

SPRE DET

Tekst/Melodi:
Klaus J. Sonstad

♩ = 94

ref F C/E



Har du godt hu-mør så må du spre det. Smit-te al-le med det der du bor.

Dm⁷ G C



Det ver-den treng-er nå er sang og gle-de en-ten du er li-ten el-ler kjem-pe - stor.

F G/B C



For-tell en vits og ba-re la den van-dre som vind-en ki-ler i som-mer-gress.

Dm⁷ G Am C/G G



Kjenn at lat-ter kan for-and-re, stop-pe vond-e tank-er og fjer-ne

F



stress.

vers C Dm/C



Nå er det__ på ti-de at al-le sam-men kjen-ner

Dm/C C



at det er__ på ti-de at no' hyg-ge-lig__ snart hen-der. For

C Dm/C



vi har vært__ så red-de for et bit-te-li-te frø__

Dm/C G(sus4)



som for-an-dra ver-den og som gjor-de oss__ litt sprø__

SPRE DET

C Dm⁷

Alt ble stengt_ og kje - de - lig og ing - en - ting___ som før. ___

Dm⁷ C/E

Mam - ma sav - net fot - ball - kam - per, pap - pa sin___ fri - sør. ___ Vi

C/E F

måt - te væ - re hjem - me der vi prøv - de fin - ne ro. ___ Men

F(add2) G(sus4) G

mo - ro - a___ var bor - te, det var ing-en her___ som lo.

Ref: *Har du godt humør så må du spre det. Smitte alle med det der du bor.
 Det verden trenger nå er sang og glede enten du er liten eller kjempestor.
 Fortell en vits og bare la den vandre som vinden kiler i sommergress.
 Kjenn at latter faktisk kan forandre, stoppe vonde tanker og fjerne stress.*

Vers: *Når himmelen er mørkegrå og regnet pøser ned og alt du lengter etter er en venn å leke med.
 Da er det dumt at ingen kan få komme på besøk. Et bittelite farlig frø er ikke noe spøk.
 Men spøke må vi likevel når alt er bare tull for da blir det å tulle verdt sin egen vekt i gull.
 Det føles mindre skummelt når du vet at du kan le også får møte vennen din som du kan flire med.*

Ref: *Har du godt humør så må du spre det. Smitte alle med det der du bor.
 Det verden trenger nå er sang og glede enten du er liten eller kjempestor.
 Fortell en vits og bare la den vandre som vinden kiler i sommergress.
 Kjenn at latter kan forandre, stoppe vonde tanker og fjerne stress.*

solo

Ref: *Har du godt humør så må du spre det. Smitte alle med det der du bor.
 Det verden trenger nå er sang og glede enten du er liten eller kjempestor.
 Fortell en vits og bare la den vandre som vinden kiler i sommergress.
 Kjenn at latter kan forandre, stoppe vonde tanker...*

Ref: *Har du godt humør så må du spre det. Smitte alle med det der du bor.
 Det verden trenger nå er sang og glede enten du er liten eller kjempestor.
 Fortell en vits og bare la den vandre som vinden kiler i sommergress.
 Kjenn at latter kan forandre, stoppe vonde tanker og fjerne stress.*