

En forme ! 2

Entraînez-vous !

1 Trouvez les parties du corps et classez-les de la tête aux pieds.

BRAS JAMBES YEUX BOUCHE MAINS GENOUX PIEDS OREILLES VENTRE NEZ

2 Laura cherche des amis pour chatter.

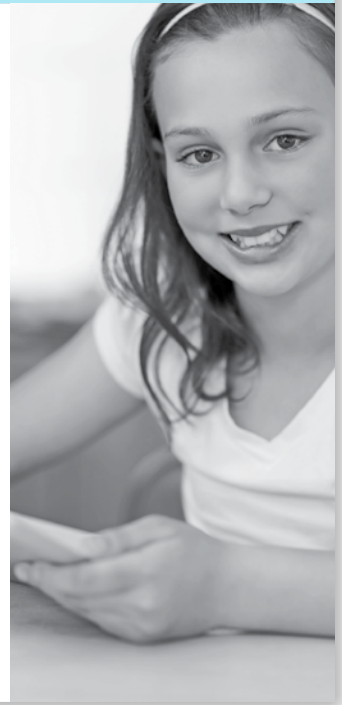
Complétez avec les verbes pronominaux au présent.

Salut !

Je cherche des amis pour chatter en français. Je
(*s'appeler*) Laura, j'ai 13 ans et je suis néerlandaise. J'ai décidé de passer un an dans un internat en Normandie pour perfectionner mon français. Ici, je (*se sentir*) vraiment bien. Nous sommes 18 filles dans ma classe. Nous (*se lever*) tous les matins à 6 h 30 et nous (*se coucher*) vers 10 h du soir. À l'internat, c'est facile d'avoir des amis et on (*s'amuser*) bien. Et puis on travaille souvent ensemble, mais je (*ne pas se concentrer*) bien quand il y a beaucoup de monde autour de moi.

Le week-end, quand les autres sont partis chez leurs parents, je (*s'ennuyer*) un peu. Parfois je (*se promener*) dans la forêt ou je lis des BD. Mais le principal, c'est mes progrès en français. Mes copines me disent que je n'ai pas d'accent. Et toi, qui es-tu ?

Laura



3 Monsieur Duton a des problèmes de cholestérol.

Reconstituez ses réponses au médecin.

Racontez-moi votre journée d'hier,
qu'est-ce que vous avez mangé et
surtout : avez-vous fait un peu de sport ?

1. réveillé / Je me / à 8 heures / suis / mais je / me / ne / pas / levé. / suis

.....

2. Je / me / encore un peu. / suis reposé

.....

3. pas douché / me / Je / ne / suis / tout de suite.

.....

4. pris / D'abord / j'ai / mon petit-déjeuner (trois croissants avec du beurre et de la confiture).

.....

5. lu / mon journal. / Après la douche / j'ai

.....

6. je / À 11 heures, / allé / voir mes copains au café. / suis

.....

7. un apéro ou deux / On / un sandwich jambon-mayonnaise. / a bu / j'ai mangé / et ensuite,

.....

8. de café. / Mais / n' / pas / je / pris / ai

.....

Vous voyez, docteur, ce n'est pas ma faute !

4 Vie quotidienne.

Associez les éléments et mettez les verbes au présent pour former des phrases.

Je	s'ennuyer	quelquefois devant l'ordinateur au bureau	
Tu	se promener	sur les devoirs de mathématiques	
Edgar	se coucher	tard quand il y a une fête au village	?
Nous	se concentrer	souvent dans la forêt	!
Vous	se reposer	toujours avec de l'eau froide	.
Mes filles	se laver	au cinéma, si le film n'est pas intéressant	
		dans un café après une promenade	

5 Hier, tout était différent.

Complétez d'abord les phrases. Ensuite, choisissez l'explication qui convient et notez le numéro.

 C'était fermé. Tu étais trop fatigué. Il pleuvait. Il a fait une formation. C'était dimanche. 1 Ses parents étaient là.1. D'habitude Laure se repose le weekend, mais hier elle ne s'est pas reposée.....

2. D'habitude tu t'amuses après le travail, mais hier tu vraiment

3. D'habitude mes amies se retrouvent au café du centre, mais hier elles là.

4. D'habitude mon collègue s'ennuie au travail, mais hier il

5. D'habitude nous nous promenons dans le parc, mais hier nous

6. D'habitude je à 6h, mais hier je aussi tôt.

6 Vous avez besoin de repos ?

Lisez cette publicité pour une cure et complétez les réponses avec **en** ou **y**.

**VOUS ÊTES FÂTIGUÉ ? VOUS SOUHAITEZ RETROUVER VOTRE ÉNERGIE ?
OUI MAIS COMMENT ? PARTICIPEZ À NOTRE CURE...**



Pause bien-être

1. Vous rêvez d'avoir une vie plus reposante ?
J' rêve !
2. Vous voulez prendre du temps pour vous ?
C'est décidé, je vais prendre !
3. Et ne plus penser à vos problèmes ?
Je n' pense déjà plus !
4. Faire du sport et de la méditation ?
J'aimerais faire tous les jours !
5. Arrêter de manger de la viande ?
J' mange de moins en moins !
6. Inscrivez-vous à notre cure, elle est faite pour vous !
Je m' inscris tout de suite !

7 Rester en forme.

Répondez aux questions avec **en** ou **y** et l'adverbe.

1. Vous faites de longues promenades ? (*souvent*)
.....
Oui, j'en fais souvent.
2. Vous allez au sauna ? (*parfois*)
.....
3. Vous mangez des fruits ? (*tous les jours*)
.....
4. Vous mangez de la viande ? (*pas souvent*)
.....
5. Vous jouez au ping-pong ? (*parfois*)
.....
6. Vous faites du sport ? (*régulièrement*)
.....

8 Associez les parties de phrases pour formuler des conseils.

- | | |
|--------------------------|--|
| 1. Mangeons | a. au moins 8 heures par nuit. |
| 2. Buvez beaucoup de thé | b. des légumes et des fruits tous les jours. |
| 3. Ne sortez pas | c. pour être moins stressés. |
| 4. Faisons une pause | d. quand vous êtes enrhumé. |
| 5. Couche-toi tôt | e. si tu veux être en forme demain. |
| 6. Dormez | f. si vous avez encore de la fièvre. |

9 Que dites-vous en français dans les situations suivantes ?

1. U begroet de dokter en zegt dat u koorts en hoofdpijn hebt.

.....

2. U zegt dat u om 7.00 uur bent opgestaan en dat u niet ontbeten hebt.

.....

3. U zegt dat u vaak moe bent, maar dat u niet kunt uitrusten.

.....

4. U denkt dat u teveel stress op het werk hebt.

.....

5. U vraagt of de dokter u adviezen kan geven om u beter te voelen.

.....

6. U vraagt of u een kuur in Frankrijk kunt gaan doen.

.....

Oplossingen

1

yeux – oreilles – nez – bouche – bras –
ventre – mains – jambes – genoux – pieds

2

m'appelle, me sens, nous levons, nous couchons, s'amuse,
ne me concentre pas, m'ennuie, me promène

3

1. Je me suis réveillé à 8 h, mais je ne me suis pas levé.
2. Je me suis reposé encore un peu.
3. Je ne me suis pas douché tout de suite.
4. D'abord, j'ai pris mon petit-déjeuner.
5. Après la douche, j'ai lu mon journal.
6. À 11 heures, je suis allé voir mes copains au café.
7. On a bu un apéro ou deux et ensuite, j'ai mangé un sandwich jambon-mayonnaise.
8. Mais je n'ai pas pris de café.

4

Je m'ennuie quelquefois devant l'ordinateur au bureau. /
au cinéma, si le film n'est pas intéressant.
Tu te promènes souvent dans la forêt ?
Edgar se couche tard quand il y a une fête au village.
Nous nous concentrons sur les devoirs de mathématiques.
Vous vous reposez dans un café après une promenade.
Mes filles se lavent toujours avec de l'eau froide !

5

2. ... tu ne t'es... pas amusé. Tu étais trop fatigué.
3. ... elles ne se sont pas retrouvées là. C'était fermé.
4. il ne s'est pas ennuyé. Il a fait une formation.
5. nous ne nous sommes pas promené(e)s. Il pleuvait.
6. je me lève à 6 h, ... je ne me suis pas levé aussi tôt.
C'était dimanche.

6

1. en, 2. en, 3. y, 4. en, 5. en, 6. y

7

2. Oui, j'y vais parfois.
3. Oui, j'en mange tous les jours.
4. Oui, mais je n'en mange pas souvent.
5. Oui, j'y joue parfois.
6. Oui, j'en fais régulièrement.

8

- 1b, 2d, 3f, 4c, 5e, 6a

9

1. Bonjour, docteur. J'ai de la fièvre et j'ai mal à la tête.
2. Je me suis levé(e) à 7 heures et je n'ai pas pris de petit-déjeuner.
3. Je suis souvent fatigué(e) mais je ne peux pas me reposer.
4. Je pense que j'ai trop de stress au travail.
5. Pourriez-vous me donner des conseils pour me sentir mieux ?
6. Pourrais-je faire une cure en France ?