

SANTÉ À 100 ANS

Ah ! Ah ! Ah ! Je ris de me voir si beau, si joli, car je suis sûr d'avoir trouvé la solution

Vous aimez les activités de plein air
Les sports d'été, les sports d'hiver
Pédaler, courir, skier, marcher
Vous adorez danser
Alors vous souhaitez en faire jusqu'à 100 ans
Ça se comprend, ça se comprend
Et bien c'est pas demain, ni le mois prochain
Mais aujourd'hui qu'il faut se prendre en main

REFRAIN

Car pour être en forme et pour être en santé
Il faut bien boire et il faut bien manger, hey, hey, hey, hey
Pour être en forme et pour être en santé
Buvez, mangez cela sans abuser, ho, ho, ho, ho

Ah ! Ah ! Ah ! le viagra, mais il n'y a pas que cela, il y a le ravitoto, le foie gras, le caviar, le vin, c'est la solution.

Maintenant que vous êtes encore jeunes, belles et beaux
Écoutez bien ceci, retenez comme il faut
Il n'y a rien de mauvais, il n'y a que de l'abus
Vous pouvez tout manger, mais ne mangez jamais trop
Car vous savez que trop c'est trop et c'est comme pas assez
Vous pouvez tout manger, mais ne manger jamais trop, jamais trop

REFRAIN

La moralité de ce que je vous dis
Peut se résumer ainsi
Manger varié, manger sans abuser
Pour mieux profiter de la vie
Si vous qui voulez péter le feu
Lorsque vous aurez 100 ans
C'est en mangeant bien et c'est en mangeant mieux
Que vous le ferez sûrement !

REFRAIN

Paroles et musique : Jean-Louis Thémis