





Il ne faut pas grand-chose  
pour rendre un enfant heureux !!

## **Le plaisir pour le goût, c'est le plaisir de déguster !**

Comme les frites maison et les bonbons  
têtes brûlées.

Comme, vous n'allez pas le croire, la soupe !  
Bon je ne vais pas mentir et dire que la  
soupe rend heureux mais j'ai du plaisir à en  
manger de temps en temps !



## **Le plaisir pour le cœur, c'est le plaisir des sentiments qui font du bien !**

Comme les câlins de ma maman,  
Comme le rire de ma petite sœur Selma qui  
danse et baragouine,  
Comme les jeux avec mon frère Nader,  
même si souvent il m'énerve !  
Comme les discussions avec mon ami  
Zakaria,  
Comme les cadeaux que l'on m'offre, j'adore  
les cadeaux !

## **Le plaisir pour la tête ou le corps, c'est le plaisir d'apprendre ou de jouer ou de regarder !**

Comme construire des légos.  
Comme regarder Star Wars..., j'adore Luke  
mais j'avoue j'aime aussi Dark Vador !  
Comme faire du sport.  
Comme apprendre les maths, oui oui ça me  
plaît beaucoup les maths.  
Comme les arts, et pas seulement le dessin,  
tous les arts !



Vous voyez, ce n'est pas compliqué  
de rendre un enfant heureux !





Kayna - 8 ans

# Demaiselle Tristesse

**Demaiselle Tristesse** voudrait aller au parc faire du trampoline, du manège et entendre des enfants rire pour se réchauffer le cœur !

Mais sa maman, Dame Râleuse dit **NON**, car elle veut se reposer !

**Demaiselle Tristesse** court se réfugier dans sa chambre et pleure beaucoup. Une petite idée arrête d'un coup ses larmes. Elle voudrait aller manger dans un restaurant ! Une bonne petite pizza pour se réchauffer le ventre !

Mais sa maman dit **NON** car elle doit faire des courses !

**Demaiselle Tristesse** retourne dans sa chambre et pleure encore plus ! Une petite idée arrête d'un coup ses larmes. Elle voudrait aller à la plage ! Prendre le soleil pour se réchauffer le corps !

Mais sa maman dit **NON** car elle doit faire la vaisselle !

**Demaiselle Tristesse** désespérée pleure encore dans sa chambre ! Une petite idée arrête d'un coup ses larmes. Elle voudrait aller au zoo, voir de beaux animaux pour se réchauffer les yeux !

Mais sa maman dit **NON** car elle doit prendre un bain.

Alors **Demaiselle Tristesse** s'arrête de pleurer et s'enfuit pour aller au zoo se réchauffer les yeux, à la plage se réchauffer le corps, au parc se réchauffer le cœur et au restaurant se réchauffer le ventre ! Ses larmes ne coulent plus et elle devient joyeuse ! Mais sa maman qui ne trouve plus sa fille, verse des larmes et devient... **Dame Tristesse**





# Explosion mentale

La colère,  
une bombe infinie.

Depuis tout petit, la colère m'habite. Elle peut vous mettre en rage pour des raisons peu crédibles. Elle vit toujours dans mon corps, elle me fatigue, elle me détruit, et aspire toute mon énergie.

Pourtant cette énergie est essentielle pour vivre, donc si vous avez ce même démon en vous, oubliez-le et évitez tout ce qui pourrait le réveiller, l'exciter ! Sinon vous souffrirez des conséquences !

Enfin, tout ce que vous ferez avec cet ange déchu deviendra des regrets. Cette bombe infinie quand elle explose fait beaucoup de dégâts. Un conseil : attendez la prochaine pluie pour déclencher l'incendie.





Éloïse - 9 ans

L'amour,  
c'est  
essentiel



L'Amour, c'est plein de choses.  
On pourrait dire que l'Amour, c'est essentiel,  
Que ça ne nous séparera jamais.  
On pourrait dire que l'Amour, c'est éternel,  
Que sans lui, on ne pourrait pas vivre.

L'Amour, c'est aussi très important  
Dans la vie de tous les jours.  
Quand je vois les gens qui s'embrassent,  
Qui se font des câlins,  
Je me dis que l'Amour est éternel,  
Qu'on restera toujours copains.  
Qu'on sera toujours en contact.

Et même si on est dans les étoiles,  
On gardera toujours la vue  
Sur les gens qu'on aime.  
On restera toujours copains.



# Ça m'énerve !

J'arrive à l'hôpital  
Mais j'suis pas au bon étage  
**Ça m'énerve**

Je monte dans l'ascenseur  
Mais les portes ferment toujours pas  
**Ça m'énerve**

ÇA M'ÉNERVE !





Je débarque au 5<sup>ème</sup>  
Ma chambre n'est toujours pas prête  
**Ça m'énerve**  
On a une télé toute neuve  
Avec l'image mais pas le son  
**Ça m'énerve**  
Je m'ennuie seul dans ma chambre  
Les infirmières font la boum  
**Ça m'énerve**  
Les docteurs me croisent dans le couloir  
Ils me disent « Salut Frankenstein »  
**Ça m'énerve**  
Le plateau repas est servi  
Comme d'hab, c'est tout pourri  
**Ça m'énerve**  
Ils me piquent et me ratent  
Se trompent de médicament  
**Ça m'énerve**  
On me dit de rester au lit  
Et me branche tout l'après-midi  
**Ça m'énerve**  
Je suis en hospit' de jour  
On me dit que je suis pas inscrit  
**Ça m'énerve**  
Les docs qui m'auscultent comme  
Un bout de viande, qui m'écoutent pas  
**Ça m'énerve**  
Et ces clowns qui traînent partout  
Qui poussent le service à bout

Mais bon...  
C'est vrai qu'ils me font rire.





# La peur de Gid on



Gid on a peur des gros poissons  
Et s'ils me grignotaient les pieds ?

Gid on a peur des  l phants  
Et s'ils me chatouillaient les oreilles ?

Gid on a peur des tigres  
Et s'ils me croquaient les fesses ?

A e ouille ! La peur fait mal dans le ventre !  
Mais un c lin dans les bras de maman  
Et la peur dispara t !  
Eh oui c'est  a l'amour !



