

SE DÉBROUILLER EN FRANCE

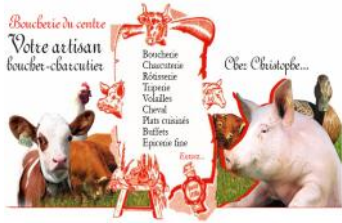


SE DÉBROUILLER EN FRANCE



- À la boucherie
- À la boulangerie
- Dans un magasin de vêtements
- Dans un magasin de chaussures
- Dialogue dans un restaurant
- Compréhension d'une vidéo. « Déjeuner chez Le Nôtre »
- Compréhension écrite. « Que mangent les jeunes »
- Compréhension orale. « À la Tour d'argent »
- Compréhension orale. « Achats »
- Compréhension orale. « Au supermarché »
- Civilisation : « La France gastronome »
- Vocabulaire :
 - Les vêtements – La mode
 - Les matières- Les motifs- Les sous-vêtements- Les Chaussures
 - Quelques accessoires
 - Quelques Médicaments
 - Le livre- La littérature
 - Quelques aliments
 - Quelques fruits et légumes
- Savoir-faire. « Dans un café en France »
- À débat. « Les pratiques alimentaires des ados »

DEMANDER DES ARTICLES, DES PRODUITS DANS UN MAGASIN



1.- À LA BOUCHERIE

- **Le boucher** : Madame, vous désirez ?
- **La cliente** : Il me faudrait un poulet rôti, s'il vous plaît.
- **Le boucher** : Oui, madame, et avec ceci ?
- **La cliente** : Vous auriez une belle entrecôte pour deux personnes ?
- **Le boucher** : Bien sûr, madame. Regardez, comme elle est belle !
- **La cliente** : Je voudrais aussi du porc, mais je ne sais pas quoi prendre. Qu'est-ce que vous me conseillez ? Des côtelettes ?
- **Le boucher** : Non, si vous voulez quelque chose de tendre, prenez plutôt un filet mignon.
- **La cliente** : D'accord, je vais prendre un filet mignon pour six personnes.
- **Le boucher** : Il vous faut autre chose ?
- **La cliente** : Oui, donnez-moi aussi quatre tranches bien fines de jambon blanc.
- **Le boucher** : Ce sera tout, madame ?
- **La cliente** : Oui, merci.



2.- À LA BOULANGERIE

- **La boulangère** : Monsieur ?
- **Le client** : Bonjour madame, je voudrais une baguette, s'il vous plaît.
- **La boulangère** : Voilà monsieur, et avec ceci ?
- **Le client** : Je vais prendre aussi trois croissants et un pain au chocolat.
- **La boulangère** : Voilà monsieur. Ce sera tout ?
- **Le client** : Non, je voudrais un gâteau pour six personnes.
- **La boulangère** : Q'est-ce que vous préférez comme gâteau ? Une tarte, un gâteau au chocolat ?
- **Le client** : Peut-être une belle tarte aux pommes. Celle-ci est à combien ?
- **La boulangère** : 12 €
- **Le client** : Je la prends. C'est combien ?
- **La boulangère** : 19 €
- **Le client** : Voilà
- **La boulangère** : Vous n'avez pas la monnaie ?
- **Le client** : Non, je suis désolé, je n'ai qu'un billet de 100 €.



COMMENT LE DIRE

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ▪ Je voudrais.... ▪ Il me faudrait... ▪ Je vais prendre... ▪ Donnez-moi... ▪ Est-ce que je peut avoir.. ? ▪ Vous avez... ? / Vous auriez... ? ▪ Qu'est-ce que vous me conseillez ? | <ul style="list-style-type: none"> ▪ C'est combien ? ▪ Il / elle est à combien ? (si on demande le prix d'un seul objet) ▪ Combien coûte ce gâteau ? ▪ Ça fait combien ? (si on demande le prix total) ▪ Je vous dois combien ? (si on paye un service, une personne. La phrase est recommandée chez le médecin, le dentiste, dans un taxi.) |
|--|---|



Faites deux dialogues dans les établissements suivants :

- *Chez le marchand de fruits et légumes. (j'emploie le vocabulaire page 25)*
- *À la crèmerie. (j'emploie le vocabulaire page 26)*

<i>Chez le marchand de fruits et légumes</i>	<i>À la crèmerie</i>
	



ACHETER UN VÊTEMENT

- **La vendeuse** : Bonjour madame, je peux vous renseigner ?
- **La cliente** : Je voudrais essayer la jupe noire qui est dans la vitrine.
- **La vendeuse** : Bien sûr, madame. Quelle taille faites-vous ?
- **Le cliente** : Du 40.
- **La vendeuse** : Voilà, vous avez une cabine d'essayage derrière vous. (Quelques minutes après)
- **La vendeuse** : Comment ça va la taille ?
- **La cliente** : Ça ne va pas, elle est trop serrée.
- **La vendeuse** : Vous voulez essayer une taille au-dessus ?
- **La cliente** : D'accord.
- **La vendeuse** : Alors ?
- **La cliente** : Ça va mieux, mais je pense qu'elle ne me va pas du tout. Je voudrais essayer une jupe un peu plus habillée.
- **La vendeuse** : D'accord, vous voulez essayer celle-ci ?
- **La cliente** : Oui, merci. Je trouve qu'elle me va mieux. Elle très élégante et en plus, elle m'amincit.
- **La vendeuse** : Vous avez raison, madame.
- **La cliente** : Bon, je la prends. Est-ce que vous auriez un chemisier assorti ?
- **La vendeuse** : Oui, madame.....



ACHETER DES CHAUSSURES

- **Le vendeur** : Monsieur, vous désirez ?
- **Le client** : Bonjour, je voudrais des mocassins marron, pour aller avec ce costume.
- **Le vendeur** : Oui, monsieur, je vais voir. Quelle est votre pointure ?
- **Le client** : Je chausse du 43.
- **Le vendeur** : Dans votre pointure, j'aurai ces deux modèles.

COMMENT LE DIRE


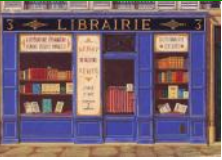
- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ▪ Quelle est votre taille ? ▪ Vous faites quelle taille ? ▪ Ça va la taille ? ▪ C'est la bonne taille ▪ Quelle est votre pointure ? | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Je fais du 40 ▪ Je peux vous renseigner ? ▪ Je peux essayer cette jupe ? ▪ Elle ne me va pas du tout ▪ Celle-ci me va mieux. |
|---|--|



Faites deux dialogues dans les établissements suivants :

- dans une pharmacie
- dans une librairie

« Employez le vocabulaire de la page 22 et 23 »

<i>À la pharmacie</i>	<i>À la librairie</i>
	



Je choisis un dialogue et je joue la scène avec mon copain ou ma copine.



AU RESTAURANT

Serveur : Bonjour. Une table pour deux personnes ?

Client 1 : Oui, nous sommes deux. Vous avez un espace non-fumeur ?

Serveur : Bien sûr. Vous préférez cette table, ou celle-ci, près de la fenêtre ?

Client 1 : Plutôt celle-ci.

Serveur : Très bien. Installez-vous. Voici le menu.

Un peu plus tard

Menu	Boissons
<p>Entrées</p> <p>Jambon sec de pays Terrine campagnarde Salade de chèvre chaud Melon au porto</p> <p>Plats de résistance</p> <p>Faux filet et pommes frites Pavé de saumon et macédoine de légumes Côte d'agneau et légumes grillés Magret de canard, sauce à l'orange</p> <p>Plateau de fromages</p> <p>Desserts</p> <p>Mousse au chocolat Tartelette au citron Salade de fruits Coupe de crèmes glacées ou sorbets</p>	<p>Apéritifs</p> <p>Kir Royal Porto Pastis</p> <p>Vins</p> <p>Bordeaux Bourgogne Rosé d'Anjou Sauvignon blanc</p> <p>Eau minérale Eau gazeuse</p> <p>Sodas</p>

Serveur : Vous avez choisi ? Désirez-vous prendre un apéritif ?

Client 1 : Oui, on voudrait 2 kirs s'il vous plaît.

Serveur : Et comme entrée ?

Client 1 : Je prendrai une terrine campagnarde.

Client 2 : Pour moi, une salade de chèvre chaud.

Serveur : Très bien. Et en plat principal ?

Client 1 : Pour moi, un steak-frites, s'il vous plaît.

Serveur : Quelle cuisson pour la viande ?

Client 1 : Bien cuite.

Client 2 : Moi, je voudrais un pavé de saumon avec des légumes.

Serveur : Voulez-vous un peu de vin pour accompagner le repas ?

Client 1 : Bonne idée. Qu'est-ce que vous nous conseillez ?

Serveur : Je vous conseille un vin blanc : un Sauvignon par exemple.

Client 1 : D'accord, alors je vais prendre une demi-bouteille de Sauvignon.

Client 2 : Et une bouteille d'eau minérale s'il vous plaît.

Serveur : Avez-vous choisi votre dessert ?

Client 1 : Oui, je vais prendre une salade de fruits.

Client 2 : Et moi, une tartelette au citron, s'il vous plaît.

Serveur : Merci, c'est noté

Comment dire ?

- **Commander :**
Je voudrais... / J'aimerais...
Je vais prendre... / Je prendrai...
Pour moi, ... s'il vous plaît. / Pour moi, ça sera...
- **Demander une explication :**
Quel est le plat du jour ? / Qu'est-ce que vous avez comme boissons ? /
comme desserts ?
Qu'est-ce qu'il y a dans ce plat ? / Un ..., qu'est-ce que c'est ?
Pouvez-vous m'expliquer ce qu'est ce plat ?
- **Demander un conseil :**
Qu'est-ce que vous me conseillez ? / Quel vin irait avec ce plat ?
- **Demander l'addition :**
L'addition / la note, s'il vous plaît ! / Je pourrais avoir l'addition, s'il vous
plaît ?
Je vous dois combien ?

ENTRAÎNEMENT À L'ÉCRIT ET À L'ORAL

- A deux ou à trois : Faites un dialogue suivant le modèle précédent avec ce menu.



MENU A 13 EUROS
FORMULE MIDI
(sauf le samedi et dimanche)

ENTRÉE AU CHOIX

<p>SALADE CALAMAR <i>(calmar salads)</i></p>	
<p>SALADE DE CRUDITE <i>(salad of crudenesses)</i></p>	

PLAT AU CHOIX

<p>CRABE FARCI ET RIZ A L'OMELETTE <i>(stuffed crab and rice confined with omelette)</i></p>	
<p>GRATIN DE MOULES ET CREVETTES DE MADAGASCAR <i>(choux fleurs, pommes de terre, courgettes)</i> <i>(gratin of mussels and shrimps of madagascar)</i></p>	
<p>BROCHETTE ROYALE DE POISSON <i>(royal fish skewer and rice with tomato sauce)</i></p>	

BOISSON AU CHOIX

¼ DE DE VIN OU CAFE OU EAU MINERALE



- Mémorisez le dialogue et jouez la scène

COMPRÉHENSION D'UNE VIDÉO. « DÉJEUNER CHEZ LE NÔTRE »

1.- COMPRÉHENSION GLOBALE: Répondez aux questions suivantes:

- Où travaillent Vincent et Françoise?
- Pourquoi Vincent invite Françoise à déjeuner?
- Comment choisissent-ils le restaurant?
- Comment est le restaurant?
- Pourquoi Vincent dit qu'il n'a pas faim?
- Pourquoi Vincent téléphone à Pierre?
- Quelle est l'attitude des personnages quand Vincent dit qu'il n'a pas faim?:
 - Françoise:
 - Le Maître:

méprisant dégoûté satisfait hautain agressif arrogant
surpris content étonné indifférent heureux supérieur
hystérique peiné idiot soupçonneux offensé enragé

2.- ENTOUREZ LA OU LES BONNE/S RÉPONSE/S:

- Que prend Françoise? DU CANARD AU SANG UN GIGOT
DES FRITES DU CAVIAR UN BIFTECK
DU JAMBON DU FOIE-GRAS DES PÂTES
UN HOMARD DES CÔTELETTES
- Que prend Vincent? UN APÉRITIF UNE SOUPE
UN POTAGE DE LÉGUMES
- Qu'est-ce qu'ils boivent? DU VIN DU CIDRE DU COCA
DE LA LIMONADE DU SODA DE L'EAU
DU CITRON PRESSÉ

3.- RÉPONDEZ:

- Combien coûte le repas? En francs: _____
En Euros: _____
- Qu'est-ce que c'est "le pourboire"?

4.- QUI EST-CE? METTEZ EN RELATION:

- | | |
|----------------------------|--|
| 1.- Le maître d'hôtel. | A.- Personne chargée de la cave, des vins. |
| 2.- Le garçon/ le serveur. | B.- Personne qui dirige le service de table. |
| 3.- Le sommelier. | C.- Personne chargée de préparer les repas. |
| 4.- Le chef. | D.- Employé chargé de servir la clientèle. |

5.- RECONSTITUEZ LE DIALOGUE ENTRE FRANÇOISE ET LE MAÎTRE:

- Ensuite, je vous conseille le homard rôti ou le canard au sang.
- Je ne sais pas, qu'est-ce que vous me conseillez?
- Très bien, alors pour commencer du foie-gras. Et ensuite.
- Qu'est-ce qui vous fait plaisir?
- Je vous conseille du foie-gras ou du caviar pour commencer.
- Alors, un homard.

6.- FAITES VOTRE MËNU PRÉFÉRÉ:

Normalement un bon repas est composé de:

- Des hors-d'oeuvre / une entrée
- Un premier plat
- Un deuxième plat
- Un dessert
- Une boisson
- Du pain

À VOUS:

- Pour commencer: _____
- Ensuite: _____
- Après: _____
- Pour finir: _____
- Pour boire: _____

COMPRÉHENSION ÉCRITE

Lisez le texte et répondez aux questions.

▣ Que mangent les ados ?

Jeu 23 avril 2008



Les adolescents ne mangent pas si mal que cela, mais ils ont besoin d'informations nutritionnelles ! C'est le constat d'une enquête menée par l'institut Ipsos pour le programme "Bien manger, c'est bien joué" initié par Kraft Foods.

Dans cette enquête, on découvre ainsi que 83 % des adolescents pensent que l'alimentation est importante dans la vie. Alors certes, on peut voir le côté négatif : Un adolescent sur huit n'accorde aucune importance à ce qu'il mange...

Autre résultat, les trois quarts des adolescents pensent avoir une alimentation équilibrée. Seul bémol, ce constat était directement lié aux revenus du foyer : les jeunes les moins aisés ont l'impression de manger plus mal. Ce qui confirme encore une fois l'importance de la catégorie socioprofessionnelle sur l'équilibre alimentaire.

De plus, la moitié des adolescents jugent difficile de réussir à manger équilibré. Un résultat à nuancer toutefois, car plus ils sont informés sur la nutrition, plus ils jugent facile de bien manger.

Enfin, quelques idées reçues circulent chez les adolescents : 40 % pensent que si l'on fait du sport, on peut manger ce que l'on veut, 38 % estiment la même chose en ce qui concerne la période de croissance, et enfin 23 % pensent que manger équilibré signifie bannir totalement le sucre et les produits gras...

Il semble ainsi que les adolescents se préoccupent de leur alimentation, mais manquent d'informations nutritionnelles pour les aider à faire les bons choix. Or lutter contre les déséquilibres alimentaires reste une priorité chez les jeunes : 16,7 % des enfants sont en surpoids en fin de 3e, dont 4,3 % d'obèses.

Le programme "Bien manger c'est bien joué" est une initiative originale menée par Kraft Foods et la Fondation du sport depuis 2004. Cette opération vise à apporter une éducation nutritionnelle aux jeunes par le sport. Les conseils sont donnés directement par l'entraîneur, à raison de 10 sessions sur des sujets variés : les familles d'aliments, les déséquilibres alimentaires, l'importance de l'eau, ... pour que tous les ados comprennent l'importance de l'alimentation équilibrée dans le sport... et dans la vie.

Essayez de répondre aux questions sans chercher aucun mot dans le dictionnaire.

- | | | |
|---|---|---|
| 1. Les ados sont très bien renseignés à propos de leur alimentation. | V | F |
| 2. La plupart pensent que l'alimentation est importante. | V | F |
| 3. En général, ils pensent qu'ils ont une bonne alimentation. | V | F |
| 4. Les jeunes riches mangent mieux que les autres. | V | F |
| 5. 50% des jeunes pensent que c'est difficile de bien manger. | V | F |
| 6. Selon les jeunes, si on fait du sport on peut manger de tout. | V | F |
| 7. Selon les jeunes si on veut bien manger on doit supprimer le sucre et les produits gras. | V | F |
| 8. Le programme « Bien manger... » renseigne les jeunes à propos de l'alimentation. | V | F |

Répondez aux questions suivantes :

1. Crois-tu que l'alimentation est importante dans ta vie ?
2. Tu penses que tu as une alimentation équilibrée ?
3. Selon toi, es-tu bien informé sur la nutrition ?
4. Aimerais-tu avoir plus d'information sur la nutrition ? Où ? Chez-toi, au lycée,.. ?
5. Qu'est-ce que tu manges normalement ? Décris un menu type.

COMPRÉHENSION ORALE

4_a À la Tour d'Argent

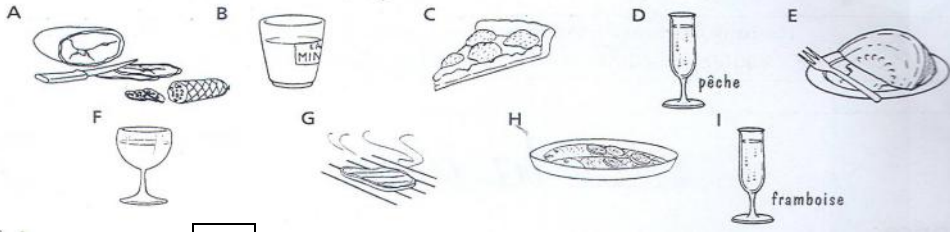
Qui prend quoi?

Conversation 1

Apéritif:	M. Dupré (1)	Mme Dupré (2)
Hors-d'œuvre: (3) (4)		
Boisson: (5) (6)		

Conversation 2

Plat principal:	M. Dupré (7)	Mme Dupré (8)
Dessert: (9) (10)		



Mon score :

10

4_b À la Tour d'Argent

Conversation 1

1-6. Trouve dans la conversation TROIS boissons alcoolisées et TROIS sortes de charcuterie.

Boissons alcoolisées	Charcuterie
1	4
2	5
3	6

Conversation 2

Réponds à ces questions par OUI ou NON.

- 7 M. Dupré prend son steak bien cuit?
- 8 Est-ce qu'il y a des légumes avec le steak?
- 9 Est-ce qu'il y a des pommes de terre avec le poisson?
- 10 Y a-t-il des fruits dans le dessert?

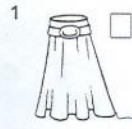
Mon score :

10

Vrai ou faux ?

Martine achète...

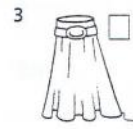
Conversation 1



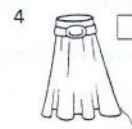
Rouge



Noir



Coton



Taille 50

Conversation 2



Noir



Brun



289 F



250 F



Choisis les bons groupes de mots.

Conversation 1

- 1 Martine essaie *une jupe verte/deux jupes vertes*.
- 2 Elle essaie *une jupe noire/deux jupes noires*.
- 3 Elle préfère *la jupe en velours/la jupe en coton*.
- 4 La jupe en velours est *trop chère/trop courte*.
- 5 Finalement, elle paie *395 F/375 F*.

Conversation 2

- 6 Martine a *une jupe noire/une jupe rouge*.
- 7 Elle veut acheter des chaussures *à talons/plates*.
- 8 Elle essaie les chaussures *brunes/noires*.
- 9 Les chaussures sont *trop grandes/trop chères*.
- 10 Finalement, elle paie *289 F/250 F*.

Mon score :

13







Au supermarché



Annonce

Remplis les blancs.

SUPERMARCHÉ INTER-CLERC

<p>1  Prix:</p> <p>2  Prix:</p> <p>3  Prix:</p>	<p>4  Prix:</p> <p>5  Prix:</p> <p>6  Prix:</p>
--	---

Choisis les bons groupes de mots.

Conversation 1

- 7 La cliente veut échanger un paquet de *lessive/chips*.
- 8 La différence de prix est *3,40 F/34 F*.

Conversation 2

- 9 Le client a perdu *un carnet de chèques/une carte de crédit*.
- 10 C'était à la caisse numéro *13/3*.

Mon score :

12

Annonce

Quel produit est le plus cher?

- 1 Le porc ou le poulet?
- 2 Les tomates ou les fraises?
- 3 Les yaourts ou le fromage?

Conversation 1

Réponds aux questions.

- 4 Qu'est-ce que le mari de la cliente a acheté?
- 5 Quelle marque veut la cliente en échange?
- 6 Est-ce que le nouveau baril est plus cher?

Conversation 2

Remplis les blancs.

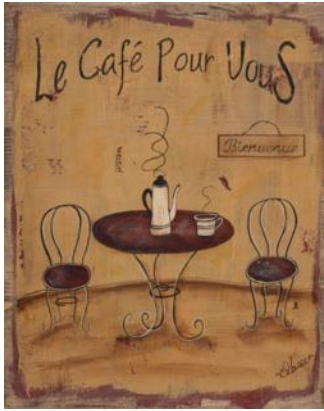
Le client est venu au supermarché ce (7) et il a perdu sa (8) à la caisse numéro (9). Heureusement, l'employée l'a (10).

Mon score :

10

Savoir faire

RENDEZ-VOUS DANS UN CAFÉ



Les cafés, qu'on appelle aussi familièrement « bistros », sont autorisés à servir des boissons, alcoolisées ou non, à toute heure. On peut y prendre son petit déjeuner avant d'aller travailler. Dans la journée, c'est un lieu de détente où on peut lire le journal (dans de nombreux cafés on prête un quotidien si vous le demandez), un lieu de rendez-vous très pratique pour discuter avec ses amis, parler affaires, ou tout simplement regarder à la terrasse le spectacle de la rue.

Dans d'autres cafés, surtout à la campagne, ce sont les joueurs de cartes qui font des parties interminables autour d'un verre. Le dimanche matin, on peut voir aussi les amateurs de tiercé ou de loto remplir leurs bulletins.

Savoir dire : « Sauriez-vous commander le café que vous aimez ? »

Si vous aimez...

1. concentré
2. en petite quantité
3. sans lait
4. avec une goutte de lait
5. avec de la crème
6. avec du lait
7. en grande quantité
8. peu concentré

...passez votre commande !

- a.- un café allongé
- b.- un café noisette
- c.- un café noir
- d.- un café double
- e.- un café au lait
- f.- un café crème (un capuccino)
- g.- un café simple
- h.- un café serré (un espresso)

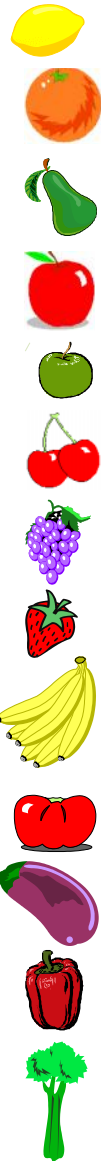
Savez-vous que certains cafés à Paris sont connus pour avoir été le lieu de rencontres des artistes et des intellectuels ? Voilà le nom de quelques-uns. Cherchez des renseignements sur Internet et complétez le tableau.

Nom du café	Quartier	Clients célèbres	D'autres renseignements
Le Procope			
La Rotonde			
La Coupole			
Le Flore			
Les deux Magots			



Voilà certaines spécialités de la gastronomie française. Vous devez chercher d'où elles proviennent. Écrivez à côté le nom de la région d'origine.

- Les Crêpes _____
- La Choucroute _____
- La Ratatouille. _____
- La Bouillabaisse _____
- Le Cassoulet _____
- La Quiche Lorraine _____
- La Fondue Bourguignonne _____
- Le Roquefort _____
- Le Cognac _____
- Le Foie gras _____
- La Fondue Savoyarde _____
- Le Champagne _____
- Le Camembert _____
- Le Calvados _____
- Le Nougat _____
- Le Cidre _____



Voilà une description des spécialités gastronomes. Écrivez dessous le nom correspondant :

- Plat composé de chou saumuré, de lard fumé, de porc salé, de saucisses et de pommes de terre.

- Galette très fine faite avec du lait, de la farine, des œufs et du beurre. On les sert sucrées ou salées.

- Les fleurines confèrent à ce fromage persillé un bouquet particulier et une texture unique.

- Boisson alcoolique obtenue à partir de la distillation des pommes.

- Soupe de poisson.

- Plat fait avec des aubergines, des tomates, des courgettes et des oignons.

- Fromage à pâte molle et à croûte fleurie.

- Boisson pétillante faite du jus des pommes.

- Tarte salée farcie de lardons.

- On verse de l'huile chaude dans un poêlon. On pose le poêlon sur un réchaud de table. Chaque convive muni d'une fourchette à long manche pique un morceau de viande et on le plonge dans le poêlon. Après on pose le morceau de viande dans une assiette garnie de sauces.

- Boisson alcoolique pétillante.

- Plat élaboré avec des haricots, du porc, du confit d'oie, du lard, des saucisses et des légumes.

- Boisson alcoolique obtenue de la double distillation du vin et postérieur vieillissement.

- Plat réalisé avec du fromage fondu. On met le fromage dans un poêlon avec du vin blanc. On le porte à ébullition. On place le poêlon sur le réchaud de table. Avec une fourchette à long manche on pique un cube de pain dur et on le plonge dans le fromage fondu.

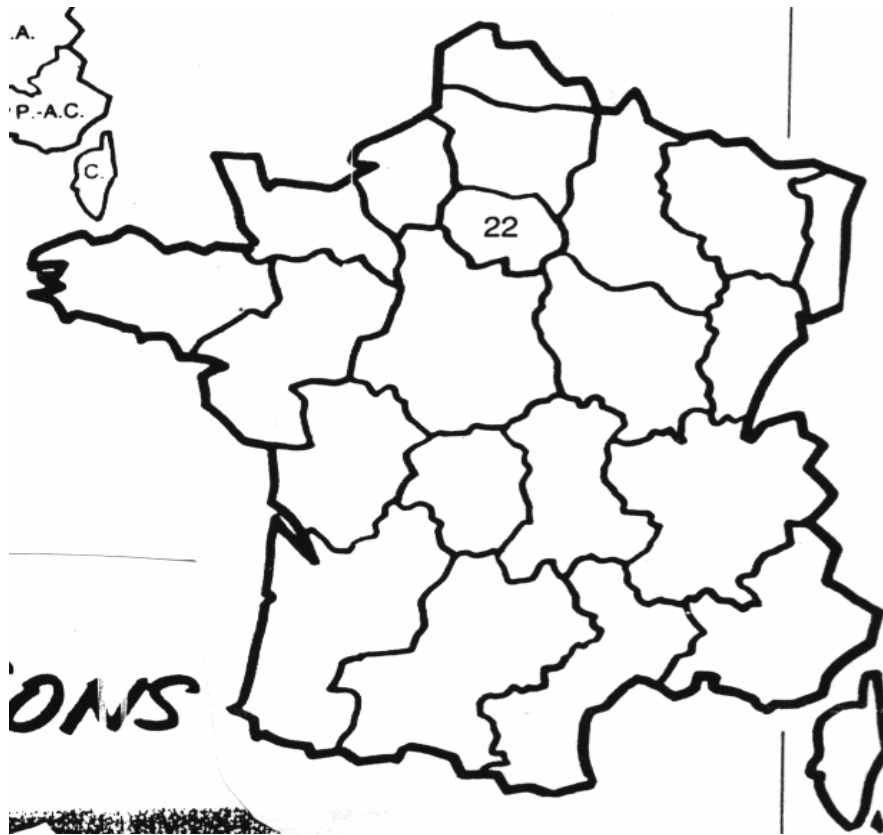
- On le fait avec le foie d'un canard ou d'une oie.

- Sucre, miel, blanc d'œuf, vanille, amandes, pistache, tels sont les éléments constitutifs de ce produit.



Activité: Cherchez l'origine du Roquefort. Cherchez l'origine et l'élaboration du foie gras.
Cherchez l'origine du Champagne.

Situez sur la carte les plats typiques suivants et écrivez le nom de la région correspondante :



1. Les crêpes _____
2. La choucroute _____
3. La fondue bourguignonne _____
4. La bouillabaisse _____
5. Le cassoulet _____
6. La fondue savoyarde _____

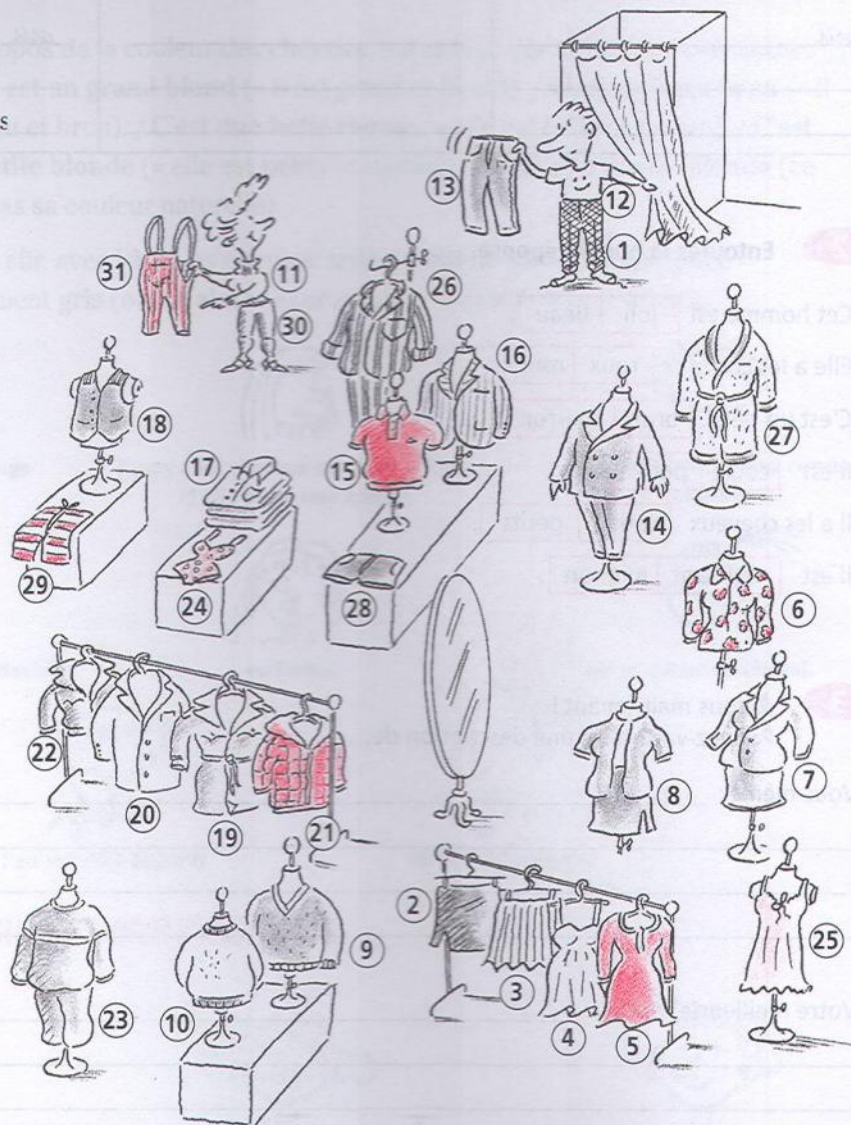
VOCABULAIRE

12

LES VÊTEMENTS - LA MODE

LE RAYON VÊTEMENTS

- (1) le pantalon
- (2) la jupe droite
- (3) la jupe plissée
- (4) la robe sans manches
- (5) la robe à manches longues
- (6) le chemisier
- (7) le tailleur
- (8) l'ensemble
- (9) le pull-over en V
- (10) le pull ras du cou
- (11) le pull à col roulé
- (12) le T-shirt
- (13) le jean
- (14) le costume
- (15) le polo à manches courtes
- (16) la veste
- (17) la chemise
- (18) le gilet
- (19) l'imperméable
- (20) le manteau
- (21) l'anorak
- (22) le blouson
- (23) le survêtement
- (24) le maillot de bain
- (25) la chemise de nuit
- (26) le pyjama
- (27) le peignoir
- (28) le short
- (29) le bermuda
- (30) le caleçon
- (31) la salopette



LES MATIERES

Un tissu est **naturel** ou **synthétique**.

- Matières naturelles : le **coton**, la **laine**, la **soie**, le **lin**, le **cuir**, la **fourrure**.
- Matières synthétiques : le **nylon**, l'**acrylique**, la **viscose**.

LES MOTIFS

Un tissu est **noir**, **blanc** ou de **couleur**.

Un tissu est **uni** ou **imprimé** (à motifs).

Les imprimés :



écossais



à carreaux



à rayures



à fleurs



à pois

LES SOUS-VÊTEMENTS



le maillot de corps



la combinaison



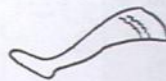
le caleçon



le slip



le collant



le bas



la culotte



le soutien-gorge



la chaussette



la socquette

LES CHAUSSURES

Une paire de chaussures = 2 chaussures.



les baskets



le talon

les escarpins (= chaussures à talon)



la semelle

les mocassins (= chaussures plates)



les pantoufles



les bottes



les sandales

- Les chaussures peuvent être **en cuir**, **en toile**, **en synthétique**...

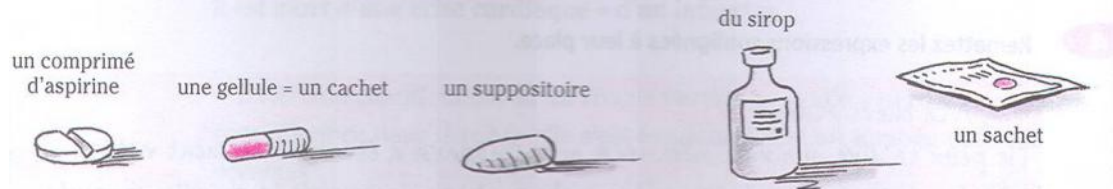
QUELQUES ACCESSOIRES



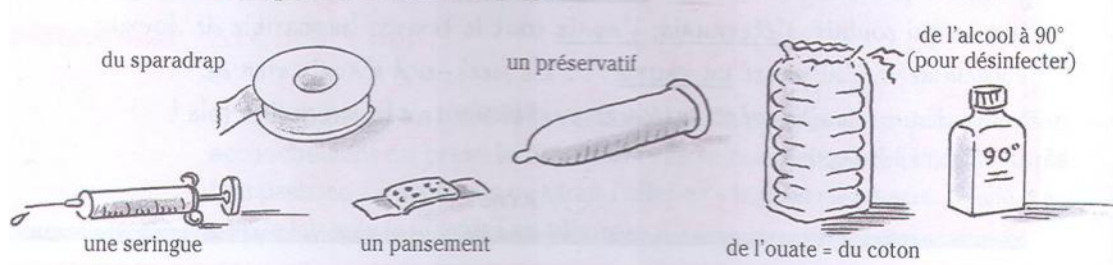
■ Quelques médicaments

- un sirop ou des pastilles contre la toux
- un antibiotique (pour soigner les infections)
- un anti-inflammatoire (contre les inflammations)
- un antidépresseur (contre la dépression nerveuse)
- un collyre (= gouttes pour les yeux)
- un somnifère (pour aider à dormir)
- une pommade (= une crème)

• La forme des médicaments



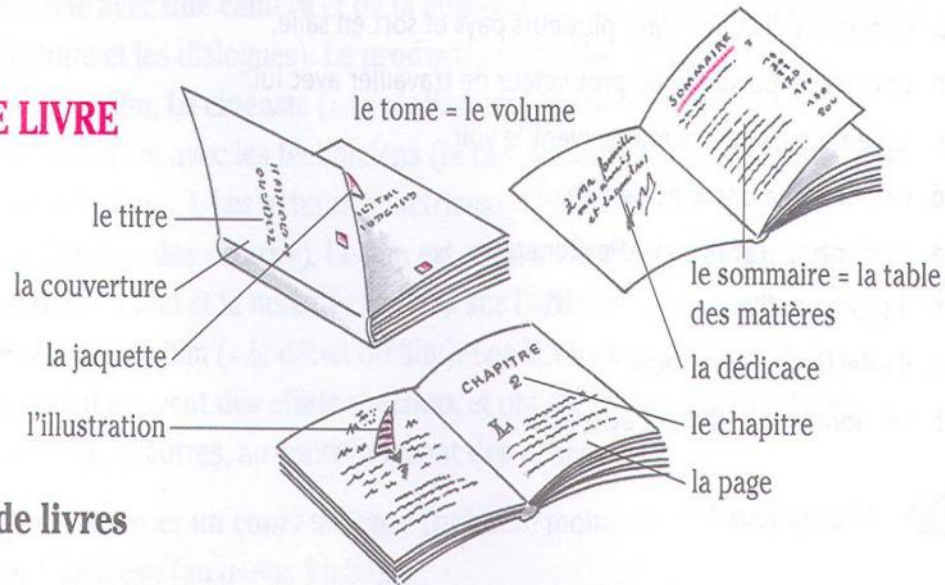
• Un peu de matériel médical





LE LIVRE ET LA LITTÉRATURE

LE LIVRE



Les types de livres

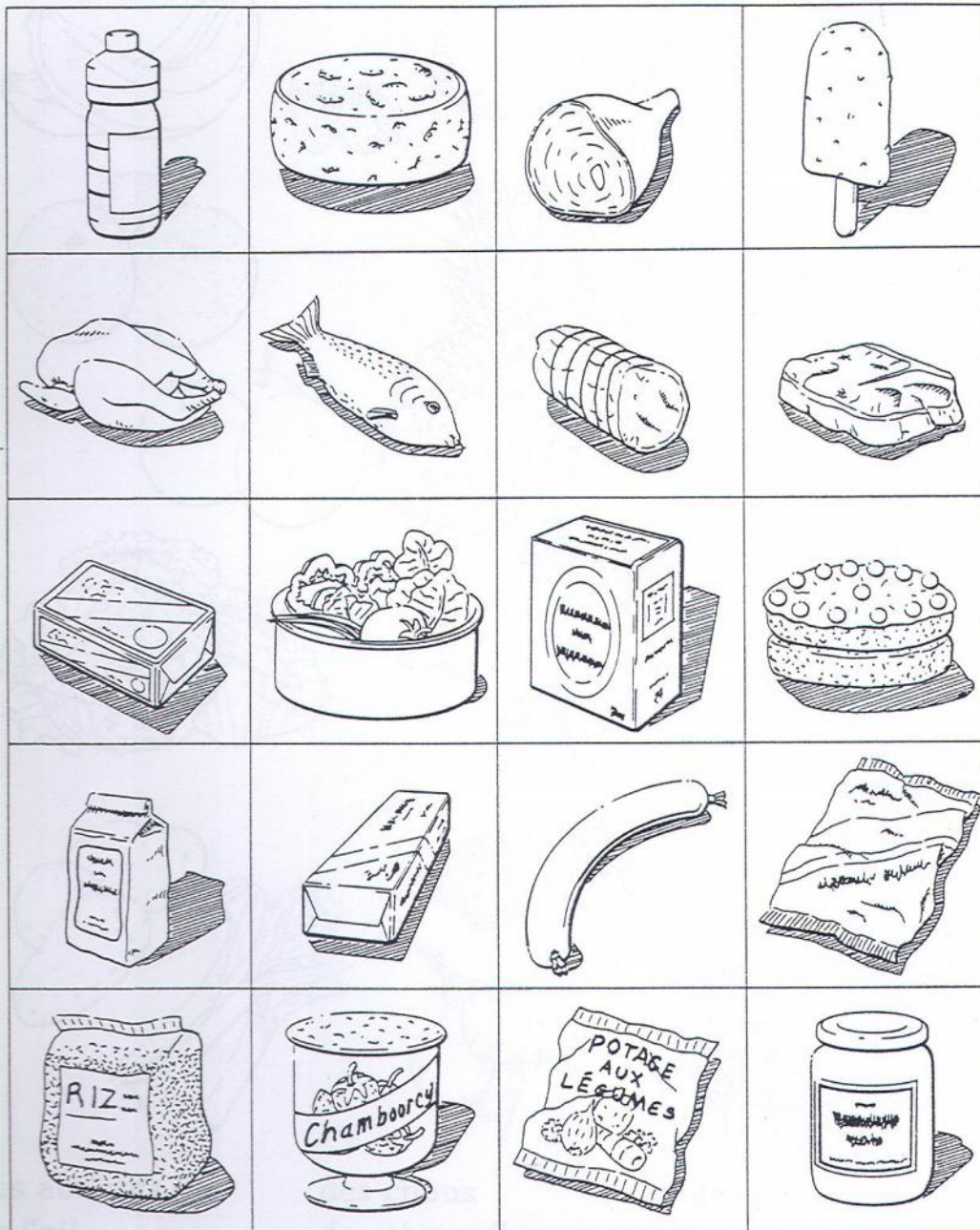
Un lecteur aime la lecture, aime lire / bouquiner* différents types de livres / bouquins* ; par exemple :

- un livre de photos, d'histoire, de cuisine ; un livre scolaire (= pour l'école) ; un livre sur les voitures de sport, sur les fleurs ; un dictionnaire français-allemand..., un manuel de géographie..., un guide touristique sur la Grèce..., un catalogue d'exposition ou de musée..., un recueil de poésie..., une BD (= une bande dessinée, comme Astérix par exemple).

- un livre neuf ≠ un livre d'occasion (= déjà utilisé) que l'on peut acheter chez un bouquiniste (= un libraire spécialisé dans les livres d'occasion)...

un livre de poche (= de petit format, et pas trop cher).

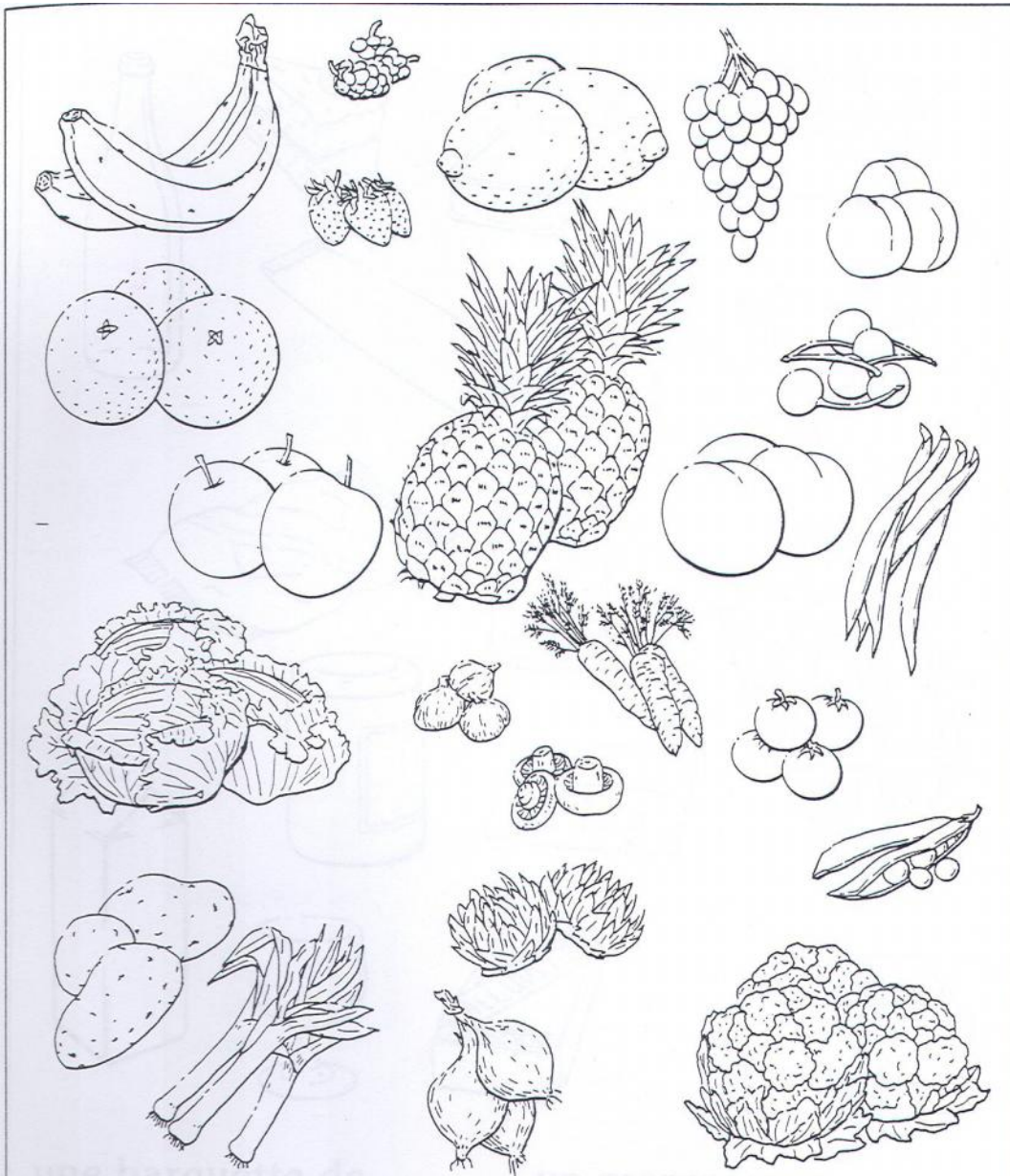
Remarque : Notez l'utilisation des prépositions : un livre d'art (c'est le type de livre), un livre sur la sculpture (c'est le sujet traité).



du beurre
 un bifteck
 des biscuits
 du bœuf
 du café
 des chips
 de la confiture

de l'eau minérale
 du fromage
 un gâteau
 une glace
 du jambon
 du poisson
 un poulet

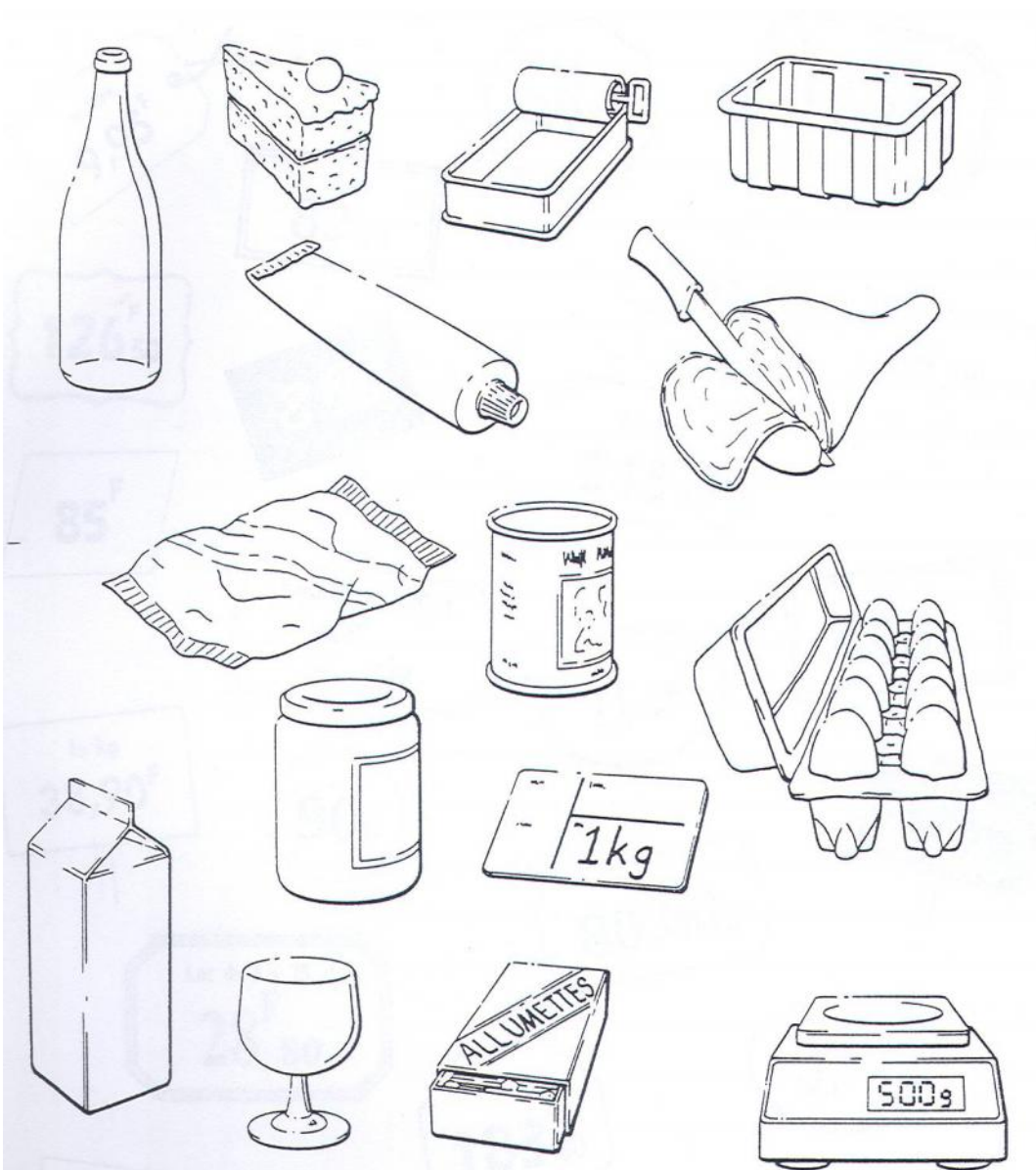
du riz
 de la salade
 du saucisson
 de la soupe en sachet
 du sucre
 un yaourt



des abricots
 de l'ail
 des ananas
 des artichauts
 des bananes
 des carottes
 des cerises
 des champignons

des choux
 des choux-fleurs
 des citrons
 des fraises
 des framboises
 des haricots verts
 des oignons
 des oranges

des pêches
 des petits pois
 des poireaux
 des pommes
 des pommes de terre
 du raisin
 des tomates



une barquette de ...
 une boîte de ...
 une bouteille de ...
 une douzaine de ...
 500 grammes de ...
 un kilo de ...
 un litre de ...

un morceau de ...
 un paquet de ...
 un pot de ...
 une tranche de ...
 un tube de ...
 un verre de ...

Chez Jean-Paul

Suggestions du jour

Consommé au vermicelle

Soupe de poisson

Hors-d'œuvre

Assiette de crudités

Assiette de charcuterie

Pâté du chef

Thon mayonnaise

Sardines beurre

Moules marinière

Pamplemousse au naturel

Viandes et poissons

Escalope de veau à la crème

Tripes à la mode de Caen

Canard à l'orange

Poulet au riz

Entrecôte bordelaise

Coq au vin

Côtelette de porc

Sole meunière

Truite aux amandes

Omelettes au choix (champignons, espagnole, fines herbes, jambon, nature)

Légumes

Pommes duchesse

Pommes frites

Petits pois

Haricots verts au beurre

Salade verte

Fromages

Brie

Gruyère

Emmenthal

Chèvre

Camembert

Port-Salut

Desserts

Crème au caramel

Baba au rhum

Glace maison

Tarte aux pommes

Crêpes bretonnes

Boissons

Vin rouge du pays

Vin blanc du pays

Beaujolais Villages

Côtes du Rhône

Mâcon

Bière

Coca

Eau minérale

Café

Service et taxes en supplément - 15%



À DÉBAT

Les pratiques alimentaires de l'adolescent

Certains aliments sont particulièrement appréciés des ados : les adultes les critiquent souvent, et pourtant...

C'est vrai, les adolescents et adolescentes réclament rarement du pot-au-feu ou du petit salé aux lentilles. Ils préfèrent des aliments moins raffinés gustativement, mais onctueux en bouche, pratiques, faciles et ludiques à préparer et à consommer... Pas de souci car tous les aliments peuvent s'intégrer dans un équilibre alimentaire : comme toujours, le conseil sera la modération, mais surtout pas l'interdiction... Voici un zoom sur quelques aliments de « sa » génération.

Les sandwiches

Les sandwiches ont souvent une mauvaise réputation : à tort !

Si un sandwich contient des crudités, un produit laitier, un VPO (viande-poisson-oeuf) et un peu de matières grasses, il constitue un plat idéal en termes d'apport nutritionnel. Dans ce cas, il suffit d'associer le sandwich à un fruit et le repas est parfaitement équilibré. La base d'un sandwich, c'est le pain, or le pain est un aliment riche en sucres complexes qui favorisent une bonne satiété. Et rassurez-vous : le pain ne fait pas grossir ! Par contre, il est préférable de bien prendre le temps de le consommer (ne pas l'avaler en 5 minutes), de bien mâcher, si possible de ne pas marcher en le mangeant. S'il est consommé trop vite, l'organisme n'a pas forcément le temps d'être rassasié, de comprendre que de l'énergie est en train de lui être apportée, et il peut faire comprendre qu'il a à nouveau faim une heure après. Alors, conseillez à votre adolescent de déguster ses sandwiches !

Le Fast-food

Manger au fast-food tous les jours matin, midi et soir est déconseillé, mais il est tout de même possible de prendre un repas équilibré, ou d'équilibrer ses prises alimentaires sur la journée!

Exemples de repas équilibrés :

- Un burger + des frites + une salade de fruits + eau*
- Une salade de crudités + beignets de poulet + un gâteau au chocolat + un soda light*
- Une salade au poulet + beignets de pommes de terre + un jus d'orange*
- Une salade de crudités + un double burger + un milk-shake + eau*

À savoir...

Attention, la vinaigrette est la sauce la plus énergétique. La sauce cocktail, par contre, confère aux salades une douce saveur exotique, pour un apport énergétique nettement inférieur. Dans tous les cas, quelle que soit la sauce qui est choisie, la moitié d'une dossette est largement suffisante.

Les barres

Les barres de céréales ou chocolatées peuvent être consommées dans le cadre d'une activité physique et faire partie d'un goûter.

Les boissons

Les boissons non sucrées à volonté ! Incitez votre adolescent à prendre la bonne habitude de boire de l'eau en quantité suffisante chaque jour pour bien hydrater son organisme. Attention à l'excès de café ou de thé qui peut agir sur le système nerveux ; il est préférable de les limiter à deux ou trois tasses par jour. Les boissons sucrées, type soda, apportent en moyenne 10 g de sucres pour 100 ml. Ainsi, une canette de 33 cl contient l'équivalent de 7 morceaux de sucre standard. Il est préférable de les consommer occasionnellement et de préférence dans le cadre d'un repas. En dehors des repas, de tels produits entretiennent la soif et l'envie de consommer du sucré, d'où le risque de grignotages source de déséquilibres.