

Petite gymnastique du matin

Le matin je me réveille
J'ai encore un peu sommeil

Je cligne d'un œil, je cligne des deux
J'ouvre lentement les yeux.

J'étire mes jambes, j'étire mes bras
Un à un j'étire mes doigts.

Je masse mon front, je masse mes joues
Comme c'est bon, comme c'est doux.

J'ouvre ma bouche, je crie « Hourrah ! »
J'aime entendre le son de ma voix.

Il ne me reste plus qu'à appuyer
trois fois sur le bout de mon nez.

Et voilà ! Je suis debout.
Bonjour le jour ! Et bonjour vous !



