

2022-10-01

Programmanus

av *Emmanuelle Caussé och Arman Vossougui*

- Bonjour à tous !
- Aujourd’hui, dans les Nouvelles en français facile :
 - Le congé menstruel fait débat ;
 - Les problèmes de vue augmentent chez les jeunes Français ;
 - « Poupée russe », une chanson pour parler de la santé mentale.
- Bienvenue dans les Nouvelles en français facile du samedi 1^{er} octobre. Je suis Arman Vossougui.
- Et je suis Emmanuelle Caussé.

Le congé menstruel fait débat

Extrait du journal télévisé de la chaîne Euronews :

« L’Espagne devient officiellement le premier pays européen à instaurer un congé menstruel. »

L’Espagne est le premier pays en Europe à avoir un congé menstruel. Avoir un congé menstruel, c’est avoir le droit de s’arrêter de travailler quand on a des règles très douloureuses.

En France, il n’y a pas de congé menstruel mais de plus en plus de femmes le demandent.

Que pense une jeune Française du congé menstruel ?

Marthe : Bonjour, je m’appelle Marthe et j’ai 15 ans.

Nous en avons discuté avec Marthe.

– *Un congé pour règles douloureuses, est-ce que c’est une bonne idée selon vous ?*

Marthe : Je pense qu’un congé pour règles douloureuses est une bonne idée. Je suis pour le congé menstruel.

le congé menstruel

ledighet vid mens

instaurer *inrätta,*

installera

avoir le droit de *ha rätt*

att

les règles (f pl) *mens*

(j’ai mes règles jag har

mens)

douloureux/douloureuse

smärtsam

– Est-ce que vous avez l'impression que les règles sont encore un sujet tabou ?

Marthe : J'ai l'impression que c'est pas un sujet tabou mais qu'il y aurait des progrès à faire.

Marthe trouve qu'on parle beaucoup plus des règles aujourd'hui. Mais elle pense aussi qu'il y a encore des progrès à faire sur le sujet.

– Est-ce que vous parlez facilement des règles avec votre famille ou avec vos amis ?

Marthe : Oui, j'ai l'habitude d'en parler facilement.

un sujet tabou ett tabubelagt ämne

un progrès ett framsteg, en utveckling

j'ai l'habitude de faire q'ch jag är van vid att göra ngt

Les problèmes de vue augmentent chez les jeunes Français

Les jeunes Français ont de plus en plus de problèmes de vue. Ils sont surtout myopes, c'est-à-dire qu'ils ont du mal à voir de loin. Le problème vient surtout du temps passé devant les écrans d'ordinateur et de smartphones, et du manque d'activités à la lumière naturelle.

Pour en savoir plus, nous avons maintenant rendez-vous avec Timothée. Timothée porte des lunettes depuis qu'il a 10 ans.

Timothée : Bonjour, je m'appelle Timothée et j'ai 16 ans.

– Quel est votre problème de vue ?

Timothée : Je suis myope.

– Est-ce que vous avez parfois mal aux yeux après avoir passé beaucoup de temps devant votre ordinateur ou votre smartphone ?

Timothée : Oui, après avoir passé beaucoup de temps devant mon téléphone, j'ai souvent mal aux yeux. J'ai des picotements sous les yeux et cela m'empêche parfois de dormir.

Quand Timothée passe beaucoup de temps sur l'écran de son téléphone, il a souvent mal aux yeux. Il a des picotements sous les yeux et il a parfois du mal à s'endormir.

un problème de vue ett synfel

myope närsynt

les écrans skärmarna

un œil ett öga

des yeux (flera) ögon

mal aux yeux ont i ögonen

un picotement en

stickning (som i en

stickande känsla)

cela m'empêche de faire

q'ch det hindrar mig från

att göra ngt

– Les jeunes Français ont de plus en plus de problèmes de vue. Est-ce que cela vous surprend ?

Timothée : Non, cela ne me surprend pas, parce que tout le monde utilise beaucoup son téléphone.

– Vous-même, est-ce que vous faites attention à la santé de vos yeux ?

Timothée : Non, je ne fais pas attention à la santé de mes yeux.

« Poupée russe », une chanson pour parler de la santé mentale

Lujipeka est un jeune rappeur français. Dans sa chanson « Poupée russe », il raconte son histoire d'amour avec une jeune fille qui a des problèmes de santé mentale.

Lujipeka appelle son amoureuse « poupée russe », parce qu'elle a plusieurs facettes, comme les petites poupées du même nom.

*Promis, on ira voir la mer
Quand c'est la merde, je fais l'autruche
Je sais qu'tu vis un enfer
Viens, je t'emmène, ma poupée russe
On, on ira voir la mer
Quand c'est la merde, je fais l'autruche
Je sais qu'tu vis un enfer
Viens, je t'emmène, ma poupée russe*

*Elle a du venin sur les dents mais pas d'sang sur les mains
On n'est pas si différents quand elle prend ses médicaments
Personne sait qu'elle malade, on n'en parle pas, on se balade
Moi aussi, on m'a proposé d'me reposer à l'hôpital*

***On, on ira voir la mer
Quand c'est la merde, je fais l'autruche
Je sais qu'tu vis un enfer
Viens, je t'emmène, ma poupée russe
On, on ira voir la mer
Quand c'est la merde, je fais l'autruche
Je sais qu'tu vis un enfer
Viens, je t'emmène, ma poupée russe***

la santé mentale *den*
psykiska hälsan
une « poupée russe » en
"rysk docka"
une facette en sida, ett
lager

Extrait de la chanson
« *Poupée russe* »
de **Lujipeka**

*On est toujours les gosses qu'on était
J'ai de sérieux doutes sur l'jardin d'Éden
La main sur la plaque pour voir c'que ça fait
Et tant pis quand on chante s'ils écoutent à peine
Elle dit qu'les médecins sont des menteurs
Qu'on l'devine à la façon dont ils dessinent les cœurs
Qui a raison, qui a tort ? J'm'en fous, moi j'n'ai plus peur
Du monstre caché dans son corps
Cap sur la plage, dans l'creux d'la vague, on chante encore*

*Promis, on ira voir la mer
Quand c'est la merde, je fais l'autruche
Je sais qu'tu vis un enfer
Viens, je t'emmène, ma poupée russe
On, on ira voir la mer
Quand c'est la merde, je fais l'autruche
Je sais qu'tu vis un enfer
Viens, je t'emmène, ma poupée russe*

C'était les Nouvelles en français facile du samedi 1^{er} octobre 2022.

Merci de nous avoir écoutés et à bientôt !

Sources :

[Article sur le débat du congé menstruel en France paru sur ouest-france.fr](#)

[Article sur l'augmentation de la myopie chez les jeunes Français paru sur rtl.fr](#)

[Article sur les chansons de Lujipeka paru sur vitav.fr](#)