

Pensjonist nytt

Drøbak/Frogn

1989

Utgitt av pensjonister
ved Eldresenteret

NR. 2



Drøbak båthavn

Et travelt møtepunkt for fastboende og tilreisende. Dominerende i området er «Biologen», et ferdighus fra Strømmen trevarefabrikk. Satt opp i 1894.

Videre ser vi den store «Solberg-gården». Her bodde maleren Ludvig Skramstad før han bygde eget hus sydpå i 1875.

Videre ser vi «Skipper-stuen» oppkalt etter skipskaptein og skipshandler Søren Hagbart Haagensen, som bodde her ved århundreskiftet.

Gallionsfiguren «Fruen fra havet» har hatt en omtumlet tilværelse på sjø og land. Den er flyttet fra Slemdal til Drøbak, til London og så tilbake til Drøbak igjen. Den er nå desverre fjernet igjen.

Motivet er tegnet av J. Kåre Øien.

REDAKSJONSNYTT

REDAKSJONEN

Asta Johansen	tlf. 93 11 91	Reidar Loge	tlf. 91 91 42
Ruth Groth	tlf. 93 35 75	Kari Paulsen	tlf. 93 21 55
Rolf Gommæs	tlf. 93 17 32	Gertrud Berg	tlf. 93 23 83
Aslaug Loge	tlf. 91 91 41	Astrid Moen	tlf. 93 15 24
Villy Færgestad	tlf. 93 04 81	Reidun Dahl	tlf. 93 14 93

Hjertets tre ser

De tre S'er er alle avgjørende for hjertets ve og vel. De siste årene er vi blitt tvangsføret med informasjon om hjertelidelser og levemåte. Likefullt synes gapet fortsatt stort mellom liv og lære, det finnes ikke den nordmann som ikke vet at det er farlig å røyke. Likevel røyker hver tredje nordmann.

Ernærings eksperter har i flere år viftet med rød klut når det gjelder animalsk fett. Ikke desto mindre er det slikt fett vi propper oss med.

Et viktig faresignal er også høyt blodtrykk. Hver tiende nordmann får beskjed om at blodtrykket er for høyt.

Her spiller både arv og livsstil inn. Nesten all blodtrykksbehandling skjer med medisiner. I tillegg kan blodtrykket også påvirkes ved omlegging av levevanene. Her er stikkordene: gå ned i vekt, reduser mengden av salt i maten. Reduser inntaket av alkohol. Trim!

Graden og arten av stress tror ekspertene også har innvirkning på blodtrykket og hjertets forgodtbe-finnende. Det er særlig mengden av oppgaver du aldri får unna, som tærer på helsen.

Sorg og andre følelsesbelastninger synes det også å virke inn på hjertets trivsel. Nære menneskelige forhold virker som god smøring for maskineriet.

- Stump røyken
- Spis mindre fett
- Senk blodtrykket

Besøk på Tusenfryd

Eldresenteret har fått innbydelse til et besøk på Tusenfryd, og mandag formiddag reiste vi 22 stykker ialt for å se på denne meget omtalte fornøylespark. Noen hadde vært her før, men de fleste ikke.

Overrasket ble vi da vi kom frem, det var jo meget større enn det vi hadde tenkt oss. Vi ble hyggelig mottatt av Kari Diesen d.y. og hun ba oss gå rundt å se på alt og gjøre oss opp en mening om dette var noe for pensjonister og, hvilket som absolutt synes det var.

Mange ting var det som vi nok ikke ville prøve oss på, som Berg og Dalbanen, det sto jo også advarsel ved de attraksjoner som kunne innebære risiko.

Flere prøvet Tømmerstupet og det store Solhjulet som er Nord-Europas største Pariserhjul.

Men det var mye å se på, om en ikke var så modig, og pent og rent var det over hele parken.

Benker og bord var oppstilt rundt omkring så man kunne godt ha med seg niste og sitte der å kose seg.

Det var mange ting å bruke penger på, lykkehjul og sådant mere, ja vi slo oss løs og var som barn igjen.

Været hadde jo vært litt variabelt men det var helt fint til kl. 1, da åpnet himmelens sluser seg, da satt vi trygt under tak og fikk servert kaffe med deilige vafler, syltetøy og rømme og det smakte jo herlig. Under kaffen kom Kari Diesen tilbake og hun ville gjerne høre vår mening om parken i sin helhet, vi skulle jo også fortelle videre til andre pensjonister at det godt lot seg gjøre å ha det hyggelig her en dag om sommeren.

Nå kunne det være at noen har respekt for denne lange rulletrappen, men det er muligheter til å komme opp langs en vei som var lagt ved siden og som ikke var så bratt. Og om det ikke hadde vært pensjonistrabbatt så skulle det bli det nå. Så vel møtt til neste sommer.

Vi som var der ble jo også utpekt som konsulenter for Tusenfryd, vi må ikke glemme det.

Gertrud.

