
Glemmer du — — så synger vi

Syng med Puk og Claus
Find fællessangsprogrammet på DRTV



DR satte i august 2024 stort fokus på demenssygdomme, sang og musik.

Du kan læse meget mere på dr.dk/demens, hvor du også kan finde både podcast, radio- og tv-programmer, der dykker ned i emnet.

Demenskoret er produceret af Nordisk Film TV for DR.
'Syng med Puk og Claus' er medfinansieret af Lundbeckfonden og produceret af DR.

"I mit arbejde med at lave tv-programmerne 'Demenskoret' kom jeg helt tæt på 17 mennesker med demens og deres pårørende.

Jeg har lavet meget fjernsyn i min tid, men at være vært på denne programserie er noget af det mest rørende, jeg nogensinde har oplevet.

Den første gang vi skulle synge sammen, påvirkede det mig meget at se den usikkerhed, som kameraerne, de mange nye ansigter og de nye omgivelser frembragte hos flere af de demensramte kormedlemmer.

Jeg tænkte i mit stille sind; "det her kommer aldrig til at gå". Men så spillede musikken. Og vi sang sammen. Det var så rørende at se, hvor virksomt fællesskab og sang kan være. Flere af kormedlemmerne genfandt livsglæden, gnisten og sågar sproget. Musik kan altså noget helt særligt.

Nu håber jeg, at du også har fået lyst til at synge med. Uanset om du er pårørende, syg med en demensdiagnose, gammel eller ung. Vi har valgt nogle velkendte sange, som måske sidder lagret i hukommelsen, men hvis ikke man husker det hele, så er det også helt ok. Claus og jeg synger for."

- Puk Elgård

Glemmer du så husker jeg alt

Glemmer du, så husker jeg det ord for ord
Alting brast, men det gør heller ikke spor
Minderne har jeg da lov at ha'
Dem kan du aldrig, nej aldrig ta'
Husker du - de glæder, som vi sammen fandt?
Husker du - de tanker, som os sammen bandt?
Hver en dag, og hver en time har jeg talt
Glemmer du, så husker jeg - alt

Livet er et kort sekund
et med både godt og ondt
Tror man, eller håber man, så skuffes man
Livets viser drejer sig, man mødes, og skilles
Først en lys og dejlig leg
Ak, så går man hver sin vej
Jeg er gået fra dig du, skønt jeg holder af dig, du
Derfor siger jeg til dig:

Glemmer du, så husker jeg det ord for ord
Alting brast, men det gør heller ikke spor
Minderne har jeg da lov at ha'
Dem kan du aldrig, nej aldrig ta'

Husker du - de glæder, som vi sammen fandt?
Husker du - de tanker som os sammen bandt?
Hver en dag, og hver en time har jeg talt
Glemmer du, så husker jeg - alt

Mormors kolonihavehus

Bag på cyklen, hjulet snurrer
Far han griner og mor hun kurrer
Det er fridag og vi er sammen
Solen skinner over Sortedammen

Det var et liv i sus og dus
I mormors kolonihavehus
I mormors kolonihavehus

Huset det er grønt, det hedder Bella-Vista
Vandet det koger, og primussen gnistrer
Haven og tapetet blomstrer rødt og grønt
Himlen er blå og livet det er skønt

Det var et liv i sus og dus
I mormors kolonihavehus
I mormors kolonihavehus

Fætter Frede viser Frida, han kan stå på hænder
Valde vil også, men han taber sine tænder
Mormor siger, "musik skal vi have"
Og hun henter sin harmonika

Solen går ned, og vi kører hjem
Bag byens silhuet titter stjernerne frem
Rådhus urets klokke slår til tiden
Og det har de gjort mange gange siden

Det var et liv i sus og dus
I mormors kolonihavehus
I mormors kolonihavehus (gentages 2 gange)

Rør ved mig

Jeg vågner en morgen og med ét står det klart
Snart er det sidste gang, jeg har dig
Og som et slag mod hjertet véd jeg
Den nye dag bli'r trist og tom uden dig

En stribe af solskin lyser op i dit hår
Snart vil du åbne dine øjne
Jeg tror at du kan høre hvor højt mit hjerte slår
Nu be'r jeg dig, før du går:

Rør ved mig, så jeg føler at jeg lever
Tag min hånd og hold mig nær til dig
Rør ved mig, så jeg føler at jeg lever
Tag min hånd og hold mig nær til dig
Et håb om et gensyn, var det bare en drøm
Skabt af en strøm af lyse minder
Jeg bli'r tilbage i en afgrund af dage
Nu be'r jeg dig kun om ét: lalala

Rør ved mig, så jeg føler at jeg lever
Tag min hånd og hold mig nær til dig
Rør ved mig, så jeg føler at jeg lever
Tag min hånd og hold mig nær til dig

Rigtige venner

Rigtige venner kan ej købes for penge
Rigtige venner kan ej købes for guld
Rigtige venner er ej noget man køber
For dem er stilling, status og rigdom lig et nul

Ved du hvad det er man kalder rigtige venner
Det er dem som stiller op hvis alt går galt
De går ikke efter rigdom eller status
Følger dig i med- og modgang overalt

Rigtige venner kan ej købes for penge
Rigtige venner kan ej købes for guld
Rigtige venner er ej noget man køber
For dem er stilling, status og rigdom lig et nul

Rigtige venner glæde får når du har medgang
Rigtige venner føler med dig hvis du har tabt
Men de dårlige med smerte ser din sejr
Håber på at snart dit sidste ord er sagt

Rigtige venner kan ej købes for penge
Rigtige venner kan ej købes for guld
Rigtige venner er ej noget man køber
For dem er stilling, status og rigdom lig et nul
For dem er stilling, status og rigdom lig et nul
(gentages 2 gange)

Midt om natten

Du du du du du du du du du
Du du du du du du du du du

Strisserne kom, før vi ventede dem
Midt om natten
Du du du du du du du du du
Så mig og min baby vi var på den igen
Midt om natten
Du du du du du du du du du

De kylede gas gennem vinduerne
Så tårerne de trillede i stjerne, åh ja
Midt om natten
Du du du du du du du du du
Midt om natten
Du du du du du du du du du

Det næste, der skete, tør jeg ikke tænke på
Midt om natten
Du du du du du du du du du

En fyr, vi kaldte Spacy, tog den ud i det blå
Midt om natten
Du du du du du du du du du
Han ramte gaden fra en femte sal
Det' ikke vores skyld, han var bare bindegal
Sagde strisserne

Midt om natten
Du du du du du du du du du
(gentages 4 gange)

Ååh, manãna
Håber, vi får i morgen med
(gentages 4 gange)

Gem et lille smil

Gem et lille smil til det bli'r gråvejr
lige nu er himlen klar og blå,
der kan hænde ting i morgen
du ikke forudså.

Gem et lille smil til det blir gråvejr
sol og glæde varer sjældent ved,
så'r det rart at kunne smile,
mens regnen siler ned.

Tænk hvis jeg var verdens herre
fik du bare sol og glæde på din vej,
men jeg er kun mig og desværre
det eneste jeg ka gi dig, det er mig.

Gem et lille smil til det blir gråvejr,
lige nu er himlen klar og blå,
men hvis blot vi holder sammen
vil alting sikkert gå.

Tænk hvis jeg var verdens herre
fik du bare sol og glæde på din vej,
men jeg er kun mig og desværre
det eneste jeg ka gi dig, det er mig.

Gem et lille smil til det blir gråvejr,
lige nu er himlen klar og blå,
men hvis blot vi holder sammen
vil alting sikkert gå.
Gem et lille smil til det blir gråvejr.

I en lille båd der gynger

I en lille båd der gynger
Sidder jeg og synger
Synger om de ting, der gi'r livet værdi
Jeg ka' ikke gå på vandet
Men jeg ka' så meget andet
Jeg ka' føle mig glad, jeg ka' føle mig fri

Der er forår i min mave. Jeg ved
Hva' jeg vil lave
Ud at finde fred, fri for nogen der glør
Drive rundt ude på fjorden med
Begge ben på jorden
Jeg er godt tilfreds med en pilsner i snor

I en lille båd der gynger
Sidder jeg og synger
Synger om de ting, der gi'r livet værdi
Jeg ka' ikke gå på vandet
Men jeg ka' så meget andet
Jeg ka' føle mig glad, jeg ka' føle mig fri

Prøv at mærk' hvor luften sitrer
Se på vandet hvor det glitrer
Jeg har masser af tid og slet ingen ur
Her er duft af tang og tjære
Det er lige til at bære
Tørre fisk på en rist fra et gammelt komfur

I en lille båd der gynger
Sidder jeg og synger
Synger om de ting, der gi'r livet værdi
Jeg ka' ikke gå på vandet
Men jeg ka' så meget andet
Jeg ka' føle mig glad, jeg ka' føle mig fri
(gentages 4 gange)

Er du dus med himlens fugle

Er du dus med himlens fugle og skovens grønne træer
forstår du alle hjerter, der banker her og der
kan du smile til en kronhjort og fløjte til en stær
så har du fundet ud af noget, som er meget værd
En rødkælk! en guldsmed!
En bly forglemmigej!
Et grantræ! En vipstjært!
De elsker nemlig dig!

Er du dus med himlens fugle og skovens grønne træer
Så har du fundet ind til det, der gør livet allermest værd

Du grønne skov! Du glade lærke!
Åh gudskelov, at jeg kan mærke:
Alt dette er ven med mig!
Har du det som jeg?

Er du dus med himlens fugle og skovens grønne træer
forstår du alle hjerter, der banker her og der
kan du smile til en kronhjort og fløjte til en stær
så har du fundet ud af noget, som er meget værd
En rødkælk! en guldsmed!
En bly forglemmigej!
Et grantræ! En vipstjært!
De elsker nemlig dig!

Er du dus med himlens fugle og skovens grønne træer
så har du fundet ind til det, der gør livet allermest værd

Du grønne skov – hver spurv jeg kender
dem fik jeg lov, at få som venner
hvem har vel en bedre ven
jeg spørger igen

Er du dus med himlens fugle og skovens grønne træer
forstår du alle hjerter, der banker her og der
kan du smile til en kronhjort og fløjte til en stær
så har du fundet indtil det, der gør livet allermest værd

Køb bananer

Køb bananer køb bananer
køb bananer her hos mig!
Kom kun nærmer' kære frue
De bli'r sgu ikke snydt af mig.
(gentages 2 gange)

Sådan sagde onkel Stage
når han stod ved sit bananskib
midt på Strøget pæn i tøjet
og lille mig stod vagt på det nærmeste hjørne.
Onkel Stage sagde tit til mig
det skal ikke gå dig ligesom mig.
du skal lære noget du skal bli' til noget! Åh ja ja

Men da Stage til sidst blev syg
af for meget tutti-frutti og for meget fy fy
var det sgu mig der måtte ud og lave kassen
jeg stod og råbte:

Køb bananer køb bananer
køb bananer her hos mig.
Kom kun nærmer' kære frue
De bli'r sgu ikke snydt af mig.
Sådan sagde jeg ja det gjorde jeg
når jeg stod ved mit bananskib
midt på Strøget pæn i tøjet
og drengen han stod vagt på det nærmeste hjørne

Køb bananer køb bananer
køb bananer her hos mig.
Kom kun nærmer' kære frue
De bli'r sgu ikke snydt af mig.
Sådan cirka siger pojken
når han står ved sit bananskib
midt på Strøget pæn i tøjet
og daddy han står vagt på det nærmeste hjørne.
Køb bananer køb bananer, køb bananer her hos mig.