06 — JE PRÉPARE UNE BONNE NUIT

LES PAROLES VALIDÉES

— La journée se termine…
— On prépare demain ?
— Puis une petite histoire ?
— Oui, avant de dire bonsoir !
Je termine mon activité,
C'est le moment de tout ranger.
Je pose mes crayons, mes jouets,
Demain, je pourrai les retrouver.
Je prépare mes petites affaires,
Avec de l'aide si nécessaire.
Mon cartable attend le matin,
Tout est prêt pour le lendemain.
Un peu de calme, le soir arrive,
Je laisse au repos ma journée active.
Une histoire, un câlin, un bonsoir,
Chacun ses habitudes quand vient le soir.
Je prends mon temps, la journée s'enfuit,
Je me prépare pour une bonne nuit.
Les écrans aussi vont se reposer,
Je les laisse de côté.
Je mets mon pyjama doucement,
Je me brosse les dents soigneusement.
Si une pensée me fait souci,
Je peux en parler, même au lit.
Un adulte peut m'écouter,
Je n'ai pas besoin de tout garder.
Un peu de calme, le soir arrive,
Je laisse au repos ma journée active.
Une histoire, un câlin, un bonsoir,
Chacun ses habitudes quand vient le soir.
Je prends mon temps, la journée s'enfuit,
Je me prépare pour une bonne nuit.
Pour retrouver mes affaires demain,
Je peux les…Préparer !
Avant de me coucher,
Que fais-je avec mes dents ?
Je les brosse !
Si quelque chose me fait souci,
À qui puis-je en parler ?
À un adulte de confiance !
C'est bientôt l'heure de se coucher.
Une histoire calme ou un jeu très agité ?
Une histoire calme !
Lina ne s'endort pas tout de suite.
Est-ce qu'elle a raté quelque chose ?
Non ! Le sommeil peut prendre du temps !
Un peu de calme, le soir arrive,
Je laisse au repos ma journée active.
Une histoire, un câlin, un bonsoir,
Chacun ses habitudes quand vient le soir.
Je prends mon temps, la journée s'enfuit,
Je me prépare pour une bonne nuit.....
— Mes affaires sont prêtes….
— Mon histoire est finie…...
Un peu de calme, le soir arrive,
Je laisse au repos ma journée active....
Une histoire, un câlin, un bonsoir,
Chacun ses habitudes quand vient le soir.....
Je prends mon temps, la journée s'enfuit,
Je me prépare pour une bonne nuit.....
— Mes affaires sont prêtes…..
— Mon histoire est finie…...
Bonsoir, à demain,
Et bonne nuit !.....