

# Osteoporoseforeningen fylder 30 år og inviterer til fødselsdagsforedrag

Siden 1992 har Osteoporoseforeningen arbejdet for bedre vilkår for mennesker med knogleskørhed. I 2022 fylder foreningen dermed 30 år, og i den anledning kan vi – takket være en bevilling fra Social- og Ældreministeriet – invitere til gratis arrangementer med fire fænomenale foredragsholdere.

Arrangementerne er gratis og udbydes til Osteoporoseforeningens medlemmer med gæst (max 2 billetter pr medlem). Følg med på [www.osteoporose-f.dk](http://www.osteoporose-f.dk) og i foreningens nyhedsbreve, hvor detaljer om tilmelding og evt. ændringer vil blive formidlet.

**Oluf Borbye Pedersen,**  
professor i genomforskning  
Torsdag d. 7. april kl. 19.00-21.00,  
PRESSEN i København



Vil du have den nyeste viden om de bakterier, svampe og vira, der lever i hver enkelt af os, og som styrker vores modstandskraft og beskytter mod kroniske sygdomme? Og undrer du dig over, hvordan COVID-19-pandemien blev så magtfuld og overvældende? Så er foredraget "Magtfulde mikrober" noget for dig og din nysgerrighed. Oluf Borbye Pedersen er nemlig ekspert i, hvordan disse uundgåelige mikrober følger os gennem livet – og sommetider styrer det.

**Bente Klarlund Pedersen,**  
professor og læge

Torsdag d. 24. februar  
kl. 19.00-20.30,

Nykøbing F. Teater på Falster



Med udgangspunkt i bogen "Yngre med årene" går Bente Klarlund videnskabeligt til værks og giver råd til en livsstil, hvor dine celler og dermed din krop i biologisk forstand bliver yngre. Men det sunde liv handler om mere end daglig motion og mindre rygning. Det handler også om optimisme, pauser og frivillighed.

**Niels Christian Hvidt,**  
professor i eksistentiel og åndelig omsorg

Mandag d. 2. maj kl. 19.00-21.00  
Harmonien i Haderslev

Hænger tro og helbred sammen? Måske. I hvert fald siger mange, at tro flytter bjerge. Niels Christian Hvidt redegør for ti års grundforskning, som tyder på, at mennesker med stærke værdier og kilder til mening og håb ofte klarer sig bedre gennem et sygdomsforløb og har bedre ressourcer til at håndtere de livskriser, som osteoporose eksempelvis kan indebære.



**Morten Høgh,**  
fysioterapeut og smerteforsker  
Onsdag d. 30. marts kl. 19.00-21.00,  
Det Musiske Hus i Frederikshavn  
og  
Torsdag d. 31. marts kl. 19.00-21.00  
Knudsens i Holstebro

Hvad vil det sige at have smerter? Og hvordan håndterer man bedst, når kroppen gør ondt? Det kan du blive klogere på, når Morten Høgh holder oplæg med afsæt i sin bog "Læg smerterne på hylden", som tager udgangspunkt i kroniske smerter.

Foredraget giver indblik i, hvad smerte egentlig er – og mon ikke der kommer et par gode råd til både patienter og pårørende med på vejen?

