

TUTTI I GIORNI

Devi mangia' 'na mela e 'na banana
'n'aranciata pe' la vitamina Cì
un sorso di thè verde e 'na tisana
che t'aiutano a fare la pipì.

L'acqua^a retrecine, ma di fontana
e 'n 'Actimel co'i Cassei Difensì
un Danacol pe' la paranzana
e 'l pesce almeno 'na volta al dì.

La fibra tutti i giorni 'un la scordà
molta fibra, fino a cacà un maglione,
poco ma spesso te devi mangia'

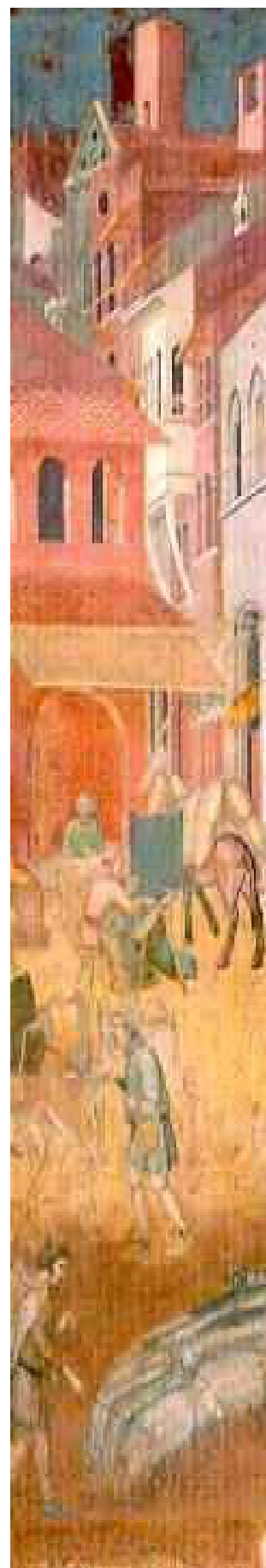
e mastica' cento volte ogni boccone.
Dopo mangiato i denti...vai a lava'
e massaggia le gengive con passione

II

Poi devi cammina' 'na mezz'oretta,
legge il giornale pe' vale' di più,
mantene' l'amicizia che ti spetta,
fassi 'na doccia pe' 'un'esse' Barbablù.

Lavora' e guida'? Tutto di fretta
perchè ci so' la spesa, i piatti e la ti vù.
E l'amore? Fallo come 'na saetta
c'è anche da dormi' pe' 'un pensacci più.

Io te lo di'o mi so' belle stancata
tra lo yogurte, la mela , il vino,
l'acqua^e la fibra di tutta la giornata



mi ritiro e vi lascio un momentino,
ne approfizzo pe fa' 'na telefonata,
e vi mando tutti in quel posticino!

Brucaliffa 13 maggio 2009