

A2.25 Devoirs / esercizi

A2.25 Compiti / esercizi

<https://francese.colingua.it/programma/a2/25>



Exercice 1:

Exercice de conversation

Instruction:

1. Avez-vous déjà suivi un régime ou en suivez-vous un en ce moment ? (*Sei mai stato a dieta o lo sei in questo momento?*)
2. Regardez-vous habituellement la liste des ingrédients lorsque vous achetez de la nourriture au supermarché ? (*Di solito guardi la lista degli ingredienti quando acquisti cibo al supermercato?*)
3. Décrivez-vous vos habitudes alimentaires comme saines ou plutôt malsaines ? (*Descriveresti le tue abitudini alimentari come sane o piuttosto malsane?*)

1



3



.....

.....

.....

Esempi di frasi:

Je n'ai jamais suivi de régime auparavant. Cependant, je suis végétarien donc je ne mange pas de viande.

Non ho mai fatto una dieta prima. Tuttavia sono vegetariano quindi non mangio carne.

J'ai essayé quelques régimes par le passé mais je ne les ai pas aimés. J'essaie d'être plus actif maintenant.

Ho provato alcune diete in passato ma non mi sono piaciute. Sto cercando di essere più attivo ora.

Je regarde toujours les ingrédients. Je vérifie le sucre et le sel dans la nourriture.

Guardo sempre gli ingredienti. Controllo lo zucchero e il sale nel cibo.

Je mange principalement très sainement mais parfois je prends du chocolat.

Mangio principalmente in modo sano, ma a volte mangio un po' di cioccolato.

J'ai un bon équilibre entre manger des aliments malsains et sains.

Ho un buon equilibrio tra il mangiare cibi non salutari e cibi salutari.

Je mange assez mal. Je vais bientôt commencer un régime.

Sto mangiando piuttosto male. Presto seguirò una dieta.

...

A2.25 Devoirs / esercizi

A2.25 Compiti / esercizi

<https://francese.colingua.it/programma/a2/25>



Exercice 2:

Cartes de dialogue

Instruction: Écrivez un court dialogue pour chaque situation.

1. Au marché pour planifier

Discutez ensemble de ce que vous allez acheter pour préparer un menu sain cette semaine.

Exemples de phrases

.....
.....
.....
.....

Exemples de phrases

.....
.....
.....
.....

Bonjour, qu'est-ce que tu comptes acheter pour les repas ?

Ciao, cosa pensi di comprare per i pasti?

Je veux des légumes frais, comme des tomates et des épinards.

Voglio verdure fresche, come pomodori e spinaci.

Bonne idée, aussi des fruits pour le dessert, peut-être des

pommes et des fraises.

Buona idea, anche della frutta per il dessert, forse delle mele e delle

fragole.

Exactement, et j'essaie d'éviter les aliments trop gras cette

semaine.

Esattamente, e cerco di evitare i cibi troppo grassi questa settimana.

2. Au café, parler d'habitudes

Décrivez à votre partenaire vos habitudes alimentaires et parlez des changements que vous souhaitez faire.

Exemples de phrases

.....

.....

.....

.....

Je mange souvent des sandwiches, mais ce n'est pas très sain.

Mangio spesso panini, ma non è molto sano.

Moi, je préfère cuisiner des repas équilibrés à la maison.

Io preferisco cucinare pasti equilibrati a casa.

Je devrais réduire les sodas, ils sont mauvais pour la santé.

Dovrei ridurre le bibite gassate, fanno male alla salute.

Oui, boire plus d'eau est une bonne habitude à adopter.

Sì, bere più acqua è un'abitudine da adottare.

Exemples de phrases

.....

.....

.....

.....

3. Préparer le menu hebdomadaire

Planifiez ensemble un menu sain pour la semaine en utilisant des expressions de volonté et de planification.

Exemples de phrases

.....

.....

.....

.....

Cette semaine, je veux essayer un nouveau plat végétarien.

Questa settimana voglio provare un nuovo piatto vegetariano.

Bonne idée, moi aussi je veux cuisiner plus de soupes de légumes.

Buona idea, anch'io voglio cucinare più zuppe di verdure.

On peut préparer des plats avec moins de viande.

Si possono preparare piatti con meno carne.

Oui, je prévois de manger du poisson deux fois cette semaine.

Sì, prevedo di mangiare pesce due volte questa settimana.

Exemples de phrases

.....

.....

.....

.....

A2.25 Devoirs / esercizi

A2.25 Compiti / esercizi

<https://francese.colingua.it/programma/a2/25>



Exercice 3:

Associer un mot

Instruction: Associez les traductions

- | | |
|------------------------------|--------------------------------------|
| a. Le menu hebdomadaire doit | 1. comporter des légumes variés. |
| b. Pour manger sainement, | 2. il faut éviter les aliments gras. |
| c. Je fais de la méditation | 3. pour mieux me relaxer. |
| d. Quand j'étais petit, | 4. je me pesais tous les matins. |

Soluzioni:

1. Le menu hebdomadaire doit comporter des légumes variés. 2. Pour manger sainement, il faut éviter les aliments gras. 3. Je fais de la méditation pour mieux me relaxer. 4. Quand j'étais petit, je me pesais tous les matins.

A2.25 Devoirs / esercizi

A2.25 Compiti / esercizi

<https://francese.colingua.it/programma/a2/25>



Exercice 4:

Regrouper les mots

Instruction: Glissez chaque mot dans la catégorie qui correspond le mieux à un aliment sain ou à une habitude saine.

la salade, la fraise, la poire, manger sainement, la carotte, la banane, la tomate, la méditation, le yoga, la pomme, le thé, la relaxation

Aliments sains

.....

.....

.....

.....

Habitudes saines

.....

.....

.....

.....

Soluzioni:

1. Aliments sains: la banane, la carotte, la salade, la tomate, la pomme, la poire, la fraise, le thé
Habitudes saines: la méditation, la relaxation, le yoga, manger sainement

