

HELSELAGSSANGEN

Tone: Steinrøysa nedi bakken. Tekst: Solveig Gjerdrum Weihe

Nå stemmer vi i en feiende sang, det friskner litt på humøret.
Og sangen den er om oss denne gang, ja det skal du snart få høre.
Vi starta i nitten hundre – og – ti, og fortsatt vi går på full energi,
og lurar du nå på hvem som er ”vi”, ja da må du spisse øret.

For hvem trasker rundt i regnvær og snø med lodder i nabolaget?
Og prater om kosthold, helse, miljø og trivsel for sjel og mage?
Og ber deg å spise næringsrik mat, som grovbrød og frukt og fisk og salat,
og frister med trim for den som er lat?
Jo visst, det er HELSELAGET.

Og hvem arrangerer turer hvert år for eldre og pensjonister,
og stiller i blant med kaffe, og hår- og fotpleie-spesialister?
Og strikker og syr og lager basar og sender det overskuddet vi har
til forskning og jobb for ”hjerte og kar”?
Jo, helselags-optimister.

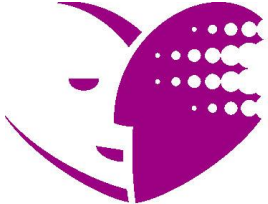
For vi er en ”folkehelse arme” og prøver å inspirere
til kamp for de ting vi arbeider med, og håper å få med flere.
Vi starta i 1910, som vi sa, og det som var hovedoppgava DA
var kampen mot tub, og det gikk jo bra – det nytter å aksjonere!

Oppgaver de står ofte i kø, slik var det i to- og nitti.
«Demenssak» var kun et nyplantet frø, men likevel svært så viktig.
En horde med pionerer stod på. De krevde å få demensomsorg NÅ!
Med møter og kurs for mange og få. Nå vet vi, vi jobbet riktig.

Lokallag har bygget stein oppå stein, i fellesskap ble vi store
med bøsseaksjon i solskinn og regn, til slutt har vi kom't til orde.
Demensplanen, den er nesten vår bok. «Det nytter» er tanken, og den er klok.
For omsorg skal ut i hver liten krok. Vi visste jo hva vi gjorde!

100 år

Jubileum
1910 - 2010


Demens


Hjerte


Eldre



HEDALEN HELSELAG
100 ÅR
1913 - 2013