

Er du grånet i toppen

Melodi: Den er fin med kompasset...

Er du grånet i toppen og mødig i kroppen,
kort sagt – er du blevet lidt gammel og trist?
Så tag ikke modet, men løft bare ho`det,
for livet er dejligt – selv som pensionist.
Tra-la-la-la-la-la

Hvis du klager og klynker, så skaber det rynker,
og øjnene mister den strålende glans.
Så lad dig ej kyse, men tæl kun de lyse
af timerne, så bli`r dit liv som en dans.

Vil din ligtorn dig klemme, så sid ikke hjemme,
men hump bare hen på en billig klinik.
Er musklerne bløde som rødgrød i fløde,
så styrk dem ved sund pensionistgymnastik.

Hvis du ta`r på klinikken, så pas på trafikken,
for den har ej tid til at passe på dig.
Tag aldrig en chance – fald ej i trance,
hvis trygt du vil færdes på gader og vej.

Din forkalkning vil fremmes, og kredsløbet hæmmes,
hvis dagligt du lever af ål i gelè.
Så hold dig til råkost, når du spiser frokost,
så bli`r du så slank og så let som en fe.

Hvis du bli`r deprimeret, så bliv aktiveret -
og snup til din frokost et glas akvavit!
Og brug dine skejser på kurser og rejser,
så får du på livet en god appetit.

Er du søvnløs om natten og modløs og slatten,
så tag blot den daglige A-B-C-Din.
Men intet erstatter den hjertelig latter,
det er dog den bedste af al medicin!
Tra-la-la-la-la-la.....

