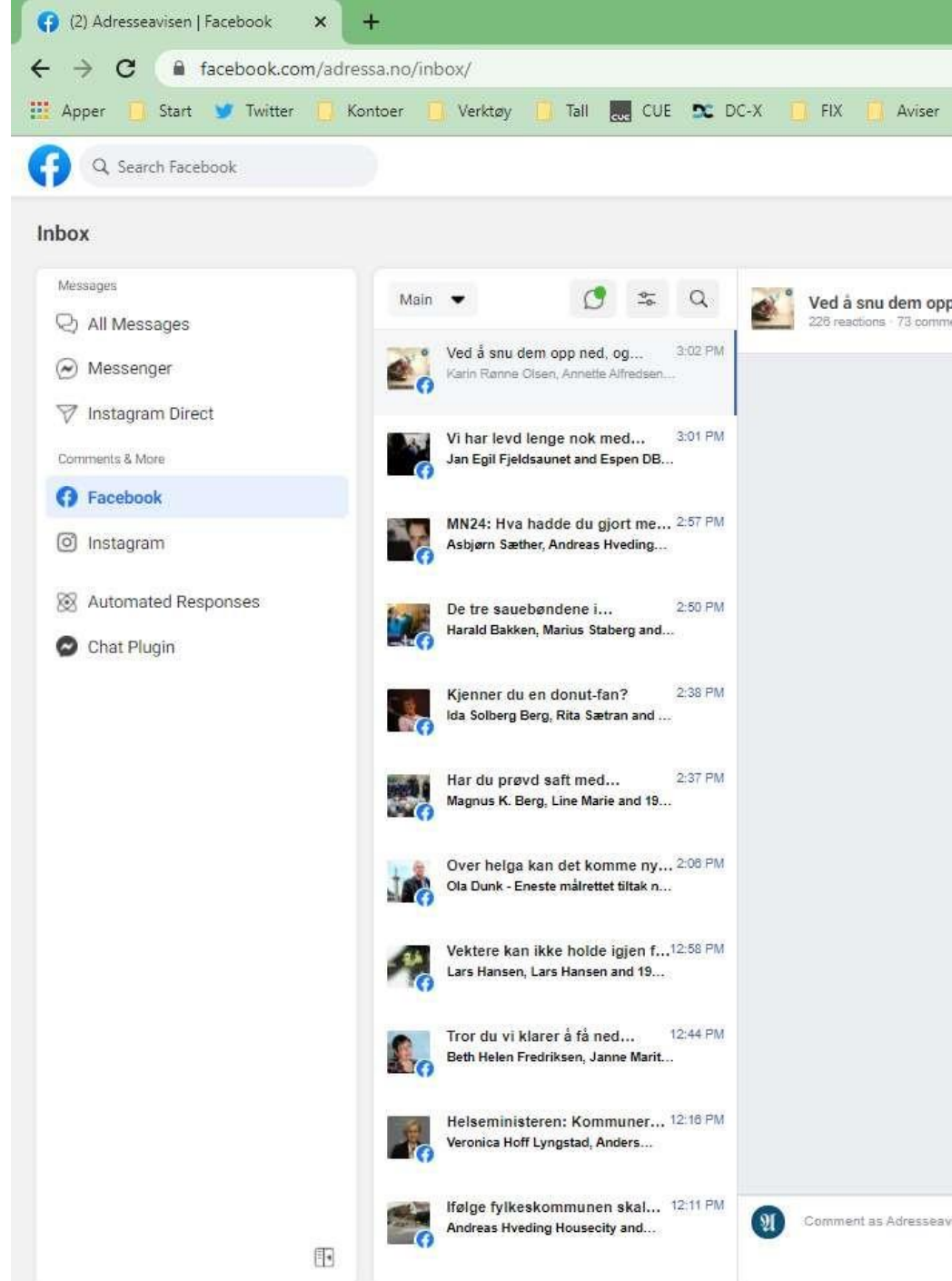
Yes, Turning off Comments on Facebook Posts is possible



Due to several cases of harassment we have decided to close this comment section. Here are our rules for debate: www.... Best, Eirin, Adressa.



Yes, the comments can be monitored in a chronological order



The screenshot shows a web browser window displaying a Facebook inbox. The browser's address bar shows 'facebook.com/adressa.no/inbox/'. The page title is '(2) Adresseavisen | Facebook'. The browser's taskbar shows several open applications: Apper, Start, Twitter, Kontoer, Verktøy, Tall, CUE, DC-X, FIX, and Aviser. The Facebook interface includes a search bar and a navigation menu on the left with options like 'All Messages', 'Messenger', 'Instagram Direct', 'Facebook', 'Instagram', 'Automated Responses', and 'Chat Plugin'. The main content area displays a list of messages in chronological order, with the most recent at the top. The messages are as follows:

- Ved å snu dem opp ned, og...** (3:02 PM) by Karin Rønne Olsen, Annette Alfresen...
- Vi har levd lenge nok med...** (3:01 PM) by Jan Egil Fjeldsaunet and Espen DB...
- MN24: Hva hadde du gjort me...** (2:57 PM) by Asbjørn Sæther, Andreas Hveding...
- De tre sauebøndene i...** (2:50 PM) by Harald Bakken, Marius Staberg and...
- Kjenner du en donut-fan?** (2:38 PM) by Ida Solberg Berg, Rita Sætran and ...
- Har du prøvd saft med...** (2:37 PM) by Magnus K. Berg, Line Marie and 19...
- Over helga kan det komme ny...** (2:06 PM) by Ola Dunk - Eneste målrettet tiltak n...
- Vektere kan ikke holde igjen f...** (12:58 PM) by Lars Hansen, Lars Hansen and 19...
- Tror du vi klarer å få ned...** (12:44 PM) by Beth Helen Fredriksen, Janne Marit...
- Helseministeren: Kommuner...** (12:16 PM) by Veronica Hoff Lyngstad, Anders...
- Ifølge fylkeskommunen skal...** (12:11 PM) by Andreas Hveding Housecity and...

At the bottom right, there is a button labeled 'Comment as Adresseavi' with a profile picture icon.





And you can also auto-hide links





Back to: But what does using social media add?





Learning and developing out journalism

174.5K

3-Second Video Views

51.4K

1-Minute Video Views

0:20

Average Minutes Viewed

390

Engagement

100.6K

Minutes Viewed



15-Second Video Views

103.1K

3-Second Viewers

168.3K

People Reached

368.5K



So yes – thats why!



Adresseavisens social media strategy

1. Using social media to reach those we can't reach on our own
2. Learning, exploring and getting feed back
3. Maximum result with minimum effort (ROI)



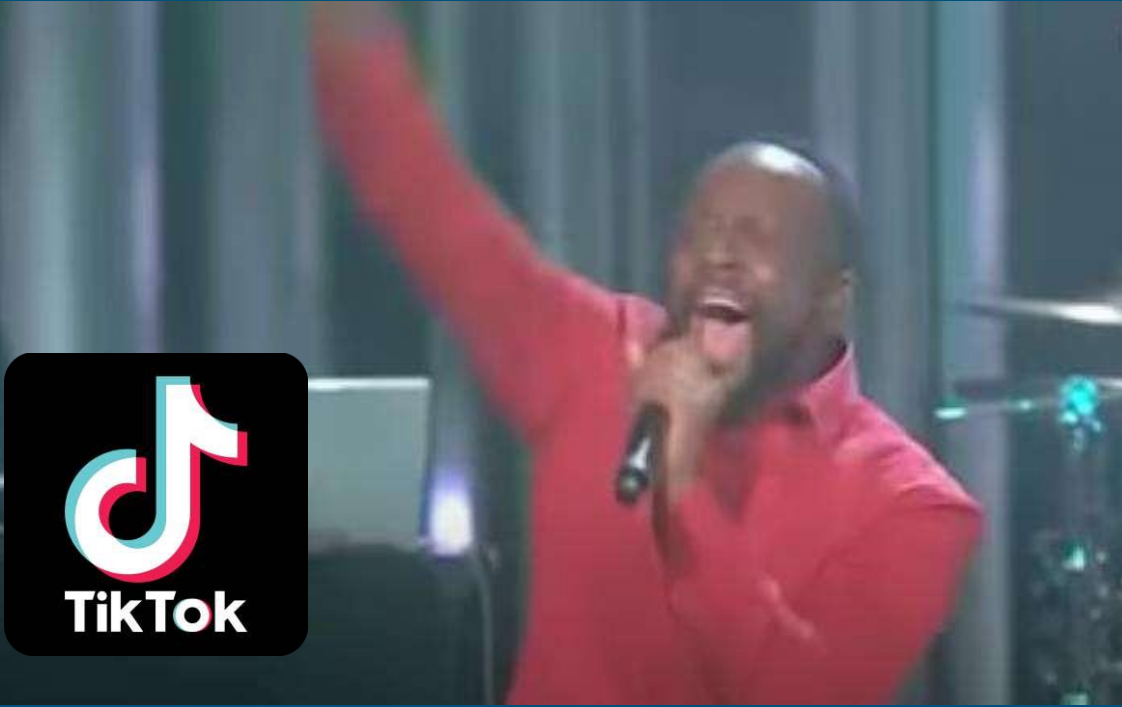
But.

**Who are you, and what
does your audience want?**



ΕΥΡΩΚΕ 1







Norad is 😊 feeling hopeful.



September 5 at 3:00pm · 🌐

Over 7000 nattevandrere lyste opp Gaustatoppen for FNs 17 bærekraftsmål. Med samarbeid skal vi oppnå målene i 2030. Hjelp oss spre magien videre til resten av verden.



1.6M Views



Like



Comment



Share



Roger Holmsen, Trude Måseide and 17K others

Top Comments

1,940 Shares

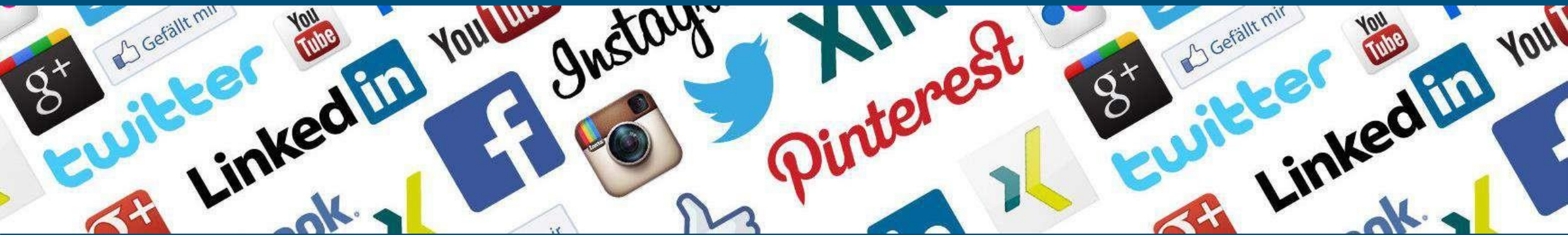
OBS:







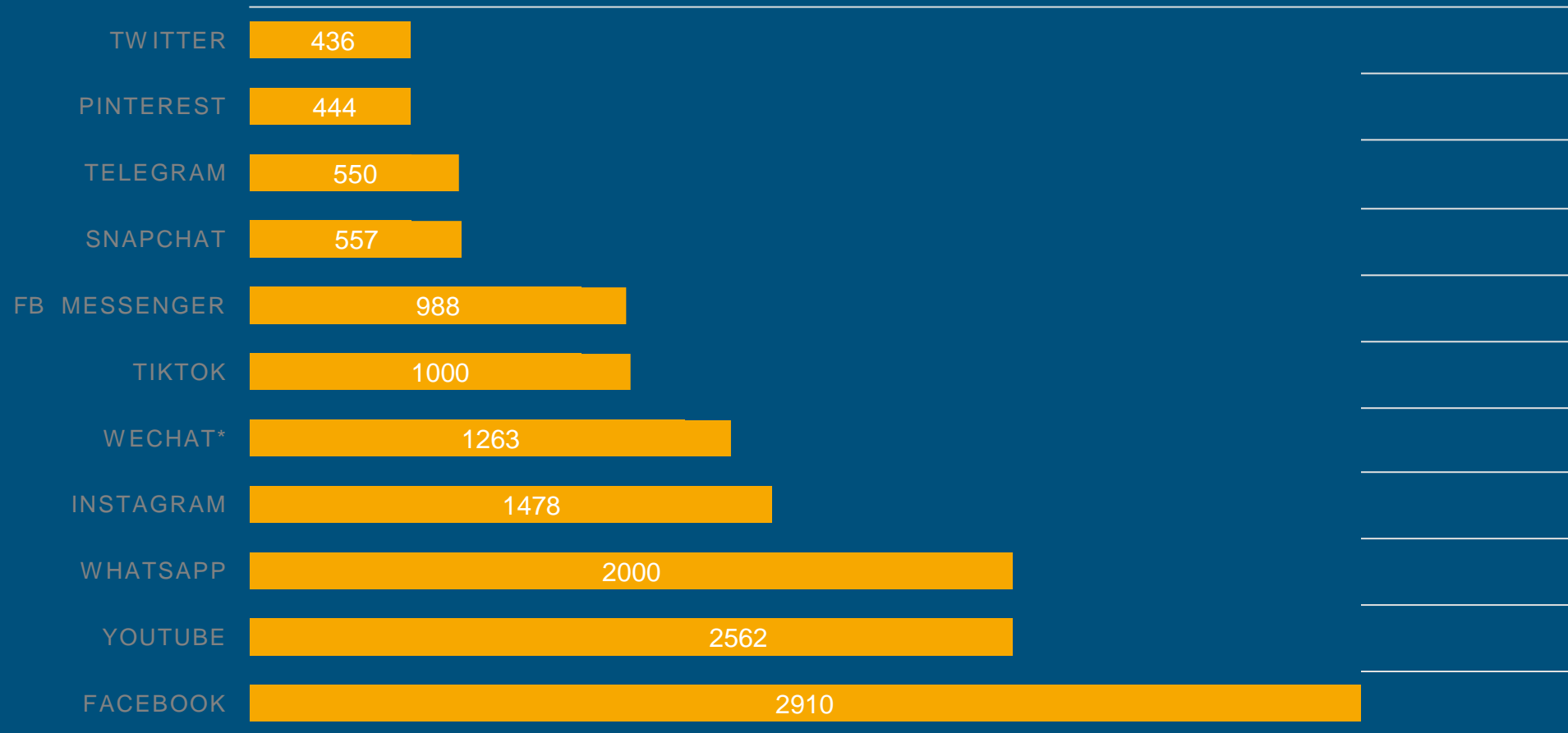
Where?





Most popular social networks worldwide (Jan 2022)

■ Millions





statcounter
GlobalStats

[Press Releases](#) [FAQ](#) [About](#) [Feedback](#)

Facebook

63.12%

Twitter

16.21%

Pinterest

8.36%

Instagram

5.75%

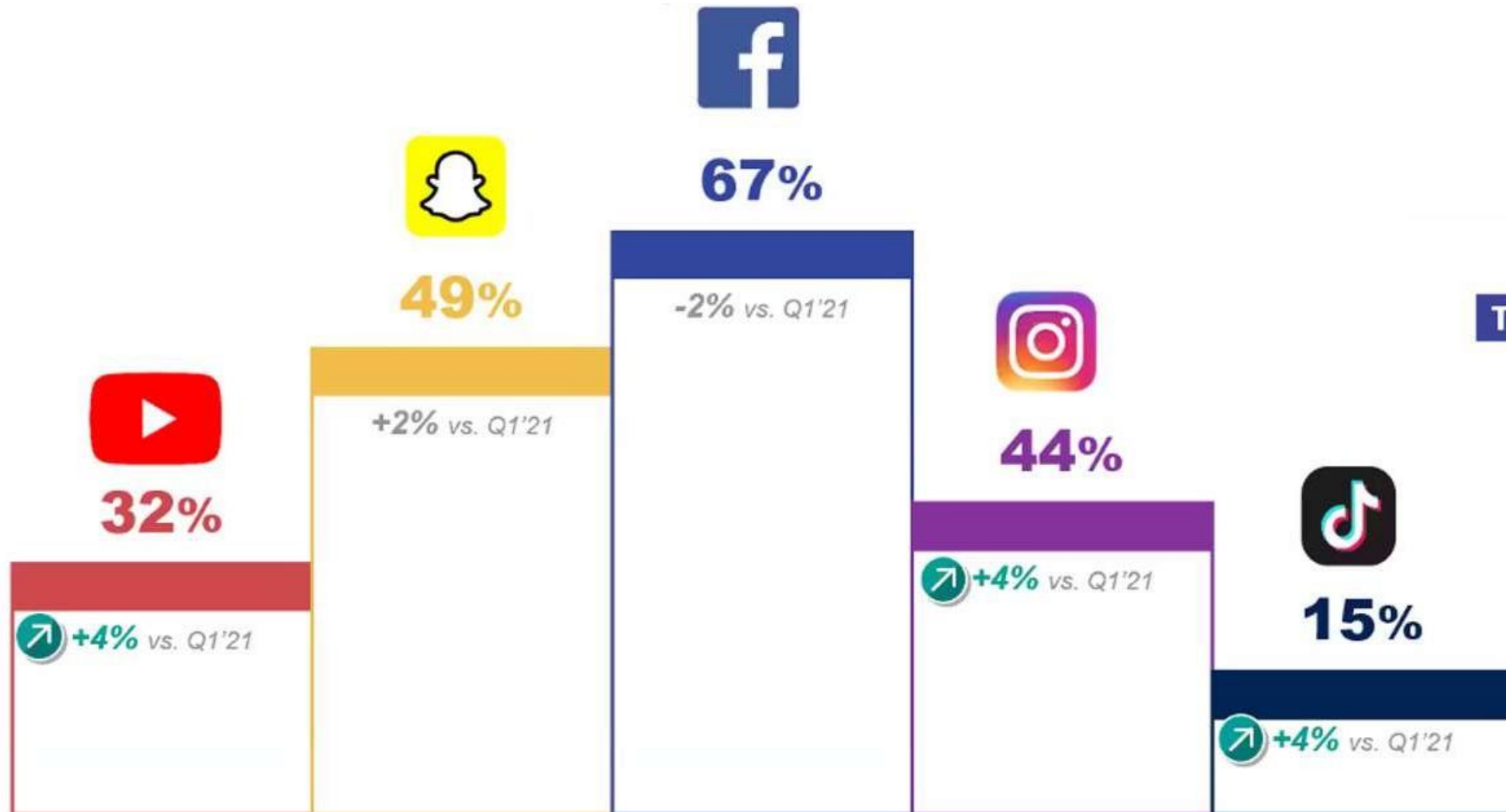
YouTube

3.65%

reddit

1.25%

Social Media Stats in Latvia - April 2022

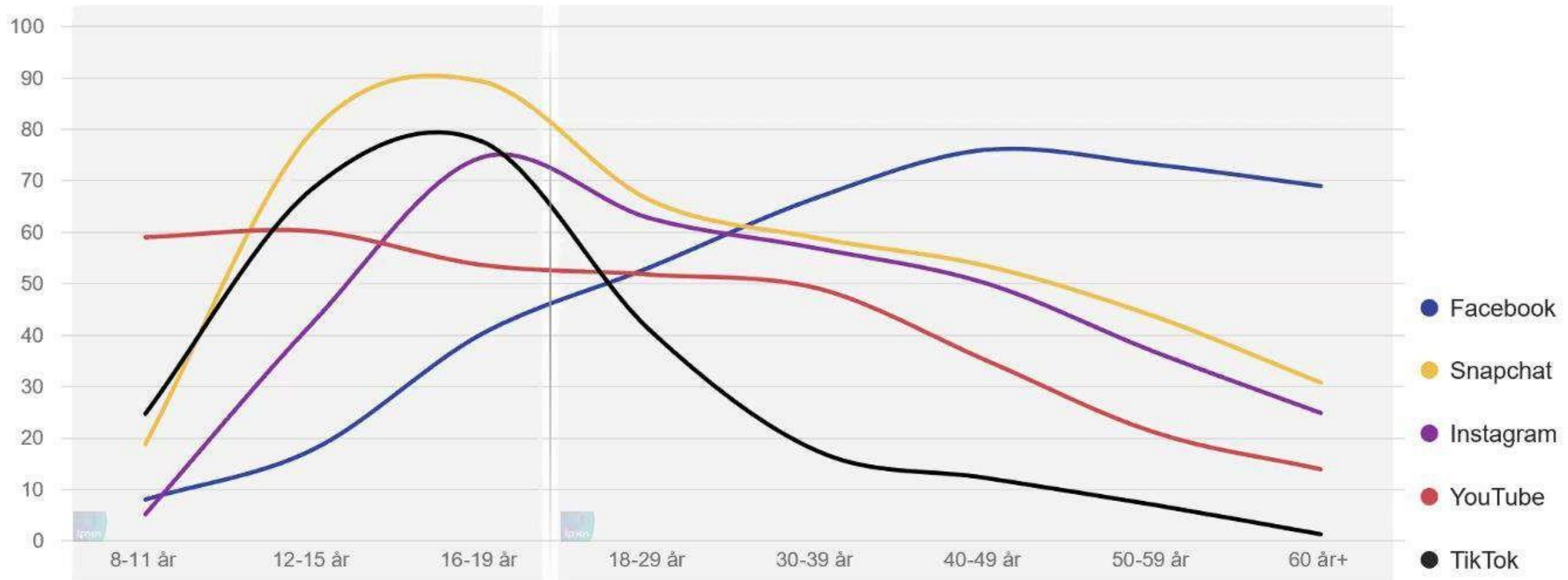


IPSOS SOME
TRACKER Q1'22



Norway Top 5 - daily use

Kids v. adults - daily use





Norsk mediebarometer

2021



60 percent of Norwegians aged 16-24 get their news through social media, and 17 percent say they ONLY get news through social media.

How we prioritize:

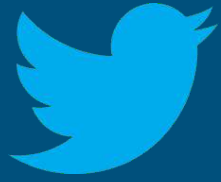


TBC





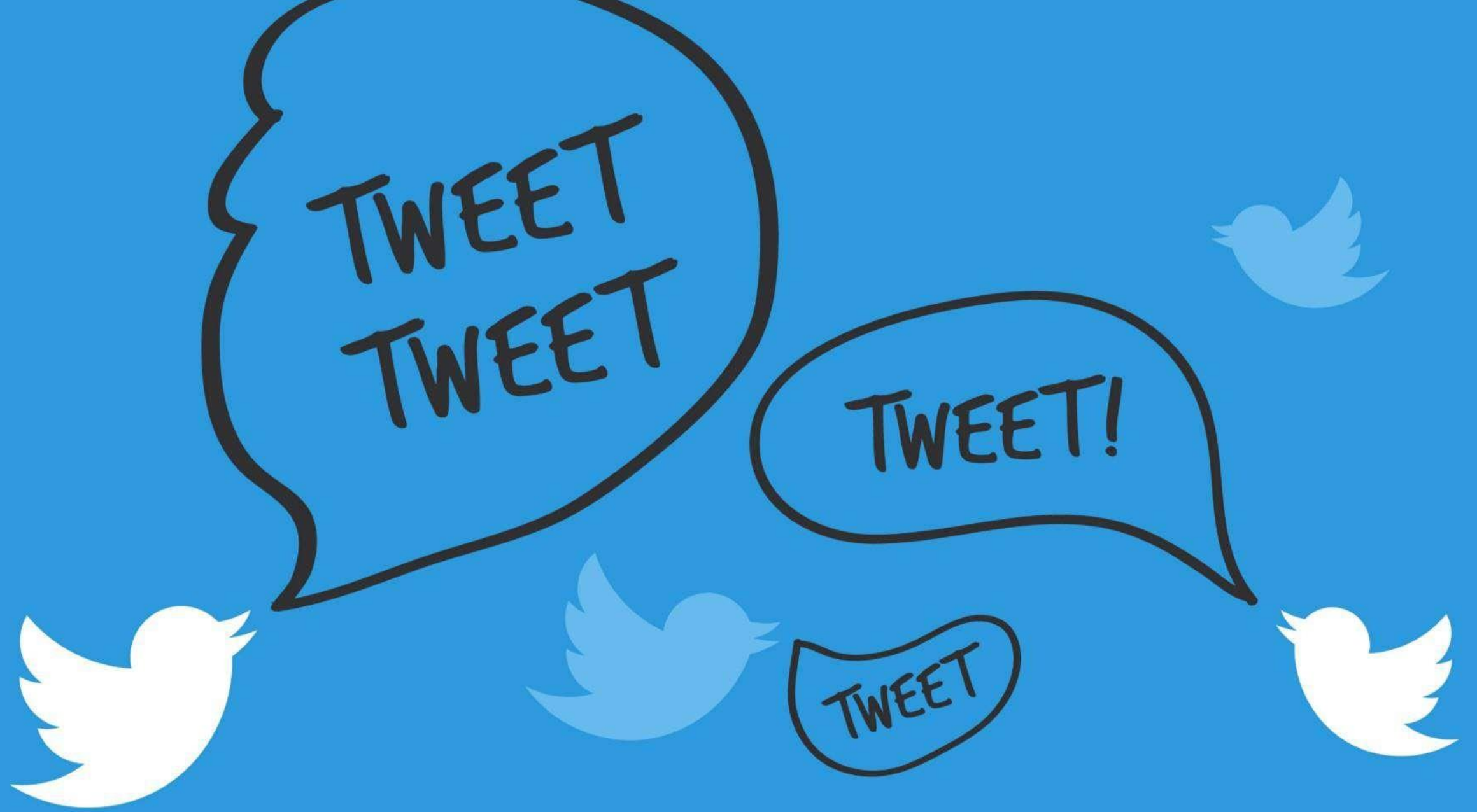
**How should
you spend
your resources?**





How?





TWEET
TWEET

TWEET!

TWEET



We have to be there, but Twitter is not prioritized, and that's why @adresseavisen is an auto feed



- Home @eirlar 1
- Mentions @adresseavisen 2
- adresseavisen OR... @eirlar 3
- Adressa-redaksjo... @adresseavisen 4
- #discovery @eirlar 5
- Notifications @eirlar 6
- Home @adresseavisen 7
- User @eirlar 8
- Messages @eirlar 9
- User @adresseavisen 10
- Adressa-journalis... @eirlar 11
- User @eirlar 12
- leksvik @eirlar 13
- kari kristensen @eirlar 14
- Øyvind Håbrekke @eirlar 15
- aftenbladet berg @eirlar 16
- Ian marie berg 17

Home @eirlar

Lars Martin Gimse @LMGimse 16s
Replying to @raeggi
Å fy faen. Jeg får angst langt inni sjela bare av bildene.

Ragnar Liaskar @raeggi 1m

Show this thread

Olav Rønneberg Retweeted

Stål Talsnes @Staalmannen 39m
@ReporterYama gjorde i kveld en reportasje for historien på #dagsrevyen. Det er her norsk utenriksjournalistikk kan gjøre en forskjell. Noe av det fineste, næreste og modigste jeg har sett.

BBC News (World) @BBCWorld 1m
Japanese sisters certified world's oldest twins by Guinness World Records bbc.in/3AmZhim

Google @Google 2m
writing and editing Tweets

Google Docs @googledocs
In 5 words or less, tell us how you're using #GoogleDocs in a unique way.
We'll start: Recipe book.

Ragnar Liaskar @raeggi 2m
Var holdig og traff Tom Erik Holmen på

@ Mentions @adresseavisen

Grete Johansen @Gr... now
Replying to @RebelBeCause @adresseavisen ...
Så bra! Da blir det nok litt fart på saken! 🙌🙌

Grete Johansen @Gr... 42s
Replying to @RebelBeCause @adresseavisen ...
Du har forandra deg mye på de siste dagene 🙌🙌

Cpt Sling @GrenneErik 1m
Replying to @RebelBeCause @adresseavisen ...
«Kjære vene»? Her aner jeg diplomatisk omskriving

Barbro Winther @IreneWinther 2m
Replying to @RebelBeCause @adresseavisen ...
Godt jobba 🙌.
Skulle gjerne lest artikkelen, men er sikker på at du fikk sagt meninga di 🙌🙌

Pedersen™ @RebelBeCause 4m
Replying to @emalmas @adresseavisen and 2...
Må si meg enig med deg der! 🙌🙌🙌

Emil Almås @emalmas 5m
Replying to @RebelBeCause @adresseavisen ...
Du var litt ulik deg selv på bildet da! (Med forbehold om at profilt bildet er deg)

Bente Hjelde Pedersen stakk innom på besøk hos sin far Harald (79) til middagstider i går. Hun fikk hakeslepp da hun så hva kommunens sentralkjøkken hadde levert på dora.

I en plastikkbeholder lå to skarve poteter sammen med sauekjøtt og noen kålblad.

Pedersen™ @RebelBeCause 9m

adresseavisen OR adressa

Filtering by 99

Grete Johansen @Gr... now
Replying to @RebelBeCause @adresseavisen ...
Så bra! Da blir det nok litt fart på saken! 🙌🙌

Grete Johansen @Gr... 42s
Replying to @RebelBeCause @emalmas and ...
Du har forandra deg mye på de siste dagene 🙌🙌

Cpt Sling @GrenneErik 1m
Replying to @RebelBeCause @adresseavisen ...
«Kjære vene»? Her aner jeg diplomatisk omskriving

Barbro Winther @IreneWinther 2m
Replying to @RebelBeCause @adresseavisen ...
Godt jobba 🙌.
Skulle gjerne lest artikkelen, men er sikker på at du fikk sagt meninga di 🙌🙌

Pedersen™ @RebelBeCause 4m
Replying to @emalmas @adresseavisen and 2...
Må si meg enig med deg der! 🙌🙌🙌

Emil Almås @emalmas 5m
Replying to @RebelBeCause @adresseavisen ...
Du var litt ulik deg selv på bildet da! (Med forbehold om at profilt bildet er deg)

Bente Hjelde Pedersen stakk innom på besøk hos sin far Harald (79) til middagstider i går. Hun fikk hakeslepp da hun så hva kommunens sentralkjøkken hadde levert på dora.

I en plastikkbeholder lå to skarve poteter sammen med sauekjøtt og noen kålblad.

User @adresseavisen

Adresseavisen @adresseavisen 35m
Derfor blir bilistene kontrollert på Byåsen(pluss) adessa.no/pluss/nyheter/...

Adresseavisen @adresseavisen 55m
Kristian (19) bråvåknet: - Det brant i senga(pluss) adessa.no/pluss/2022/04/...

Adresseavisen @adresseavisen 1h
Brems i hyttesalget: 50 prosent færre solgt mn24.no/nyheter/i/Kzm5...

Adresseavisen @adresseavisen 1h
Huseier fikk vite om brann via Snapchat: - Jeg ble helt sjokkert(pluss) adessa.no/pluss/nyheter/...

Adresseavisen @adresseavisen 2h
Vrakes fra landslaget(pluss) adessa.no/sport/langrenn...

Adresseavisen @adresseavisen 2h
Assistert befruktning på harde livet(pluss) adessa.no/pluss/kultur/2...

Adresseavisen @adresseavisen 2h
Her er koblingene mange(pluss) adessa.no/pluss/magasinet/...

Adresseavisen @adresseavisen 2h
Bolighus står i full fyr - evakuerer nabohus(pluss) adessa.no/pluss/nyheter/...

Adresseavisen @adresseavisen 3h
Dette hjelper mot ensomhet, ifølge ny studie trd.by/aktuelt/2022/0...



ANNA-KRISTIN

D va et uhell



Send en Chatmelding



Sist brukte





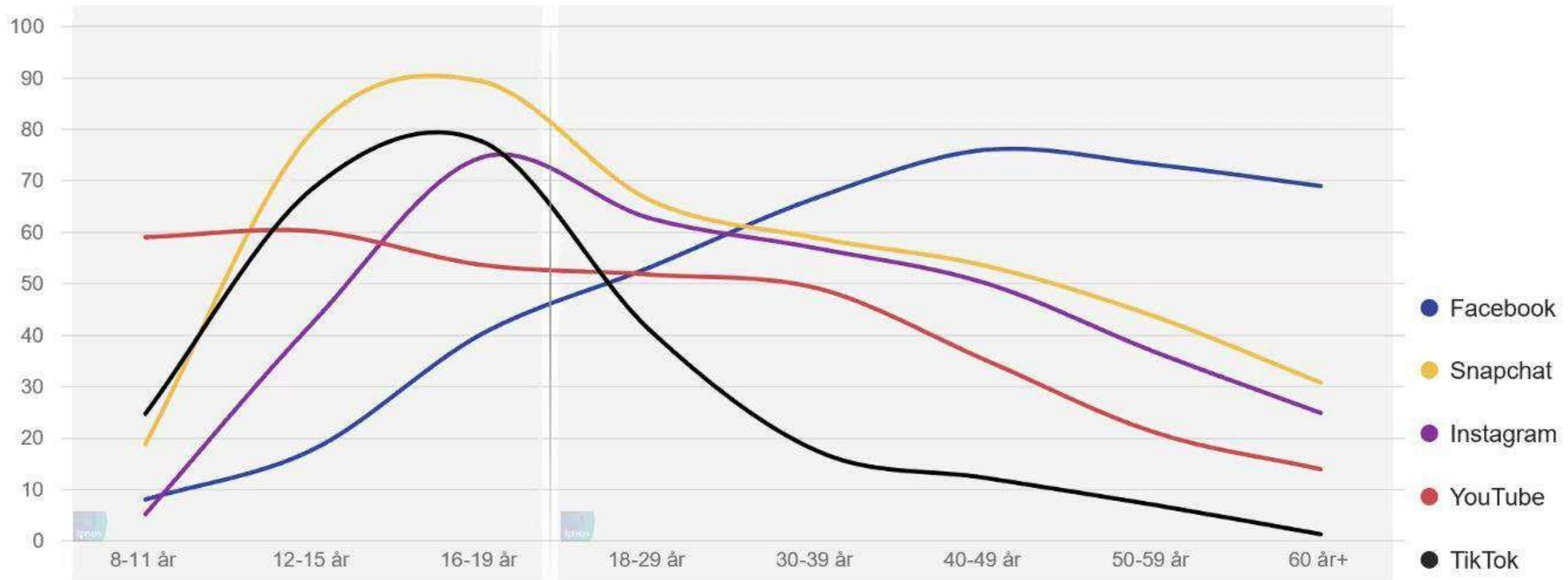
Making engaging content for Snap takes a lot of resources.

At the moment we are not able to prioritize it.

Instead we use instagram stories. There we already have followes, and publishing is easier.



Kids v. adults - daily use





We are sporadically present, sharing articles related to business or economy.

We also share our own **job postings.**



Adresseavisen

2,568 followers

1mo •

Husker du Finn (19) som slet med å få sommerjobb?
Hans far [Rikard Wærø](#) ba om hjelp og tips her på LinkedIn.
Nå er Finn blitt en viktig del av [VitalThings](#) i Trondheim.

[See translation](#)



(+)Husker du Finn (19) som slet med å få sommerjobb? Nå er han blitt en viktig del av bedrift i Trondheim

mn24.no • 1 min read

30



Adresseavisen

2,932 followers

3mo • 🌐

#ANNONSE

Skal du ansette? **Kenneth Aalbu** har 17 års erfaring med annonserte rekrutteringskampanjer på tvers av digitale nettverk og kanaler. Ta kontakt for en uforpliktende samtale om hvordan Adresseavisen kan hjelpe deg i å tiltrekke de riktige kandidatene. Vi jobber med annonsering på tvers av egne digitale flater, Schibsted, Facebook og LinkedIn.

#rekruttering #employerbranding #annonsering

[See translation](#)



 You and 34 others





Adresseavisen

2,932 followers

1w •

Frøya-konsernet **BEWI Group** har inngått avtale om å kjøpe emballasjeproduzenten **Trondhjems Eskefabrikk AS** på Østre Rosten. Bedriften eies av brødrene **Tore** og **Lars Brekke Olsen**.

[See translation](#)



(+) Tradisjonsrik trondheimsbedrift får nye eiere

mn24.no • 1 min read

25



Adresseavisen

2,932 followers

4mo • Edited •

Gigantselskapet **PwC** kjøper det trondheimsbaserte konsultentselskapet **Senter for Ledelse (SFL)**.

/Ingrid Wibe, Stian Gårdsvoll og Rune Kenneth S. Lædre.

[See translation](#)



(+) PwC kjøper konsultentselskap i Trondheim

mn24.no • 1 min read

13



Det var dagen vi alle visste måtte komme, men som vi hadde forsøkt å fortrenge i så lang tid. Onsdag ettermiddag, 2. mars 2022, sovnet journalist Mari K. By Rise inn med familien ved sin side, 51 år gammel. ❤️

[See translation](#)



Så mistet vi Mari

adressa.no • 4 min read

Line Pevik and 134 others

10 comments

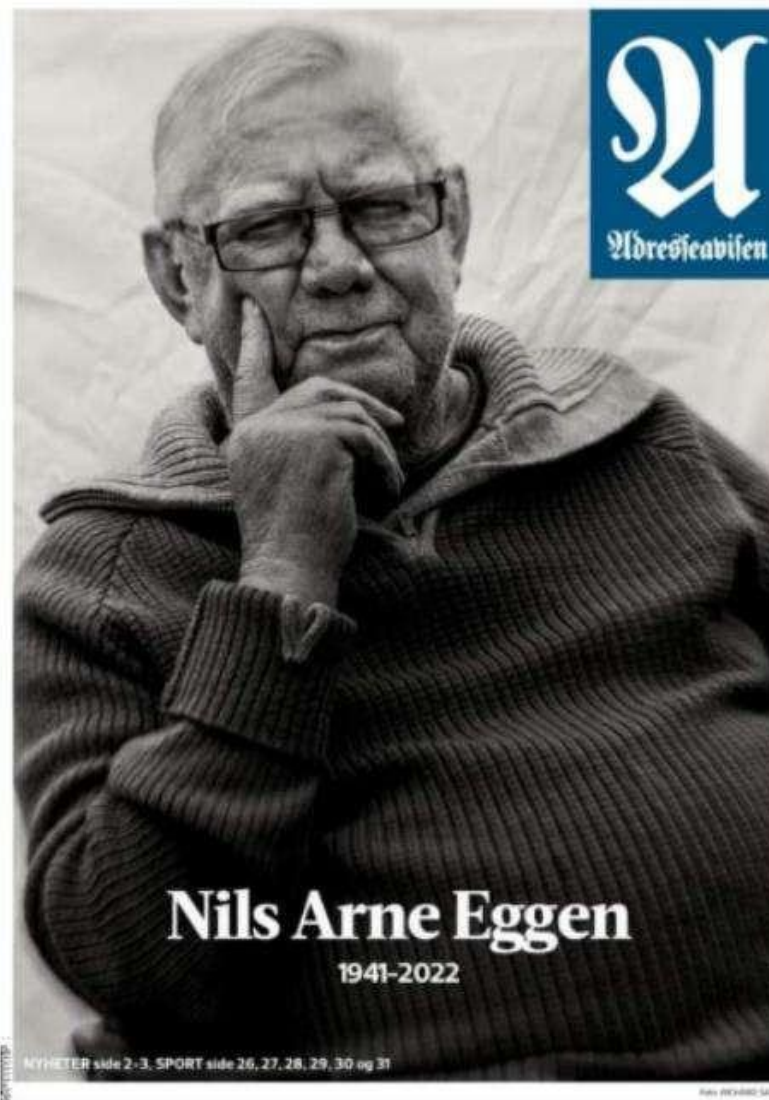


Dagens forsider. Til minne om kongen av Lerkendal, om ikke hele Trøndelag.

[See translation](#)

Torsdag 20. januar 2022

Uke 3 // Nr. 9, 256 årgang // Gulltryk 1167 // Lemnagler 40 // adressa.no



Andrea Hegdahl Tiltnes and 2,272 others

8 comments





Monitor the platforms development and be ready for possibilities that may arise. Assess ROI.



When **new social platforms** appear: test and explore
Remember the strategy, assess the platform's value
and consider digital security.



Clubhouse



lay #cosplay
ncosplay #kawaii

und - r



Featured

@tra.dang.904

#fingerdance#fingertempo cực chất cực
cực chất 🤩 cảm ứn 500k fl 🧡 yêu mn 🤩
❤️

SEE TRANSLATION

🎵 Original sound - bebellaiya

Say something



@daryltufekci

why? 😊💙 #goodgirls
#rock #teamatlantis #cl
#aquaman #featureme

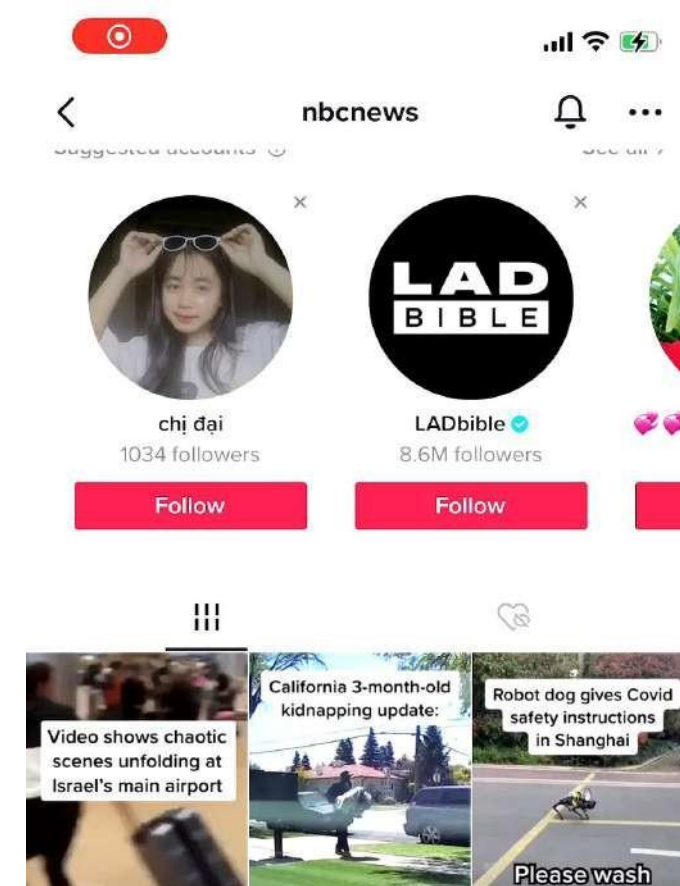
🎵 Good Girls Bad Guys

Say something



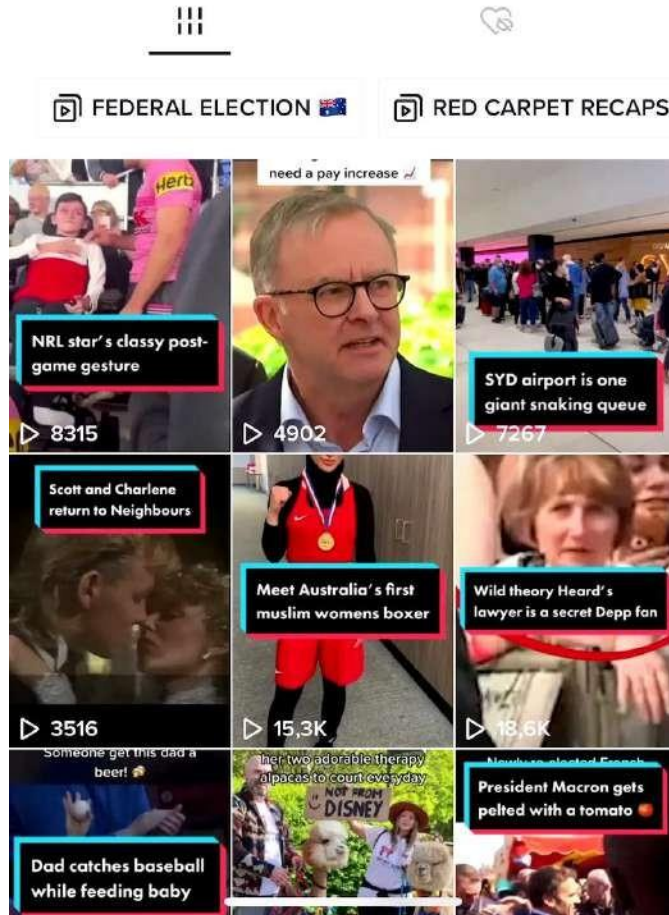
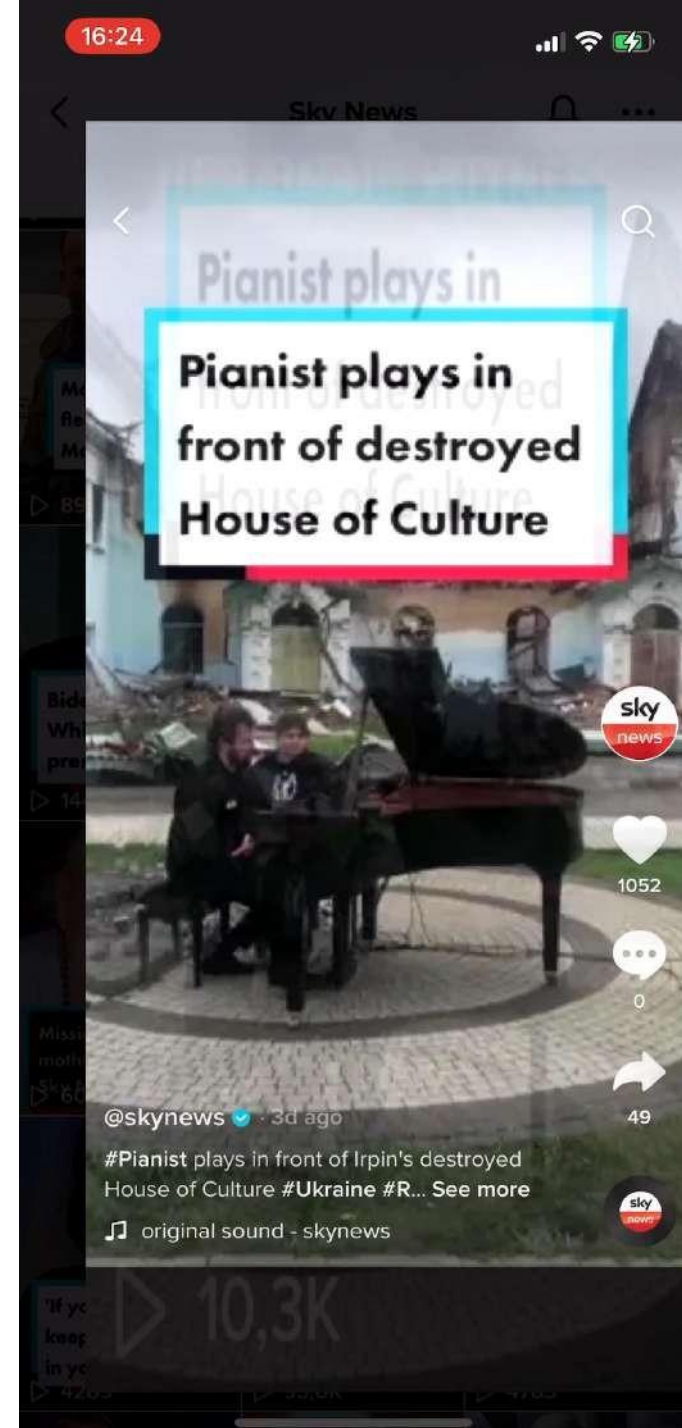
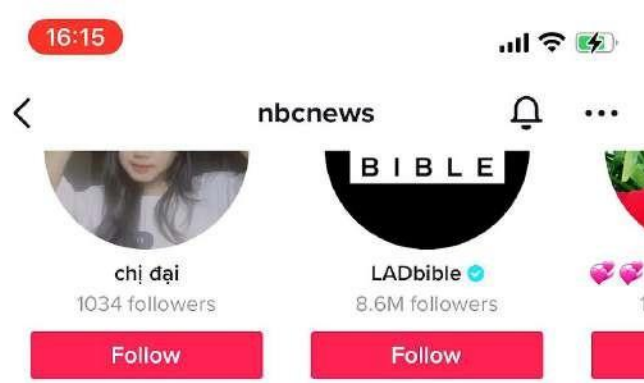


TV- vs Tiktok- format





Stories





Hard news

16:16 nbcnews

Scientist rescues eaglet accidentally kicked out of nest

Video captures shots ringing out during a South Carolina youth baseball game

Biden remembers Madeleine Albright and the 'Macarena'

Video shows speeding car hitting school bus

Bodycam video released in deadly 'Rust' movie set shooting

Video shows a man kidnapping a 3-month-old baby in California

First all-civilian crew returns from space

Elon Musk is buying Twitter

Florida police help save baby from burning building

Failed plane swap prompts FAA investigation

Violence at Jerusalem holy site

Texas junior college pitcher tackles opposing player

16:23 Sky News

For the latest news, download the Sky News app now

news.sky.com

Download app

Cost of living COVID-19 Ukraine War

Pinned

Last escape route out of Ukrainian city shelled

Sunak rejects claims wife has financial links to Putin's

'I'm hit': Extended video of harrowing ambush

914,1K 12,8M 141,7K

More civilians flee besieged Mariupol

'Hospitals shouldn't be shelled'

'The humanitarian corridor is working first time'

897 2694 14,8K

Biden roasted at White House press dinner

Russian statements 'really worrying'

Murdered aid worker was a 'true hero'

144,3K 4440

16:21

WARNING

Video shows moment Sky News team are caught up in shelling and a man with shrapnel wounds

84,0K

2487

2802

@skynews · 3-25

Special correspondent Alex Crawford reports from Chernihiv in Ukrai... See more

skynews original sound -

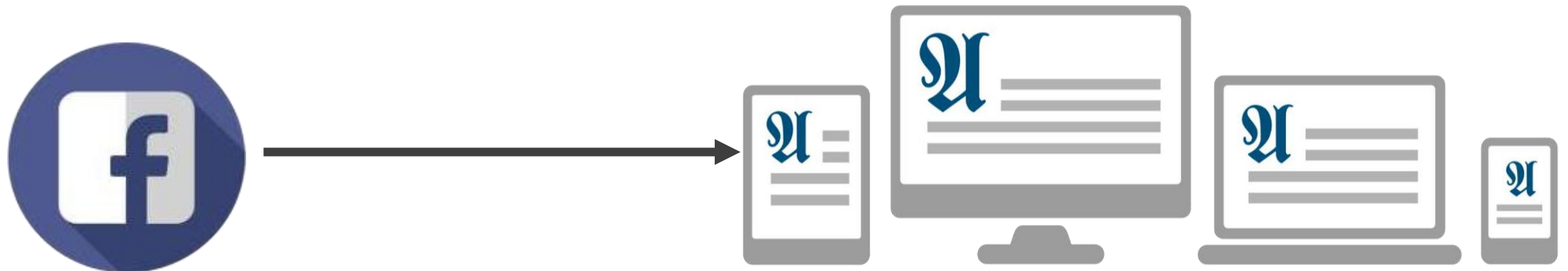
Playlist · Ukraine War

Add comment...





Facebook has the biggest potential when it comes to directing website traffic, and recruit new subscribers. This is therefore our main purpose on Facebook.



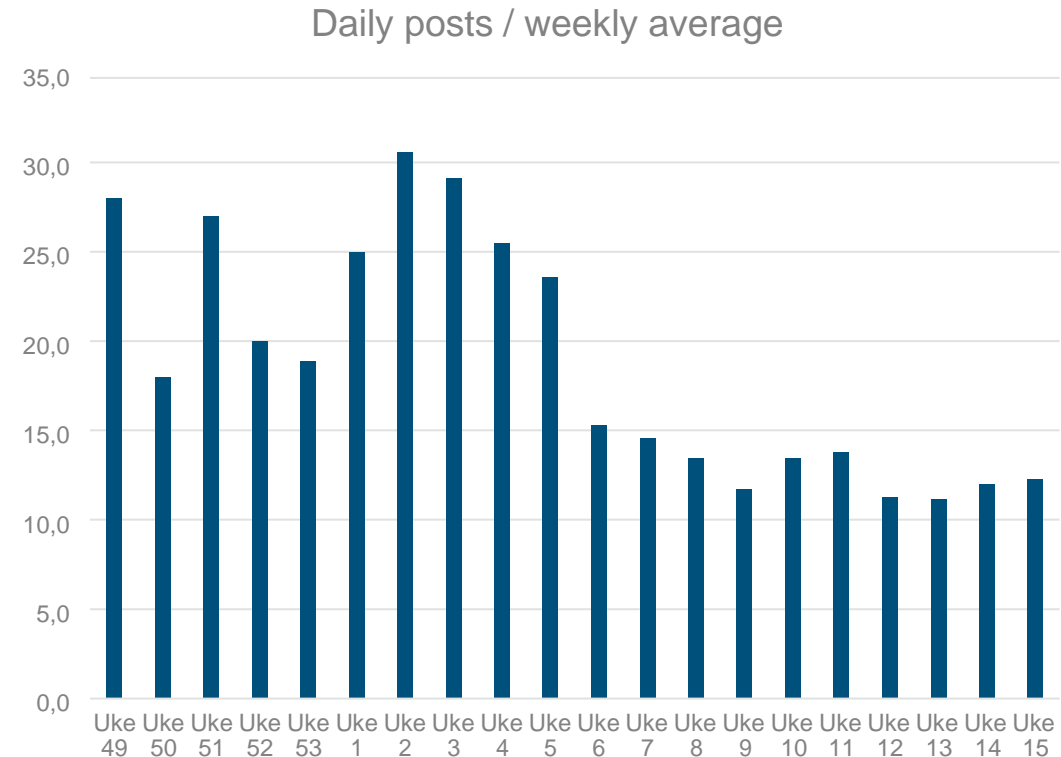
In february 21, we reduced our post amount by 50 %



We select the **best**
and most important
stories

Halv the amount of
posts = half the work

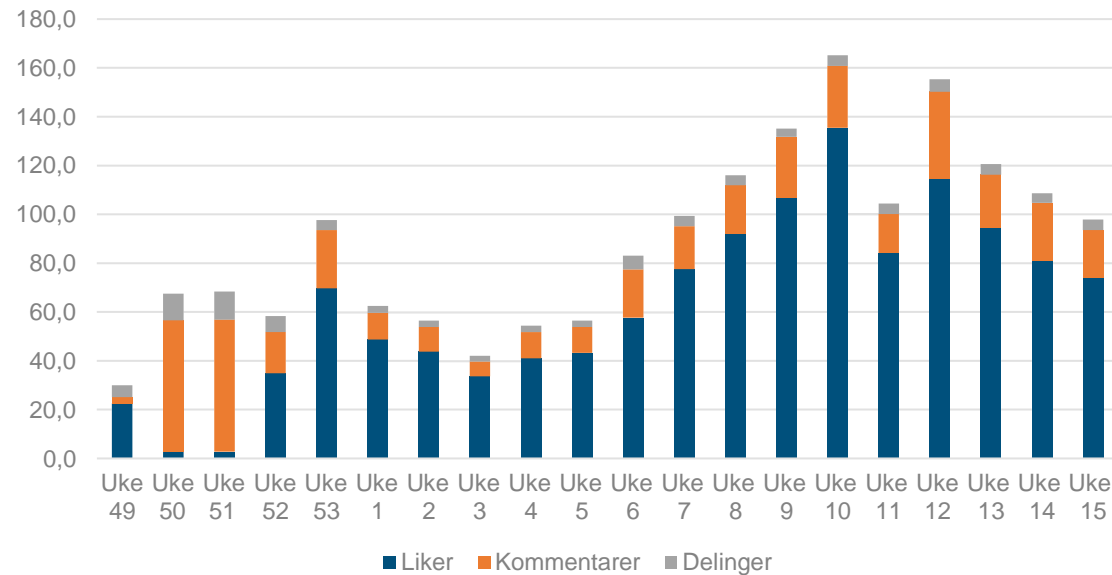
= Better ROI?



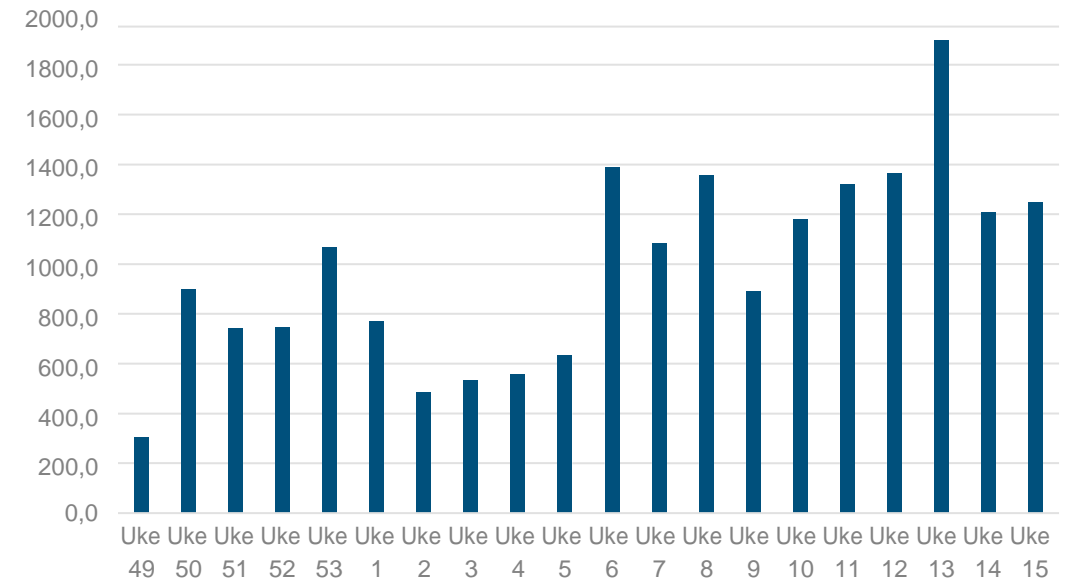


Each post is doing better

reactions per post



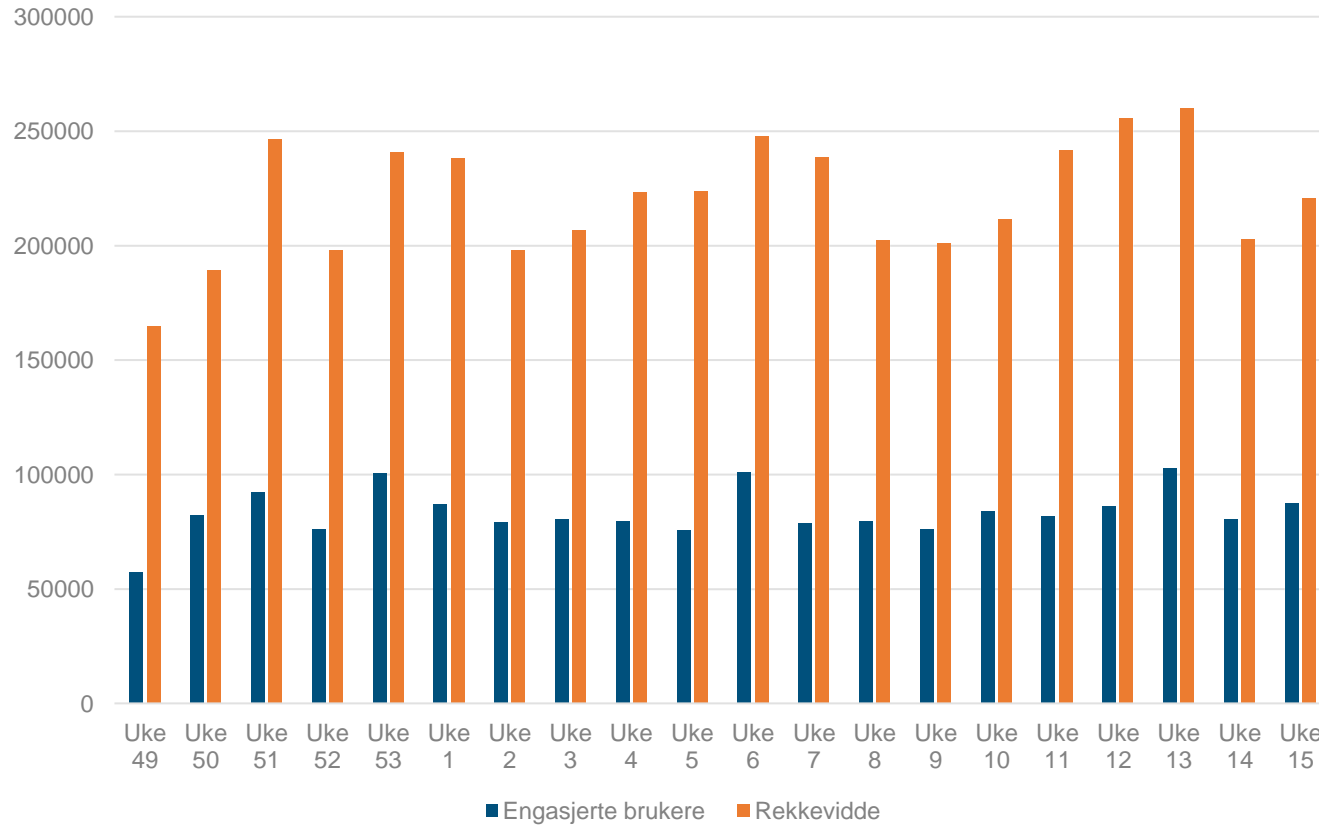
Link clicks per post



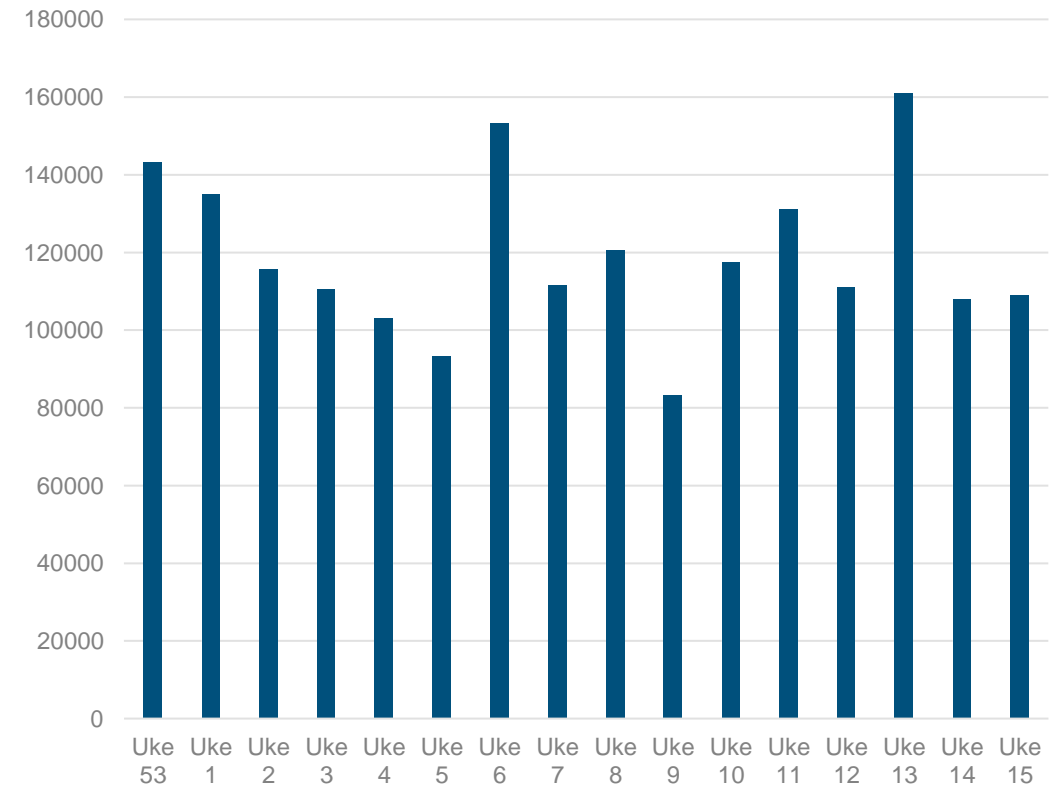
But also in total



Engagement and reach(per week)



Link clicks (total)

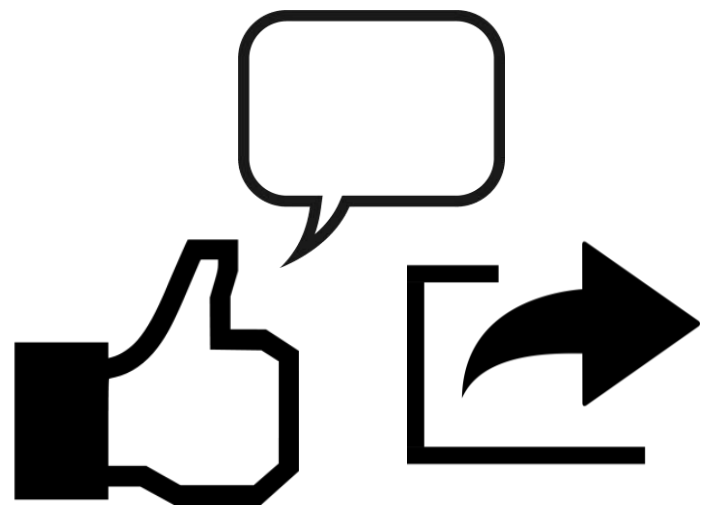
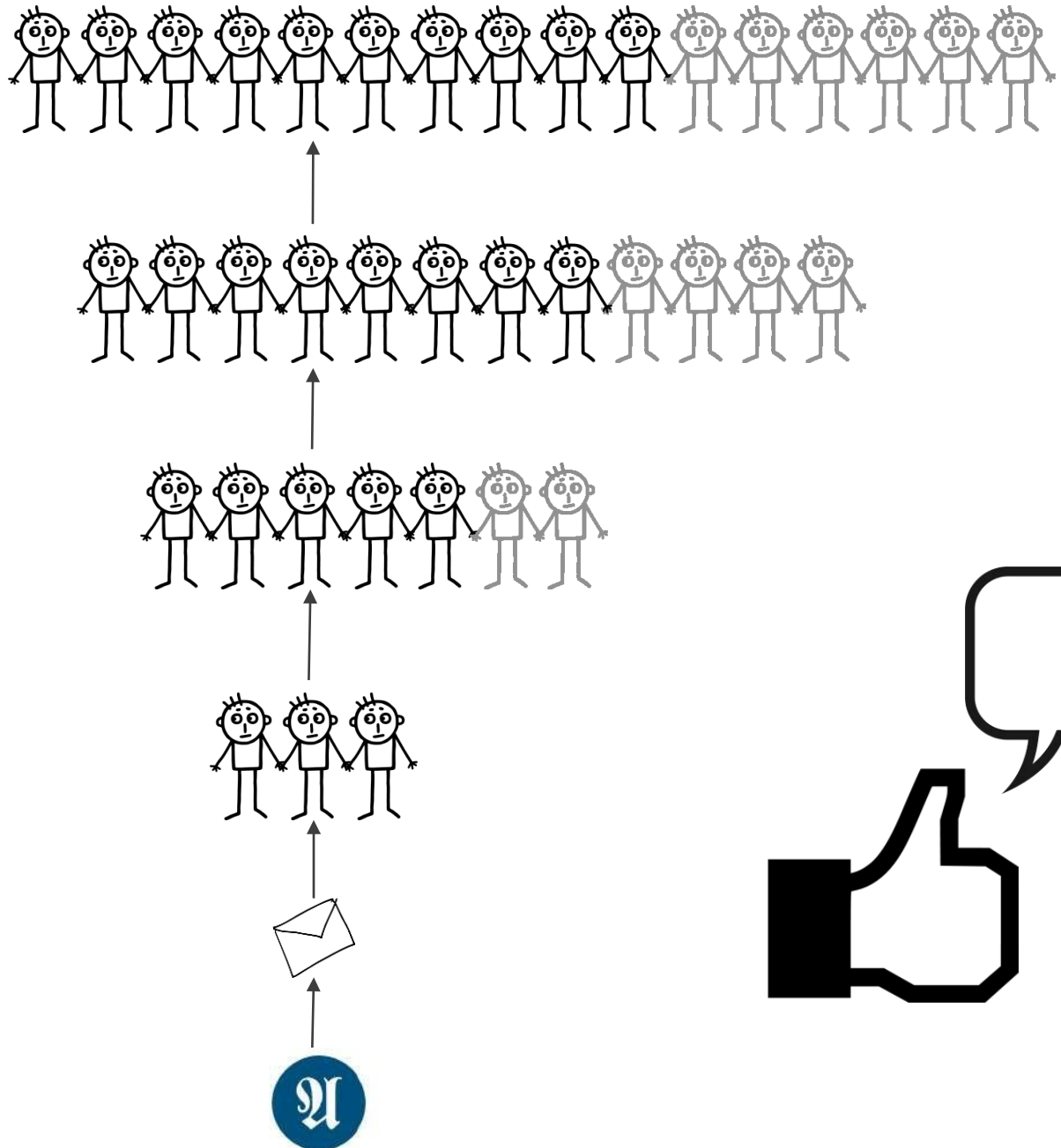


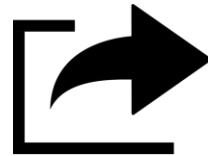
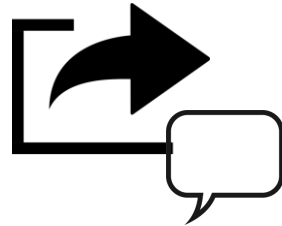
facebook

book



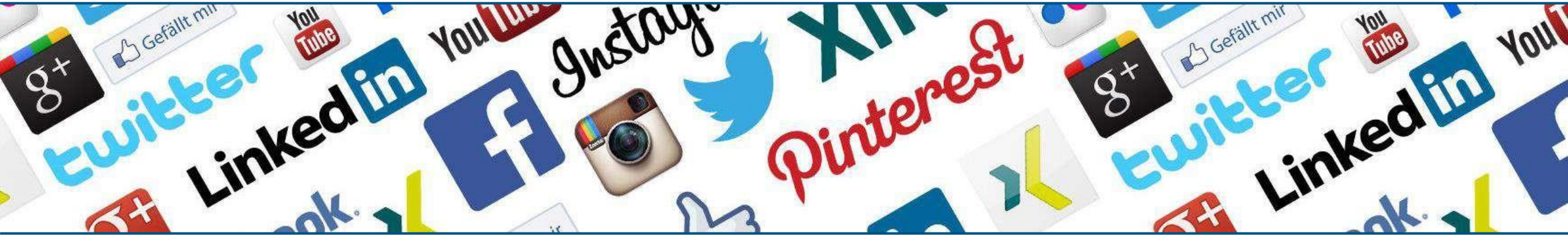
init







11 control questions



1 – Are people talking about this?



Adresseavisen Published by Echobox · February 25 at 3:29 PM ·

Det florerer av kjendiser som gjør ting de ikke kan på tv. Er det nok nå?



Have we had enough of celebrity reality TV shows?

78,543 People Reached 13,754 Engagements [Boost Post](#)

397 80 Comments · 13 Shares

Adresseavisen Published by Echobox · March 5 at 7:49 PM ·

Inge Johnsen selger eiendommen på Lian, og legger ned restauranten.



Old local restaurant being forced to close down

77,633 People Reached 18,973 Engagements [Boost Post](#)

653 83 Comments · 19 Shares

2 – Is it useful?



How to Tie a Tie (Mirrored / Slowly) - Full Windsor Knot

Sett 94 mill. ganger • for 11 år siden



tiehole

Pattern: Out, Behind, In, Across, Out. This is a mirrored version of the demonstration on how to tie a Full Windsor Knot using the ...

Teksting



How to Tie a Tie | Windsor (aka Full Windsor or Double Windsor) | For Beginners

Sett 38 mill. ganger • for 6 år siden



defragmenteur

How to tie a tie - easy and quick, step by step. The Windsor (aka Double Windsor, Full Windsor) is a popular way of tying a necktie...

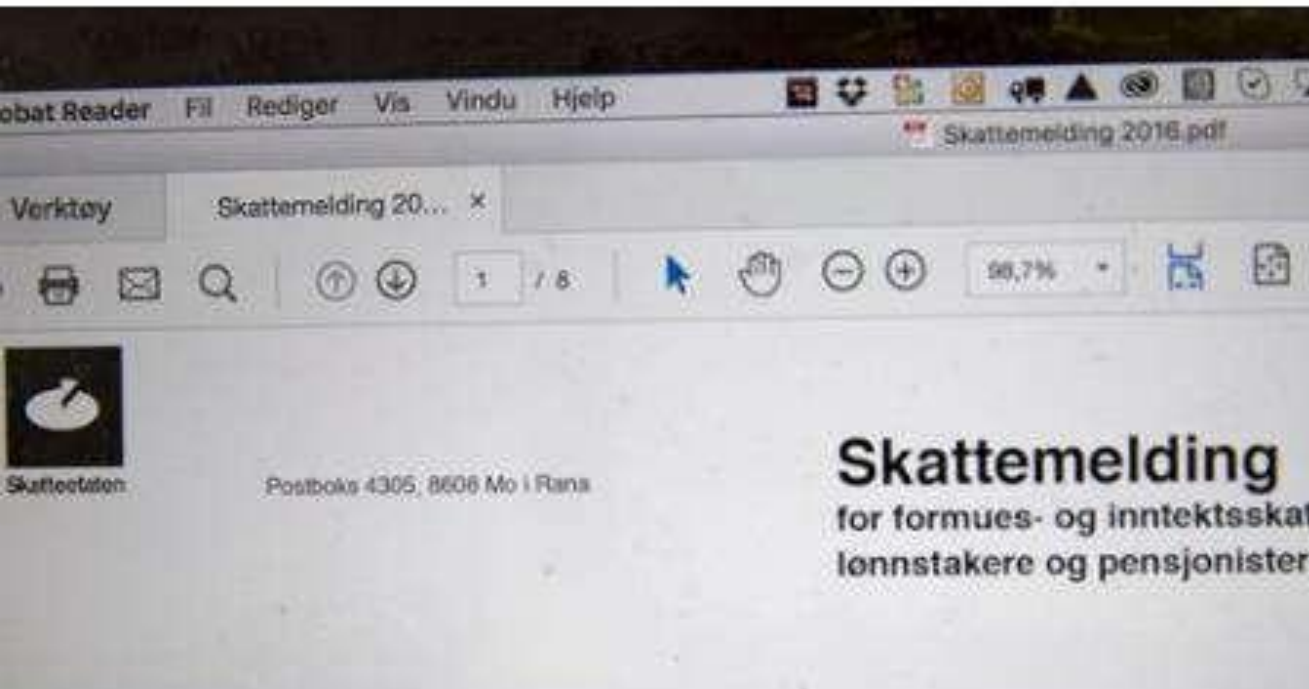
2 – Is it useful?



MN24

Published by Atle Bersvendsen · March 14 at 12:18 PM

Dette bør du få med deg:



This is what you should check to make sure you pay the right amount of taxes



Adresseavisen

Published by Echobox · 22h



The limit for using winter tires is extended

21,026
People Reached

2,041
Engagements

Boost Post

40

11 Comments 10 Shares

3 – Does it make you feel anything?



Adresseavisen Published by Echobox · March 11 at 10:59 AM ·

Speilsalen på Britannia jubler over prestisjepris.



Trondheim has Norway's best restaurant

36,977 People Reached 4,157 Engagements [Boost Post](#)

718 32 Comments 8 Shares

Adresseavisen Published by Echobox · March 10 at 7:19 PM ·

Ulike kombinasjoner av eksisterende medisiner kan gjøre folk friske av koronasykdommen.



Local scientists may have created a medicine for covid19

41,055 People Reached 5,781 Engagements [Boost Post](#)

402 38 Comments 25 Shares

Adresseavisen Published by Echobox · March 11 at 7:18 AM ·

Det er bevilget 16 millioner kroner totalt til det nye sykkeltilbudet i Fjordgata.



Removes 60 parking spots when building a new bike lane

50,534 People Reached 10,073 Engagements [Boost Post](#)

385 267 Comments 9 Shares

4 – Is it a good story?



Adresseavisen

Published by Echobox · March 11 at 10:05 PM

Rune Børresen fikk reddet hunden Marte, men måtte selv berges opp av den iskalde elva Nea av en nabo med traktor. Da var kroppstemperaturen på 32 grader.



When his dog fell into the river, Rune jumped in, riding his inflatable flamingo

27,711
People Reached

1,459
Engagements

Boost Post

140

2 Comments 1 Share



Adresseavisen

Published by Echobox · March 8 at 12:03 AM

Nå lever mannen som gikk gjennom isen i beste velgående, mye takket være gårdbrukeren Knut Gjertsen.



Knut saved a man who was about to drown

22,433
People Reached

1,695
Engagements

Boost Post

118

6 Comments 1 Share

5 – Who are you trying to reach?



Adresseavisen

Published by Echobox · March 17 at 10:27 PM

Tv-serien «Lives oppdragelsesreise» tar et oppgjør med foreldrejaget. Hvorfor kjenner noen presset, mens andre skryter av at de lar det skure og gå?



56,768
People Reached

12,762
Engagements

Boost Post

91

7 Comments 4 Shares



Adresseavisen

Published by Echobox · March 17 at 9:11 PM

Hvordan skal dere løse årets konfirmasjon?



This is the plan for this year's confirmation

24,347
People Reached

3,445
Engagements

Boost Post

9

11 Comments 1 Share

5 – Who are you trying to reach?



Helse- og omsorgsdepartementet (Norge)

35 mins · 🌐



What would you do if your wife collapsed on the kitchen floor?




6 – Do people look good when sharing?



Adresseavisen ✓
Published by Echobox · March 19 at 7:50 PM · 🌐

22-åringen er i ferd med å vinne verdens sterkeste skuterserie for tredje år på rad.



Elias (22) er skuter-proff i USA


Elias from Oppdal is the best in the world

16,251 People Reached 1,147 Engagements [Boost Post](#)

👍 86 5 Comments 28 Shares



Adresseavisen ✓
Published by Echobox · March 18 at 10:14 AM · 🌐



- The people of Trondheim are behaving fantastic

51,225 People Reached 12,089 Engagements

👍❤️👏 625 162 Cor

7 – Are you complicating things?



Adresseavisen

Published by Echobox [?] · 39 minutes ago ·  9

The Norwegian Directorate of Health writes about that how important it is to bring a partner or a close relative when preparing for giving birth, during birth and after birth, is well documented.

8 – Have you chosen the right photo?



The image displays three screenshots of Facebook posts from Norwegian organizations, illustrating the importance of selecting the right photo for social media content.

- Post 1 (Left):** From **Kystverket - Norwegian Coastal Administration**, dated 24. juni. The text discusses summer recreational boating and safety. The photo shows a speedboat on the water. The caption reads: "Sammen om en tryggere seilas for fritidsbåtene".
- Post 2 (Middle):** From **Luftfartstilsynet**, dated 21. april. The text is about a flight safety seminar. The photo shows a glider in flight. The caption reads: "Miniseminar flyoppvisning 11. mai".
- Post 3 (Right):** From **Samferdselsdepartementet (Norge)**, dated 29. august. The text announces that Kvinesdal is the "Årets trafikkikkerhetskommune 2017". The photo shows two men, one holding an award. The caption reads: "Kvinesdal er Årets trafikkikkerhetskommune 2017".

Each screenshot shows the standard Facebook interface, including the search bar, navigation tabs (STARTSIDE, OM, BILDER, ANMELDELSER, etc.), and engagement options (Liker, Kommentarer, Del).

8 – Have you chosen the right photo?



Adresseavisen

Published by Echobox · January 29

- Det verste kommer etterpå, sier Lisa. Det synes ikke, men konsekvensene av mobbing i ungdomsskolen styrer livet hennes.



Feature about Lisa who has been bullied

18,815
People Reached

1,668
Engagements

Boost Post

49

3 Comments 11 Shares



Adresseavisen

Published by Echobox · January 29

- Det verste kommer etterpå, sier Lisa. Det synes ikke, men konsekvensene av mobbing i ungdomsskolen styrer livet hennes.



18,815
People Reached

1,668
Engagements

Boost Post

49

3 Comments 11 Shares

9 – Does it make sense?



Adresseavisen

Published by Echobox · March 18 at 4:49 PM ·

Tror du det blir enklere nå?



Now it will be easier to see who you're paying for parking

8,558
People Reached

108
Engagements

Boost Post



4

2 Shares



Adresseavisen

Published by Echobox · April 7 at 7:24 AM ·



Those who used Vistamar are no longer getting an offer.

27,582
People Reached

3,046
Engagements

Boost Post



10 Comments 3 Shares

10 – Are you reaching those involved?



MN24

Jubel hos Jentene På Tunet i Selbu!



MN24.NO

Jentene på tunet vant Bedriftsutviklingspris
Den nasjonale Bedriftsutviklingsprisen i landbruket



Adresseavisen

Published by Echobox · 11h · 🌐

Både Kafé Larssen og Cafe3b i Trondheim rigget til konsert onsdag, før det er kroken på døra igjen.



ADRESSA.NO

(+) - Vi tar den siste dansen i kveld

Både Kafé Larssen og Cafe 3B rigger til konserter onsdag kveld, før ...

31,769

People Reached

6,412

Engagements

Boost Post

👍👎👏 243

40 Comments 15 Shares



Adresseavisen

Published by Echobox · March 19 at 7:06 PM · 🌐

Hva synes du om den nye drakta fra Rosenborg Ballklub?



ADRESSA.NO

(+) Dette har vært betent i mange år: Ser du hva som er nytt?

38,873

People Reached

5,452

Engagements

Boost Post

👍👎 82

25 Comments 3 Shares



Key take away nr. 2:
A crappy video is not only crappy.
It's also expensive.



Hi, my name is Emilie Lein,
and I am 18 years old.

Tampons should be free of
charge because needing
them is not a choice.

Tampons are necessary
goods, that should be
available to everyone,
regardless of their wallet.

I am sick of not being
prioritized, and of
politicians saying this is too
expensive.



Hei. Jeg heter Emilie Lein, er 18 år -



Valgdebatt på Byscenen



Emilie Lein: Tamponger bør være gratis



Adresseavisen

Krystallsyke-stol til en million

Ved å snu dem opp ned, og slenge på plass krystallene som har løsnet fra balansesenteret i øret, kurerer St. Olavs hospital pasienter for krystallsyke. Les mer om hvordan dette virker her: <https://www.adressa.no/article24781740.ece> (+)

See less

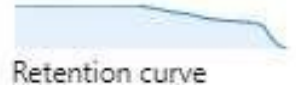
👍👀 3K

1.3K Comments 604K Views

1.1M
People reached

5.9K
Reactions, comments,
and shares

605K
3-Second Video Views



Du har vært i stolen tidligere, og nå må du ta ny runde.

“Benign paroxysmal positional vertigo”



Adresseavisen

Benjamin fikset et nytt rom på St.Olavs

Benjamin (6) drømte om et jungelrom med stjernehimmel da han gjennomgikk kreftbehandling ved St. Olavs hospital. Les om hvordan det ble til:

<https://adresa.no/article24999601.ece>

See less

13K

206 Comments 486K Views

872.8K
People reached

0
Reactions, comments,
and shares

486.4K
3-Second Video Views

Retention curve



Benjamin (6) har fikset
et nytt rom på St. Olav

Benjamin wanted a playroom in the hospital // Now it's ready
Look how nice! // What is the best thing about this room? // The silk monkey.
The children's clinic raised money to make the room a reality



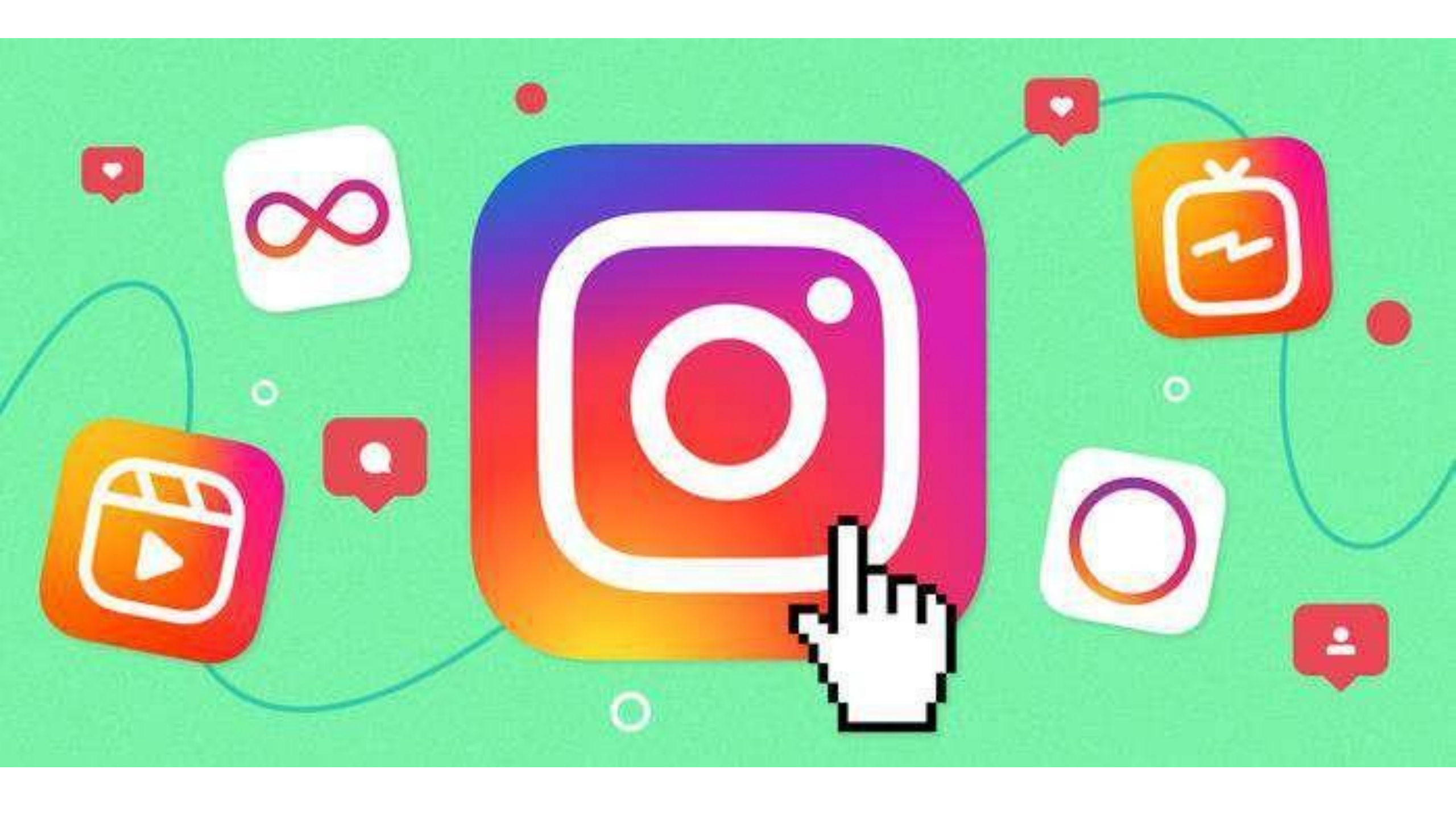
**Sistemmann i vennegjengen
hadde de kun møtt på nett**

They had only met their friend online



Aaaah!







With instagram we want to get to know new subscribers, especially younger ones.



We have non-subscribers as our main target group. We want to show them who we are, what we know and what we're doing.

The account must have intrinsic value, and the content must make sense if you don't have a subscription.



Best Practices

WHAT TO DO TO IMPROVE DISTRIBUTION



- At least 3-8 stories/day (backstage shots)
- Interactivity in Stories and Feed



- Reply and give “likes” to comments



- 1 post/day, 1IGTV/week, 2-3 Reels/week with 7-10 hashtags, location and people tags



adresseavisen

Rediger profil



2 36 4

3 793 innlegg

25,8t følgere

Følger 722

Adresseavisen

Norges eldste dagsavis. #adressa

☎ 464 07 200 ✉ tips@adresseavisen.no

Les artiklene delt på instagram via lenken under:

lnk.bio/adressa.no

Afterski



Richard



IngridEngen



Festivalso...



Leangen



Ary



Kalvskinnet

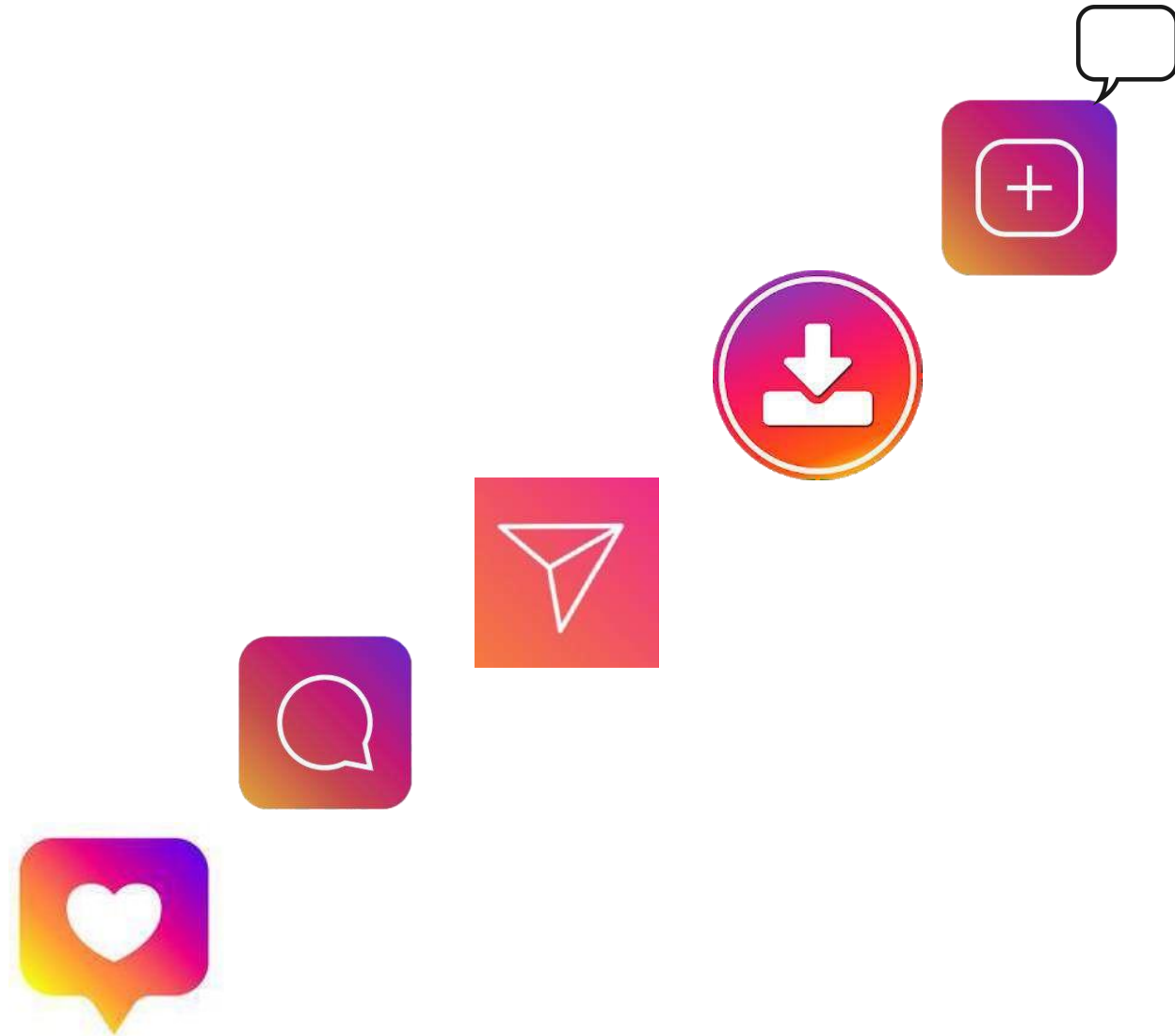
INNLEGG

VIDEOER

LAGRET

TAGGET







Post Performance

👍 583 💬 28 ➦ 2 📌 26

Interactions

188

Actions taken from this post

Profile Visits 182

Website Clicks 6

Discovery

48,503

Accounts reached

76% weren't following you



Post Performance

👍 669 💬 34 ➦ 2 📌 11

Interactions

118

Actions taken from this post

Profile Visits 105

Website Clicks 13

Discovery

33,728

Accounts reached

57% weren't following you



2

«Det er så sykt. Er det 1 965?»



2

Nå er 1 533 bake!



2

«Joralf har vært et medr 1 344 for veldig ...»



2

756



2

«Vil lage barnerom på St. 746»



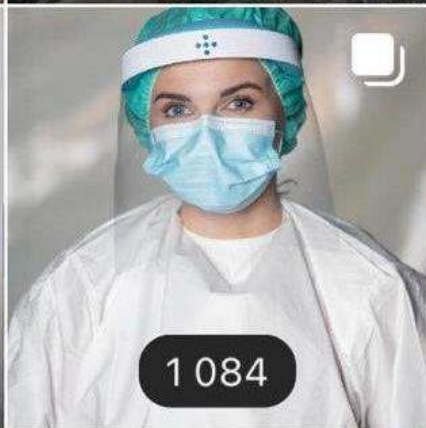
2

«Vil gjerne se de høye gråspre 727 ene med tettr 100 truser.»



2

«Vi valgte Ragnar 1 293 navnet ... riger.»



2

1 084



2

Hvil i 962 Joralf



2

«Vi er veldig mange som orker dette.» 715



2

Årets restaurant 2020 709



2

«Eksemplarisk oppf 688.»



2

941



2

Gratulerer med dagen, 935 Arne!



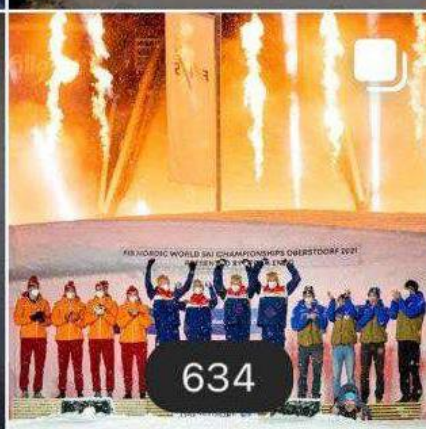
2

«Takk til den kjekke, unge m 852 som reddet ... min.»



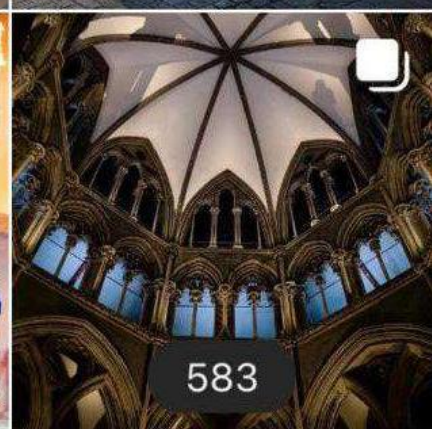
2

«Jeg vil lære å trives med b 640 irt og kom... ynker»



2

634



2

583

1471



adresseavisen



adresseavisen Etter fire års fravær er torgkona tilbake 🦉 Mens Torvet har vært en byggeplass, har torgkona hatt et midlertidig opphold på museet på Sverresborg. I dag monteres Torgkona i det sørøstlige hjørnet av Torvet, ved Presidentveita. 📷: @trondheimby
► Mer om «Go'dagen» via lenka i bio. [-]
#adessa #trondheim #godagen #torgkona

17 u



Now she's back!

Nå er hun tilbake!



Legg til en kommentar

Publiser



1275



«Joralf har vært et medmenneske for veldig mange.»



adresseavisen

Snåsa



adresseavisen «Snåsamannen»
Joralf Gjerstad (født 11. april 1926)
ble 95 år gammel.

- Joralf har vært en veldig stor person. Han er den som desidert har satt Snåsa mest på kartet. Han har vært et medmenneske for veldig mange, også for de mange titusener som har fått hjelp til et bedre liv fra ham, sier ordfører Arnt Einar Bardal (Sp) i Snåsa.

- Uansett hvor jeg ferdes hen, også i utlandet, har folk hørt om Snåsamannen. Det kan hende han har betvdd mer enn vi vet for Snåsa.

“Joralf has shown a lot of people compassion”



«Vi valgte
Ragnar fordi
navnet betyr kriger.»



adresseavisen



adresseavisen - Han er en helt, han lille Ragnar vår. Vi valgte navnet fordi det betyr kriger, sier mamma Anne Mari Gimse. Da Ragnar kom til verden fikk hun gratulasjoner, men også trøst.

► Les om familien via lenka i bio: [+]

📍: Espen Bakken, #adresse #ragnarocks #rockesokk #trondheim #likeunike

26 u



ronnindensalmon 🧑🏻 🧑🏻

m

“We chose Ragnar because the name means warrior.”





When Ragnar was born the parents were both congratulated and consoled

Livet med Ragnar

I 2016 ble Anne Mari og Harald Gimse gravide for andre gang. Da Ragnar kom til verden fikk de gratulasjoner, men de fikk også trøst.

3017



Nekter å reise til Russland



adresseavisen



adresseavisen – Situasjonen som nå er oppstått er svært farlig, og jeg må bare fordømme det som nå skjer. Det gjør vår verden langt mindre trygg. Trist, sier Johannes Høsflot Klæbo @johanneshk.

Det er noen uker til verdenscupen avsluttes, og sesongavslutningen i langrenn er planlagt gjennomført i Russland.

– Jeg forventer at FIS står frem og flytter verdenscupavslutningen fra Russland. Jeg har i hvert fall ingen planer om å reise til et land som har invadert et annet land - for å konkurrere om verdenscup poeng på ski, sier han.

– I dag reiser jeg fra Værnes til Finland for å konkurrere først i Helsinki og deretter i Lahti. Her skal også utøvere fra Ukraina og Russland konkurrere side om side. Det kjennes ganske uvirkelig ut, men kanskje har det aldri vært viktigere å konkurrere på en upolitisk og ufarlig arena, sier Klæbo.

► Les saken via lenka i bio. [+]

► Yngve Bergli 📷 Rune Petter Ness, #adressa



Legg til en kommentar ...

Publiser

1119



adresseavisen Britannia Hotel



adresseavisen 🤖 – Plutselig er jeg sju år i hodet igjen, sier Heidi Sagli Lie. Hun har brukt all fritid de siste fem ukene for å få ferdig pepperkakehuset.

🤖 @britanniahoteltrondheim i pepperkake er 80 cm bredt og over tre etasjer høyt. Det er gått med hele 17 kilo pepperkakedeig.

🤖 – Det som tok mest tid var å skjære ut alle vinduene. Ett vindu tok over en time å lage. Noen ganger knakk delene. Da var det bare å ta fram kjevla og deig, og starte på nytt. Jeg synes det er viktig at folk skal kunne se inn i kakehuset.

▶ Mer om 150 timers baking via lenka i bio. [+]
📷 Rune Petter Ness, Adresseavisen.
🎵 Holiday Eggnog / Global Genius / Facebook Sound Collective
#adressa #pepperkakehus #trondheim #britanniahotel

22 u



juleglede Herlig



21 u Svar



Ingerina Eå

Se innsikt



Likte av eirilar og 1 119 andre

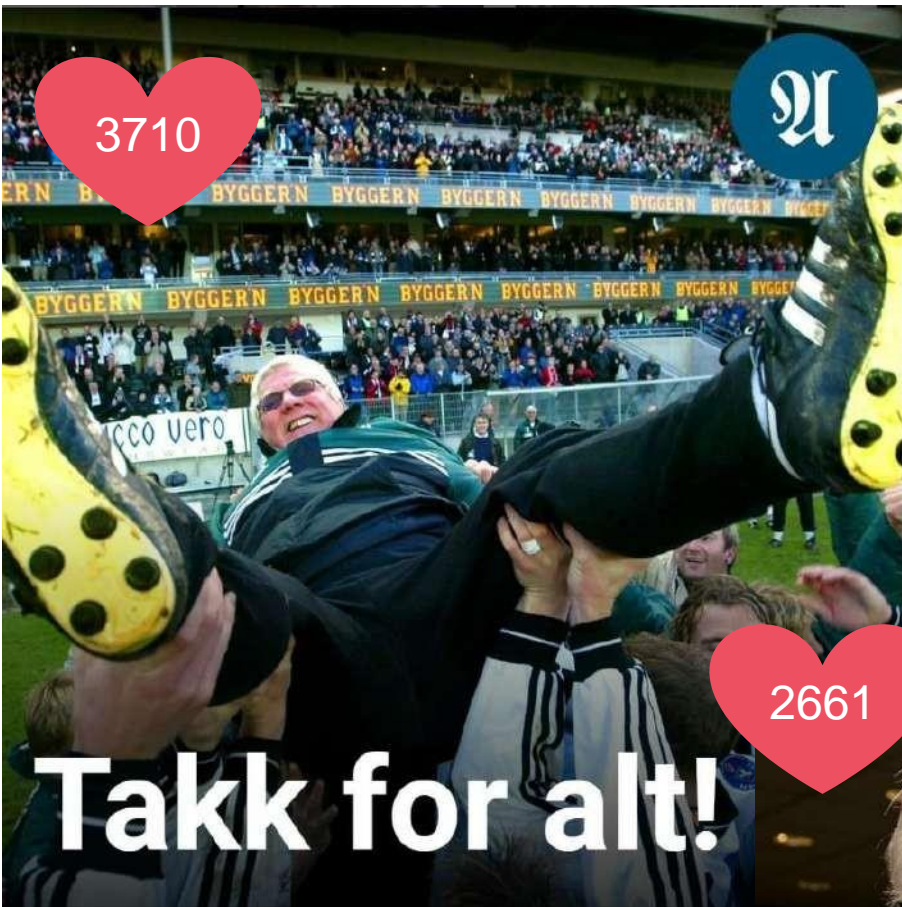
20. NOVEMBER 2021



Legg til en kommentar ...

Publiser





3710

A

Takk for alt!

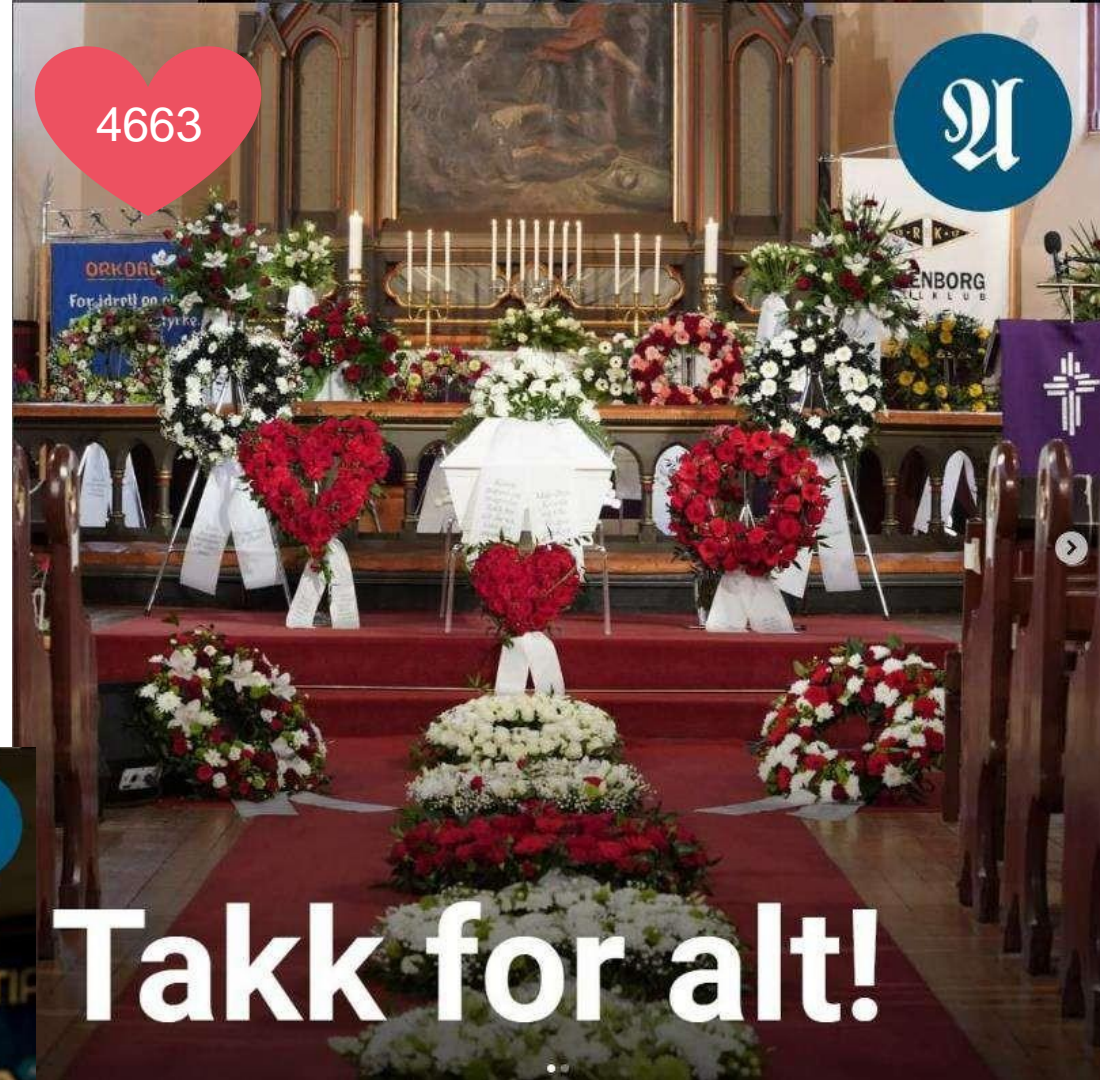
Thank you for everything!

2661



A

«Ingen er uerstattelige
- Eggen var unntaket.»



4663

A

Takk for alt!

“No one is irreplaceable.
Eggen was the exception.”

583



«Jeg vil lære å trives med både gråhåret og kommende rynker»



adresseavisen



adresseavisen «I fjor sommer bestemte jeg meg for å la gråhåret gro. Etter å ha spart etterveksten i noen måneder, klippet jeg bort det lange brune håret og satt igjen med en kort sølvveis. Jeg elsker sølvfargen, men overgangen ble litt for brå. Flere har sagt at jeg så plutselig eldre ut. Jeg merket det selv og begynte å tvile: Var det galt gjort av meg å ikke etterstrebe et ungdommelig utseende?»

Det skriver oversetter og skribent Tatiana Elsoukova (43) i en kronikk hos oss.

Men så kom Pørni. I mai var Facebook-feeden min full av begeistring for serien «Pørni» med Henriette Steenstrup i hovedrollen. Det deiligste med Pørni er at hun er normal. Hun er midt i 40-årene og hun eier sin alder. Hun har både rynker og former og - lange pupper, som hun sjøl liker å påpeke. Det vises at hun har levd. Jeg synes Pørni er vakker, hennes stødighet i sin egen alder og sin egen kropp er sexy.

► Les hele innlegget via lenka i bio. (åpen)

#adressa @tatianistan @tatiana.elsoukova

Redigert · 40 u



vigdis.hansen.7



“I want to learn to love my grey hair and wrinkles.”



Legg til en kommentar ...

Publiser



1933



«Det er så sykt.
Er det mulig?..»



adresseavisen



adresseavisen Karsten Warholm (25) både gråt og jublet vilt etter sitt første OL-gull på 400 meter hekk.

– Jeg måtte springe ut av sjelen min for å klare det. Heldigvis gjorde jeg det, sier Warholm.

Han senket sin egen verdensrekord med 76 hundredeler – ned til 45,94 fra 46,70 på Bislett tidligere i sommer.

– Det er en ufattelig tid, sier Vebjørn Rodal om Warholms 45,94.

► Mer om den ubegripelige prestasjonen i Tokyo via lenka i bio. [+]

📷: Scanpix

#adresa #tokyo2020 #tokyoolympics #Ulsteinvik @kwarholm

Redigert · 37 u



asbjorgmargrethe 🇳🇴



37 u · Svar



bjorgmyran Gratulerer.. 🍌❤️



“It’s insane. Is it possible?”



Legg til en kommentar ...


Publiser



874



Benjamin (6) har fikset et nytt rom på St. Olav

 adresseavisen 
St. Olavs hospital

...

 adresseavisen  For to år siden ble Benjamin Meck-Hyllmark rammet av leukemi. Det ble starten på en tøff kreftbehandling ved St. Olavs hospital, og et sykehusrom det ikke finnes maken til.

Før var de egentlig et lager, men fordi det ofte var fullt kjørt på operasjonsstuene, måtte de også bruke det ekstra rommet når små barn skulle gjennomgå enkle behandlinger i narkose.

Første gang Benjamin var inne på rommet, hadde de slått av alt lyset, forteller Marit, og bare operasjonslampe lyste. Den så ut som en måne, sa Benjamin, og Marit som er en sykepleier, hun var med på leken.

Benjamin inspirerte de ansatte på sykehuset til å innrede rommet slik Benjamin så for seg da han lukket øynene. Nå er det et julgerom med stjernehimmel.

- Jeg tror barna liker seg her. Fordi det er så fint. Her kan en glemme det som er vondt. Og at en er syk, sier Benjamin.

► Hele historien kan leses via lenka i bio. [+]
— Hilde Skjesol  @haavardhj
#adresse #stolavshospital @stolavshospital

Benjamin (6) has fixed a new room at St. Olavs hospital



912




«Jeg er så inderlig glad for at jeg har en besøksvenn i Marte.»



adresseavisen 
Steinkjer



adresseavisen 
Arne Grønning fyller nå 102 år, og er blant de eldste i Trøndelag. Begge foreldre døde etter spanskesyken, og han rakk så vidt å bikke hundre før koronaen banket på døra.

– Det har vært både oppturer og nedturer. Det er spesielt at jeg skulle få oppleve to av historiens verste pandemier, sier Arne Grønning.

Han er veldig glad for at han har en besøksvenn i Marte fra @rodekorsnorge.

– Da Hjørdis døde ble jeg helt alene, og da fikk jeg beskjed om at jeg kunne få en besøksvenn.

Marte kom inn i Arnes liv da hun var 23 år.

– Hvordan er det å være besøksvenn til en som er 75 år eldre enn deg selv?

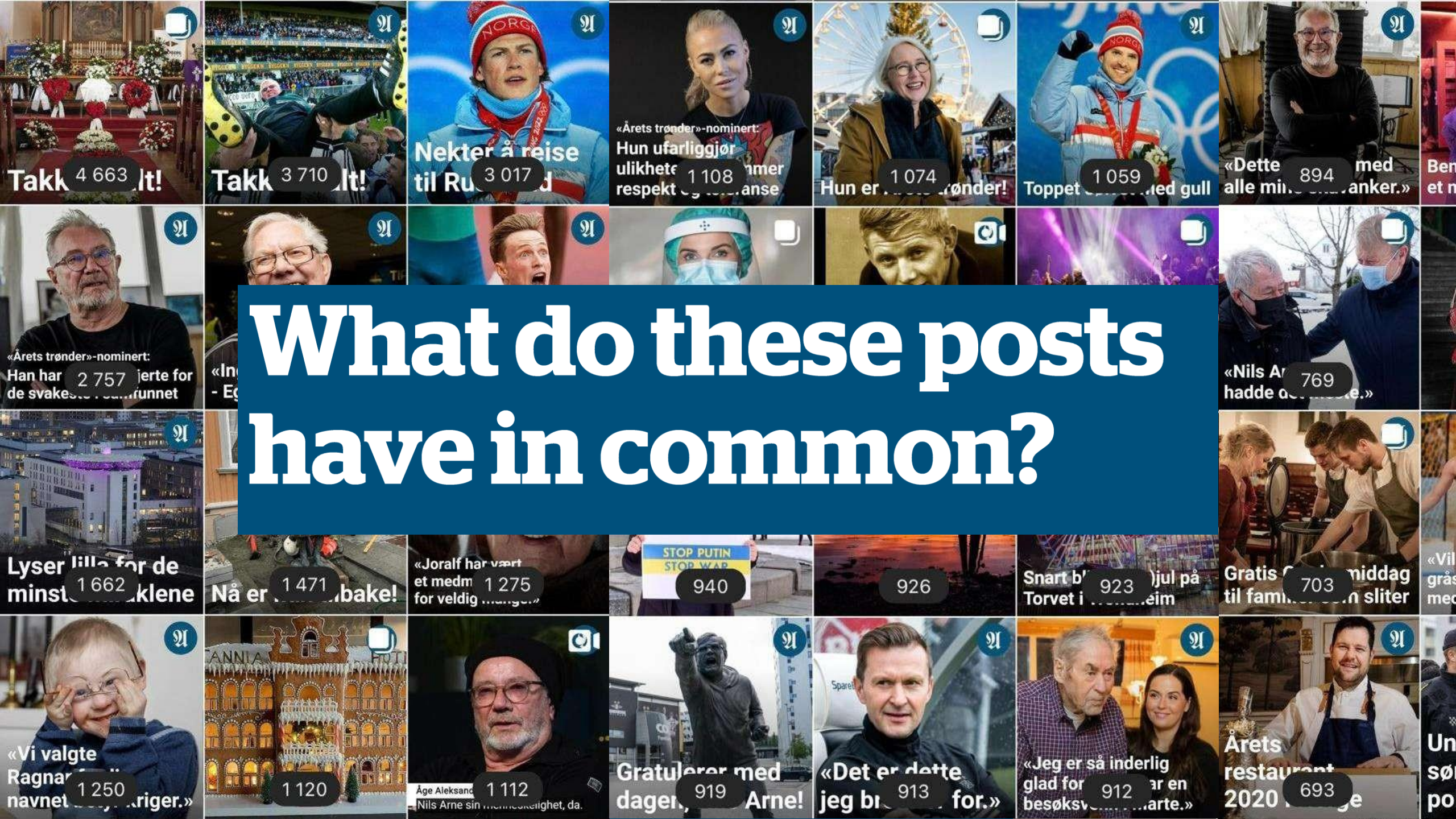
– Det er veldig koselig, vi har gjort mye forskjellig rart, han har til og med invitert meg på fest. Og så mosjonerer han!

Arne forklarer:

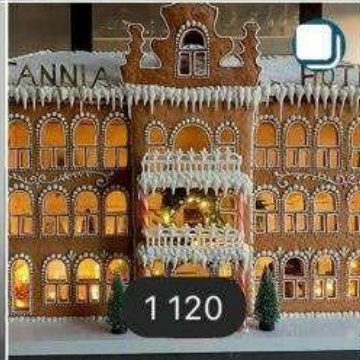
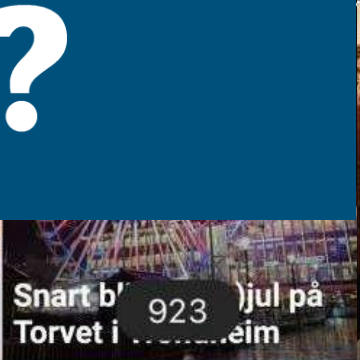
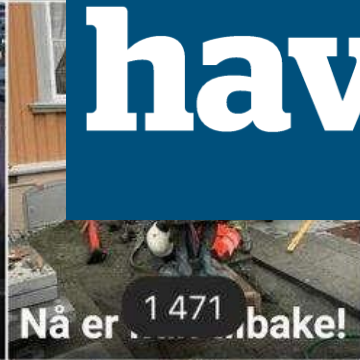
– Når det er bart ute så går jeg langs hele huset frem og tilbake 25 ganger. Det praktiserer jeg hver...



“I am so happy that Marte always comes to visit.”



What do these posts have in common?





Success criteria:

- 1. Visuals and closeups**
- 2. Close to heart and home**
- 3. Triggers support**

Strategic criteria:

- 4. Young people and topics prioritized**



«Vil lage
barnerom
på St.Olavs.»

“Wants to make a kids room
at St.Olavs hospital.”



Har ikke råd til
stjernehimme

Cannot afford a sky full of stars



«Jeg vil være der,
og støtte henne.»

“I want to be there and support her.”



Får ikke bli med
inn på føden

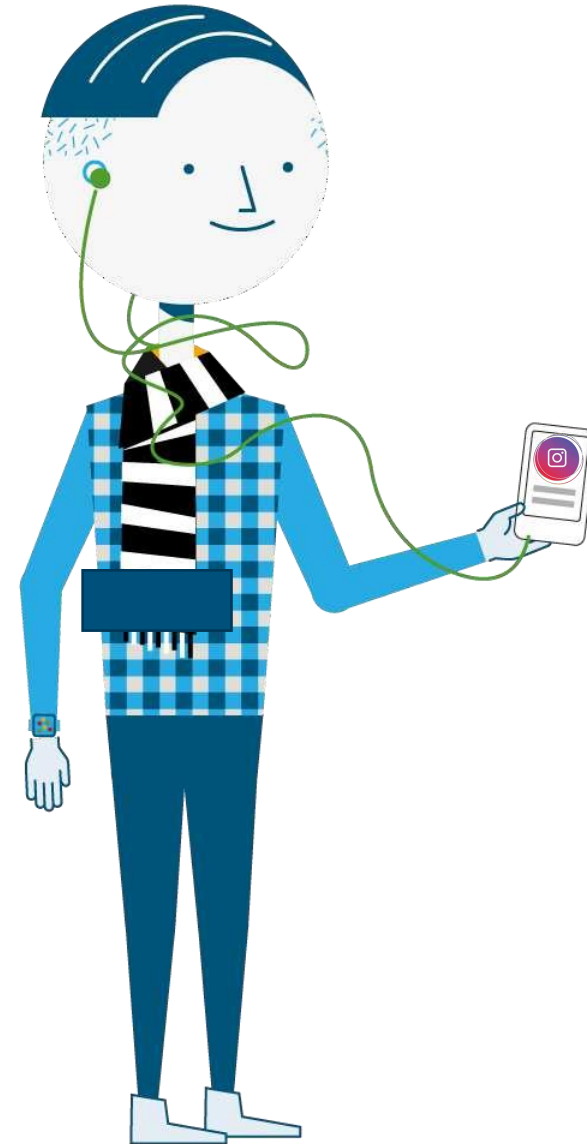
He is not allowed to enter the
maternity ward



**With this in mind:
Fine one good example, and
one that could have been better.**



**But is it possible to
get website traffic
from instagram?**



Ink.bio/adressa.no



adresseavisen

Rediger profil



3 480 innlegg 24,7t følgere Følger 671

Adresseavisen

Norges eldste dagsavis. #adressa

☎ 464 07 200 ✉ tips@adresseavisen.no

Les artiklene delt på Instagram via lenken under:
[Ink.bio/adressa.no](https://ink.bio/adressa.no)



Svømming



Anne Elvedal



Eggen 80 år



Høstvin



Koronā Q&A



Hageidyll



Alpukka

INNLEGG

IGTV

LAGRET

TAGGET



«Vil jobbe med både psykisk og fysisk helse.»



Nå kan de minste bli trygge i vannet



Nå bøtelegges elsparkesyklene



Vil ha søndagsåpent i Midtbyen i oktober



«Kulturen må gjenåpnes nå.»



Gratulerer med dagen, Nils Arne!



@adresseavisen



LES SAKEN PÅ ADRESSA.NO



«Vil jobbe med både psykisk og fysisk helse.»

(+)



Nå kan de minste bli trygge i vannet

(+)



Nå bøtelegges elsparkesyklene

(+)



Vil ha søndagsåpent i Midtbyen i oktober

(+)



«Kulturen må gjenåpnes nå.»



Gratulerer med dagen, Nils Arne!



«Gubalari» – en hyllest til Ingrid Espelid Hovig



«Når folk snakker fint om Trondheim, begynner jeg nesten å gråte.»



@adresseavisen

LES SAKEN PÅ ADRESSA.NO

- 432 Grandma (97): - You saved my day (free)
- 189 Life with Ragnar (free)
- 138 - My dream is to play for Arsenal (+)
- 123 These are the plans for Vassfjellet skiing (+)
- 119 The last ski jumper in Granåsen (free)



«Takk til den kjekke,

un... Thanks to the nice n...
rec... young man who saved my day...»

**Nye tall:
Kraftig økning i
psykiatriopdrag**

[ADRESSA.NO](#) (+)

Reach 3143
Link Clicks 22

Increase in psychiatric missions

**Forollhogna
nasjonalpark**

**Bli med Johannes
og morfar på jakt (+)**

[ADRESSA.NO](#)

Reach 4326
Link Clicks 119

Join Johannes and his grandpa for a hunt

**Bli med inn på
Marienberg lystgård**

[ADRESSA.NO](#) +

Reach 2630
Link Clicks 40

Enter Marienborg farm





nytimes 17t

Does It Matter if I Eat the Stickers on Fruits and Vegetables?

They won't cause you any harm, but there are reasons to remove them before taking a bite.

[NYTIMES.COM](https://www.nytimes.com)



Send melding



nytimes 17t

The Former Chancellor Who Became Putin's Man In Germany

Gerhard Schröder, who is paid almost \$1 million a year by Russian-controlled energy companies, has become a pariah. But he is also a symbol of Germany's Russia policy.

[NYTIMES.COM](https://www.nytimes.com)



Send melding



nytimes 11t

Macron Wins Re-Election, Defeating Le Pen

Emmanuel Macron won a second term as president of France, triumphing on Sunday over Marine Le Pen, his far-right challenger, after a campaign where his promise of stability prevailed over the strong temptation of an extremist lurch.

[NYTIMES.COM](https://www.nytimes.com)



Send melding



nytimes 17t

'It's Life or Death': The Mental Health Crisis Among Teens In the U.S.

The rates of depression, anxiety and self-harm among American adolescents have soared. But identifying the causes of the surge is not a simple task.

[NYTIMES.COM](https://www.nytimes.com)



Send melding





- strategy

Low potential
for website traffic
(especially compared to Facebook)

+

Younger users than our
own platforms

=

**«Get to know us»-platform targeting
young non-subscribers**



«Jeg gikk i mål i et skirenn der speakeren sa: I dag har Johannes H. Klæbo gjort et kjempeløp i verdenscupen, mens her kommer lillebror Ola inn til en...»

Ola Høsflot Klæbo

@OLAKLAEBO



Da tok han den endelige avgjørelsen om å legge skiene på hylla

Ola Høsflot Klæbo

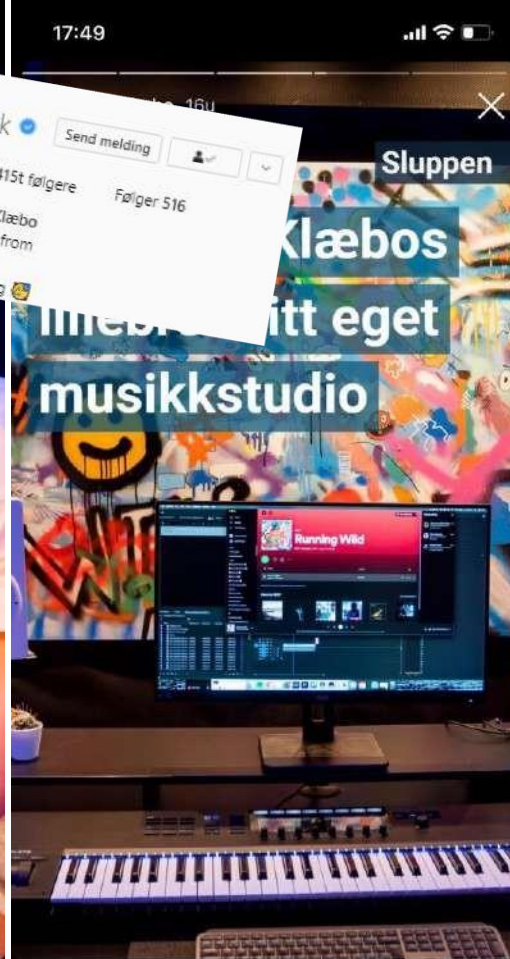
@OLAKLAEBO



«Langrenn holdt jeg på med fordi det er gøy. Jeg valgte egentlig musikken i starten av tenårene, og det har aldri følt feil eller dumt.»

Ola Høsflot Klæbo

@OLAKLAEBO



Today Klæbos little brother has his own music studio.



Sveip opp for å bli bedre kjent med Ola Høsflot Klæbo

Swipe up to get to know Ola Høsflot Klæbo.

When I finished a skiing race the speaker said: Today Johannes Klæbo has done a great race, but here comes his little brother...

That's when he decided to give up skiing.

I was doing cross country because it was fun. I chose music in my teens, at it has never felt wrong or stupid.



Oppdal

Reach 3834 – 3274
Link clicks 68

Vi dro på
afterski...

We went afterskiing...



Oppdal

... og kom oss
bare såvidt hjem

... and barely got
home.



«Utenfor vinduet mister en ung mann fotfestet. Han sklir på snøen og faller framover, karrer seg opp på albue, deretter knærne, bare for å gå rett på ryggen. Fysikkens lover har sluttet å virke på Oppdal. Ingen hadde blitt overrasket om mannen falt oppover. Inne skal afterski-bandet snart spille «No surrender».»

Jonas Skybakmoen
kommentator

A young man falls on his face in the snow. The laws of physics are no longer in effect. Inside the Afterski band is playing "no surrender".



«Tirol er for tapere, mener jeg. Oppdal er for alltid.»

Jonas Skybakmoen
kommentator

LES KOMMENTAREN

Tirol is for losers.
Oppdal is forever.

Reach 5200 – 4180
Link clicks 100



In the chopper
Avalanche
Hurt
How injured
Where
Ankle thigh
On my way to St.
Olavs hospital

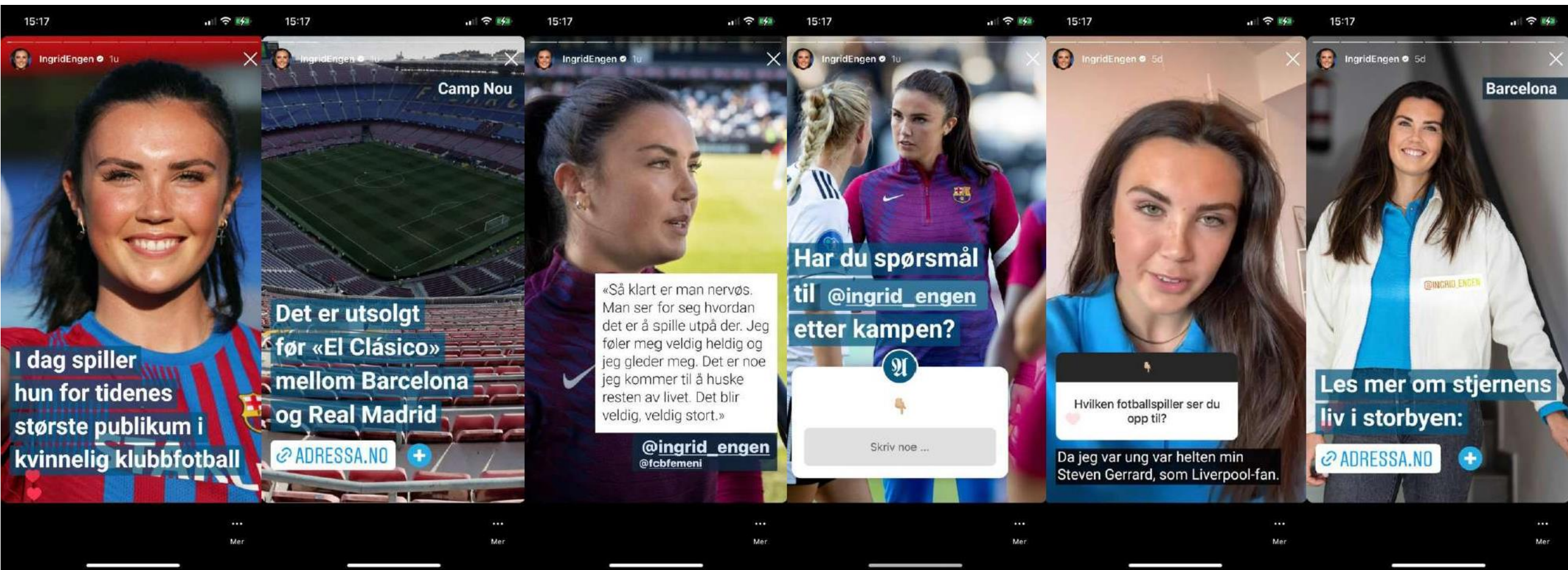
Man taken by
avalanche – flown
to hospital

Richard was
supposed to meet
his girlfriend at
the top of the
mountain

He was not
unlucky. He was
acting like an
idiot

A severe
miscalculation led
to him being taken
by an avalanche

I did a huge
mistake and was a
fool, but I was
lucky



Today she plays for the biggest womens football club of all time

El Clasico, Barcelina v. Real Madrid, is sold out

Yes, I am nervous, but I feel lucky and look forward to it. I will remember it for the rest of my life.

Do you have a question for Ingrid Engen?

When I was young, Gerrard was my hero

Read about the football star's life in the big city:



When the family moved to Pappenheim dad Arvid finally got his very own garden

The previous owner let us start gardening before we got the keys to the house

He started on the bushes and trees, and expanded with plants

I want to do it properly, so I only work 80%. One day a week I am in the garden.

The garden consists of both pretty and useful plants

I've never been excited about Arvids gardening interest. When the season starts, I think to myself: See you in October.

A photograph of a modern building facade, likely a library or community center, featuring a large collage of historical photographs and a portrait of a man. The image is overlaid with a blue tint. The text "Adresseavisen" is written in a large, white, gothic-style font across the center, and "Thanks!" is written in a smaller, white, sans-serif font below it. The building has a mix of brick and glass panels, and there are trees in the foreground.

Adresseavisen

Thanks!