



### **Liste des thèmes et éléments de discussion**

1. Le tourisme et les voyages
2. Les divertissements (Musique, cinéma, télé, art)
3. Les relations sociales, familiales et amicales
4. Le sport
5. La santé physique et mentale
6. La pauvreté, l'exclusion sociale et l'action humanitaire
7. Les médias, la communication et les outils numériques
8. Education
9. Environnement



|   |                                   |  |                             |
|---|-----------------------------------|--|-----------------------------|
| 1. <b>abîmer</b>                                | to spoil                          | 39. <b>la conservation</b>                     | the preservation            |
| 2. <b>un aéroport</b>                           | airport                           | 40. <b>constater</b>                           | to notice                   |
| 3. <b>une agence de voyage</b>                  | a travel agency                   | 41. <b>une contrainte</b>                      | a constraint, a restriction |
| 4. <b>aller à la recherche de</b>               | to go in search of                | 42. <b>contrôler</b>                           | to check, inspect           |
| 5. <b>aller en vacances</b>                     | to go on holiday                  | 43. <b>la côte / le littoral</b>               | coast                       |
| 6. <b>l'ambiance</b>                            | the atmosphere                    | 44. <b>courtois(e)</b>                         | polite                      |
| 7. <b>l'aménagement</b>                         | the development, the construction | 45. <b>coûteux / couteuse</b>                  | costly                      |
| 8. <b>à ne pas manquer</b>                      | not to be missed                  | 46. <b>une coutûme</b>                         | a custom, a tradition       |
| 9. <b>animé(e)</b>                              | busy                              | 47. <b>une croisière</b>                       | a cruise                    |
| 10. <b>artisanat</b>                            | craft                             | 48. <b>la découverte</b>                       | the discovery               |
| 11. <b>un attrape-touristes</b>                 | a tourist trap                    | 49. <b>déçu(e)</b>                             | disappointed                |
| 12. <b>autochtones</b>                          | the local population              | 50. <b>dépenser</b>                            | to spend                    |
| 13. <b>aventureux / aventureuse</b>             | adventurous                       | 51. <b>disponible</b>                          | available                   |
| 14. <b>averti(e)</b>                            | experienced                       | 52. <b>la diversité</b>                        | diversity                   |
| 15. <b>avoir besoin de se changer les idées</b> | to need a change                  | 53. <b>douanes</b>                             | (border) customs            |
| 16. <b>avoir les moyens de</b>                  | to afford                         | 54. <b>un échange</b>                          | an exchange                 |
| 17. <b>bénéfique</b>                            | beneficial                        | 55. <b>éducatif</b>                            | educational                 |
| 18. <b>bondé(e)</b>                             | packed                            | 56. <b>éloigné(e)</b>                          | far-off                     |
| 19. <b>bronzé(e)</b>                            | tanned                            | 57. <b>un endroit</b>                          | a place                     |
| 20. <b>bronzette (faire la) (familiar)</b>      | sunbathing (to sunbathe)          | 58. <b>enrichissant(e)</b>                     | enriching                   |
| 21. <b>bryant</b>                               | noisy                             | 59. <b>des équipements / des installations</b> | facilities                  |
| 22. <b>camper</b>                               | to camp                           | 60. <b>une escale</b>                          | a stop-over                 |
| 23. <b>camping</b>                              | camping, camp site                | 61. <b>estival(e)</b>                          | in the summer               |
| 24. <b>un camping-car</b>                       | motorhome, camper van             | 62. <b>être à la merci de</b>                  | to be at the mercy of       |
| 25. <b>un car-ferry</b>                         | a ferry (boat)                    | 63. <b>étroit(e) d'esprit</b>                  | narrow-minded               |
| 26. <b>casanier / casanière</b>                 | home-loving                       | 64. <b>éviter</b>                              | to avoid                    |
| 27. <b>un centre de vacances</b>                | holiday centre                    | 65. <b>faire du camping</b>                    | to go camping               |
| 28. <b>la chaleur</b>                           | the heat                          | 66. <b>faire du tourisme</b>                   | to go sightseeing           |
| 29. <b>un circuit touristique</b>               | an organised/ a package holiday   | 67. <b>faire le tour du monde</b>              | to go round the world       |
| 30. <b>le climat</b>                            | climate                           | 68. <b>flexible</b>                            | flexible                    |
| 31. <b>une colonie</b>                          | a youth camp                      | 69. <b>le folklore</b>                         | customs & traditions        |
| 32. <b>le commerce équitable</b>                | fair trade                        | 70. <b>la foule</b>                            | crowd                       |
| 33. <b>le commerce local</b>                    | local trade/business              | 71. <b>franchir une montagne</b>               | to cross a mountain         |
| 34. <b>une communauté</b>                       | an ethnic group                   | 72. <b>généreux</b>                            | generous                    |
| 35. <b>complet</b>                              | full                              | 73. <b>un gîte</b>                             | holiday house               |
| 36. <b>un congé</b>                             | break, holiday                    | 74. <b>une grande ville</b>                    | a city                      |
| 37. <b>un congé payé</b>                        | a paid holiday                    | 75. <b>grandiose</b>                           | majestic                    |
| 38. <b>la connaissance</b>                      | knowledge                         | 76. <b>un hébergement</b>                      | accommodation               |

|  |                            |  |                         |
|--|----------------------------|--|-------------------------|
| 77. <b>un impact écologique</b>              | an ecological impact       | 114. <b>perturber</b>                    | to disturb              |
| 78. <b>impoli (e)</b>                        | rude                       | 115. <b>peu fréquenté(e)</b>             | uncrowded               |
| 79. <b>Inconnu(e)</b>                        | unknown                    | 116. <b>une plage</b>                    | beach                   |
| 80. <b>l'industrie du tourisme</b>           | the tourism industry       | 117. <b>planifier</b>                    | to plan                 |
| 81. <b>inoubliable</b>                       | unforgettable              | 118. <b>un pont</b>                      | bridge                  |
| 82. <b>Intéressé(e) par</b>                  | interested in              | 119. <b>les produits du terroir</b>      | local produce           |
| 83. <b>un itinéraire</b>                     | an itinerary, a route      | 120. <b>profiter de</b>                  | to enjoy                |
| 84. <b>une location</b>                      | a rented accommodation     | 121. <b>un promoteur immobilier</b>      | a property developer    |
| 85. <b>le logement</b>                       | the accommodation          | 122. <b>promouvoir</b>                   | to promote              |
| 86. <b>loger</b>                             | to stay (e.g. hotel)       | 123. <b>propre</b>                       | clean                   |
| 87. <b>lointain(e)</b>                       | distant                    | 124. <b>la proximité</b>                 | the nearness            |
| 88. <b>mal supporter le décalage horaire</b> | to suffer from jet-lag     | 125. <b>radin(e) (familial)</b>          | tight with money        |
| 89. <b>la Manche</b>                         | English Channel            | 126. <b>râleur / râleuse</b>             | grumpy                  |
| 90. <b>une manifestation culturelle</b>      | a cultural event           | 127. <b>recupérer</b>                    | to recover              |
| 91. <b>un milieu naturel</b>                 | nature                     | 128. <b>réfractaire à</b>                | reluctant               |
| 92. <b>les moeurs</b>                        | the way of life            | 129. <b>relaxant(e)</b>                  | relaxing                |
| 93. <b>une monnaie</b>                       | currency                   | 130. <b>remarquer</b>                    | to notice               |
| 94. <b>la monnaie</b>                        | currency                   | 131. <b>rencontrer</b>                   | to meet                 |
| 95. <b>des monuments</b>                     | sights                     | 132. <b>rendre visite à / aller voir</b> | to visit (a person)     |
| 96. <b>un moyen économique de voyager</b>    | a cheap form of travel     | 133. <b>le repos</b>                     | rest                    |
| 97. <b>nager/se baigner</b>                  | to swim                    | 134. <b>reposant(e)</b>                  | relaxing                |
| 98. <b>un organisme</b>                      | an organisation            | 135. <b>le réseau routier</b>            | the road network        |
| 99. <b>ouvert(e) d'esprit</b>                | open-minded                | 136. <b>une résidence</b>                | a home                  |
| 100. <b>paraître</b>                         | to appear, to seem         | 137. <b>des retombées économiques</b>    | economic benefits       |
| 101. <b>un parc d'attractions</b>            | theme park                 | 138. <b>réussi(e)</b>                    | successful              |
| 102. <b>parcourir le monde</b>               | to travel the world        | 139. <b>un routard</b>                   | a back-packer           |
| 103. <b>participer à</b>                     | to take part in            | 140. <b>le sable</b>                     | sand                    |
| 104. <b>un passeport</b>                     | passport                   | 141. <b>sale</b>                         | dirty                   |
| 105. <b>passer par</b>                       | to go via                  | 142. <b>se comporter</b>                 | to behave               |
| 106. <b>le patrimoine</b>                    | national heritage          | 143. <b>se cultiver</b>                  | to cultivate one's mind |
| 107. <b>le paysage</b>                       | the landscape / scenery    | 144. <b>se déplacer</b>                  | to travel               |
| 108. <b>un pays du Tiers-Monde</b>           | a Third World country      | 145. <b>se faire bronzer</b>             | to sunbathe             |
| 109. <b>un pays francophone</b>              | a french-speaking country  | 146. <b>un séjour</b>                    | stay, holiday           |
| 110. <b>un pays sous-développé</b>           | an under-developed country | 147. <b>un séjour linguistique</b>       | a language trip         |
| 111. <b>un péage</b>                         | road toll                  | 148. <b>séjourner</b>                    | to stay                 |
| 112. <b>pendant la saison</b>                | during peak time           | 149. <b>se renseigner (sur)</b>          | to find out (about)     |
| 113. <b>perfectionner sa connaissance</b>    | to improve one's knowledge | 150. <b>les services</b>                 | the service             |
|  |                            | 151. <b>s'évader</b>                     | to escape               |
|  |                            | 152. <b>un site naturel</b>              | a natural site          |
|  |                            | 153. <b>s'ouvrir l'esprit à</b>          | to open one's mind to   |
|  |                            | 154. <b>un stage</b>                     | course                  |

|      |                                      |                              |
|------|--------------------------------------|------------------------------|
| 165. | <b>une station balnéaire</b>         | a holiday resort             |
| 166. | <b>supporter</b>                     | to bear / to tolerate        |
| 167. | <b>surpeuplé(e)</b>                  | over-crowded                 |
| 168. | <b>le taux de change</b>             | the exchange rate            |
| 169. | <b>le temps/météo</b>                | weather                      |
| 160. | <b>un territoire</b>                 | a land                       |
| 161. | <b>le tourisme de masse</b>          | mass tourism                 |
| 162. | <b>le tourisme durable</b>           | sustainable tourism          |
| 163. | <b>le tourisme solidaire</b>         | ethical tourism              |
| 164. | <b>le tourisme vert</b>              | green/ecological tourism     |
| 165. | <b>tout compris</b>                  | all inclusive                |
| 166. | <b>le train-train quotidien</b>      | humdrum daily routine        |
| 167. | <b>un trajet</b>                     | a journey                    |
| 168. | <b>traverser un pays</b>             | to go through a country      |
| 169. | <b>un tunnel</b>                     | tunnel                       |
| 170. | <b>les vacances de ski / d'hiver</b> | skiing holiday               |
| 171. | <b>les vacances en famille</b>       | family holidays              |
| 172. | <b>un vacancier</b>                  | a holiday maker              |
| 173. | <b>une valise</b>                    | a suitcase                   |
| 174. | <b>la vie nocturne</b>               | night life                   |
| 175. | <b>visiter</b>                       | to visit (look around)       |
| 176. | <b>la voile</b>                      | sailing                      |
| 177. | <b>le vol</b>                        | flight                       |
| 178. | <b>voler</b>                         | to fly                       |
| 179. | <b>voyager à peu de frais</b>        | to travel low-cost           |
| 180. | <b>les voyages forment jeunesse</b>  | travelling broadens the mind |
| 181. | <b>un voyageur / voyageuse</b>       | a traveller                  |

## LE TOURISME ET LES VOYAGES

Il existe différentes sortes de vacances: les vacances au soleil (le bronzage et la baignade), les vacances de sports d'hiver, les vacances en famille, les vacances d'aventure (vacances extrêmes), les vacances organisées, les vacances purement touristiques (dans des capitales), les vacances culturelles, les séjours linguistiques, les camps sportifs, les vacances rurales (dans un gîte à la campagne / camping dans la nature), les chantiers humanitaires (vacances solidaires), les vacances écologiques (l'écotourisme), les pèlerinages, les croisières, les voyages scolaires éducatifs.

Des voyages dans l'espace sont déjà imaginés, planifiés et mis en vente. Il y a eu des grands changements dans l'industrie touristique récemment à cause de l'internet. On a plus d'information sur certaines destinations qu'il y a 20 ans. Certains pays comme les pays du Maghreb ou la Croatie sont devenus des destinations touristiques populaires grâce à des campagnes publicitaires. L'apparition d'outils numériques a également eu un impact sur l'industrie du tourisme. Il y a moins de guides humains et plus d'appareils technologiques, de tablettes, etc. donc il y a moins de communication et contact avec les autochtones. Mais grâce à ces appareils, on a un accès gratuit et facile à des informations culturelles et linguistiques (des traducteurs).

Le but des vacances est différent pour chaque personne. Pour certains, c'est un temps d'activités culturelles et de découvertes: c'est enrichissant de se cultiver et il faut s'ouvrir l'esprit quand on part en vacances. Pour d'autres, c'est un temps à partager avec des amis: c'est mieux de partir en vacances sans les parents. Mais beaucoup souhaitent encore partager leurs vacances avec la famille: Il n'y a pas assez de temps de qualité avec la famille dans la vie de tous les jours. Pour de plus en plus de gens qui mènent une vie stressante, les vacances sont aussi l'occasion de décompresser et de se refaire une santé.

L'argent n'est plus aussi déterminant qu'avant en ce qui concerne les possibilités de voyager car il existe plein de formules pour voyager à petit prix quand on a moins de 25 ans: service de co-voiturage, autocars, carte Inter Rail, agences de voyages qui bradent des places invendues, compagnies aériennes à bas coût, auberges de jeunesse... Il est vraiment plus facile de nos jours de voyager parce que les transports sont moins chers, il y a beaucoup de choix de destinations et de modes de transports.

Chaque forme de vacances a ses avantages et ses inconvénients. Dans les voyages organisés, tout est compris, c'est reposant. Il y a une ambiance amicale, des visites de qualité. Il y a également moins de problèmes de communication avec la population locale grâce à la présence d'un guide professionnel. Mais il y a aussi des inconvénients. Trop d'organisation enlève le côté imprévisible et excitant du voyage. Les endroits visités sont très touristiques et on rencontre principalement d'autres touristes (et non pas la population locale). Les voyages d'aventure, quant à eux, offrent de la liberté, des surprises et des découvertes. Certaines personnes en profitent pour rester seul et se refaire une santé. Mais ce sont ce genre de vacances populaires chez les jeunes qui présentent peut-être le plus grand nombre de risques. Lors de voyages d'aventure extrêmes, il n'y a pas beaucoup de confort et il faut s'adapter car c'est difficile de tout planifier à l'avance. Il y a peu de garanties, et on doit résoudre seul les problèmes qui se présentent.

Il y a aussi des façons plus écologiques de voyager ou de passer des vacances. On peut passer ses vacances en plein air, faire du camping, faire des randonnées, au lieu de polluer

avec des voitures et consommer beaucoup d'énergie ou d'électricité dans des villes. On peut trouver des hôtels écologiques où il y a moins d'eau consommée, moins de ressources gaspillées. On peut manger de la nourriture bio, locale ou issue du commerce équitable. C'est le touriste qui est responsable de ses choix pour rendre ses vacances écologiques. On peut faire le choix de compagnies de transports ou d'agences de voyages qui sont plus actives dans leur protection de l'environnement que d'autres compagnies. Cela peut compenser le fait que l'utilisation de l'avion est parfois inévitable. Le tourisme écologique et le tourisme rural ont en effet un succès grandissant. Dans une société devenue très matérialiste, il y a un désir de retour aux plaisirs simples, de retour à la nature, à l'artisanat local... La société de consommation a mené à une certaine forme d'uniformisation. Tous les grands hôtels se ressemblent. Certaines personnes désirent retrouver l'authenticité en choisissant des hébergements tenus par des populations locales, en faisant du camping ou en restant dans des gîtes ruraux. Avec les problèmes de pollution de notre planète, de plus en plus de touristes recherchent un style de vacances qui ne soit pas nocif pour l'environnement. Ils privilégieront les moyens de transports moins polluants, les logements qui utilisent l'énergie renouvelable. Sur place, ils participeront même à des projets "verts" de protection des espèces, d'aménagement de l'environnement naturel, etc.

Les vacances humanitaires, quant à elles, sont des vacances où l'on aide la population locale du village que l'on visite. Par exemple, on peut aider à la construction ou la rénovation de puits, d'écoles, de centres médicaux, de maisons d'accueil, etc... Avec le développement des médias, les gens sont plus au courant de la situation des populations dans les autres pays du monde. Chacun peut constater que le Tiers-Monde a besoin d'aide et par conséquent il y a de nombreux volontaires qui vont dans les pays sous-développés pour enseigner et travailler avec des gens analphabètes, sans abri ou sans argent. C'est une occasion d'informer les gens au sujet du Sida, et on peut aussi construire des villages et introduire l'eau potable. Des organisations caritatives internationales ont été créées pour aider les pays dans le besoin après des catastrophes naturelles. Il est plus facile maintenant de contribuer financièrement ou d'aider sur place lors de voyages touristiques. Ce genre de tourisme éthique apporte des bienfaits personnels: Il y a un besoin de sentiments intenses, qui reflète la complexité de la société du 21<sup>ème</sup> siècle. Les gens ont besoin de faire quelque chose qui a du sens, ils en tirent plus de satisfaction. L'ère technologique, Facebook, etc. ont abîmé le tissu social: les gens ressentent le besoin de créer de vrais liens avec les gens, de rencontrer les populations locales, de lier des amitiés... La pratique de la religion est en déclin; elle ne tient plus la place quotidienne qu'elle tenait avant. Certaines personnes sont à la recherche d'une dimension spirituelle, d'une démarche de réflexion qui est facilitée par une approche moins égocentrique du tourisme. Le tourisme éthique est une façon de faire une différence dans la vie d'autres personnes. Il peut être également perçu comme une mode relayée par les médias, lancée par les célébrités américaines ou anglaises, d'aider les pays sous-développés. Certains considèrent que le tourisme éthique est une bonne chose pour leur crédibilité sociale. Enfin, le monde étant plus compétitif maintenant, chaque expérience de travail est un avantage sur un CV. C'est important pour les jeunes qui veulent aller dans une bonne université ou qui entrent sur le marché du travail. Mais de nos jours, les adultes aussi doivent parfois se recycler, et une expérience de tourisme solidaire est un avantage pour leur CV aussi.



## TremplinFLE - Advanced list - Diverissements (Musique, cinéma, télé, Arts)

Study online at [quizlet.com/\\_23tk3d](https://quizlet.com/_23tk3d)

|                                  |   |                                |                                     |
|----------------------------------|---|--------------------------------|-------------------------------------|
| 1. l'accord parental             | parental guidance                       | 37. convaincre                 | to convince                         |
| 2. un acteur / une actrice       | actor/actress                           | 38. créatif / créative         | creative                            |
| 3. un adepte                     | a follower                              | 39. créer                      | to create                           |
| 4. un air                        | a tune                                  | 40. un critère                 | a criteria                          |
| 5. l'ambiance                    | atmosphere                              | 41. critiquer                  | to review                           |
| 6. anglo-saxon / anglo-saxonne   | British or American                     | 42. un dessin animé            | a cartoon                           |
| 7. apprécier                     | to enjoy                                | 43. dessiner                   | to draw                             |
| 8. l'art populaire               | popular art                             | 44. diminuer                   | to decrease                         |
| 9. assurer le succès             | to ensure the success                   | 45. discuter                   | to discuss                          |
| 10. un auditeur                  | a listener                              | 46. dominer                    | to dominate                         |
| 11. au grand écran               | at the cinema                           | 47. doué(e)                    | gifted                              |
| 12. un auteur compositeur        | a song-writer                           | 48. drôle                      | funny                               |
| 13. avertir                      | to warn                                 | 49. dynamique                  | lively / dynamic                    |
| 14. un avis                      | opinion                                 | 50. les effets spéciaux        | special effects                     |
| 15. la banalisation              | making something trivial or commonplace | 51. une émotion                | an emotion                          |
| 16. une bande-annonce            | a trailer                               | 52. émouvant(e)                | moving                              |
| 17. les beaux-arts               | fine arts                               | 53. en couleurs                | in colour                           |
| 18. un billet                    | a ticket                                | 54. en noir et blanc           | in black and white                  |
| 19. un casque                    | headphones                              | 55. enregistrer                | to record                           |
| 20. une chaîne                   | a channel                               | 56. en tête                    | number 1                            |
| 21. une chanson                  | a song                                  | 57. une époque                 | a time                              |
| 22. chanter                      | to sing                                 | 58. être consacré à            | to be about / to be on the topic of |
| 23. un chanteur / une chanteuse  | singer                                  | 59. évoquer                    | to evoke                            |
| 24. une chorale                  | a choir                                 | 60. une exposition             | an exhibition                       |
| 25. le cinéma 3d                 | 3d cinema                               | 61. exprimer                   | to express                          |
| 26. un cinéphile                 | film lover                              | 62. faire connaître            | to make known                       |
| 27. une comédie                  | comedy                                  | 63. un fait                    | a fact                              |
| 28. un comédien / une comédienne | actor/actress                           | 64. un fan                     | a fan                               |
| 29. comporter                    | to include                              | 65. fasciner                   | to fascinate                        |
| 30. composer                     | to compose                              | 66. un film art et essai       | art-house film                      |
| 31. connaître                    | to know                                 | 67. un film d'épouvante        | horror film                         |
| 32. connu(e)                     | well known                              | 68. un film de science-fiction | science fiction movie               |
| 33. contemporain(e)              | contemporary                            | 69. filmer                     | to film                             |
| 34. contenir                     | to include                              | 70. la fréquentation           | number of visits                    |
| 35. le contenu                   | contents                                | 71. une galerie d'art          | an art gallery                      |
| 36. contrôler                    | to control                              | 72. générer                    | to generate                         |
|                                  |   | 73. gratuit(e)                 | free                                |
|                                  |   | 74. un groupe                  | a band                              |
|                                  |   | 75. le hit-parade              | charts                              |

|   |  |  |                           |
|---|--|--|---------------------------|
| 76. <b>des images de synthèse</b>       | computer-generated images                | 114. <b>un producteur</b>                  | producer                  |
| 77. <b>inaugurer</b>                    | to inaugurate                            | 116. <b>une production</b>                 | a show                    |
| 78. <b>inciter à</b>                    | to influence / to push people to do sth  | 116. <b>la programmation d'un festival</b> | the program of a festival |
| 79. <b>les infos</b>                    | the news                                 | 117. <b>projeter</b>                       | to show, project          |
| 80. <b>inspiré(e)</b>                   | inspired                                 | 118. <b>provocateur / provocatrice</b>     | provocative, daring       |
| 81. <b>un interprète</b>                | a singer                                 | 119. <b>le public</b>                      | the audience              |
| 82. <b>interpréter</b>                  | to interpret, to play a role             | 120. <b>un réalisateur</b>                 | director                  |
| 83. <b>inventer</b>                     | to invent, to create                     | 121. <b>réaliser</b>                       | to direct                 |
| 84. <b>inventif / inventive</b>         | inventive                                | 122. <b>une référence</b>                  | a reference               |
| 85. <b>un invité</b>                    | a guest                                  | 123. <b>le reflet</b>                      | the reflection            |
| 86. <b>le jeu des acteurs</b>           | the acting                               | 124. <b>le refrain</b>                     | the chorus                |
| 87. <b>jouer</b>                        | to act                                   | 125. <b>renouveler</b>                     | to renew, to update       |
| 88. <b>un lien</b>                      | a link                                   | 126. <b>répéter</b>                        | to rehearse               |
| 89. <b>ludique</b>                      | playful                                  | 127. <b>une répétition</b>                 | a rehearsal               |
| 90. <b>le marché</b>                    | the market                               | 128. <b>un reportage</b>                   | a documentary             |
| 91. <b>miser sur</b>                    | to bank on                               | 129. <b>une représentation</b>             | a performance             |
| 92. <b>le monde</b>                     | the world                                | 130. <b>une reproduction</b>               | a copy                    |
| 93. <b>montrer</b>                      | to show                                  | 131. <b>réunir</b>                         | to gather                 |
| 94. <b>un morceau</b>                   | a piece/composition                      | 132. <b>une revue</b>                      | a specialised magazine    |
| 95. <b>un mouvement artistique</b>      | an artistic movement                     | 133. <b>un rythme</b>                      | a pace                    |
| 96. <b>un moyen d'évasion</b>           | a means of escape                        | 134. <b>un scénario</b>                    | script                    |
| 97. <b>un musicien / une musicienne</b> | musician                                 | 135. <b>un scénariste</b>                  | scriptwriter              |
| 98. <b>la musique classique</b>         | classical music                          | 136. <b>une scène</b>                      | scene                     |
| 99. <b>occuper une place importante</b> | to be important                          | 137. <b>une sculpture</b>                  | sculpture                 |
| 100. <b>une oeuvre</b>                  | a piece                                  | 138. <b>une séance</b>                     | performance               |
| 101. <b>un orchestre</b>                | band, orchestra                          | 139. <b>un secteur</b>                     | an industry, an area      |
| 102. <b>les paroles</b>                 | lyrics                                   | 140. <b>un sens</b>                        | a meaning                 |
| 103. <b>passer</b>                      | to be showing                            | 141. <b>sensationnel</b>                   | fantastique               |
| 104. <b>passionnant(e)</b>              | exciting                                 | 142. <b>un sentiment</b>                   | a feeling                 |
| 105. <b>le patrimoine</b>               | cultural heritage / culture of a country | 143. <b>se passer de</b>                   | to do without             |
| 106. <b>une peinture</b>                | painting                                 | 144. <b>s'identifier à</b>                 | to identify to            |
| 107. <b>percer</b>                      | to break through                         | 145. <b>le son</b>                         | the sound                 |
| 108. <b>permettre</b>                   | to enable                                | 146. <b>sous-titré</b>                     | subtitled                 |
| 109. <b>un personnage</b>               | a character                              | 147. <b>spécialisé(e) dans</b>             | to be specialised in      |
| 110. <b>un phénomène</b>                | a phenomena                              | 148. <b>un spectacle musical</b>           | a musical                 |
| 111. <b>pratiquer</b>                   | to practise                              | 149. <b>un spectateur</b>                  | a viewer                  |
| 112. <b>présenter</b>                   | to present / to host                     | 150. <b>subir</b>                          | to undergo                |
| 113. <b>une prestation</b>              | performance                              | 151. <b>le succès</b>                      | success                   |
|   |  | 152. <b>un sujet</b>                       | a topic, theme            |
|   |  | 153. <b>sur le petit écran</b>             | on TV                     |
|   |  | 154. <b>surveiller</b>                     | to monitor                |

|      |                                  |                        |
|------|----------------------------------|------------------------|
| 155. | <b>un tableau / une peinture</b> | a painting             |
| 156. | <b>téléchargeable</b>            | downloadable           |
| 157. | <b>le téléchargement</b>         | downloading            |
| 158. | <b>télécharger</b>               | to download            |
| 159. | <b>une tendance</b>              | a trend                |
| 160. | <b>une tournée</b>               | a tour                 |
| 161. | <b>tourner</b>                   | to shoot               |
| 162. | <b>un tube</b>                   | hit                    |
| 163. | <b>l'uniformisation</b>          | the uniformisation     |
| 164. | <b>un/une artiste</b>            | an artist, a performer |
| 165. | <b>une valeur</b>                | a value                |
| 166. | <b>la variété française</b>      | French pop music       |
| 167. | <b>venir de</b>                  | to come from           |
| 168. | <b>une vente</b>                 | a sale                 |
| 169. | <b>la violence fait vendre</b>   | violence sells         |
| 170. | <b>une voix</b>                  | a voice                |

## LES DIVERTISSEMENTS (MUSIQUE, CINEMA, TÉLÉ, ART)

La pratique de loisirs offre aux gens de nombreuses opportunités d'interaction. Dans une société devenue de plus en plus matérialiste et individualiste, les divertissements sont l'occasion de rencontrer des personnes physiquement et non virtuellement. Pourtant, certaines activités connaissent un déclin et les gens ont besoin d'être motivés pour participer. Certains jeunes préfèrent rester sur leur ordinateur ou leur tablette plutôt que de sortir, les gens sont devenus plus sédentaires et font moins de sport, les gens lisent moins de livres et lisent plus superficiellement en surfant sur internet. Les nouvelles technologies ont en effet révolutionné le monde des loisirs. En général on peut quand même dire que les loisirs sont maintenant plus variés et plus accessibles qu'avant. Grâce aux nouvelles formes de communication (réseaux sociaux, blogs en ligne, etc.), les revues de spectacles et de films circulent plus facilement et la publicité pour les promouvoir est bon marché et efficace.

On pourrait définir comme loisirs "traditionnels" la lecture de livres papier, la pratique d'un sport à l'extérieur ou dans une salle de gym, écouter un album de musique ou pratiquer un instrument de musique, faire des jeux en plein air, jouer aux cartes ou à des jeux de société, regarder la télévision / aller au cinéma, retrouver des amis, faire des voyages. Il y a aussi des loisirs "modernes", facilités par ou existant grâce à la technologie numérique: la lecture nomade et interactive sur tablettes, les jeux vidéo multi-joueurs sur terrain mondial grâce à une connexion internet, les voyages / visites de musées virtuels, le sport à domicile (wii-fit, applis, etc.), la socialisation sur réseaux sociaux, le shopping en ligne, la musique en ligne (téléchargements, vidéos YouTube, écoute en mode continu ("streaming") etc.), la télévision en différé (replay), la créativité artistique (Vidéos clips sur YouTube, blogs, sites internet personnels, etc.). Ces "nouveaux" loisirs présentent des points communs. L'industrie des loisirs cherche à maximiser le plaisir, la satisfaction par la stimulation des 5 sens et particulièrement le visuel, l'auditif, et le tactile. Mais ceci a un revers: la menace d'une dépendance. Il faut toujours plus, toujours plus fort. Les loisirs électroniques sont omniprésents. Certaines personnes souffrent d'hyper-connectivité ou d'addiction au téléphone portable.

Les jeux vidéo ultra-modernes sont des divertissements qui procurent des émotions nouvelles et intenses. Ils offrent une opportunité de ressentir des sensations normalement inaccessibles comme l'absence de gravité, la vue nocturne, etc. On peut aussi être connecté avec des gens partout dans le monde grâce aux jeux en ligne en réseaux. Mais ils présentent plusieurs risques: celui d'une confusion entre vie virtuelle et vie réelle, le développement d'une dépendance aux écrans et d'un manque de vie sociale, voire une augmentation de l'isolement social. Ces nouveaux jeux sont des innovations récentes avec peu de recherches sur les effets néfastes ou les dangers psychologiques à long terme.

Il est possible que l'apparition de livres numériques menace le livre papier. La lecture reste une activité de loisirs grandement appréciée par beaucoup de personnes et les bienfaits sont nombreux. C'est une échappatoire à la réalité (les livres permettent de s'évader, de fuir la réalité). La lecture ouvre l'esprit et élargit les horizons. Certains livres ont une valeur éducative et permettent d'enrichir son vocabulaire. Les livres jouent un rôle dans la vie sociale: tous les livres sont un sujet potentiel de discussion entre amis. Chez les jeunes Français, les genres qui ont du succès sont les romans (histoires d'amour, comédies, histoires policières, épopées épiques, littérature fantastique), et les bandes dessinées. Pourtant, il y a aussi une baisse d'intérêt pour la lecture. Beaucoup de jeunes passent du temps devant les jeux vidéo et lisent moins. En général, on lit moins parce que l'on est exposé à plus de technologies informatiques (on passe du temps sur les portables, sur internet, les ordinateurs, etc.). Certains livres coûtent cher, mais il y a maintenant les livres numériques, téléchargeables.

Les avis sont partagés au sujet des livres numériques. Les livres papier sont plus authentiques, l'information dans un livre papier est plus permanente. Pourtant, est-il possible que les livres papier disparaissent? Ce serait triste de ne pas avoir de vrais livres témoins de notre époque. Ils peuvent avoir une valeur sentimentale (être prêtés/ offerts / transmis de génération en génération, etc.). Certains sont des objets d'art (livres brochés, signés, premières éditions, éditions illustrées, etc.). Ils procurent le plaisir de la possession, de la collection. Ils ont une odeur, on peut les toucher. La fragilité du livre de poche peut être un avantage: un livre abîmé porte les traces d'une vie, d'un voyage; un livre annoté témoigne des pensées, est le miroir de réflexions intérieures.

Les livres numériques, pourtant, présentent de nombreux avantages. Ils coûtent moins chers ou sont gratuits. Ils sont plus légers et plus petits, donc plus pratiques. On peut les acheter facilement, n'importe où, il n'y a plus de frontières. On peut accéder à des définitions ou des traductions, avoir plusieurs livres ou toute une collection sur une seule tablette (liseuse). Ils correspondent au nouveau style de vie à l'ère numérique: on change d'activité sur un simple clic ou faire plusieurs choses en même temps.

Les outils numériques ont par ailleurs encouragé la créativité et libéré la création personnelle au niveau amateur et professionnel, tant dans le domaine de la musique que dans celui de l'art. Le monde du cinéma et des productions audio-visuelles a bien changé lui aussi, grâce au 3D, à la multiplicité des chaînes, au mode différé et aux supports nomades (on peut regarder des vidéos n'importe où).

|                                       |                                       |  |   |
|---------------------------------------|---------------------------------------|--|---|
| 1. <b>accentuer</b>                   | To increase                           | 39. <b>Divorcé</b>                               | divorced                                |
| 2. <b>Un adolescent</b>               | A teenager                            | 39. <b>Durable</b>                               | Long-lasting                            |
| 3. <b>L'âge moyen</b>                 | The average age                       | 40. <b>Un écart</b>                              | A gap                                   |
| 4. <b>aggraver</b>                    | To aggravate                          | 41. <b>L'éclatement</b>                          | The explosion                           |
| 5. <b>agir</b>                        | To act                                | 42. <b>égoïste</b>                               | selfish                                 |
| 6. <b>Aller mieux</b>                 | To improve (for a situation)          | 43. <b>élever</b>                                | To bring up                             |
| 7. <b>Une allocation</b>              | A financial grant/allowance           | 44. <b>emmener</b>                               | To take someone                         |
| 8. <b>Les allocations familiales</b>  | Child Benefit                         | 45. <b>empêcher</b>                              | To prevent                              |
| 9. <b>Arranger la situation</b>       | To fix a situation                    | 46. <b>En crise</b>                              | In crisis                               |
| 10. <b>attentif</b>                   | attentive                             | 47. <b>Enfants maltraités</b>                    | Abused children                         |
| 11. <b>attentionné</b>                | caring                                | 48. <b>Un engagement</b>                         | A bidding act                           |
| 12. <b>L'autonomie</b>                | Autonomy                              | 49. <b>Un environnement familial</b>             | Family life                             |
| 13. <b>L'autorité parentale</b>       | Parental authority                    | 50. <b>L'épanouissement</b>                      | happiness                               |
| 14. <b>Avoir besoin de</b>            | To need                               | 51. <b>Épouser / se marier avec</b>              | To marry                                |
| 15. <b>Un besoin</b>                  | A need                                | 52. <b>Éprouver/ressentir un sentiment de...</b> | To feel / to experience a feeling of... |
| 16. <b>célibataire</b>                | single                                | 53. <b>estimer</b>                               | To estimate                             |
| 17. <b>Un choix</b>                   | A choice                              | 54. <b>Être d'accord</b>                         | To agree                                |
| 18. <b>la cohabitation</b>            | Living together without being married | 55. <b>Un événement</b>                          | An event                                |
| 19. <b>La communication</b>           | communication                         | 56. <b>évoluer</b>                               | To evolve / to change                   |
| 20. <b>Le comportement</b>            | The behaviour                         | 57. <b>L'existence</b>                           | The existence                           |
| 21. <b>Une conception</b>             | A conception                          | 58. <b>exprimer</b>                              | To express                              |
| 22. <b>concilier</b>                  | To balance                            | 59. <b>faciliter</b>                             | To facilitate                           |
| 23. <b>Des concubins</b>              | Couple living together                | 60. <b>Une famille mono-parentale</b>            | single-parent family                    |
| 24. <b>La confiance</b>               | trust                                 | 61. <b>Une famille recomposée</b>                | A re-composed family                    |
| 25. <b>La confiance en soi</b>        | Self-confidence                       | 62. <b>favorable</b>                             | positive                                |
| 26. <b>conflictuel</b>                | confrontational                       | 63. <b>favoriser</b>                             | to accentuate                           |
| 27. <b>Un conflit</b>                 | A conflict                            | 64. <b>Femme au foyer</b>                        | Housewife                               |
| 28. <b>Le conflit des générations</b> | The conflict of generations           | 65. <b>Des fiançailles</b>                       | An engagement                           |
| 29. <b>Des conjoints</b>              | Married or "pacsed" couple (see PACS) | 66. <b>La fidélité</b>                           | faithfulness                            |
| 30. <b>conseiller</b>                 | To advise                             | 67. <b>Finir par</b>                             | To end up / eventually                  |
| 31. <b>considérer</b>                 | To consider                           | 68. <b>fréquent</b>                              | frequent                                |
| 32. <b>construire</b>                 | To build                              | 69. <b>garantir</b>                              | To guarantee                            |
| 33. <b>Une contrainte</b>             | A constraint                          | 70. <b>Une génération</b>                        | A generation                            |
| 34. <b>courant</b>                    | widespread                            | 71. <b>harmonieux</b>                            | Harmonious, happy                       |
| 35. <b>devenir</b>                    | To become                             | 72. <b>La hiérarchie</b>                         | hierarchy                               |
| 36. <b>diminuer</b>                   | To decrease                           | 73. <b>Une institution</b>                       | An institution                          |
| 37. <b>disfonctionnel</b>             | Dysfunctional                         | 74. <b>juridique</b>                             | Judicial, legal                         |
|                                       |                                       | 75. <b>La liberté</b>                            | freedom                                 |
|                                       |                                       | 76. <b>Les liens familiaux</b>                   | Family relationships                    |

|      |  |   |      |                         |                       |
|------|--|---|------|-------------------------|-----------------------|
| 77.  | <b>La loyauté</b>                          | loyalty   | 111. | <b>Reposer sur</b>      | To rest upon          |
| 78.  | <b>Une manière</b>                         | A way   | 112. | <b>Respecter</b>        | To respect            |
| 79.  | <b>marié</b>                               | married   | 113. | <b>Le rôle</b>          | The role              |
| 80.  | <b>Un ménage</b>                           | A household   | 114. | <b>S'adapter</b>        | To adapt              |
| 81.  | <b>Le milieu familial</b>                  | Family circle   | 115. | <b>Se comporter</b>     | To behave             |
| 82.  | <b>Un mode de vie</b>                      | A lifestyle   | 116. | <b>Se confier</b>       | To confide            |
| 83.  | <b>Le mode de vie</b>                      | The lifestyle   | 117. | <b>Se détériorer</b>    | To deteriorate        |
| 84.  | <b>Les moeurs</b>                          | traditions  | 118. | <b>Se disputer</b>      | To argue              |
| 85.  | <b>Une montée</b>                          | An increase   | 119. | <b>Se diversifier</b>   | To diversify          |
| 86.  | <b>montrer</b>                             | To show   | 120. | <b>sensible</b>         | sensitive             |
| 87.  | <b>Une mutation</b>                        | A change  | 121. | <b>S'entendre</b>       | To get on             |
| 88.  | <b>Le niveau de vie</b>                    | The financial situation   | 122. | <b>Se sentir</b>        | To feel (like)        |
| 89.  | <b>Le PACS (Pacte Civil de Solidarité)</b> | A legal contract officialising a relationship between 2 people (including same sex couples) | 123. | <b>Se séparer</b>       | To break up           |
| 90.  | <b>Un partenaire</b>                       | A partner   | 124. | <b>Se traduire par</b>  | To be reflected in    |
| 91.  | <b>Permettre</b>                           | To allow  | 125. | <b>seul</b>             | alone                 |
| 92.  | <b>Une personne âgée</b>                   | A senior  | 126. | <b>S'inquiéter</b>      | To worry              |
| 93.  | <b>Un phénomène</b>                        | A a trend   | 127. | <b>S'occuper de</b>     | To look after         |
| 94.  | <b>Le pourcentage</b>                      | The percentage  | 128. | <b>La société</b>       | society               |
| 95.  | <b>Une pratique</b>                        | A custom  | 129. | <b>Un soutien</b>       | A support             |
| 96.  | <b>Prendre une décision</b>                | To make a decision  | 130. | <b>stable</b>           | stable                |
| 97.  | <b>préparer</b>                            | To prepare  | 131. | <b>Un statut</b>        | A status              |
| 98.  | <b>Les principes de vie en société</b>     | Social skills   | 132. | <b>Un sujet délicat</b> | A taboo               |
| 99.  | <b>privilégier</b>                         | To favour   | 133. | <b>Supporter</b>        | To bear, to tolerate  |
| 100. | <b>La proportion</b>                       | The proportion  | 134. | <b>Tenir à</b>          | to consider important |
| 101. | <b>provisoire</b>                          | temporary   | 135. | <b>traiter</b>          | To treat              |
| 102. | <b>Une raison</b>                          | A reason  | 136. | <b>Une valeur</b>       | A value, a belief     |
| 103. | <b>raisonnable</b>                         | sensible  | 137. | <b>vulnérable</b>       | vulnerable            |
| 104. | <b>Un rapport</b>                          | A relationship  |      |                         |                       |
| 105. | <b>Réaliser / se rendre compte</b>         | To realise  |      |                         |                       |
| 106. | <b>récent</b>                              | recent  |      |                         |                       |
| 107. | <b>Un recul</b>                            | A decrease  |      |                         |                       |
| 108. | <b>La réglementation familiale</b>         | Family laws   |      |                         |                       |
| 109. | <b>remarquer</b>                           | To notice   |      |                         |                       |
| 110. | <b>renforcer</b>                           | To reinforce  |      |                         |                       |

## RELATIONS SOCIALES, FAMILIALES ET AMICALES

Les adolescents sont encore très attachés à la valeur de la famille mais les conflits de génération existent toujours, notamment au sujet de l'argent. Les jeunes ont tendance à rester à la maison plus longtemps, pour des raisons financières et pratiques, et ils trouvent parfois difficile de respecter les règles de la vie à la maison. Ces règles concernent la bonne communication et le respect. Dans un monde exposé à de nombreux dangers via internet, les parents doivent surveiller leurs enfants mais aussi leur faire confiance en leur donnant des libertés, car même si les jeunes restent longtemps à la maison, ils ont aussi besoin de se détacher de leurs parents pour grandir. Ils sont d'ailleurs plus indépendants grâce à leur téléphone portable. Les adultes trouvent parfois difficile de comprendre les jeunes, et les jeunes sont frustrés, alors beaucoup écrivent dans des journaux intimes ou des blogs. D'autres choisissent la mode pour s'exprimer, s'opposer aux parents ou exprimer leur révolte en général.

La génération des jeunes est solidaire. Ils accordent de l'importance au respect des droits de l'Homme, à la justice, à la solidarité et montent des projets dans des associations ou des Maisons de Jeunes. Beaucoup s'engagent dans l'action collective (caritative), et certains se sentent même « citoyens du monde », c'est-à-dire qu'ils se sentent affectés par les conditions de vie des jeunes du monde entier, et veulent aider les plus défavorisés. La coopération et la camaraderie (l'amitié) sont importantes pour les jeunes. Ils chérissent leurs amitiés, et condamnent le mensonge et la trahison. Beaucoup de jeunes ont un rôle positif dans la société.

La famille a évolué et il existe maintenant plusieurs modèles familiaux. On ne trouve plus seulement la famille traditionnelle, mais des couples homosexuels, des familles monoparentales ou recomposées. Certains pensent que le 21<sup>e</sup> siècle entraînera la dégradation de la vie de famille, à cause du nombre de divorces, des tensions financières, du chômage ou du stress. Avec l'allongement de la vie, les Séniors ont maintenant un nouveau rôle, à la fois dans la famille et dans la société.

En ce qui concerne l'égalité des sexes, l'homme et la femme ne sont pas toujours des partenaires égaux à la maison. Les femmes restent plus nombreuses à s'occuper des tâches ménagères et des enfants, tout en travaillant. Des progrès juridiques sont faits dans la lutte contre les discriminations au travail mais il existe encore des stéréotypes préjudiciables et des obstacles pour les filles et les femmes. Pourtant certains pensent que le 21<sup>e</sup> siècle appartiendra à la femme. Il existe des femmes d'exception dans le monde qui ont accompli des choses extraordinaires. Dans beaucoup de pays en voie de développement, certaines femmes se battent pour la reconnaissance de leur rôle social et familial et pour la nécessité de l'alphabétisation et de l'éducation des filles. Elles contribuent au développement économique et culturel de leur pays. Certaines sont chefs d'entreprise.

Les relations sociales dans la vie quotidienne ont évolué avec le développement des communications, des médias et en particulier d'internet. La colocation est devenue populaire et répandue, le co-voiturage est devenu une mode dans les grandes villes, les rassemblements publics et fêtes de quartiers sont organisés plus facilement grâce aux réseaux sociaux. La montée de l'individualisme est compensée par la recherche de la convivialité et l'élan communautaire. Les gens veulent passer du temps ensemble, partager des intérêts, et surtout s'aider. Dans notre société multiculturelle, beaucoup de gens ont pris conscience de la nécessité de bien communiquer, de respecter les autres et leurs différences. Pourtant, le racisme et la violence persistent, eux aussi alimentés par les médias.

|                            |                                   |                  |            |
|----------------------------|-----------------------------------|------------------|------------|
| 1. améliorer               | to improve                        | 41. la tonalité  | tone       |
| 2. un arbitre              | referee, umpire                   | 42. les tribunes | the stands |
| 3. le bénéfice             | benefit                           | 43. la vitesse   | speed      |
| 4. brûler                  | to burn                           | 44. la volonté   | will       |
| 5. des calories            | calories                          |                  |            |
| 6. cardio-vasculaire       | cardio-vascular                   |                  |            |
| 7. un championnat          | championship                      |                  |            |
| 8. un classement           | a league table                    |                  |            |
| 9. concourir (avec)        | to compete (with)                 |                  |            |
| 10. contribuer à           | to contribute to                  |                  |            |
| 11. une course             | a race                            |                  |            |
| 12. disqualifier           | to disqualify                     |                  |            |
| 13. le dopage              | doping / substance abuse          |                  |            |
| 14. l'endurance            | endurance                         |                  |            |
| 15. un entraînement        | training                          |                  |            |
| 16. un entraîneur          | coach, manager                    |                  |            |
| 17. une épreuve            | event (in athletics, for example) |                  |            |
| 18. l'esprit               | mind, spirit                      |                  |            |
| 19. l'esprit d'équipe      | team spirit                       |                  |            |
| 20. être supporter de      | to support (team)                 |                  |            |
| 21. faire du sport         | to play sport                     |                  |            |
| 22. la fatigue             | fatigue                           |                  |            |
| 23. la force               | strength                          |                  |            |
| 24. la forme               | fitness                           |                  |            |
| 25. la graisse             | fat                               |                  |            |
| 26. jouer au/à la/aux...   | to play                           |                  |            |
| 27. les muscles            | muscles                           |                  |            |
| 28. la musculation         | weight training                   |                  |            |
| 29. participer à...        | to take part in                   |                  |            |
| 30. les poumons            | lungs                             |                  |            |
| 31. pratiquer un sport     | to play a sport                   |                  |            |
| 32. pulmonaire             | respiratory                       |                  |            |
| 33. remporter une victoire | to win                            |                  |            |
| 34. respirer               | to breathe                        |                  |            |
| 35. s'adhérer à            | to join                           |                  |            |
| 36. s'entraîner            | to train / to practise            |                  |            |
| 37. la souplesse           | flexibility                       |                  |            |
| 38. un sport collectif     | a team sport                      |                  |            |
| 39. un sport individuel    | an individual sport               |                  |            |
| 40. supporter une équipe   | to support a team                 |                  |            |

## LE SPORT

### Les différents types de sports:

Les sports sont classés en plusieurs catégories : sports collectifs (le football, etc.), sports individuels (la gymnastique), sports de plein air (la randonnée, le cyclisme, les sports sous-marins, l'escalade, le tennis, l'équitation, la voile, etc.), les sports de combats (la boxe, le judo, l'escrime, les arts martiaux), les sports non-olympiques (la pétanque).

Les femmes sont plus attirées par les sports individuels et délaissent les sports d'équipe, à l'exception du basket et du handball. C'est le roller qui a connu depuis quelques années la plus forte croissance parmi les activités extérieures. La pratique de la culture physique (la fitness, la musculation...) se développe à domicile au détriment des salles. Les médias sont à l'origine du succès d'activités récentes, telles que le kite-surf (planche à voile tirée par une aile de parapente), le roller free style (avec saut d'obstacles) ou le ski extrême.

### Les bienfaits du sport. Le sport est bon pour...

- évacuer le stress. C'est une échappatoire à la pression des examens
- avoir un état d'esprit positif pour faire face aux difficultés de l'adolescence
- apprendre les règles de la vie en communauté, du travail en équipe
- éviter la délinquance, les conduites à risque (vente de drogues, violence, etc.)
- construire sa confiance en soi, apprendre à perdre, se perfectionner, avoir de l'ambition
- avoir une bonne hygiène de vie (combattre l'obésité, bien dormir...)
- se faire un réseau d'amis
- améliorer ses résultats académiques (meilleure capacité de concentration)
- développer son agilité, sa flexibilité, son contrôle de soi
- favoriser la mixité sociale

Le sport forge le caractère. Il a certainement une influence sur la motivation et le dépassement de soi. C'est un moyen d'affirmer une personnalité déjà existante. Le sport pratiqué en famille présente aussi des avantages. C'est bon pour les relations parce qu'on a les mêmes objectifs quand on est dans la même équipe, on partage la même expérience donc il y a une connexion plus profonde. Chaque membre de la famille peut défier l'autre donc il existe une compétition saine et amicale. Le sport en famille permet d'avoir un contact direct, sans l'intermédiaire d'un écran.

### Evolution des pratiques sportives en France:

- Dans les années 60-70 : On voit apparaître de nouvelles formes de gymnastique (aerobic, fitness...). Plus de femmes, de jeunes et de personnes de milieux sociaux aisés pratiquent un sport.
- Dans les années 80 : On assiste au culte de la performance, de la compétitivité et du dépassement de soi (jogging, bodybuilding, saut à l'élastique...). C'est l'apparition des équipements ostentatoires et de la frime.
- Dans les années 90 : le sport devient un moyen d'être mieux dans sa tête et dans son corps. C'est un instrument de développement personnel. Le sport est davantage considéré comme un loisir que comme un moyen de compétition.
- Dans les années 2000 : le sport permet d'être plus efficace dans sa vie professionnelle et personnelle. Il y a une motivation esthétique et mentale (renforcer l'estime de soi). On voit une montée des valeurs de plaisir, de jeunesse et de liberté; un déclin des valeurs de virilité et d'exploit. Cette évolution s'accompagne d'une

attention portée à l'alimentation, avec une focalisation sur le contrôle du poids et de la silhouette. Quand la pratique de sport s'inscrit dans une démarche de développement personnel, l'objectif n'est pas de réaliser des performances, mais de rester en forme, de vivre mieux et de vieillir moins vite.

Avec l'avènement des gadgets technologiques, les jeunes sont moins actifs qu'il y a 50 ans. Le sport n'a plus une place importante chez tous les jeunes. Or, il y a de nombreux bénéfices à pratiquer un sport, spécialement quand on est jeune. Les jeunes membres d'associations sportives ont bien compris les bienfaits du sport. Malheureusement, certains jeunes manquent d'encouragement dans leur famille ou d'opportunités à l'école. Il faudrait un plus grand investissement de l'État pour encourager les jeunes à faire plus de sport. Pourtant, les innovations technologiques des dix dernières années ont changé le sport de loisir et l'ont rendu plus accessible et plus attractif. On peut utiliser la technologie pour améliorer nos performances (par exemple pour mesurer la vitesse). Il y a beaucoup d'équipements qui améliorent le confort ou donnent la possibilité d'écouter de la musique, de vérifier son rythme cardiaque. Il existe aussi du matériel qui favorise l'exercice quotidien (des bracelets électroniques, des chaussures spéciales, des tapis roulants et vélos elliptiques, etc.).

Dans certains cas, une forte passion pour le sport peut s'avérer négative. Quelquefois la passion mène au fanatisme, à l'addiction, à des comportements agressifs ou obsessionnels. Si l'esprit compétitif risque d'être nocif, faut-il pour autant privilégier le sport amateur de loisirs par rapport au sport de compétition? Le sport-loisir est peut-être plus important car il est important pour la santé de la population et la vie de la communauté (il crée du tissu social, rassemble les gens). Le Gouvernement devrait financer ces activités plus que les compétitions. Il n'est pas nécessaire de pratiquer un sport au niveau compétitif pour en tirer des bénéfices pour la santé et les interactions sociales.

Les pratiques sportives constituent aussi un révélateur du changement social. On y retrouve les grandes tendances contemporaines comme la montée de l'individualisme (gymnastique, tennis), le goût de la vitesse (motonautisme), l'engouement pour les activités permettant de se rapprocher de la nature (randonnée, escalade, équitation, spéléologie) et le zapping (expérimenter et abandonner des activités successives). L'engouement pour les sports extrêmes s'explique par le fait qu'ils sont plus accessibles de nos jours. Il est plus facile de voyager pour atteindre des lieux comme l'Arctique, des hautes montagnes, etc. Les réseaux sociaux montrent des images séduisantes de personnes pratiquant des activités extrêmes, rendant ces personnes très populaires. Nous sommes également dans une société qui est rapide, où tout va vite, une société de l'instantané, une société d'émotions extrêmes, toujours plus fortes.

Le spectacle sportif est aussi un moyen d'appartenance et de communion. Les titres obtenus par les Français à la Coupe du monde de football en 1998 et à l'Euro 2000 resteront des moments exceptionnels pour l'ensemble des Français, même chez les plus réfractaires au sport. A l'inverse, l'échec à la Coupe du monde de football de 2002 a été vécu comme un traumatisme par beaucoup de Français. Il en a été de même en 2005 de la candidature manquée de Paris aux Jeux Olympiques de 2012. Ces réactions mettent en évidence le besoin d'émotion, mais aussi d'adhésion des Français à un événement fort, ou à un grand projet national.

Le « sport-business » joue à présent un rôle considérable dans l'économie et les entreprises sont de plus en plus nombreuses à y participer sous la forme de parrainage, dans l'espoir d'en obtenir des retombées en termes de notoriété et d'image.

L'argent commence à jouer un rôle grandissant dans certains sports amateurs. Il joue un rôle à cause de la publicité omniprésente et des marques de vêtements de sports, qui amènent les amateurs à penser qu'ils ont *besoin* de telle ou telle marque pour devenir meilleur. Il ne faut pas être nécessairement riche pour faire du sport, mais ça dépend du sport. Le règne de l'argent dans le monde du sport professionnel a entraîné des dérives nombreuses. Les enjeux financiers sont devenus considérables pour les sportifs, les sponsors et les médias. Les salaires et les sommes en jeu dans les « transferts » ou l'achat des droits de retransmission ont atteint des niveaux que beaucoup jugent indécentes. Le dopage a ainsi pris des proportions inquiétantes dans certains sports comme le cyclisme, l'athlétisme ou même le football ou le tennis. L'utilisation de drogues dans le sport professionnel est un problème reconnu. On assiste à un nouveau phénomène: l'utilisation par les amateurs de compléments nutritifs pour améliorer les performances est en hausse. Il est pourtant important de faire une distinction entre des compléments nutritifs qui sont nuisibles (malsains) et ceux qui sont naturels. Par exemple, les protéines en poudre peuvent contenir des ingrédients dangereux, mais il y a aussi ceux qui sont 100% naturels. Néanmoins, tout comportement extrême est dangereux, qu'il comporte la prise de drogues ou non.

|  |                                    |  |                            |
|--|------------------------------------|--|----------------------------|
| 1. <b>un abus</b>                                  | abuse                              | 39. <b>faire de l'exercice physique</b>    | to exercise                |
| 2. <b>agir</b>                                     | to act                             | 40. <b>faire un choix</b>                  | to make a choice           |
| 3. <b>alcoolique</b>                               | alcoholic                          | 41. <b>fournir</b>                         | to supply                  |
| 4. <b>un aliment</b>                               | food (a particular item)           | 42. <b>fragile</b>                         | fragile                    |
| 5. <b>allégé</b>                                   | low-fat                            | 43. <b>un fumeur</b>                       | a smoker                   |
| 6. <b>améliorer</b>                                | to improve                         | 44. <b>gras</b>                            | fatty                      |
| 7. <b>l'angoisse</b>                               | distress                           | 45. <b>grignoter</b>                       | to nibble                  |
| 8. <b>anxieux</b>                                  | anxious                            | 46. <b>grossir</b>                         | to gain weight             |
| 9. <b>arriver à faire quelque chose</b>            | to succeed in doing sth            | 47. <b>handicapé</b>                       | disabled                   |
| 10. <b>un aspect physique</b>                      | physical appearance                | 48. <b>l'hygiène de vie</b>                | life style                 |
| 11. <b>avoir du mal à faire quelque chose</b>      | to have difficulty in doing sth    | 49. <b>il vaut mieux + vb inf</b>          | it is better to            |
| 12. <b>avoir l'air (de) + adj</b>                  | to look (like)                     | 50. <b>ivre</b>                            | drunk                      |
| 13. <b>une boisson</b>                             | a drink                            | 51. <b>l'ivresse</b>                       | drunkenness                |
| 14. <b>capable (de)</b>                            | capable (of)                       | 52. <b>maigrir</b>                         | to lose weight             |
| 15. <b>le cerveau</b>                              | the brain                          | 53. <b>une maladie</b>                     | an illness                 |
| 16. <b>le comportement</b>                         | the behaviour                      | 54. <b>malsain</b>                         | unhealthy                  |
| 17. <b>consommer</b>                               | to use                             | 55. <b>des médicaments</b>                 | medication                 |
| 18. <b>constater</b>                               | to realise, to observe             | 56. <b>mortel</b>                          | fatal                      |
| 19. <b>le corps</b>                                | the body                           | 57. <b>négliger</b>                        | to neglect                 |
| 20. <b>la crainte</b>                              | the apprehension                   | 58. <b>la nourriture</b>                   | food (in general)          |
| 21. <b>des crudités</b>                            | raw veg                            | 59. <b>l'obésité</b>                       | obesity                    |
| 22. <b>décompresser</b>                            | to relax                           | 60. <b>une pilule</b>                      | a pill                     |
| 23. <b>la défonce / boire à l'excès</b>            | binge drinking                     | 61. <b>le poids</b>                        | the weight                 |
| 24. <b>dépendant</b>                               | dependent                          | 62. <b>une précaution</b>                  | a precautionary measure    |
| 25. <b>dépressif</b>                               | depressive                         | 63. <b>prendre soin de soi</b>             | to look after oneself      |
| 26. <b>déséquilibré</b>                            | unbalanced                         | 64. <b>un produit laitier</b>              | a dairy product            |
| 27. <b>le désespoir</b>                            | despair                            | 65. <b>un régime</b>                       | a diet                     |
| 28. <b>un drogué</b>                               | a drug addict                      | 66. <b>renoncer à faire quelque chose</b>  | to give up (doing) sth     |
| 29. <b>une drogue dure</b>                         | hard drug                          | 67. <b>un repas</b>                        | a meal                     |
| 30. <b>efficace</b>                                | efficient                          | 68. <b>ressentir</b>                       | to feel sth                |
| 31. <b>l'état de santé</b>                         | health condition                   | 69. <b>sain</b>                            | healthy                    |
| 32. <b>un état d'esprit</b>                        | a state of mind                    | 70. <b>sainement</b>                       | healthily                  |
| 33. <b>être en forme</b>                           | to be fit and well                 | 71. <b>salé</b>                            | salty, salted              |
| 34. <b>être en manque</b>                          | to have withdrawal symptoms        | 72. <b>la saveur</b>                       | taste, flavour             |
| 35. <b>évacuer le stress de la vie quotidienne</b> | to escape the stress of daily life | 73. <b>se comporter</b>                    | to behave                  |
| 36. <b>éviter de faire quelque chose</b>           | to avoid doing sth                 | 74. <b>la Sécurité Sociale (la Sécu)</b>   | NHS                        |
| 37. <b>faire attention à</b>                       | to pay attention to                | 75. <b>se désintoxiquer</b>                | to go into detox           |
| 38. <b>faire attention à</b>                       | to watch out for / to mind         | 76. <b>se forcer à faire quelque chose</b> | to force oneself to do sth |
|  |                                    | 77. <b>se ménager</b>                      | to pace oneself            |
|  |                                    | 78. <b>se nourrir (de)</b>                 | to live on                 |

|      |                                  |                       |
|------|----------------------------------|-----------------------|
| 79.  | <b>se piquer</b>                 | to shoot up           |
| 80.  | <b>se procurer</b>               | to get                |
| 81.  | <b>séropositif</b>               | HIV positive          |
| 82.  | <b>se sentir bien/mal</b>        | t feel good/ill       |
| 83.  | <b>se soûler</b>                 | to get drunk          |
| 84.  | <b>se suicider</b>               | to commit suicide     |
| 85.  | <b>le SIDA</b>                   | AIDS                  |
| 86.  | <b>soigner</b>                   | to treat              |
| 87.  | <b>les soins médicaux</b>        | medical care          |
| 88.  | <b>souffrir de quelque chose</b> | to suffer from        |
| 89.  | <b>sucré</b>                     | sweet                 |
| 90.  | <b>le surmenage</b>              | burnout               |
| 91.  | <b>surmené</b>                   | stressed out          |
| 92.  | <b>surmonter</b>                 | to overcome           |
| 93.  | <b>surveiller sa ligne</b>       | to watch one's figure |
| 94.  | <b>le système nerveux</b>        | nervous system        |
| 95.  | <b>le tabagisme</b>              | nicotine addiction    |
| 96.  | <b>la toxicomanie</b>            | drug addiction        |
| 97.  | <b>des troubles alimentaires</b> | an eating disorder    |
| 98.  | <b>varié</b>                     | various, assorted     |
| 99.  | <b>vivre</b>                     | to live               |
| 100. | <b>vulnérable</b>                | vulnerable            |

Changements récents dans la société actuelle :

Il y a beaucoup de compétition et on doit travailler plus. Il y a beaucoup de stress et moins de temps pour se détendre. Il est plus facile d'être paresseux de nos jours car tout est plus facile. La pollution est aussi un grand problème, en particulier la qualité de l'air. Les gens font moins d'exercice parce qu'ils utilisent leurs voitures et se font livrer à domicile. Il y a une baisse de la consommation des cigarettes à cause du prix mais on peut dire que l'alcool, les drogues et la caféine sont plus consommés. Et les drogues de nos jours sont plus fortes. Une des raisons pour cette augmentation est le stress. Une autre est un accès plus facile à ces produits.

L'alcool :

Plusieurs facteurs incitent les jeunes à boire et à se saouler : la pression des amis, les drames personnels, le désir de s'intégrer, le besoin d'évacuer les problèmes, la recherche de sensations de plaisir. Malheureusement, la consommation excessive d'alcool mène à la violence, à des accidents fatals, des détériorations de la santé. Une dépendance à l'alcool peut aussi entraîner l'exclusion sociale et l'isolement.

Le tabagisme :

Les raisons qui poussent les gens à fumer sont souvent similaires à celles qui poussent à boire de l'alcool. Un désir de s'intégrer ou de se conformer à un groupe, de projeter une certaine image de soi, une façon de gérer le stress quotidien, etc. L'interdiction de fumer dans les lieux publics soulève la question de liberté individuelle, mais puisque le tabagisme passif est dangereux, cette interdiction est nécessaire. Si les gens veulent fumer dans les lieux publics, ils peuvent le faire dans des endroits réservés aux fumeurs. La question de l'intervention de l'Etat est liée aux taxes récoltées de la vente de tabac, et aussi aux dépenses en soins médicaux.

Drogues douces (le cannabis) :

L'usage des drogues douces est autorisé dans certains pays car c'est un moyen de protéger les jeunes de l'exploitation des trafiquants. Mais il est difficile pour les Etats de prendre une décision et voter une loi parce que si l'accès libre au cannabis peut limiter les dangers pour certaines personnes vulnérables, il peut aussi les augmenter pour d'autres. Il y a un lien direct entre la consommation régulière du cannabis et les problèmes de santé mentale. Mais on peut aussi dire que le cannabis est moins dangereux que l'alcool, et moins addictif que le tabac. En fait, tout dépend de la personne. La consommation de drogues chez les jeunes adultes est aussi récréative, et toutes les catégories sociales sont concernées, tant les personnes en bonne santé que celles souffrant de troubles du comportement.

Accoutumance :

On peut être dépendant parce qu'on a une personnalité ou des tendances addictives (désirs compulsifs). Un drame personnel, un stress permanent, une façon d'affronter les difficultés, des contacts avec des personnes nuisibles ... peuvent mener à un état de dépendance.

On peut devenir dépendant de l'alcool, des drogues, des réseaux sociaux, du tabac, des jeux vidéo, des jeux de chance. Les industries comme l'industrie du tabac sont responsables dans une certaine mesure du phénomène de dépendance parce qu'ils exploitent le consommateur et ajoutent à leurs produits des substances addictives (c'est le cas aussi de l'industrie alimentaire). Les industries sont aussi responsables parce qu'elles visent les jeunes (marché de personnes plus vulnérables).

Accès aux soins médicaux :

De plus en plus de patients sont admis à l'hôpital pour des problèmes de santé relatifs à une consommation excessive de produits addictifs et cela coûte cher à la Sécurité Sociale. Devrait-elle prendre en charge les patients souffrant de maladies liées à la consommation excessive de tabac, alcool et autres drogues? Quand les gens décident de fumer, boire de l'alcool ou prendre des drogues, c'est leur décision individuelle, donc ils sont totalement responsables de cette décision. Si cette accoutumance se transforme en toxicomanie, et progresse finalement en une maladie, ils sont responsables de leur sort. L'argent qui est dépensé pour les soigner, le personnel médical employé, et les lits mobilisés, pourraient être utilisés ailleurs ou autrement, au bénéfice de ceux qui écoutent les messages de prévention et qui prennent soin d'eux-mêmes. Néanmoins, il serait injustifiable de la part de la Sécurité Sociale de tourner le dos aux gens qui ont besoin d'aide. Si la Sécurité Sociale refuse de traiter les gens avec des dépendances dangereuses, il est probable qu'ils ne se rétablissent jamais, et qu'ils meurent de leur dépendance. L'acte de refuser à quelqu'un de l'aide quand il est gravement malade et de le laisser mourir est inhumain.

Santé mentale :

Etre bien dans sa peau veut dire être heureux, stable, équilibré, confiant, positif / optimiste, avoir une bonne estime de soi, avoir du contrôle. Quand une personne souffre de troubles du comportement, elle est dans un état d'agitation constante, un état nerveux permanent, elle a des changements de comportement soudains, des troubles alimentaires, des troubles du sommeil, des attaques de panique, des problèmes relationnels (isolement, solitude, disputes). Elle peut s'automutiler ou avoir des pensées suicidaires. Les facteurs de stress pouvant déclencher des problèmes de santé mentale sont multiples : les examens, les dossiers d'entrée à l'université, la charge de travail, le manque de sommeil, les tensions familiales, le chômage/la compétition sur le marché du travail, les difficultés de l'adolescence (la construction de la personnalité, la pression des amis, les débuts de l'indépendance). Les problèmes liés à l'apparence physique sont peut-être plus prononcés chez les filles mais existent bien réellement chez les garçons aussi. Les conséquences du stress sont sérieuses : difficultés à prendre les bonnes décisions, tendance à boire/fumer trop, alimentation malsaine, système immunitaire affaibli, pas assez d'activité physique, manque de sommeil, relations difficiles, susceptibilité de fuguer ou d'avoir une dépression. Pour aider un ami qui souffre de stress, on peut lui donner un coup de main pour finir un travail, se montrer positif pour avoir une bonne influence sur eux, les aider à relativiser, leur remonter le moral. On peut aussi les diriger vers des personnes qui pourront les aider : Les parents, les frères et sœurs aînés, des conseillers, des enseignants, le personnel de l'Internat, une ligne d'écoute, des sites internet, un lieu de prière.

Alimentation :

La malbouffe ou une alimentation malsaine au quotidien mène à l'obésité, des problèmes cardiaques, un manque d'énergie, une mort prématurée. Plusieurs facteurs peuvent déclencher des troubles alimentaires: la dépression, les souffrances, le sentiment d'insécurité, le manque de confiance, le besoin de compenser une absence ou de combler un vide, un déséquilibre mental, la pression des médias, le harcèlement. L'obésité infantile est quant à elle souvent déclenchée par un manque d'activité physique et une dépendance aux écrans. On peut la combattre par des programmes d'éducation et la promotion du sport. On peut aussi donner des alternatives en matière de nourriture et créer des infrastructures pour que les enfants se dépensent physiquement. L'Etat devrait réglementer les heures de sport à l'école et la nourriture dans les écoles. On pourrait augmenter les taxes sur les produits malsains. La famille doit montrer le bon exemple. Les publicités pour la malbouffe devraient être interdites ou réglementées. Les campagnes de sensibilisation ne

sont pas toujours efficaces – elles ont un effet souvent éphémère. Par contre, les vedettes, elles, ont une très grande influence sur les jeunes donc leurs messages seront plus écoutés.

#### Le rôle des médias :

Les médias ne sont pas totalement responsables des problèmes de surpoids. Les parents ont la responsabilité d'apprendre à leurs enfants les principes d'une alimentation saine. La plupart des gens savent quelles nourritures sont bonnes ou mauvaises pour leur santé. Il est vrai que les aliments sains sont souvent plus chers, mais grâce aux médias, nous pouvons faire des choix informés, donc, dans une certaine mesure nous sommes tous responsables de nos actions. En ce qui concerne les troubles alimentaires tels que l'anorexie, les médias sont coupables. Ils ont créé un idéal de beauté, superficiel et irréel. Beaucoup de jeunes femmes se donnent beaucoup de peine pour ressembler aux mannequins des magazines, au détriment de leur santé. Certains programmes de télévision condamnent les gens en surpoids et les ridiculisent. Le danger vient aussi de l'Internet, qui permet la distribution facile et rapide de pilules et autres procédés pour perdre du poids. La publicité omniprésente peut montrer une image artificielle de la vie, qui crée des faux besoins ou des frustrations. Mais la publicité peut aussi promouvoir une bonne santé grâce à des campagnes d'information, etc.

|                                |  |                              |                                 |
|--------------------------------|--|------------------------------|---------------------------------|
| 1. un abri                     | shelter                                | 38. constater                | to note, to observe             |
| 2. accorder                    | to grant                               | 39. une c otisation          | contribution, tax               |
| 3. accueillir                  | to host, to put up                     | 40. la crainte               | fear                            |
| 4. acqu erir                   | to acquire                             | 41. la crise                 | the crisis                      |
| 5. des aides alimentaires      | food supplies for those in need        | 42. croire                   | to believe                      |
| 6.   la d rive                 | adrift                                 | 43. d cro tre / accro tre    | decrease / increase             |
| 7. une allocation familiale    | child benefit                          | 44. d favoris (e)            | neglected, run-down, poor       |
| 8. l'aménagement du territoire | regional development                   | 45. un demandeur d'asile     | asylum seeker                   |
| 9. appliquer                   | to apply                               | 46. un demandeur d'emploi    | a job seeker                    |
| 10. l'argent                   | money                                  | 47. d mun (e)                | deprived                        |
| 11. un assistant(e) social     | social worker                          | 48. dénoncer                 | to criticise                    |
| 12. une assurance              | an insurance                           | 49. dépendant(e) de          | relying on                      |
| 13. une augmentation           | an increase                            | 50. dépourvu(e) de           | deprived of                     |
| 14. avoir des préjugés         | to be prejudiced                       | 51. un devoir                | duty                            |
| 15. avoir droit                | to be eligible for                     | 52. des difficultés          | difficulties, problems          |
| 16. une baisse                 | a decrease                             | 53. la diminution            | the fall, the decrease          |
| 17. la banlieue                | the suburbs                            | 54. distribuer               | to distribute                   |
| 18. bas / basse                | low                                    | 55. donner priorité          | to give priority to             |
| 19. b n fici r                 | to be entitled to                      | 56. un droit                 | right                           |
| 20. le bénévolat               | charity work                           | 57. les Droits de l'Homme    | Human Rights                    |
| 21. un bénévole                | a volunteer                            | 58. d                        | due to, owing to                |
| 22. un bidonville              | shanty town                            | 59. durer                    | to last                         |
| 23. un carton                  | cardboard                              | 60. l'échec scolaire         | failure at school               |
| 24. un centre d'accueil        | immigration reception centre / a Foyer | 61.  duqu (e)                | educated                        |
| 25. un cercle vicieux          | vicious circle                         | 62. effrayant                | scary                           |
| 26. le chômage                 | unemployment                           | 63. effréné                  | relentless                      |
| 27. un chômeur                 | an unemployed person                   | 64.  gal / inégal            | equal / unequal                 |
| 28. la citoyennet              | citizenship                            | 65. l'égalité                | equality                        |
| 29. clandestin(e)              | illegal (immigrant)                    | 66.  migrer                  | to emigrate                     |
| 30. un clochard(e) (familial)  | a tramp                                | 67. en baisse                | falling                         |
| 31. la cohésion sociale        | community life                         | 68. l'endettement            | debt                            |
| 32. le combat                  | fight                                  | 69. en fin de droit          | no longer eligible for benefits |
| 33. combattre                  | to fight, combat                       | 70. l'engagement             | commitment                      |
| 34. combattre                  | to fight                               | 71. en hausse                | rising                          |
| 35. une communauté             | an ethnic group / a community          | 72. en marge de              | on the fringe of                |
| 36. un conjoint(e)             | partner                                | 73. en situation irrégulière | without official papers         |
| 37. conserver                  | to preserve / to keep                  | 74. l'espérance de vie       | life expectancy                 |
|                                |  | 75.  tranger / étrangère     | foreign                         |
|                                |  | 76. l'Europe de l'est        | Eastern Europe                  |

|   |   |  |                                   |
|---|---|--|-----------------------------------|
| 77. <b>exacerber</b>                            | to make worse, to exaggerate (negative connotation)               | 113. <b>l'intégration</b>                      | integration                       |
| 78. <b>exclu(e)</b>                             | excluded  | 114. <b>intégrer</b>                           | to integrate                      |
| 79. <b>les exclus</b>                           | social outcasts   | 115. <b>l'intolérance</b>                      | intolerance                       |
| 80. <b>l'exclusion</b>                          | exclusion, rejection  | 116. <b>intolérant(e)</b>                      | intolerant                        |
| 81. <b>expulser</b>                             | to expel  | 117. <b>inutile</b>                            | useless                           |
| 82. <b>l'extrême droite</b>                     | far right   | 118. <b>invivable</b>                          | unbearable                        |
| 83. <b>faire partie de</b>                      | to belong to  | 119. <b>issu(e) de l'immigration</b>           | of immigrant origin               |
| 84. <b>une famille monoparentale</b>            | a single-parent family  | 120. <b>la laïcité</b>                         | secularism                        |
| 85. <b>financier / financière</b>               | financial   | 121. <b>la langue maternelle</b>               | mother tongue                     |
| 86. <b>flamber</b>                              | to increase drastically   | 122. <b>limité(e)</b>                          | limited                           |
| 87. <b>fournir</b>                              | to provide  | 123. <b>un logement</b>                        | a place to live                   |
| 88. <b>Le Front National (FN)</b>               | National Front party (Extreme Right)                              | 124. <b>une loi</b>                            | law                               |
| 89. <b>fuir</b>                                 | to flee   | 125. <b>longue durée</b>                       | long-term                         |
| 90. <b>gâcher</b>                               | to waste  | 126. <b>la lutte</b>                           | fight                             |
| 91. <b>le gâchi</b>                             | the waste   | 127. <b>lutter contre</b>                      | to fight against                  |
| 92. <b>le gaspillage</b>                        | waste   | 128. <b>une maladie</b>                        | an illness                        |
| 93. <b>gaspillé</b>                             | wasted  | 129. <b>un malaise</b>                         | an ill-feeling, a dissatisfaction |
| 94. <b>un ghetto</b>                            | ghetto  | 130. <b>maltraiter</b>                         | to mistreat                       |
| 95. <b>handicapé(e)</b>                         | disabled  | 131. <b>un manifestant</b>                     | a demonstrator                    |
| 96. <b>haut(e)</b>                              | high  | 132. <b>une manifestation</b>                  | a demonstration                   |
| 97. <b>une HLM (habitation à loyer modéré)</b>  | council block   | 133. <b>manifester (en faveur de / contre)</b> | to demonstrate (for / against)    |
| 98. <b>l'hygiène</b>                            | hygiene   | 134. <b>manquer de</b>                         | to lack                           |
| 99. <b>un immeuble</b>                          | a block of flats  | 135. <b>marginalisé(e)</b>                     | rejected                          |
| 100. <b>l'immigration clandestine / sauvage</b> | illegal immigration   | 136. <b>marginaliser</b>                       | to marginalise                    |
| 101. <b>un immigré(e)</b>                       | an immigrant  | 137. <b>menacer</b>                            | to threaten                       |
| 102. <b>immobilier / immobilière</b>            | property (related)  | 138. <b>un mendiant(e)</b>                     | a beggar                          |
| 103. <b>les impôts</b>                          | taxes   | 139. <b>une mesure</b>                         | an action                         |
| 104. <b>l'impôt sur le revenu</b>               | income tax  | 140. <b>le milieu social</b>                   | social background                 |
| 105. <b>inacceptable</b>                        | unacceptable  | 141. <b>militer (en faveur de / contre)</b>    | to fight (for / against)          |
| 106. <b>incapable de</b>                        | unable to   | 142. <b>un milliard</b>                        | a billion                         |
| 107. <b>l'indifférence</b>                      | indifference  | 143. <b>minoritaire</b>                        | minority (view)                   |
| 108. <b>infrastructures défectives</b>          | inefficient infrastructures (transport system, water supply, etc) | 144. <b>une minorité ethnique</b>              | ethnic minority                   |
| 109. <b>injuste</b>                             | unfair  | 145. <b>la misère</b>                          | extreme poverty                   |
| 110. <b>insalubre</b>                           | squalid   | 146. <b>la mixité sociale</b>                  | social diversity                  |
| 111. <b>l'insertion</b>                         | integration   | 147. <b>un mode de vie</b>                     | way of life                       |
| 112. <b>insupportable</b>                       | intolerable   | 148. <b>les moeurs</b>                         | customs, habits                   |
|   |   | 149. <b>de moins en moins</b>                  | less and less                     |
|   |   | 150. <b>le monde du travail</b>                | the world of work                 |

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
| 161. <b>la montée inquiétante du racisme</b>          | the disturbing increase in racism             | 188. <b>un quartier défavorisé</b>        | deprived area                          |
| 162. <b>mourir</b>                                    | to die  | 189. <b>le racisme</b>                    | racism                                 |
| 163. <b>musulman(e)</b>                               | Muslim  | 190. <b>recevoir de l'aide sociale</b>    | to be on benefits                      |
| 164. <b>la nationalité</b>                            | nationality                                   | 191. <b>le réconfort</b>                  | comfort                                |
| 165. <b>ne pas supporter</b>                          | to be intolerant of                           | 192. <b>la reconnaissance</b>             | recognition                            |
| 166. <b>nette / nettement</b>                         | clear / clearly                               | 193. <b>un réfugié(e) politique</b>       | a political refugee                    |
| 167. <b>le niveau de formation</b>                    | the level of qualification                    | 194. <b>refuser</b>                       | to refuse                              |
| 168. <b>le niveau de vie</b>                          | standard of living                            | 195. <b>réinsérer</b>                     | to rehabilitate                        |
| 169. <b>non-qualifié</b>                              | unskilled                                     | 196. <b>la réinsertion</b>                | re-training / going back to work       |
| 170. <b>obtenir</b>                                   | to get  | 197. <b>remplir des papiers</b>           | to fill in paperwork                   |
| 171. <b>une organisation caritative</b>               | a charity                                     | 198. <b>rencontrer des problèmes</b>      | to encounter problems                  |
| 172. <b>originaire de</b>                             | from  | 199. <b>rentable</b>                      | profitable                             |
| 173. <b>le pays d'origine</b>                         | country of origin                             | 200. <b>une revendication</b>             | demand                                 |
| 174. <b>pays émergents / en voie de développement</b> | developing countries                          | 201. <b>le revenu</b>                     | salary                                 |
| 175. <b>le pays / une terre d'accueil</b>             | country where immigrants settle, host country | 202. <b>le RMI</b>                        | minimum wage                           |
| 176. <b>pénurie</b>                                   | shortage                                      | 203. <b>s'adapter à</b>                   | to adapt to                            |
| 177. <b>une période</b>                               | a period of time                              | 204. <b>le salaire</b>                    | the salary                             |
| 178. <b>permettre (de + vb) (+noun)</b>               | to enable                                     | 205. <b>s'améliorer</b>                   | to improve                             |
| 179. <b>persécuter</b>                                | to persecute                                  | 206. <b>le Samu Social</b>                | social workers helping homeless people |
| 180. <b>des pertes</b>                                | losses  | 207. <b>les sans-abris</b>                | the homeless                           |
| 181. <b>la peur</b>                                   | fear  | 208. <b>sans emploi</b>                   | unemployed                             |
| 182. <b>les plus démunis</b>                          | the destitute                                 | 209. <b>les sans-papiers</b>              | illegal immigrant                      |
| 183. <b>de plus en plus</b>                           | more and more, increasingly                   | 210. <b>un SDF (sans domicile fixe)</b>   | a homeless person                      |
| 184. <b>poser de graves problèmes</b>                 | to pose serious problems                      | 211. <b>les SDF (sans domicile fixe)</b>  | the homeless                           |
| 185. <b>précaire</b>                                  | precarious, fragile, unstable, poor           | 212. <b>se réfugier</b>                   | to take refuge                         |
| 186. <b>précaire</b>                                  | precarious                                    | 213. <b>se retrouver</b>                  | to end up                              |
| 187. <b>précaire</b>                                  | unstable, precarious                          | 214. <b>les services médicaux</b>         | health care                            |
| 188. <b>la précarité</b>                              | precariousness, job insecurity                | 215. <b>se sentir exclu de la société</b> | to feel excluded from society          |
| 189. <b>la précarité</b>                              | lack of stability                             | 216. <b>le seuil de pauvreté</b>          | poverty threshold                      |
| 190. <b>la précarité de l'emploi</b>                  | job insecurity                                | 217. <b>s'insérer</b>                     | to integrate                           |
| 191. <b>un préjugé</b>                                | prejudice                                     | 218. <b>s'installer</b>                   | to settle                              |
| 192. <b>préserver</b>                                 | to preserve                                   | 219. <b>s'intégrer</b>                    | to integrate                           |
| 193. <b>un processus</b>                              | process                                       | 220. <b>s'occuper de</b>                  | to look after, to help                 |
| 194. <b>un proche</b>                                 | a relative or close friend                    | 221. <b>les soins</b>                     | care                                   |
| 195. <b>protégé(e)</b>                                | protected                                     | 222. <b>la solidarité</b>                 | solidarity                             |
| 196. <b>la provenance</b>                             | origin  | 223. <b>s'opposer à</b>                   | to be opposed to                       |
| 197. <b>provisoire</b>                                | temporary                                     |   |  |

|      |  |                                  |
|------|--|----------------------------------|
| 234. | <b>SOS racism</b>                            | anti-racist group                |
| 235. | <b>soulager</b>                              | to bring comfort                 |
| 236. | <b>une source</b>                            | a source, a cause                |
| 237. | <b>un stéréotype</b>                         | stereotype                       |
| 238. | <b>stigmatiser</b>                           | to stigmatise                    |
| 239. | <b>subvenir aux besoins de</b>               | to meet the needs of             |
| 239. | <b>la suppression</b>                        | the cancellation, the revocation |
| 231. | <b>survivre</b>                              | to survive                       |
| 232. | <b>le taux</b>                               | rate                             |
| 233. | <b>technologies dépassées</b>                | outdated technologies            |
| 234. | <b>un tiers / un quart / la moitié</b>       | a third / a quarter / half       |
| 235. | <b>le tissu social</b>                       | social fabric                    |
| 236. | <b>la tolérance</b>                          | tolerance                        |
| 237. | <b>tolérer</b>                               | to tolerate                      |
| 238. | <b>touché(e) par</b>                         | affected by, concerned by        |
| 239. | <b>toucher le chômage</b>                    | to get unemployment benefit      |
| 240. | <b>la toxicomanie</b>                        | drug addiction                   |
| 241. | <b>le travail au noir</b>                    | illicit work, work off the books |
| 242. | <b>un travailleur immigré</b>                | a foreign worker                 |
| 243. | <b>traverser une période difficile</b>       | to go through a tough time       |
| 244. | <b>le trottoir</b>                           | the pavement                     |
| 245. | <b>une victime de discrimination raciale</b> | victim of racial discrimination  |
| 246. | <b>vivre</b>                                 | to live                          |
| 247. | <b>le voile islamique</b>                    | islamic veil                     |
| 248. | <b>vulnérable</b>                            | vulnerable                       |
| 249. | <b>une zone sensible</b>                     | difficult area                   |

Causes de la pauvreté mondiale:

- la famine, la pénurie alimentaire
- les bidonvilles
- le manque d'éducation, le travail des enfants
- le chômage / l'exploitation des travailleurs
- le sida, les épidémies et autres maladies
- le manque d'infrastructures (eau potable, transports, etc)
- les régimes politiques corrompus
- les guerres et conflits d'intérêts, les conflits ethniques
- les catastrophes naturelles
- le commerce mondial: sanctions économiques, embargos, tarifs protecteurs, etc
- la surpopulation
- le passé historique et ses conséquences (esclavage, divisions territoriales)
- l'endettement (la "dette du Tiers Monde")

Comment lutter contre les problèmes de famine dans les pays pauvres?

- Pour les problèmes au niveau de la production de nourriture:
  - Les OGMs (Organismes Génétiquement Modifiés) sont des plantes plus résistantes aux insectes, aux maladies et aux intempéries.
- Pour les problèmes au niveau de la récolte et de l'exploitation:
  - Les gouvernements peuvent aider à augmenter les salaires des producteurs et ouvriers agricoles en donnant des subventions (cela augmentera leur pouvoir d'achat).
  - Les pays doivent aussi développer leurs infrastructures (l'accès à l'eau, conservation des aliments, transport des denrées, etc), introduire des méthodes de travail mécanisées pour améliorer la production et les conditions de travail, et former les producteurs agricoles à l'utilisation de machines.
- Pour les problèmes au niveau distribution et commerce:
  - Les producteurs n'arrivent pas à vendre à des prix décents, donc il faut privilégier le commerce équitable ou les coopératives agricoles, et assurer un prix de vente minimum. Il faut aussi revoir le choix des cultures: certaines plantes ont une plus grande valeur commerciale et poussent mieux dans certaines régions, et donc constituent un choix plus judicieux même si elles ne correspondent pas aux besoins alimentaires de cette région.

Que peut-on faire pour lutter contre l'exclusion sociale?

- ✓ soutenir les associations caritatives qui essaient de sortir les gens de la misère et de la rue (en particulier, soutenir les bénévoles qui travaillent avec les sans-abris pour leur redonner de la dignité, de l'estime de soi, de la motivation pour changer leur situation)
- ✓ favoriser la réinsertion professionnelle sur le marché du travail
- ✓ financer des formations professionnelles
- ✓ le gouvernement devrait intervenir plus dans le secteur immobilier pour réduire le manque de logement ou la difficulté de se loger (imposer des lois pour baisser les prix des logements, imposer qu'un pourcentage des logements construits soit des logements sociaux, réquisitionner et réhabiliter les logements inhabités)
- ✓ favoriser l'accès aux crédits ou autres aides financières / allocations
- ✓ informer le public pour favoriser la reconnaissance sociale, détruire les préjugés et encourager l'intégration.

|                                 |                                       |                                    |   |
|---------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------|---|
| 1. un abonnement                | a subscription                        | 36. doublé                         | dubbed (in another language)                |
| 2. abrutissant                  | dull                                  | 37. dubitatif                      | dubious / sceptical                         |
| 3. un abus                      | an abuse                              | 38. un écran                       | a screen                                    |
| 4. un accès                     | access                                | 39. un éditeur                     | a publisher                                 |
| 5. une affiche publicitaire     | a commercial poster                   | 40. éducatif                       | educational                                 |
| 6. agir sur                     | to act on                             | 41. effacer                        | to delete                                   |
| 7. alerter l'opinion publique   | to raise awareness                    | 42. un effet                       | an effect / an impact                       |
| 8. un appareil photo numérique  | a digital camera                      | 43. efficace                       | effective                                   |
| 9. attirer                      | to attract                            | 44. une emprise                    | a hold                                      |
| 10. attrayant                   | attractive                            | 45. en différé                     | replay                                      |
| 11. l'audimat                   | the audience (viewers or listeners)   | 46. en direct                      | live  |
| 12. augmenter                   | to increase                           | 47. en ligne                       | on line                                     |
| 13. un avantage                 | an advantage                          | 48. une enquête                    | an enquiry                                  |
| 14. banal                       | trivial                               | 49. enregistrer                    | to record                                   |
| 15. la banalisation de...       | making something commonplace / normal | 50. un entretien                   | an interview                                |
| 16. bas de gamme                | mediocre                              | 51. envoyer                        | to send                                     |
| 17. un besoin                   | a need                                | 52. l'ère informatique             | the computer age                            |
| 18. les bienfaits               | the benefits                          | 53. un événement médiatique        | a marketing event / a promotion / a scandal |
| 19. le but                      | the aim                               | 54. exploiter                      | to exploit / to take advantage of           |
| 20. une campagne promotionnelle | an advertising campaign               | 55. facile à utiliser              | user-friendly                               |
| 21. la censure                  | ensorship                             | 56. faire appel à                  | to appeal to                                |
| 22. une chaîne                  | a TV channel                          | 57. faire confiance à              | to trust                                    |
| 23. un changement               | a change                              | 58. faire ses courses sur internet | to buy on line                              |
| 24. choisir                     | to choose                             | 59. les faits divers               | news in brief                               |
| 25. cibler                      | to target                             | 60. un feuilleton                  | a TV sitcom                                 |
| 26. communiquer                 | to communicate                        | 61. fiable                         | reliable                                    |
| 27. le comportement             | the behaviour                         | 62. financer                       | to fund                                     |
| 28. la concurrence              | competition                           | 63. un flash d'informations        | a news flash                                |
| 29. une copie pirate            | a pirate copy                         | 64. un forum de discussion         | a chatroom                                  |
| 30. un destinataire             | a recipient                           | 65. les gros titres                | the headlines                               |
| 31. une diffamation             | a libel                               | 66. un hebdomadaire                | a weekly magazine                           |
| 32. diffamatoire                | libellous                             | 67. l'heure de grande écoute       | prime time                                  |
| 33. diffuser                    | to broadcast                          | 68. illégal                        | illegal                                     |
| 34. diminuer                    | to reduce                             | 69. inciter à                      | to encourage                                |
| 35. divertissant                | entertaining                          | 70. un inconvénient                | a disadvantage                              |
|                                 |                                       | 71. insidieux                      | insidious                                   |
|                                 |                                       | 72. instructif                     | informative                                 |

|   |                                     |  |                              |
|---|-------------------------------------|--|------------------------------|
| 73. <b>instruire</b>                                | to educate                          | 111. <b>la propagande</b>                | propaganda                   |
| 74. <b>interdire</b>                                | to forbid                           | 112. <b>le public ciblé</b>              | the target audience          |
| 75. <b>un internaute</b>                            | an internet user                    | 113. <b>une publicité</b>                | an advert / TV commercial    |
| 76. <b>irrévocable</b>                              | irrevocable                         | 114. <b>puissant</b>                     | powerful                     |
| 77. <b>justifier</b>                                | to justify                          | 115. <b>la qualité</b>                   | quality                      |
| 78. <b>le lavage de cerveau</b>                     | brainwashing                        | 116. <b>les questions d'actualité</b>    | current affairs              |
| 79. <b>la lecture</b>                               | reading                             | 117. <b>un quotidien</b>                 | a daily newspaper            |
| 80. <b>la liberté de la presse</b>                  | freedom of the press                | 118. <b>la rapidité</b>                  | the speed                    |
| 81. <b>la liberté de parole</b>                     | freedom of speech                   | 119. <b>la réalité virtuelle</b>         | virtual reality              |
| 82. <b>un logiciel</b>                              | a software                          | 120. <b>recevoir</b>                     | to receive                   |
| 83. <b>une loi</b>                                  | a law                               | 121. <b>réglementer</b>                  | to regulate / to legislate   |
| 84. <b>manipuler</b>                                | to manipulate                       | 122. <b>remplacer</b>                    | to replace                   |
| 85. <b>le matraquage publicitaire</b>               | bombarding with advertising         | 123. <b>un reportage</b>                 | a report                     |
| 86. <b>la médiatisation</b>                         | promotion through the media         | 124. <b>la retransmission</b>            | the transmission / broadcast |
| 87. <b>mensonger</b>                                | deceitful                           | 125. <b>s'adapter</b>                    | to adapt                     |
| 88. <b>un mensuel</b>                               | a monthly magazine                  | 126. <b>sauvegarder</b>                  | to save                      |
| 89. <b>une méthode</b>                              | a means / a way                     | 127. <b>se brancher sur</b>              | to tune into                 |
| 90. <b>mettre à jour</b>                            | to update                           | 128. <b>se connecter</b>                 | to log on                    |
| 91. <b>monopoliser</b>                              | to monopolise                       | 129. <b>la sécurité des informations</b> | data protection              |
| 92. <b>un moteur de recherche</b>                   | a search engine                     | 130. <b>se déconnecter</b>               | to log off                   |
| 93. <b>nocif</b>                                    | harmful                             | 131. <b>se servir de quelque chose</b>   | to use sth                   |
| 94. <b>numérique</b>                                | digital                             | 132. <b>se tenir au courant</b>          | to keep informed             |
| 95. <b>objectif</b>                                 | objective                           | 133. <b>s'imposer</b>                    | to dominate                  |
| 96. <b>occuper le devant de la scène médiatique</b> | to be the centre of media attention | 134. <b>un slogan</b>                    | a slogan                     |
| 97. <b>paraître</b>                                 | to appear / to come out             | 135. <b>le son</b>                       | the sound                    |
| 98. <b>parrainer</b>                                | to sponsor                          | 136. <b>un sondage</b>                   | a poll / a survey            |
| 99. <b>parvenir à</b>                               | to succeed                          | 137. <b>sous forme numérique</b>         | in digital format            |
| 100. <b>permettre</b>                               | to enable                           | 138. <b>un sujet</b>                     | a topic                      |
| 101. <b>persuasif</b>                               | persuasive                          | 139. <b>s'uniformiser</b>                | to standardise               |
| 102. <b>une pile</b>                                | a battery                           | 140. <b>supprimer</b>                    | to abolish                   |
| 103. <b>la popularité</b>                           | the success                         | 141. <b>surfer le web/sur internet</b>   | to surf the Net              |
| 104. <b>un portable</b>                             | a mobile phone / a laptop           | 142. <b>susciter</b>                     | to spark off / to cause      |
| 105. <b>des potins</b>                              | gossips                             | 143. <b>tapageur</b>                     | obtrusive                    |
| 106. <b>le pourcentage</b>                          | the percentage                      | 144. <b>taper</b>                        | to type                      |
| 107. <b>un présentateur</b>                         | a presenter                         | 145. <b>télécharger</b>                  | to download                  |
| 108. <b>la presse à sensation / à scandale</b>      | tabloids                            | 146. <b>la télé-réalité</b>              | reality TV                   |
| 109. <b>profiter de</b>                             | to take advantage of                | 147. <b>un utilisateur</b>               | a user                       |
| 110. <b>les progrès</b>                             | advances                            | 148. <b>utiliser</b>                     | to use                       |
|   |                                     | 149. <b>l'utilité</b>                    | the usefulness               |
|   |                                     | 150. <b>la valeur</b>                    | the value                    |
|   |                                     | 151. <b>véhiculer</b>                    | to convey                    |

|      |                         |  |
|------|-------------------------|--|
| 162. | <b>la vente</b>         | the sale   |
| 168. | <b>le voyeurisme</b>    | voyeurism  |
| 169. | <b>la vulgarisation</b> | making something accessible to a wide audience / to the mass |

Avantages d'Internet :

- Derrière un écran, c'est plus facile de communiquer, d'acheter, de se divertir
- C'est plus facile d'exprimer ses sentiments (réseaux sociaux, blogs)
- Accès illimité et gratuit à la culture
- Egalité des opportunités de créations artistiques

Dangers d'Internet :

- Dangers pour les personnes vulnérables :
  - contenus inappropriés : pornographie, violence, troubles alimentaires, apologie des drogues
  - modification des comportements humains : dépendances, isolement, harcèlement
  - manipulation par la publicité, vols, extorsions
  - endoctrinement et recrutement (terrorisme, trafic d'organes, réseaux criminels et pédophiles etc.)
- Atteinte à la vie privée (vidéosurveillance)
- Déshumanisation des relations
- Propos racistes ou offensifs, incitation à la haine raciale
- Piratage de productions culturelles

Le téléphone portable :

Il a pris une place dominante dans la société. Les services disponibles sur les portables se sont tellement développés que ce petit objet a remplacé beaucoup d'appareils qui vont peut-être disparaître dans le futur (l'appareil photo, le lecteur de musique, la calculatrice, la montre, etc.). Il représente donc une véritable révolution technologique. Son utilisation intensive par les jeunes crée une distance entre les générations. Les parents, et encore plus les grands-parents, comprennent moins le monde des jeunes et leurs téléphones, car les jeunes ont développé un langage spécifique et des habitudes nouvelles. Le portable a changé les attitudes : les gens réfléchissent moins, ils n'ont pas à anticiper les problèmes de la même manière que leurs parents qui n'avaient pas de téléphone pour avertir d'un retard, ou appeler de l'aide. Les paramètres de communication ont changé. Tout est plus rapide, plus superficiel, plus anonyme, plus individualiste, plus virtuel... L'utilisation intensive du portable pour communiquer a aussi un impact sur la langue : le « langage texto » accélère l'évolution de la langue (changements d'orthographe, création de nouveaux mots...). Les portables exercent un pouvoir sur beaucoup de jeunes (ils dictent leur vie sociale et les jeunes sont devenus dépendants de leur portable). Grâce à sa connexion à internet, il a accéléré le rythme de vie. Tout doit aller vite. Les gens ont moins de patience. Dans le monde professionnel, il rend esclave du travail. Si on ne l'éteint pas, on est joignable à tout moment et on ne peut pas déconnecter du travail.

Les réseaux sociaux :

Ils sont utiles pour retrouver des connaissances perdues de vue, pour développer des relations, pour communiquer avec plusieurs personnes en même temps. La communication est plus facile car on n'a plus besoin de se déplacer et c'est moins cher (par exemple Skype est gratuit). On peut rester en contact plus facilement avec famille et amis habitant au bout du monde. Mais ils ont également des impacts négatifs. On reste chez soi, on rencontre moins les gens, on vit une vie virtuelle qui peut être superficielle. La communication perd son côté humain, la chaleur, les émotions, les expressions de visage, la gestuelle, les nuances et subtilités. La communication risque de devenir automatique, numérisée, plate. La langue risque de s'appauvrir. Les contacts virtuels peuvent aussi être dangereux car on ne connaît pas toujours l'identité réelle des personnes avec qui on communique.

Education aux nouvelles technologies de communication :

La prévention des risques passe par l'éducation. Les jeunes en particulier sont malins dans leur utilisation d'internet, mais vulnérables, donc il faut les surveiller et les protéger. Il faut être vigilant quand on achète en ligne, pour ne pas être victime d'escroquerie. Il ne faut pas révéler ses infos personnelles, des infos concernant ses amis, ou diffuser des propos insultants. Il faut connaître les lois dans le domaine du téléchargement.

#### La télévision:

- > place de la télévision dans la vie de tous les jours
- > qualité des programmes
- > accoutumance
- > impact sur la communication, les contacts humains et les comportements

La télévision tient une place importante dans la société. Toutes les familles en ont plusieurs généralement ; beaucoup d'enfants en ont même une dans leur chambre. Elle est aimée de tout le monde, car chacun y trouve son compte avec la variété de chaînes et d'émissions. Elle représente un marché économique considérable, avec des développements technologiques de pointe (Home cinéma, grands écrans plats, télé en 3D, etc. Avec la télévision de rattrapage (replay), et la possibilité de regarder des programmes sur son téléphone, la télévision est présente partout et à tout moment. Elle influence les jeunes à plusieurs niveaux (mode, messages des célébrités, opportunités de découvrir des talents, etc.). Elle est au centre de nombreuses discussions entre les jeunes. Elle alimente les conversations et favorise les contacts (c'est un sujet de discussion facile). Elle permet d'être au courant de ce qui se passe dans le monde.

Mais il faut être vigilant quant à son utilisation : la société devient de plus en plus sédentaire et la télé a pris une grande ampleur car elle ne demande pas ou peu d'effort intellectuel. Il ne faudrait pas qu'elle remplace la lecture! Certains programmes sont nuisibles à la santé mentale, car ils sont abrutissants ou violents. Le nombre d'heures passées devant la télé est aussi problématique, car il favorise la passivité et est associé à l'augmentation du nombre de personnes obèses. La violence et la vulgarité sont banalisées. Il y a trop de langage grossier. Les jeunes en particulier imitent les acteurs ou les personnes qu'ils voient à la télé. La télévision fait du lavage de cerveau et véhicule des stéréotypes (la famille parfaite, les rôles de l'homme/de la femme, etc.).

La télé-réalité a pris une place importante dans la grille des programmes. On trouve plusieurs genres d'émissions de télé-réalité : la vie en communauté (*Big Brother*), une compétition sur une compétence particulière (cuisine, danse, chant, décoration intérieure/rénovation, marketing, etc) , de l'action / de l'aventure / des initiatives (*I'm a celebrity, get me out of here*) , de la séduction (*Bachelorette*) , des portraits d'une situation particulière, d'un mode de vie (*Big Fat Loser, Made in Chelsea, My sweet 16*), une mise en scène de vedettes (*Keeping up with the Kardashians*), du coaching (développement personnel) , des caméras cachées ("You've been framed"). Dans ce genre d'émission, il y a une identification forte du téléspectateur, une sensation de faire partie de l'émission. Elles contiennent du rêve parfois : certaines personnes améliorent leurs conditions de vie (ou celle d'autres personnes) suite à leur participation à une émission. Il peut y avoir une prise de conscience sur les conditions de vie de personnes moins privilégiées ou peut être tout simplement un divertissement à prendre au "second degré". Elles contiennent aussi pourtant plusieurs aspects négatifs. Ce n'est pas vraiment de la réalité puisqu'on demande aux participants de "jouer" un rôle, et qu'on "sélectionne" les participants selon certains critères. Puis on les manipule. Il y a parfois une dévalorisation des participants et une atteinte à leur dignité (dans certains programmes, les participants font l'objet de parodies, de moqueries). Ce n'est pas spontané mais fabriqué. Le public

est principalement des jeunes, donc plus vulnérables et ces émissions ont des répercussions sur leur vision du monde, et leurs comportements sociaux. On y voit la banalisation du banal, l'apologie de l'individualisme et du narcissisme ; un côté voyeuriste (on regarde avec curiosité et intérêt le malheur ou la vie privée des gens) ; une notoriété artificielle ; la mise en scène de la trahison, du sadisme (de la cruauté) et du harcèlement moral ; l'exploitation des faiblesses humaines et une philosophie de "Darwinisme social" (élimination des plus faibles).

#### La publicité :

Il existe différentes catégories de pub: la publicité commerciale, pour vendre un produit, et la publicité sur la santé publique pour informer sur les dangers de quelque chose, sur une situation humanitaire, un problème écologique, etc. A la télévision, la publicité principalement commerciale détourne l'attention des téléspectateurs. Elle est intempestive et irritante. Elle alimente le consumérisme (=attitude de consommer excessivement), crée des besoins artificiels pour des choses parfois futiles. Elle influence nos façons d'acheter des produits (c'est du lavage de cerveau). La publicité est faite pour piéger les enfants (les enfants sont des cibles faciles). Les publicitaires utilisent plusieurs techniques : Ils révèlent les désirs inconscients (le fantasme de la puissance, le désir). Ils utilisent l'humour, les slogans faciles à retenir, les couleurs vives, la musique (les jingles), les animations et les effets spéciaux. Ils peuvent être très créatifs! Pour vendre, ils mettent en avant l'exclusivité de leurs produits, font appel à des pseudo-informations scientifiques. Ils jouent sur les stéréotypes, font appel aux sentiments, visent le bonheur et le plaisir. La publicité peut également être informative et efficace pour sensibiliser les gens aux problèmes de pauvreté mondiale, de cruauté envers les animaux, d'exclusion sociale, de maladies incurables. Les pubs provoquent des débats, ce qui nous oblige à réfléchir aux valeurs de notre société. Un exemple de débat est celui de la place (ou non) de la publicité dans les écoles. Les entreprises peuvent exploiter les écoles en offrant des équipements gratuits. Le danger est une "marchandisation de l'enseignement", où des compagnies privées pourraient cibler un public jeune et vulnérable avec leurs produits (distribués gratuitement) et les encourager, insidieusement, à consommer de plus en plus tôt. En effet, les jeunes sont influençables et l'école devrait peut-être demeurer une institution neutre et sans "agressions publicitaires".

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
| 1. <b>l'accompagnement / le soutien</b>                 | support   | 37. <b>un emploi du temps</b>                  | a timetable                                   |
| 2. <b>aménager</b>                                      | to adapt / to set up  | 38. <b>un enseignant(e)</b>                    | teacher                                       |
| 3. <b>un apprentissage</b>                              | an apprenticeship   | 39. <b>l'enseignement</b>                      | instruction                                   |
| 4. <b>l'apprentissage de...</b>                         | the learning of...  | 40. <b>enseigner quelque chose à quelqu'un</b> | to teach sth to someone                       |
| 5. <b>approfondir</b>                                   | to further your knowledge                                     | 41. <b>des équipements</b>                     | facilities                                    |
| 6. <b>assidu(e)</b>                                     | hard-working, assiduous                                       | 42. <b>un établissement</b>                    | an institution                                |
| 7. <b>assister à</b>                                    | to attend   | 43. <b>être en échec scolaire</b>              | to fail at school                             |
| 8. <b>l'autonomie</b>                                   | independence  | 44. <b>les études supérieures</b>              | Higher Education                              |
| 9. <b>un auxiliaire de vie scolaire</b>                 | Special Need support staff                                    | 45. <b>un examen blanc</b>                     | mock exam                                     |
| 10. <b>avoir (un examen)</b>                            | to have passed (an exam)                                      | 46. <b>un examinateur / examinatrice</b>       | examiner                                      |
| 11. <b>un bachelier / bachelière</b>                    | someone who has passed the Bac                                | 47. <b>exigeant(e)</b>                         | demanding                                     |
| 12. <b>un bienfait</b>                                  | an advantage  | 48. <b>un externe / demi-pensionnaire</b>      | day pupil (eat at home / eat at school)       |
| 13. <b>un bilan</b>                                     | a result (repercussion, end result)                           | 49. <b>la Fac (familial)</b>                   | uni   |
| 14. <b>bossier (familial)</b>                           | to work   | 50. <b>facultatif / facultative</b>            | optional                                      |
| 15. <b>une classe préparatoire</b>                      | two-year preparatory course for admission into a Grande Ecole | 51. <b>une Faculté</b>                         | faculty, university                           |
| 16. <b>la concentration</b>                             | the focus   | 52. <b>faire un BTS</b>                        | to do a vocational degree (2 year-course)     |
| 17. <b>un concours</b>                                  | a competitive exam  | 53. <b>faire un diplôme en..</b>               | to do a course in...                          |
| 18. <b>des connaissances</b>                            | knowledge   | 54. <b>une filière</b>                         | a course                                      |
| 19. <b>un conseiller</b>                                | an adviser  | 55. <b>la formation professionnelle</b>        | vocational training                           |
| 20. <b>le contrôle continu</b>                          | continuous assessment, coursework                             | 56. <b>former</b>                              | to train                                      |
| 21. <b>un cours magistral</b>                           | teacher-lead lesson   | 57. <b>une Grande École</b>                    | top university                                |
| 22. <b>un cours particulier</b>                         | private lesson  | 58. <b>une heure de permanence / d'études</b>  | study period                                  |
| 23. <b>un CPE (un conseiller Principal d'Education)</b> | Director of Studies / Careers Advisor                         | 59. <b>les horaires de cours</b>               | the lesson times                              |
| 24. <b>la culture générale</b>                          | general knowledge   | 60. <b>insuffisant(e)</b>                      | inadequate                                    |
| 25. <b>un défi</b>                                      | a challenge   | 61. <b>intégrer</b>                            | to enroll / to integrate                      |
| 26. <b>un délégué (de classe)</b>                       | (class) prefect (Form captain)                                | 62. <b>un intendant</b>                        | a bursar                                      |
| 27. <b>une démarche</b>                                 | an action   | 63. <b>un internat</b>                         | a boarding school                             |
| 28. <b>un diplôme</b>                                   | a diploma   | 64. <b>interne</b>                             | boarder                                       |
| 29. <b>une discipline</b>                               | a subject   | 65. <b>un LEP</b>                              | 15-18 school for vocational study             |
| 30. <b>une disposition</b>                              | a measure   | 66. <b>une licence</b>                         | Degree  |
| 31. <b>dissipé</b>                                      | unfocused   | 67. <b>un local</b>                            | a premises                                    |
| 32. <b>un dossier</b>                                   | file / portfolio  | 68. <b>le lycée</b>                            | 15-18 school for 15-18 year olds (Sixth Form) |
| 33. <b>échouer à</b>                                    | to fail   | 69. <b>un manuel</b>                           | a textbook                                    |
| 34. <b>une école privée</b>                             | independent school  | 70. <b>des moyens</b>                          | means   |
| 35. <b>une école publique</b>                           | State school  |  |   |
| 36. <b>éduquer</b>                                      | to educate  |  |   |

|     |  |                                       |
|-----|--|---------------------------------------|
| 71. | <b>le niveau</b>                                     | the level                             |
| 72. | <b>obligatoire</b>                                   | compulsory                            |
| 73. | <b>l'orientation</b>                                 | careers guidance                      |
| 74. | <b>passer à l'oral</b>                               | to do an oral exam                    |
| 75. | <b>passer un examen</b>                              | to take an exam                       |
| 76. | <b>pédagogique</b>                                   | educational                           |
| 77. | <b>poursuivre ses études</b>                         | to continue one's studies             |
| 78. | <b>la pratique</b>                                   | the practice (actions undertaken)     |
| 79. | <b>un professeur d'université</b>                    | a lecturer                            |
| 80. | <b>le programme</b>                                  | the syllabus                          |
| 81. | <b>un proviseur / un principal</b>                   | a headmaster                          |
| 82. | <b>râter (familial)</b>                              | to fail                               |
| 83. | <b>redoubler une classe</b>                          | to repeat a year                      |
| 84. | <b>la rentrée</b>                                    | back to school                        |
| 85. | <b>réussir quelque chose / à faire quelque chose</b> | to pass, to succeed in sth/ doing sth |
| 86. | <b>la réussite</b>                                   | success                               |
| 87. | <b>la scolarité</b>                                  | education (time spent at school)      |
| 88. | <b>sécher un cours (familial)</b>                    | to skip a lesson                      |
| 89. | <b>s'épanouir</b>                                    | to develop oneself, to blossom        |
| 90. | <b>se spécialiser</b>                                | to specialise                         |
| 91. | <b>s'orienter</b>                                    | to choose a course                    |
| 92. | <b>un stage</b>                                      | a work experience placement           |
| 93. | <b>suffire</b>                                       | to suffice, to be enough              |
| 94. | <b>surchargé(e)</b>                                  | overloaded                            |
| 95. | <b>surmené(e)</b>                                    | overworked                            |
| 96. | <b>le système éducatif</b>                           | educational system                    |
| 97. | <b>un travail soigné</b>                             | a careful piece of work               |
| 98. | <b>l'utilisation</b>                                 | the use of                            |

Sous-thèmes:

- Droits et devoirs au sein de l'institution scolaire
- le prof idéal
- l'égalité des chances
- la violence à l'école
- l'échec scolaire
- Expérience personnelle : concilier travail et études, combiner travail et sport, s'organiser pour réussir le BI, expériences d'apprentissage, Service à la Communauté, que faire après le BI
- éducation manuelle/artistique *versus* sujets de base/théoriques
- l'internat
- les stress des examens, les pressions
- les aides au travail
- la coopération et camaraderie
- le magazine / journal de l'école
- les programmes d'enseignement
- Les professionnels invités à l'école
- les modes d'évaluation
- Cours à distance grâce aux nouvelles technologies

EXPRESSIONS UTILES, ÉLÉMENTS DE DÉBAT:

- L'école sert à pouvoir choisir un métier qu'on aime, à se faire des amis, à mieux vivre avec les autres, à apprendre le respect, la politesse, la discipline.
- Même si les diplômes ne sont pas la garantie de trouver du travail, le taux de chômage est plus élevé chez les non-diplômés.
- L'école rend libre : celui qui sait lire peut s'informer, comparer, discuter et choisir en connaissance de cause.
- Un bon prof sait éveiller l'intérêt de ses élèves, ne réprimande pas trop sévèrement, prête attention à ce que ses élèves disent, respecte leurs opinions, reste calme, ne tolère pas l'indiscipline en classe. Un bon prof doit être inventif, compréhensif et juste.
- Dans un lycée professionnel, les élèves peuvent apprendre les bases d'un métier.
- Avec des classes de 40 élèves dans les lycées, les cours tournent souvent au bachotage. Les lycéens ne veulent pas aller dans leurs établissements uniquement pour suivre des cours magistraux.
- Les lycéens souhaitent moins d'élèves par classe, un soutien scolaire pour les élèves en difficulté, une réforme des rythmes scolaires. Ils veulent plus de surveillants, d'infirmières, d'assistantes sociales et de conseillers d'orientation.
- Les lycéens pensent que leurs délégués ne servent à rien parce qu'ils ne sont pas autorisés à participer à la gestion du lycée.
- Les élèves veulent apprendre moins, mais mieux. Ils se plaignent d'emplois du temps surchargés. Ils refusent le bourrage de crâne (accumulation de connaissances). Ils veulent une approche plus pratique, dans une ambiance plus conviviale, moins stressée.

- Le gouvernement a décidé d'équiper toutes les écoles d'ordinateurs multimédias.
- L'illettrisme et l'échec scolaire cachent le plus souvent des problèmes sociaux : familles éclatées, chômage, difficultés d'intégration.
- Des conseils municipaux d'enfants organisent des actions pour promouvoir la tolérance et le respect. Ces collégiens et lycéens veulent instaurer une meilleure écoute et collaboration entre adultes et jeunes.
- Il existe des zones d'éducation prioritaire appelées ZEP (Zones d'Education Prioritaire) ou Réseaux Ambition Réussite, où le nombre d'élèves est limité, le budget personnel est plus gros, et où les liens entre la famille et l'école sont plus développés, pour lutter contre l'échec scolaire dans les quartiers difficiles.
- Les actes de violence se multiplient à l'école. On parle d'écoles « sensibles », de « racket » à l'école. Des classes sont saccagées par des actes de vandalisme, des élèves sont braqués ou pris dans des rixes filmées sur téléphone portable. Il s'agit de violence parfois jouée, mais souvent latente.
- Les gouvernements lancent des plans anti-violence à l'école. Ils ont pour but de lutter contre le silence, de renforcer l'action de la police et de la justice, de mieux former le personnel, de réconcilier les élèves difficiles avec l'école (avec des classes-relais), de renforcer l'instruction civique.

|   |                                      |   |                         |
|---|--------------------------------------|---|-------------------------|
| 1. améliorer  | to improve                           | 37. une menace                              | a threat                |
| 2. des appareils électroménagers qui consomment moins d'énergie | energy-friendly household appliances | 38. mettre en place / instaurer             | to create / to set up   |
| 3. l'avenir   | the future                           | 39. mettre la pression / faire pression sur | to put pressure on      |
| 4. les bombes aérosol   | aerosol sprays                       | 40. le monde                                | the world               |
| 5. une catastrophe naturelle                                    | a natural disaster                   | 41. les ordures                             | rubbish                 |
| 6. une centrale nucléaire                                       | nuclear power station                | 42. le parlement                            | the parliament          |
| 7. les changements climatiques                                  | climate change                       | 43. un parti                                | a political party       |
| 8. le charbon   | coal                                 | 44. la planète                              | the planet              |
| 9. un choix politique   | a political choice                   | 45. les pluies acides                       | acid rain               |
| 10. combattre pour  | to fight in defense of               | 46. les politiciens                         | the political leaders   |
| 11. le comportement   | the behaviour                        | 47. polluer                                 | to pollute              |
| 12. conserver   | to preserve                          | 48. la pollution                            | pollution               |
| 13. les consommateurs   | consumers                            | 49. le Premier Ministre                     | Prime Minister          |
| 14. convaincre  | to convince                          | 50. le président                            | president               |
| 15. la couche d'ozone   | the ozone layer                      | 51. des problèmes environnementaux          | environmental problems  |
| 16. les déchets   | waste / rubbish                      | 52. un programme / des mesures              | measures                |
| 17. les dégâts  | damage                               | 53. protéger                                | to protect              |
| 18. l'effet de serre  | greenhouse effect                    | 54. récent(e)                               | recent                  |
| 19. les effets  | effects                              | 55. le recyclage                            | recycling               |
| 20. les émissions de gaz  | gas emissions                        | 56. recycler                                | to recycle              |
| 21. l'énergie éolienne  | wind power                           | 57. remplacer                               | to replace              |
| 22. l'énergie solaire   | solar power                          | 58. résoudre                                | to solve                |
| 23. les énergies renouvelables                                  | renewable energy                     | 59. sauver / sauvegarder                    | to save                 |
| 24. les enjeux  | the stakes                           | 60. la société                              | society                 |
| 25. l'environnement   | the environment                      | 61. la solution                             | solution                |
| 26. épuiser   | to use up                            | 62. une source d'énergie                    | energy source           |
| 27. les espaces verts   | green spaces                         | 63. un syndicat                             | a trade union           |
| 28. éviter  | to avoid                             | 64. la terre                                | the earth               |
| 29. gaspiller   | to waste                             | 65. toucher                                 | to affect               |
| 30. le gouvernement   | the government                       | 66. un tremblement de terre                 | an earthquake           |
| 31. l'incompréhension   | the lack of understanding            | 67. le trou dans la couche d'ozone          | the hole in ozone layer |
| 32. les industries  | the industry                         | 68. l'Union Européenne                      | European Union          |
| 33. une manifestation   | demonstration                        | 69. une usine                               | a factory               |
| 34. un manque de  | a lack of                            | 70. voter                                   | to vote                 |
| 35. le manque de connaissances / la méconnaissance              | the lack of knowledge                |   |                         |
| 36. une marée noire   | an oil slick                         |   |                         |

La planète en péril :

- pollutions (Les déchets et les transports sont des problèmes de pollution majeurs)
- épuisement des ressources (eau) et espèces animales menacées

Les pollutions :

Les industries déversent des produits chimiques dans les rivières. La mauvaise gestion des déchets contribuent aux pollutions de proximité et aux grands déséquilibres de la planète. Actuellement, au lieu de recycler les déchets, on les brûle, les met dans les décharges ou on les déverse dans la nature.

Actions :

Au niveau local / individuel, on peut:

- trier ses déchets domestiques
- recycler (les emballages, les sacs, les appareils électriques, mais aussi les vêtements et autres objets devenus inutiles)
- choisir des modes de transports écologiques
- faire des achats réfléchis: par exemple, acheter moins d'emballages, acheter des produits bio et issus de commerce équitable, éviter les produits toxiques, acheter des produits de saison, privilégier les produits des fermes locales, acheter "éthique" (privilégier les compagnies ou les marques qui respectent l'environnement)
- acheter dans des magasins de charité
- participer à des "opérations nettoyage" des plages, des parcs, etc., entretenir des espaces naturels
- participer à des projets d'écoconstruction (panneaux solaires, recyclage des eaux de pluie)
- dans les établissements scolaires, sensibiliser les élèves aux problèmes de déchets de nourriture, de papier, de chauffage, et d'électricité.
- s'informer sur les problèmes actuels en lisant des magazines spécialisés comme *Novethic*
- participer à des journées ou des semaines "spéciales environnement" (par exemple, la semaine "To Do Green" organisée par le magazine Féminin bio)
- regarder des films pour s'informer (Festival du Film de l'environnement)
- ouvrir un Compte Epargne CO2
- participer à la protection des espèces en voie de disparition (notamment certains poissons pour protéger les écosystèmes)

Au niveau national et international, les enjeux sont politiques et économiques. Le protocole de Kyoto est un traité international visant à la réduction des émissions de gaz à effet de serre.

- il faut une politique ferme et décisive de maîtrise des déchets / un plan de recyclage rigoureux.
- il faut encourager (financièrement) ou pénaliser (par des taxes) les industries afin de réduire la quantité d'emballage inutile.
- il faut taxer les produits non-recyclables ou non-biodégradables
- il faut continuer les projets de volontariat dans les zones sinistrées ou à risques, et éduquer les populations locales.
- il faut financer la recherche et les innovations technologiques
- il faut donner une voix à l'écologie militante (associations, partis politiques, défenseurs de l'environnement, etc.)

|     |                        |  |
|-----|------------------------|--|
| 1.  | <b>accueillir</b>      | to welcome / to host                                 |
| 2.  | <b>aménager</b>        | to set up / to convert / to adjust                   |
| 3.  | <b>augmenter</b>       | to increase  |
| 4.  | <b>avoir du mal à</b>  | to struggle to                                       |
| 5.  | <b>bouleverser</b>     | to upset / to change drastically                     |
| 6.  | <b>économiser</b>      | to save  |
| 7.  | <b>envisager de</b>    | to plan to do something / to consider                |
| 8.  | <b>épuiser</b>         | to tire / to use up                                  |
| 9.  | <b>exiger</b>          | to demand  |
| 10. | <b>impliquer</b>       | to imply / to involve                                |
| 11. | <b>menacer</b>         | to threaten  |
| 12. | <b>militer</b>         | to campaign for                                      |
| 13. | <b>perturber</b>       | to disturb   |
| 14. | <b>promouvoir</b>      | to promote   |
| 15. | <b>réclamer</b>        | to demand / to require                               |
| 16. | <b>récolter</b>        | to collect / to reap (the benefits)                  |
| 17. | <b>réduire</b>         | to decrease  |
| 18. | <b>rendre efficace</b> | to make something work / effective                   |
| 19. | <b>renouveler</b>      | to renew   |
| 20. | <b>se consacrer à</b>  | to take up to / to commit to                         |
| 21. | <b>s'élever contre</b> | to raise against                                     |
| 22. | <b>s'engager</b>       | to commit to / to engage into                        |
| 23. | <b>s'occuper de</b>    | to look after / to take care of / to be in charge of |
| 24. | <b>soutenir</b>        | to claim / to support                                |

|     |            |              |
|-----|------------|--------------|
| 1.  | déçu       | disappointed |
| 2.  | dégouté    | disgusted    |
| 3.  | désabusé   | disappointed |
| 4.  | désespéré  | hopeless     |
| 5.  | émerveillé | amazed       |
| 6.  | en colère  | angry        |
| 7.  | étonné     | surprised    |
| 8.  | fier       | proud        |
| 9.  | honteux    | shameful     |
| 10. | hostile    | menacing     |
| 11. | indigné    | shocked      |
| 12. | inquiet    | worried      |
| 13. | méfiant    | suspicious   |
| 14. | ravi       | delighted    |
| 15. | révolté    | outraged     |
| 16. | scandalisé | outraged     |
| 17. | triste     | sad          |

|     |   |                                  |
|-----|---|----------------------------------|
| 1.  | <b>agir</b>                             | to act                           |
| 2.  | <b>un défi</b>                          | a challenge                      |
| 3.  | <b>démontrer l'utilité de...</b>        | to prove the usefulness of...    |
| 4.  | <b>énumérer</b>                         | to list                          |
| 5.  | <b>exprimer son mécontentement</b>      | to express one's dissatisfaction |
| 6.  | <b>faire appel à</b>                    | to call on                       |
| 7.  | <b>faire la publicité de...</b>         | to advertise                     |
| 8.  | <b>faire le portrait de ...</b>         | to describe                      |
| 9.  | <b>favoriser la prise de conscience</b> | to raise awareness               |
| 10. | <b>fournir des renseignements</b>       | to inform                        |
| 11. | <b>inciter</b>                          | to encourage                     |
| 12. | <b>mobiliser</b>                        | to call up                       |
| 13. | <b>un phénomène de société</b>          | a social trend                   |
| 14. | <b>raconter la vie de...</b>            | to tell the life of...           |
| 15. | <b>rapporter les actions de...</b>      | to tell about one's actions      |
| 16. | <b>une réclamation</b>                  | a complaint                      |
| 17. | <b>recruter</b>                         | to recruit                       |
| 18. | <b>réfléchir</b>                        | to reflect                       |
| 19. | <b>résumer</b>                          | to summarize                     |
| 20. | <b>se mobiliser</b>                     | to go into action                |
| 21. | <b>se plaindre</b>                      | to complain                      |
| 22. | <b>tirer la sonnette d'alarme</b>       | to alert                         |
| 23. | <b>transmettre un point de vue</b>      | to convey an opinion             |