



Mes parents sont bio

Pascal Parisot

Biographie

Pascal Parisot est un auteur-compositeur, musicien et arrangeur français ; c'est dans les piano-bars qu'il fait ses débuts en interprétant des airs du répertoire français et brésilien. Il se distingue désormais dans l'univers des chansons pour la jeunesse. Son style loufoque et décalé, réussit à plaire autant aux enfants qu'aux parents.

Le livre-disque *Les pieds dans le plat* croque avec humour et poésie l'univers de la nourriture en 14 chansons.

Site officiel de l'artiste : <https://www.pascalparisot.com/>

1. **Bio** : issu de l'agriculture biologique, cultivé sans engrais ni pesticides.
2. **Les blettes ou bettes** : plantes potagères cultivées pour leurs larges feuilles.
3. **Une claque** : une gifle, un coup donné sur la joue avec le plat de la main.

Mes parents sont bio¹, bio, bio, bio, bio
 Ne mangent que du bio, bio, bio, bio, bio
 Ne boivent que du bio, bio, bio, bio, bio
 Ne jurent que par bio
 Chez nous tout est bio, bio, bio, bio, bio
 Le sel il est bio, bio, bio, bio, bio
 La poêle elle est bio, bio, bio, bio, bio
 Y'a rien qu'est pas bio

Mon père c'est Bioman
 Et ma mère ben c'est sa femme
 Ensemble ils sont bio, bio, bio, bio, bio, bio, bio, bio, bio
 Seulement voilà en plus de ça
 Ils cuisinent tout à la vapeur
 Y'a même plus un morceau de beurre
 Et moi je rêve d'un hamburger
 Mais...

Mes parents sont bio, bio, bio, bio, bio
 N'achètent que du bio, bio, bio, bio, bio
 Ne parlent que du bio, bio, bio, bio, bio
 Ne prient que pour bio
 Leurs amis sont bio, bio, bio, bio, bio
 Quand ils se voient bio, bio, bio, bio, bio
 C'est à celui qui bio, bio, bio, bio, bio
 Sera le plus bio

Mon père c'est Bioman
 Marié à Biowoman
 Ensemble ils sont bio, bio, bio, bio, bio, bio, bio, bio, bio
 On mange des blettes² ou bien des bettes² [c'est la même chose]
 Soi-disant que c'est plein de vitamines
 Moi j'irais bien en prendre ailleurs
 Par exemple dans un hamburger
 Mais...

À la maison bio, bio, bio, bio, bio
 Même les rats sont bio, bio, bio, bio, bio
 Même les claques³ sont bio, bio, bio, bio, bio
 Tout le monde il est bio, bio, bio, bio, bio

© Didier Jeunesse

La nourriture, la famille

1 Mise en route

Quel est votre plat préféré ? Quel plat est-ce que vous détestez ?
Mise en commun.

2 Découverte de la chanson

Montrer ou distribuer la planche « Instruments de musique » et vérifier le vocabulaire.

Écouter la chanson.

Quels instruments est-ce que vous entendez ? Est-ce que vous jouez / avez déjà joué de ces instruments ?

Qui accompagne le chanteur ?

Mise en commun.

Avec les paroles :

Quel est le mot le plus répété dans la chanson ? À votre avis, qu'est-ce que ça signifie ?

Qui parle dans la chanson ?

Qu'est-ce qu'il veut manger ?

3 Expression orale

D'après vous, qu'est-ce qu'il faut manger et boire pour être en bonne santé ?

Mise en commun.

4 Créativité

À deux. Proposez un menu « spécial enfant, interdit aux parents ».
Illustrez-le.

Mise en commun. Il est possible d'utiliser ces menus pour faire jouer des saynètes au restaurant.

Pour aller plus loin

Découvrez d'autres chansons sur le thème de la nourriture dans l'album Les pieds dans le plat : <https://didier-jeunesse.com/collections/zim-zim-carillon/les-pieds-dans-le-plat-cd-9782278089147>.

THÈME **Les instruments de musique**

Comment s'appellent ces instruments ?



un v _ _ l _ n



des b _ ng _ s



un p _ _ n _



une tr _ mp _ tt _



une g _ _ t _ r _



des m _ r _ c _ s



une b _ tt _ r _ _



une fl _ t _

Réponses :

*un violon, des bongos, un piano, une trompette
une guitare, des maracas, une batterie, une flûte*

Pascal Parisot

Mes parents sont bio

Un seul mot d'ordre !

1

Écoute la chanson. Combien de fois entends-tu le mot « bio » ?

moins de 20 fois

entre 21 et 50 fois

plus de 51 fois

Et toi, est-ce que tu es bio ? Donne des exemples.

Bio, bio, bio...

2

Écoute la chanson. Retrouve :

- les actions bio des parents :

dormir manger boire s'habiller cuisiner travailler acheter

- ce qui est bio dans la maison :

le sel le sucre la casserole la poêle les chats les rats

- la chose pas bio qui manque à l'enfant :

une pizza un gâteau au chocolat un hamburger

Il mange ses mots !

3

Écoute la chanson. Compte les syllabes des paroles.

Mon père, c'est Bioman = ____

Mon père, c'est Bioman = ____

Et ma mère, ben c'est sa femme = ____

Marié à Biowoman = ____

Mes parents sont bio, bio, bio, bio, bio = ____

À la maison bio, bio, bio, bio, bio = ____

Leurs amis sont bio, bio, bio, bio, bio = ____

Même les rats sont bio, bio, bio, bio, bio

= ____

Tout le monde il est bio = ____

Les blettes, tu aimes ?

4

En petits groupes, faites un sondage pour savoir quels sont les aliments préférés de la classe. Et imaginez un menu « bio » qui plaira à tout le monde.

L'enfant du Bioman

5

Tu es le fils ou la fille de Bioman et de Biowoman. Présente-toi ! Donne ton nom, explique ta mission et tes superpouvoirs. Dessine ton costume.

Pascal Parisot

Mes parents sont bio

Un seul mot d'ordre !

1

Écoute la chanson. Combien de fois entends-tu le mot « bio » ?

moins de 20 fois

entre 21 et 50 fois

plus de 51 fois

Et toi, est-ce que tu es bio ? Donne des exemples.

Bio, bio, bio...

2

Écoute la chanson. Retrouve :

- les actions bio des parents :

dormir

manger

boire

s'habiller

cuisiner

travailler

acheter

- ce qui est bio dans la maison :

le sel

le sucre

la casserole

la poêle

les chats

les rats

- la chose pas bio qui manque à l'enfant :

une pizza

un gâteau au chocolat

un hamburger

Il mange ses mots !

3

Écoute la chanson. Compte les syllabes des paroles.

Mon père, c'est Bioman = 6

Mon père, c'est Bioman = 6

Et ma mère, ben c'est sa femme = 7

Marié à Biowoman = 6

Mes parents sont bio, bio, bio, bio, bio = 9

À la maison bio, bio, bio, bio, bio = 9

Leurs amis sont bio, bio, bio, bio, bio = 9

Même les rats sont bio, bio, bio, bio, bio
= 9

Tout le monde il est bio = 5

Les blettes, tu aimes ?

4

En petits groupes, faites un sondage pour savoir quels sont les aliments préférés de la classe. Et imaginez un menu « bio » qui plaira à tout le monde.

L'enfant du Bioman

5

Tu es le fils ou la fille de Bioman et de Biowoman. Présente-toi ! Donne ton nom, explique ta mission et tes superpouvoirs. Dessine ton costume.