

MEG & DEG

NAVNE DAG

I dag har **Gregor** og **Gro** navnedag. Gregor er et gresk navn og betyr den årvåkne. Jentenavnet Gro er et norrønt navn, dannet til verbet gro, vokse, bli helbredet.

Det er **60** menn som har Gregor som første

fornavn. Det er **37** menn som har Gregor som eneste fornavn.

Det er **8053** kvinner som har Gro som første fornavn. Det er **4542** kvinner som har Gro som eneste fornavn.

UTLENDINGER: Ikke mindre enn 333 900 av de 4,85 millioner personene som bodde i Norge ved årsskiftet var utenlandske statsborgere. De utgjør nesten syv prosent av landets beboere. Tallet vokste med rundt ti prosent i fjor. Polske statsborgere er den største gruppen med 46 700 personer, foran svensker og tyskere, som utgjorde henholdsvis 35 800 og 20 800. (ANB-NTB)



Dr. Erik Münster

Eldre sover mindre

Har eldre et mindre søvnbehov enn unge, spør C.L. Ja, søvnbehovet kan med alderen avta med et par timer. For eksempel viser en undersøkelse at 70-åringene gjennomsnittlig kun behøver å sove seks timer om natten. Hertil kommer at mange eldre sover noe om dagen enten som en regulær middagsøvn eller i kortvarige perioder med slumring i godstolen. Begge deler reduserer behovet for nattesøvn. Eldre våkner hyppigere i nattens løp. Det må ikke feiltolkes som søvnproblemer og føre til bruk av sovemidler. Stå heller opp og gå litt rundt, drikk et par munnfulle vann og gå på toalettet. Så kommer sønnen snart av seg selv når man legger seg igjen, med mindre man hisser seg opp og tror noe er galt.

FLERE ELDERE: Eldrebølgen slår for alvor inn over Norge om ti år, samtidig som oljeinntektene når toppen. – Vi er allerede inne i eldrebølgen, men det er først i 2020 at det blir mange 80-åringere, sier forskningsleder Erling Holmøy i Statistisk sentralbyrå (SSB). – Men det er nå politikerne må ta de rette valgene, sier Holmøy til Avisa-nes Nyhetsbyrå (ANB).

DET SKJEDDE

12. mars

Helligholdelse

1735: Kong Kristian 4. sendte ut en kunngjøring om «Sabbatens og andre Helligdages tilbørlige Helligholdelse». Loven var full av strenge påbud, blant annet sa den at alle som med utbytte kunne høre Guds ord på søn- og helligdager, skulle innfinne seg i kirkene, og det var enhver husbonnds plikt å påse at deres barn og tjenestefolk virkelig gikk i kirken disse dagene. Alt arbeid var forbudt, men med ett unntak: Privilegerte apotek kunne selge medikamenter. Alle slags spill var forbudt, også teaterforestillinger. Et spesielt påbud ble gitt til alle offiserer om å møte i kirken på alle helligdager.

Gandhis felttog

1930: 12. mars startet Mahatma Gandhi sitt felttog for «sivil ulydighet» i India. Han og hans tilhengere marsjerte fra byen Ashram til Jalalpur, der han proklamerte kamp mot regjeringens saltmonopol. Han erklærte at inderne selv både kunne produsere og distribuere salt selv over hele landet. Han sa også at hvis han ble arrestert, skulle ikkevoldslinjen følges.



REDDET: «De hvite bussene» reddet mange skandinaviske fanger fra konsentrasjonsleirene. FOTO: HVITEBUSSENER.NO

Redningsaksjonen

1945: «De hvite bussene» kjørte over grensen mellom Danmark og Tyskland for å redde skandinaviske fanger ut fra konsentrasjonsleirene. Det var det svenske Røde Kors med grev Folke Bernadotte i spissen som sto for redningsaksjonen etter avtale med Heinrich Himmler. Det var om lag 300 frivillige som fulgte med kolonnen på ca. 95 biler, derav 35 busser.

Avis-kasting

1986: En ny religiøs forordning kunne komme til å gjøre det vanskelig for saudiaraberne å bli kvitt gamle aviser. Soppeltømming var blitt et trosspørsmål. Under overskriften «misbruk av aviser som opphøre» skrev avisen Saudi Gazette at arabiske aviser ikke lenger kunne kastes i papirkurv eller soppelkasse. Beslutningen var fattet av Sheik Bin Baz, den øverste religiøse leder. Begrunnelsen var at arabiske publikasjoner alltid inneholder vers fra Koranen og beretninger om profeten Muhammed, og derfor må behandles med andakt. Det ble ikke kunngjort hvordan man heretter skulle kunne bli kvitt gamle aviser.

HØY CHAMPAGNEFØRING

Møhlenpris (BA): På St. Johanneshjemmet sto hvit dame og champagne på menyen filmen «Mine dager» hadde premiere.

I hovedrollene var ti av aldershjemmets nåværende, fraflyttede og avdøde beboere.

Hanne Jones og Eli Lea fra Flimmer film har de siste to årene drukket kaffe, pratet og aller viktigst, lyttet. Lyttet til historiene pensjonistene på Johannes menighets aldershjem har opplevd gjennom et helt liv.

Slik ble filmen «Mine dager» til. Mennesker med en historie fra sitt eget liv.

HELDIG: – Har dere fått champagne?

Alf «Den Heldige» Opsdahl (74) legger hodet på skulderen, later som han sover og snorker høyløst.

– Kanskje litt for mye, spøker han.

Kallenavnet bruker han nettopp fordi han mener han er heldig.

Og heldig var han den dagen Holen skole ble bombet. Han og en venn var på vei til skolen, men ble stoppet av to tyske vakter.

– 15 medelever døde den dagen, forteller Alf.

Guðrun Meland Gartsef (87) fikk barn da hun var i 40-årene. Hun var svært glad i sin sønn.

– Den gang bodde vi i Chicago. Han skulle kutte ned noen trær for meg og fikk ett av dem over seg.

Skadene var så stor at sønnen døde kun 29 år gammel.

MINNER: Hanne er imponert over historiene, og setter pris på at pensjonistene vil dele det med andre.

– De fleste har bodd i hus før. Alle har vært gjennom en utvelgelsesprosess, hvilke ting skal med videre? Det som betyr noe har pensjonistene tatt med seg til aldershjemmet.

– Vi tok utgangspunkt gjerne i et bilde, begynte å prate litt om hvem som var på bildene. Slik fikk vi historiene, sier Eli.

Det har blitt mange besøk og kopper med kaffe for å samle materiale til filmen.

– Jeg føler at dette egentlig var jobb, vi hadde det så kjekt, sier Hanne.

NYE VENNER: – For mange gir det en god følelse av at noen er interessert i deres historie, sier Hanne.



PREMIEREFEST: Merethe Magnussen (i sin beste alder) not champagne under filmpremieren «Mine dager» på Johannes menighetens

Turid Lerpold (75) fikk besøk av sønnen Tom.

Turid fortalte om foreldrene sine som hun var veldig glad i.

– Dette var en fantastisk opplevelse for meg. Veldig rørende. Jeg måtte tørke vekk en tåre, innrømmer Tom.

Asta Berg (88) fortalte også en fin historie. Om sin nye venn.

– Jeg husker godt første gang han kom inn døren. Stolen ved

siden av meg var ledig, og han spurte om å få sitte med meg. Siden har stolen vært opptatt, sier hun.

– Selv om jeg nå er 88 år, er jeg ikke for gammel for å få nye venner.

SILJE ALVSAKER silje.alvsaker@ba.no



STJERNER: Guðrun Meland Gartsef, Alf Opsdahl, Asta Berg og Kåre Knutsen Berge synes det var moro å se seg selv på lerretet.



BESØK: Jeg visste ikke at han skulle komme engang, sier Turid Lerpold (75). Hun fikk besøk av sønnen Tom.



KOST SEG: Hanne Jones og Eli Lea ville at pensjonistene skulle fortelle sin egen historie.