

Es-tu en forme?

CHAPITRE 8

VOCABULAIRE 1/GRAMMAIRE 1

1 Donne les parties du corps qui complètent chaque phrase de façon logique.

estomac	jambes	cerveaux	poignet	doigts
----------------	---------------	-----------------	----------------	---------------

1. Les gens qui ont de longues _____ peuvent parfois courir plus vite.
2. Pour indiquer un nombre, on utilise plusieurs _____.
3. Les élèves qui étudient sérieusement utilisent beaucoup leurs _____.
4. Généralement, on porte une montre au _____.
5. C'est l'organe où se fait la digestion: _____.

2 Trouve la continuation la plus logique à chaque phrase.

- _____ 1. Je pense que j'ai de la fièvre, mais je n'en suis pas sûr.
- _____ 2. Oh là là! J'ai super mal aux dents.
- _____ 3. Aïe! Je me suis coupé le doigt.
- _____ 4. Je faisais du ski et je suis tombée.
- _____ 5. J'ai le nez qui coule, j'éternue tout le temps et je suis fatigué.

- a. Je vais téléphoner à mon dentiste pour prendre rendez-vous.
- b. Je crois que je me suis cassé la jambe!
- c. J'ai sûrement la grippe. Il faut que j'achète des médicaments.
- d. Il faut que je prenne ma température.
- e. Il est important que je le désinfecte.

3 Associe chaque subjonctif à gauche avec l'infinitif qui lui correspond.

- _____ 1. voyiez
- _____ 2. aies
- _____ 3. aillent
- _____ 4. fasse
- _____ 5. vienne
- _____ 6. soyons

- a. faire
- b. aller
- c. être
- d. avoir
- e. voir
- f. venir

4 Le Docteur Girard donne des conseils à ses patients. Complète ses phrases avec le subjonctif des verbes entre parenthèses.

1. Je suis content que vous _____ (faire) du sport.
2. Il faut que nous _____ (boire) tous beaucoup d'eau!
3. Paula, je suis content que tu _____ (manger) des fruits.
4. Je veux que votre mari _____ (venir) me voir!
5. Il est bon que vos enfants _____ (finir) leurs repas avant de quitter la table.
6. Il faut que j' _____ (attendre) les résultats de votre examen.

5 Donne deux parties du corps que tu associes à chaque chose ou verbe.

1. se fouler: _____
2. écrire: _____
3. les chaussures: _____
4. se casser: _____
5. manger: _____
6. jouer au tennis: _____

6 On a tous besoin d'aide! Donne des conseils avec des expressions qui nécessitent le subjonctif. Utilise un verbe différent dans chaque phrase.

1. —Je me suis coupé la main.
— _____
2. —Nous n'arrêtons pas d'éternuer.
— _____
3. —Paul a mal aux dents.
— _____
4. —Stéphane et Sophie ont besoin de médicaments.
— _____
5. —Tes amis et toi, vous n'êtes pas en forme en ce moment.
— _____
6. —Tu penses que tu as de la fièvre.
— _____

7 Ces gens ont des problèmes. D'abord, demande-leur comment ils se sentent. Puis, donne une hypothèse au sujet de chaque problème représenté sur l'image. Enfin, donne un conseil à chaque personne en utilisant le subjonctif.



1.



2.



3.



4.

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

CULTURE

CHAPITRE 8

8 GÉOCULTURE Associe les personnes à gauche avec leurs professions à droite.

- _____ 1. Ousmane Sow
- _____ 2. Moussa Sene Absa
- _____ 3. Ousmane Sembène
- _____ 4. Collé Ardo Sow
- _____ 5. Aïssa Dione

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> a. metteur en scène et acteur de cinéma b. designer de tissus c. sculpteur d. auteur et réalisateur e. styliste de haute couture et de prêt-à-porter |
|--|

9 FLASH CULTURE Dis si les phrases suivantes sont **vraies (V)** ou **fausses (F)**.

- _____ 1. Au Sénégal, l'état veille sur la santé des gens.
- _____ 2. Les médecins font des visites à domicile en France, mais pas au Sénégal.
- _____ 3. Il n'y a pas de club de gym au Sénégal.
- _____ 4. La cuisine sénégalaise est une des plus mauvaises cuisines d'Afrique.
- _____ 5. Les cacahuètes sont utilisées dans la cuisine au Sénégal.

10 COMPARAISONS Réponds aux questions suivantes au sujet du système médical français.

1. En plus des médecins, qui a le droit de donner des conseils médicaux en France?

2. Est-ce qu'on a toujours besoin d'une ordonnance pour acheter des médicaments?

3. Qu'est-ce qu'on peut faire dans le cas d'une urgence médicale?

4. Qu'est-ce que c'est, la Sécurité Sociale? Explique son rôle.

Es-tu en forme?

CHAPITRE 8

VOCABULAIRE 1/GRAMMAIRE 1

11 Indique si les personnes suivantes ont **a) de bonnes habitudes** ou **b) de mauvaises habitudes**.

- _____ 1. Nous nous nourrissons très bien. Nous mangeons beaucoup de fruits et de légumes.
- _____ 2. Les parents de Sabine choisissent toujours des produits biologiques.
- _____ 3. Tu ne te reposes jamais assez.
- _____ 4. Guy fait de l'exercice tous les matins.
- _____ 5. Je mange mal et je perds toujours du poids.

12 Trouve et encerle les cinq mots en rapport avec la forme physique dans le puzzle. Ensuite, complète les phrases en dessous avec ces mots.

V	I	T	A	M	I	N	E	S	N
R	P	Q	U	E	P	Y	O	G	A
D	O	Z	L	A	D	R	É	S	S
U	M	W	P	G	R	H	O	E	R
L	P	N	P	O	I	D	S	Y	P
T	E	A	T	H	M	C	D	Z	A
H	S	I	H	A	U	P	R	N	T
É	Q	U	I	L	I	B	R	É	T

1. Avoir un régime _____ est important pour la santé.
2. Léo veut avoir de beaux bras bien musclés, alors il fait des _____ tous les jours.
3. Je ne veux pas prendre du _____ alors je mange léger.
4. Moi, je fais souvent du _____. C'est une activité physique qui me relaxe beaucoup.
5. J'adore les fruits et les légumes et en plus, c'est plein de _____!

13 Ces gens ne sont pas très polis! Transforme leurs phrases pour les rendre plus polies. Utilise le conditionnel.

MODÈLE Tu sais où sont les vitamines? **Tu saurais où sont les vitamines?**

1. Tu viens faire des abdominaux avec moi?

2. Est-ce que les Martin veulent vendre leur matériel de yoga?

3. Nous pouvons nous reposer un peu?

4. Est-ce que le médecin nous voit aujourd'hui?

5. Est-ce que j'ai des vitamines à te donner? Euh... oui, tiens.

6. Les enfants, vous finissez vos légumes?

14 Fais des suggestions logiques, d'après ce que ces personnes disent. Utilise **si + imparfait**.

MODÈLE Je veux être en forme. **Si tu faisais de l'exercice avec moi?**

1. Nous mangeons des frites et des hamburgers à tous les repas.

2. Vous êtes toujours fatigués la journée et vous n'avez pas d'énergie.

3. Je ne sais pas combien je pèse, mais je pense que j'ai perdu du poids.

4. Mes cousins sont toujours trop stressés.

5. Toi, tu bois seulement du coca.

6. Salima trouve qu'elle est trop grosse.

15 Lisa n'a pas la forme en ce moment. Complète sa conversation avec Malik de façon logique.

Lisa Oh là là. J'ai très mal dormi hier soir et aujourd'hui,

(1) _____.

Malik (2) _____ dans ta chambre.

Lisa Je ne peux pas! J'ai quatre interros demain, figure-toi!

Malik Quatre?! (3) _____!

Lisa Tu l'as dit! (4) _____!

Malik Attention! Le stress, c'est mauvais pour la santé et il faut prendre le temps de (5) _____.

Lisa C'est vrai. Qu'est-ce que tu me conseilles de faire?

Malik (6) _____?

Lisa Oui, pourquoi pas? Et puis, tiens, je crois que je vais aussi

(7) _____.

Malik Excellente idée! Tu vas voir, Lisa, (8)

_____ très rapidement!

16 Décode ces formes verbales au conditionnel, puis utilise chaque forme dans une phrase avec **si + imparfait**.

1. VIAD RSE _____

2. INOS FER _____

3. NMARE IGT A _____

4. RANIITE _____

5. EIUARZ _____

6. NPEDRS AIR _____

- 17** Lis cet article, puis indique si les phrases suivantes sont **vraies (V)** ou **fausses (F)**. Ensuite, justifie chaque réponse avec une phrase du texte qui montre que la réponse est vraie ou fausse.

L'EXERCICE PHYSIQUE: POURQUOI ET COMMENT?

Vous avez décidé d'avoir une activité sportive régulière. Vous avez raison car cela va avoir des conséquences positives sur votre santé. Cela va améliorer les fonctions de votre organisme: cœur, poumons, muscles, etc. Vous allez aussi mieux dormir et être moins stressé. Par conséquent, vous allez aussi vous sentir mieux dans votre tête. Mais attention! Il faut suivre quelques règles simples, surtout si vous n'avez jamais pratiqué de sport, si vous avez arrêté depuis longtemps ou si votre poids est trop élevé.

1. Choisissez un sport adapté à vos possibilités. Si vous n'avez jamais fait de sport, commencez par une activité qui exige un effort modéré, comme par exemple le yoga, la marche ou la natation.
2. Pratiquez le sport choisi de façon régulière, par exemple 30 minutes 2 ou 3 fois par semaine.
3. Écoutez votre corps! Si vous avez trop chaud, si vous vous sentez mal, si votre cœur bat trop vite ou encore si vos muscles sont fatigués, arrêtez-vous!
4. Mangez bien (légumes et fruits frais, viandes et poissons grillés) et surtout, prenez un bon petit déjeuner bien équilibré. Buvez beaucoup d'eau et évitez l'alcool et les boissons sucrées.

- _____ 1. Le sport est bon pour l'organisme et pour le moral.

- _____ 2. Si on n'a pas l'habitude de faire du sport, il faut choisir un sport intense.

- _____ 3. Il est bon de faire du sport pendant trois heures une fois par semaine.

- _____ 4. Si on ne se sent pas très bien quand on fait du sport, il faut continuer.

- _____ 5. Pour être en forme, on doit aussi manger équilibré et léger.

RÉVISIONS CUMULATIVES

CHAPITRE 8

18 Décris les problèmes de santé des patients du Docteur Djamel.



19 Ton ami, Thomas, qui est toujours malade et qui déteste le sport, participe à un sondage sur la forme physique. Qu'est-ce qu'il répondrait (*would he answer*) aux questions du journaliste? Fais des phrases complètes.

1. Comment te sens-tu aujourd'hui?

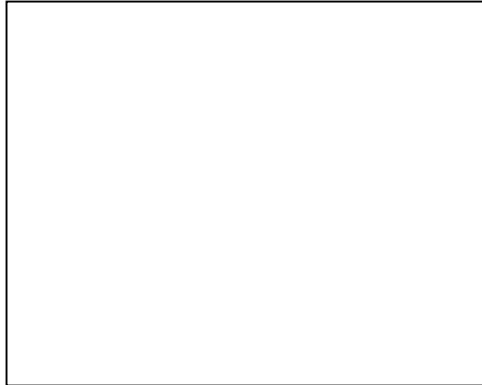
2. Est-ce que tu as souvent des problèmes de santé? Lesquels?

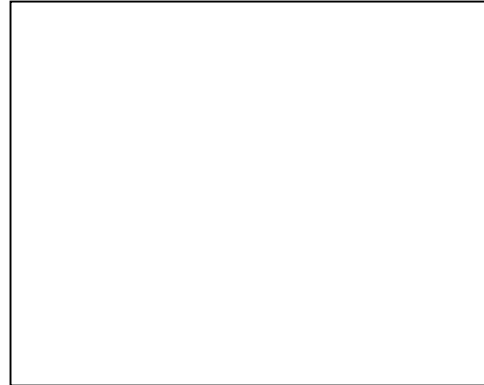
3. Est-ce que tu manges équilibré?

4. Qu'est-ce que tu fais comme exercice pour rester en forme?

5. Et pour te relaxer, qu'est-ce que tu aimes faire?

- 1** Last week was a really bad week for your imaginary self and three of your friends. Everyone got sick or hurt! Draw or cut out and paste four magazine photos representing what happened to each person. Write a detailed description of the illness or injury under each corresponding image.









- 2** Today is New Year's Day, and just like every year, you've decided to change some bad habits to better your health and your life. Write your ten resolutions for the New Year, and illustrate your list with drawings or magazine cutouts.