

Frisk nok! Immunforsvaret enkelt forklart

I foredraget vil Anne Spurkland snakke om hva immunforsvaret er, hvor det kommer fra og hva vi kan gjøre for å hjelpe immunforsvaret til å fungere best mulig. Hun vil også snakke om hvordan livsstil inkludert maten vi spiser og søvn kan påvirke immunforsvaret.

Anne Spurkland *1960, er professor i anatomi ved UIO



1993 dr.med med avhandling om [multippel sklerose](#) og cøliaki

har utgitt flere populærvitenskapelige bøker om [immunsystemet](#).

- 2011 utgav hun er bok med kakeoppskrifter for allergikere, basert på egen interesse for baking, kakekjemi og fagkunnskap om allergier.
- [2017](#) *Immun - kroppens evige kamp for å overleve Spartacus* [ISBN 9788243011649](#)
- [2021](#) *Frisk nok! håndbok i immunforsvar* [ISBN 9788243013766](#)

• Hun ble i 2021 tildelt formidlingsprisen ved Universitetet i Oslo og formidlingsprisen fra Forskningsrådet

Vi anbefaler at dere går inn på adressen

[Aarebrotforelesningen 2023 skal holdes av Anne Spurkland | Aarebrotforelesningen | UiB](#)

Tema for forelesningen er immunforsvaret. Eller bare gå inn på Anne Spurkland.



Musikkinnslaget denne gangen blir ved

Mathias Unhjem Rognskog.

Han studerer ved jazzlinja på NTNU og driver eget musikkstudio i Trondheim sammen tre andre unge musikere. De produserer, spiller og utgir egen musikk.

Mathias er opptatt av hvordan melodien, teksten og akkordprogresjonen i sanger henger sammen. Han leter etter ting som er fete i seg selv, og som ikke er avhengig av måten de spilles på. Melodier som passer inn i mange sjangere, og som ikke nødvendigvis legger føringer for resten, som instrumenteringen for eksempel.

Han legger til at det er likt for tekster. Det han skriver om, er alltid basert på eget liv. Det vil alltid være det, for det er vanskelig å unngå. Han skriver likevel på en måte som gjør at det kan relateres til mange andre ting.

(Info fra Under dusken, publisert 10. mai 2022)