

## A1.16.1 Prendre une douche

### Ducharse



Beaucoup de personnes se demandent : la douche, c'est **le matin** ou **le soir** ? Le matin, on peut **se réveiller** et avoir plus d'énergie pour la journée. Le soir, on peut **nettoyer** la peau après le travail et se détendre avant **le sommeil**. Il faut éviter une douche trop chaude le soir. Deux douches par jour ne sont pas bonnes pour la peau, sauf si on fait beaucoup de sport.

*Mucha gente se pregunta: la ducha, ¿es **por la mañana** o **por la noche**? Por la mañana puedes **despertarte** y tener más **energía** para el día. Por la noche puedes **limpiar** la piel después del trabajo y relajarte antes del **sueño**. Hay que evitar una ducha demasiado caliente por la noche. Ducharse dos veces al día no es bueno para la piel, salvo si haces mucho deporte.*

1. Pourquoi certaines personnes préfèrent la douche du matin ?
  - a. Pour éviter la transpiration de la nuit suivante.
  - b. Pour dormir plus vite.
  - c. Pour se réveiller et avoir de l'énergie.
  - d. Pour nettoyer la peau après le sport du soir.
2. Quel est un avantage de la douche du soir ?
  - a. Elle réveille le corps très vite.
  - b. Elle nettoie la peau après la journée.
  - c. Elle donne plus de concentration au travail.
  - d. Elle est toujours très chaude.

### 1-c 2-b

## 2. Lee el diálogo y responde a las preguntas.

### Deux collègues de bureau parlent de leurs habitudes

*Dos compañeros de oficina hablan de sus hábitos*

**Fabrice:** Ça va, Jeanne ? Tu as l'air fatiguée.

*(¿Qué tal, Jeanne? Pareces cansada.)*

**Jeanne:** J'ai beaucoup de travail en ce moment. Je me couche tard.

*(Tengo mucho trabajo en este momento. Me acuesto tarde.)*

**Fabrice:** Et tu te lèves à quelle heure ?

*(¿Y a qué hora te levantas?)*

**Jeanne:** À sept heures trente. Et toi ?

*(A las siete y media. ¿Y tú?)*

**Fabrice:** Je me lève plus tôt. Je fais ma toilette le matin.

*(Me levanto más temprano. Me arreglo por la mañana.)*

**Jeanne:** Moi, je préfère me doucher le soir, pour mieux dormir.

*(Yo prefiero ducharme por la noche, para dormir mejor.)*

**Fabrice:** Je comprends. Donc ce soir, tu te couches tôt ?

*(Entiendo. ¿Así que esta noche te vas a acostar temprano?)*

**Jeanne:** Oui, ce soir je me couche directement après ma toilette !

*(Sí, esta noche me acuesto justo después de arreglarme.)*

1. Pourquoi Jeanne a l'air fatiguée ? *(¿Por qué Jeanne parece cansada?)*
  - a. Parce qu'elle se couche tard.
  - b. Parce qu'elle a du temps le matin.
  - c. Parce qu'elle se réveille à dix heures.
  - d. Parce qu'elle se douche le matin.

2. Quand Jeanne préfère-t-elle se doucher ? (*¿Cuándo prefiere Jeanne ducharse?*)
- a. À sept heures trente.
  - b. Après s'être coiffée le matin.
  - c. Le matin, avant de s'habiller.
  - d. Le soir, pour mieux dormir.

**1-a 2-d**