

2022-10-01

Arbetsblad

av *Emmanuelle Caussé*

Vocabulaire

Le congé menstruel fait débat

le congé menstruel

instaurer

mettre en place

les règles (f pl)

j'ai mes règles

douloureux/douloureuse

prendre en compte

une mesure

se rendre compte

un sujet tabou

ledighet vid mens

inrätta, installera

etablera, upprätta

mens

jag har mens

smärtsam

räkna in, notera

en åtgärd

inse, förstå

ett tabubelagt ämne

Les problèmes de vue augmentent chez les jeunes Français

un problème de vue

des lunettes (f pl)

voir de loin

la myopie

l'hypermétropie (f)

héréditaire

un écran

en plein air

un œil

des yeux (m pl)

un picotement

en dessous

endommager

ett synfel

glasögon

se på långt håll

närsynthet

långsynthet

ärfdigt

en skärm

utomhus

ett öga

(flera) ögon

en stickning (som i en stickande känsla)

under

förstöra

« Poupée russe », une chanson sur la santé mentale

la santé mentale
une « poupée russe »
une facette
sensibiliser

den psykiska hälsan
en "rysk docka"
en sida, ett lager
öka medvetenheten

Questions

Le congé menstruel fait débat

1. Quel est le premier pays en Europe à avoir un congé menstruel ?

- a) La Suède.
- b) La France.
- c) L'Espagne.

2. Que pense Marthe d'un congé pour règles douloureuses ?

- a) C'est une super bonne idée.
- b) Ça pourrait être une bonne idée.
- c) Ce n'est pas du tout une bonne idée.

3. Que pense Pierre du congé menstruel ?

- a) Il n'est ni pour, ni contre.
- b) Il est pour.
- c) Il est contre.

4. Selon Pierre, le sujet des règles est-il encore tabou en France ?

- a) Oui, absolument.
- b) Oui, encore un peu.
- c) Non, pas du tout.

Les problèmes de vue augmentent chez les jeunes Français

5. Combien d'enfants portent des lunettes en France ?

- a) Un sur quatre.
- b) Deux sur quatre.

c) Trois sur quatre.

6. Quel âge avait Timothée quand il a commencé à porter des lunettes ?

- a) 4 ans.
- b) 16 ans.
- c) 10 ans.

7. Qu'arrive-t-il à Timothée quand il passe beaucoup de temps devant des écrans ?

- a) Il a des picotements en-dessous des yeux.
- b) Ses yeux sont rouges.
- c) Il a les yeux qui pleurent.

« Poupée russe », une chanson sur la santé mentale

8. Pourquoi Lujipeka appelle-t-il son amoureuse « ma poupée russe » ?

- a) Parce qu'elle ressemble à une poupée.
- b) Parce qu'elle a plusieurs facettes.
- c) Parce qu'elle est russe.

La parole est à vous !

Les problèmes de vue augmentent chez les jeunes Français

– Avez-vous des problèmes de vue ? Portez-vous des lunettes et/ou des lentilles de contact ? Depuis quand ? Aimez-vous porter des lunettes et/ou des lentilles ? Pourquoi ?

– Vous-même, combien de temps par jour en moyenne passez-vous devant un écran d'ordinateur ou de smartphone ? Avez-vous parfois l'impression que cela fatigue vos yeux ? Racontez !

– Selon vous, comment peut-on protéger la santé de ses yeux ? Donnez votre point de vue !

Mots et expressions à utiliser

- j'ai des problèmes de vue depuis que j'ai l'âge de... ans
- je porte des lunettes/des lentilles parce que...
- comme je suis..., je ne vois pas très bien de près/de loin
- je ne vois pas très bien de près/de loin mais je ne porte pas de lunettes parce que...
- parfois, quand je..., je ne vois pas très bien de près/de loin
- parfois, j'ai mal à... à cause de...
- quand je passe beaucoup de temps à..., cela m'arrive de...
- j'aime/je n'aime pas porter des lunettes/des lentilles, parce que...
- je préfère les lentilles/les lunettes, parce que...
- personnellement, ça me dérange/ça ne me dérange pas de porter des lunettes/des lentilles, parce que...
- en moyenne, je passe... heures par jour devant les écrans.
- pour moi, passer... heures par jour devant un écran, c'est mauvais pour les yeux, parce que...
- j'ai l'impression que les écrans fatiguent mes yeux quand...
- en fin de journée, je trouve que mes yeux sont parfois... parce que...
- je trouve que regarder des écrans trop longtemps fatigue mes yeux, parce que...
- souvent, je me sens... en fin de journée et j'ai mal à...
- pour protéger ses yeux des écrans, je pense qu'il faut...
- le mieux pour protéger la santé de ses yeux, c'est de...
- je pense qu'on ne peut pas protéger ses yeux des écrans, parce que...

les lentilles (de contact) (f pl)	pratique
avoir une correction légère/forte	faire attention à q'ch
voir flou	la lumière naturelle
avoir une bonne/mauvaise vue	la lumière artificielle
être astigmat	faire une pause
se concentrer	avoir mal
confortable	avoir les yeux rouges
fatiguer	irrité-e
avoir mal à la tête	protéger
se sentir à l'aise	la prévention
être gêné(e) par q'ch	soigner
esthétique	un·e ophtalmo(logiste)

Solutions

1. c), 2. a), 3. b), 4. c), 5. a), 6. c), 7. a), 8. b)