

A1.29 Körperliche Zustände und Empfindungen



- Exprimez ce dont vous avez besoin.
- Dis décris comment ton corps se sent.

| | | | |
|----------------------|---------------------|--------------------------|----------------------|
| Der Appetit | <i>(L'appétit)</i> | (Sich) entspannen | <i>(Se détendre)</i> |
| Der Durst | <i>(La soif)</i> | Müde | <i>(Fatigué)</i> |
| Der Hunger | <i>(La faim)</i> | Wach | <i>(Éveillé)</i> |
| Die Pause | <i>(La pause)</i> | Verschwitz | <i>(En sueur)</i> |
| Das Meer | <i>(La mer)</i> | Verletzt | <i>(Blessé)</i> |
| Baden | <i>(Se baigner)</i> | Erschöpft | <i>(Épuisé)</i> |
| Sich ausruhen | <i>(Se reposer)</i> | Vielleicht | <i>(Peut-être)</i> |

1. Dialogue: Franz denkt, sein Körper braucht etwas, aber er weiß nicht genau was. (QR: Audio)



- Franz:** Ich habe so Hunger. Haben wir noch etwas im Kühlschrank? *(J'ai tellement faim. Est-ce qu'on a encore quelque chose dans le réfrigérateur ?)*
- Gabi:** Der Kühlschrank ist leider leer. *(Le réfrigérateur est malheureusement vide.)*
- Franz:** Haben wir sonst noch etwas zu essen? *(Est-ce qu'on a autre chose à manger ?)*
- Gabi:** Nein. Bist du sicher, dass du Hunger hast? Wir haben doch gerade einen Döner gegessen. *(Non. Tu es sûr d'avoir faim ? On vient pourtant de manger un döner.)*
- Franz:** Was habe ich sonst, wenn ich keinen Hunger habe? *(Qu'est-ce que j'ai d'autre, si je n'ai pas faim ?)*
- Gabi:** Vielleicht hast du einfach nur Appetit. Oft verwechseln wir das. *(Peut-être que tu as simplement envie de manger. On confond souvent ça.)*
- Franz:** Und woher weiß ich, ob ich Hunger habe oder Appetit? *(Et comment je sais si j'ai faim ou si j'ai envie de manger ?)*
- Gabi:** Trink einfach mal ein großes Glas Wasser. *(Bois simplement un grand verre d'eau.)*
- Franz:** Ich glaube, es ist weder Hunger noch Appetit. Vielleicht ist es nur Durst. *(Je crois que ce n'est ni la faim ni l'envie de manger. Peut-être que ce n'est que la soif.)*

- Warum sagt Gabi, dass Franz vielleicht keinen Hunger hat? *(Pourquoi Gabi dit-elle que Franz n'a peut-être pas faim ?)*
 - Weil der Kühlschrank voll ist.
 - Weil Franz verletzt ist und nicht essen darf.
 - Weil sie doch gerade einen Döner gegessen haben.
 - Weil Franz müde ist und sich ausruhen soll.
- Was soll Franz laut Gabi machen? *(Que doit faire Franz selon Gabi ?)*
 - Sich entspannen und baden gehen.
 - Eine Pause machen und schlafen.
 - Ein großes Glas Wasser trinken.
 - Ins Meer gehen und schwimmen.

1-c 2-c



2. Grammaire: Négation avec «nicht» et «kein» dans des phrases complètes

Apprends quand utiliser « nicht » et quand utiliser « kein ».

1. „Kein“ s'utilise pour nier des noms avec un article indéfini ou sans article.
2. „Nicht“ nie des adjectifs, des verbes, des articles définis ou des phrases entières.

| | Kasus (cas) | Nominativ (nominatif) | Akkusativ (accusatif) | Dativ (datif) |
|--------------------------------|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| „kein“ (« aucun / pas de ») | Maskulin (masculin) | kein Mann (<i>kein homme</i>) Das ist kein Mann. (Ce n'est pas un homme.) | keinen Mann (<i>keinen homme</i>) Ich sehe keinen Mann. (Je ne vois pas d'homme.) | keinem Mann (<i>keinem homme</i>) Ich helfe keinem Mann. (Je n'aide aucun homme.) |
| | Feminin (féminin) | keine Frau (<i>keine femme</i>) Das ist keine Frau. (Ce n'est pas une femme.) | keine Frau (<i>keine femme</i>) Ich sehe keine Frau. (Je ne vois pas de femme.) | keiner Frau (<i>keiner femme</i>) Ich helfe keiner Frau. (Je n'aide aucune femme.) |
| | Neutrum (neutre) | kein Kind (<i>kein enfant</i>) Das ist kein Kind. (Ce n'est pas un enfant.) | kein Kind (<i>kein enfant</i>) Ich sehe kein Kind. (Je ne vois pas d'enfant.) | keinem Kind (<i>keinem enfant</i>) Ich helfe keinem Kind. (Je n'aide aucun enfant.) |
| | Plural (pluriel) | keine Freunde (<i>keine amis</i>) Das sind keine Freunde. (Ce ne sont pas des amis.) | keine Freunde (<i>keine amis</i>) Ich sehe keine Freunde. (Je ne vois pas d'amis.) | keinen Freunden (<i>keinen amis</i>) Ich helfe keinen Freunden. (Je n'aide aucun ami.) |
| „nicht“ (« ne... pas ») | | Ich bin nicht müde. (Je ne suis pas fatigué(e).) | Ich sehe das Meer nicht . (Je ne vois pas la mer.) | Ich antworte dem Kind nicht . (Je ne réponds pas à l'enfant.) |

„Es gibt“ se nie avec „kein“. Exemple : „Es gibt keine Fragen“

1. Ich bin heute _____ müde, aber ich brauche eine Pause. (*Je ne suis pas fatigué aujourd'hui, mais j'ai besoin d'une pause.*)
a. nichts b. kein c. nicht d. keine
2. Ich habe _____ Hunger, ich habe nur Durst. (*Je n'ai pas faim, j'ai seulement soif.*)
a. keinen b. kein c. nicht d. keine
3. In der Küche gibt es _____ Wasser mehr. (*Dans la cuisine, il n'y a plus d'eau.*)
a. kein b. nicht c. keine d. keinen
4. Ich sehe das Meer heute _____, es ist zu neblig. (*Je ne vois pas la mer aujourd'hui, il y a trop de brouillard.*)
a. kein b. keinen c. nicht d. keine

1. nicht 2. keinen 3. kein 4. nicht

3. Exercices

1. Associez chaque début avec sa fin correcte.

- | | |
|-----------------------------|--------------------------------|
| 1. Ich bin müde, | a. ich brauche eine Pause. |
| 2. Ich habe Durst, | b. ich esse jetzt nichts. |
| 3. Ich habe keinen Appetit, | c. dann bin ich wieder wach. |
| 4. Ich ruh mich kurz aus, | d. ich trinke ein Glas Wasser. |

1-a: Je suis fatigué, j'ai besoin d'une pause. **2-d:** J'ai soif, je bois un verre d'eau. **3-b:** Je n'ai pas d'appétit, je ne mange rien maintenant. **4-c:** Je me repose un instant, ensuite je serai de nouveau réveillé.



2. Avis au bureau : pause et bien-être (QR: Audio)

Remplissez les lacunes: Hunger, Appetit, Durst, Pause, auszuruhen, entspannen, keine, müde, verletzt, erschöpft



Hinweis der Personalabteilung: Bitte machen Sie regelmäßig kurze Pausen. Wer lange am Bildschirm arbeitet, wird oft (1) _____ oder (2) _____. Trinken Sie genug Wasser, auch wenn Sie keinen (3) _____ haben. Essen Sie in der (4) _____ etwas Leichtes. Wenn Sie keinen (5) _____ haben, essen Sie nicht nur aus (6) _____.

Wenn Sie sich nicht gut fühlen, sprechen Sie bitte mit Ihrer Teamleitung. Bei Stress hilft es, sich fünf Minuten (7) _____ oder kurz zu (8) _____. Wenn Sie (9) _____ sind, melden Sie das sofort. Für alle gilt: Es gibt (10) _____ Meetings in der Pause.

Avis du service des ressources humaines : Veuillez faire régulièrement de courtes pauses. Les personnes qui travaillent longtemps devant un écran deviennent souvent fatiguées ou épuisées. Buvez suffisamment d'eau, même si vous n'avez pas soif. Mangez quelque chose de léger pendant la pause. Si vous n'avez pas faim, ne mangez pas seulement par gourmandise.

Si vous ne vous sentez pas bien, veuillez en parler avec votre responsable d'équipe. En cas de stress, il aide de se reposer cinq minutes ou de se détendre brièvement. Si vous êtes blessé(e), signalez-le immédiatement. Pour tout le monde, c'est valable : il n'y a pas de réunions pendant la pause.

(1) müde, (2) erschöpft, (3) Durst, (4) Pause, (5) Hunger, (6) Appetit, (7) auszuruhen, (8) entspannen, (9) verletzt, (10) keine

3. Écoutez les extraits audio et choisissez la bonne solution. (QR: Audio)

- Wann kommt die Person ins Büro? (*À quelle heure la personne arrive-t-elle au bureau ?*)
 - erst am Nachmittag
 - gegen 11:00 Uhr
 - um 10:00 Uhr
- Was bestellt der Mann? (*Que commande l'homme ?*)
 - ein Bier
 - stilles Wasser
 - Sprudelwasser



1-b 2-b

4. Choisissez la bonne solution

- Nach der Arbeit _____ ich mich nicht aus, ich bin noch zu wach. *(Après le travail, je ne me repose pas, je suis encore trop éveillé.)*
 a. ruht b. ruhe c. ruhest d. ruhen
- In der Pause _____ ich mich nicht, weil ich keinen Appetit habe. *(Pendant la pause, je ne me détends pas, parce que je n'ai pas d'appétit.)*
 a. entspannen b. entspanne c. entspannt d. entspannst
- Am Wochenende _____ wir uns am Meer aus und gehen vielleicht baden. *(Le week-end, nous nous reposons au bord de la mer et nous allons peut-être nous baigner.)*
 a. ruhe b. ruhen c. ruhst d. ruht

1. ruhe 2. entspanne 3. ruhen

5. Jeu de rôle - dialogues (QR: Audio)



a. Kurze Pause im Büro

Laura *Hey Mina, hast du kurz Zeit für eine Pause?*

(Kollegin): *(Hé Mina, tu as un moment pour une pause ?)*

Mina (Kollegin): *Ja, gern. Ich bin müde und heute etwas erschöpft.*

(Oui, volontiers. Je suis fatiguée et aujourd'hui un peu épuisée.)

Laura *Hast du Hunger oder Durst?*

(Kollegin): *(Tu as faim ou soif ?)*

Mina (Kollegin): *Ich habe Durst. Ich möchte mich kurz hinsetzen und mich entspannen.*

(J'ai soif. Je voudrais m'asseoir un moment et me détendre.)

- Warum macht Mina eine Pause?
-

b. Nach dem Sport: Erschöpft zu Hause

Jonas (Freund): *Sofia, hast du Appetit? Wir könnten noch etwas essen gehen.*

(Sofia, tu as de l'appétit ? On pourrait encore aller manger quelque chose.)

Sofia (Freundin): *Vielleicht später. Ich bin sehr verschwitzt und ziemlich erschöpft.*

(Peut-être plus tard. Je suis très en sueur et assez épuisée.)

Jonas (Freund): *Bist du verletzt oder nur müde?*

(Tu es blessée ou seulement fatiguée ?)

Sofia (Freundin): *Nicht verletzt. Ich bin müde und möchte mich lieber zu Hause ausruhen.*

(Pas blessée. Je suis fatiguée et je préfère me reposer à la maison.)

- Wie fühlt sich Sofia nach dem Sport? Nenne zwei Wörter.
-

6. Exercez-vous par deux ou avec votre enseignant. (QR: IA+)

1. Du bist im Büro in einem langen Termin. Du hast Durst und möchtest kurz etwas trinken. Was sagst du? (Benutze: Der Durst, Wasser, kurz)



2. Du bist mit Kolleginnen in der Mittagspause. Du hast Hunger und willst etwas essen. Was sagst du? (Benutze: Der Hunger, etwas essen, die Pause)

7. Écriture: WhatsApp (QR: IA+)

Lara (Büro): Hi! Ich mache gleich eine kleine Pause. Ich bin total **müde** und habe **Durst**. Kommst du mit in die Küche?

Wir können Wasser holen und kurz **ausruhen**. Oder wir gehen 5 Minuten raus, ein bisschen **entspannen**.

Bist du auch müde? Hast du **Hunger** oder nur **Appetit**?



Rédigez une réponse appropriée: *Ich bin (nicht) ... und ich brauche ... / Ich habe (k)ein(en/e) ... / Ich habe keinen/keine ... / Vielleicht komme ich mit, aber ...*

Verbes importants

Sich ausruhen (*se reposer*)

Präsens

| | |
|-----------|----------------|
| ich | ruhe mich aus |
| du | ruhst dich aus |
| er/sie/es | ruht sich aus |
| wir | ruhen uns aus |
| ihr | ruht euch aus |
| sie | ruhen sich aus |

(Sich) entspannen (*se détendre*)

Präsens

| |
|-----------------|
| entspanne mich |
| entspannst dich |
| entspannt sich |
| entspannen uns |
| entspannt euch |
| entspannen sich |