

## A1.16.1 Prendre une douche



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.

1. Pourquoi certaines personnes préfèrent la douche du matin ?
  - a. Pour nettoyer la peau après le sport du soir.
  - b. Pour éviter la transpiration de la nuit suivante.
  - c. Pour dormir plus vite.
  - d. Pour se réveiller et avoir de l'énergie.
2. Quel est un avantage de la douche du soir ?
  - a. Elle est toujours très chaude.
  - b. Elle donne plus de concentration au travail.
  - c. Elle nettoie la peau après la journée.
  - d. Elle réveille le corps très vite.
3. Que faut-il éviter le soir ?
  - a. Se coucher tôt.
  - b. Nettoyer sa peau.
  - c. Les douches trop chaudes.
  - d. Faire du sport pendant la journée.
4. Quand est-il préférable de se doucher le soir ?
  - a. Quand on fait du sport pendant la journée.
  - b. Quand on veut prendre deux douches tous les jours.
  - c. Quand on se lève très tard.
  - d. Quand on ne travaille pas.

**1-d 2-c 3-c 4-a**

### 2. Lisez le dialogue et répondez aux questions.

- Fabrice:** Ça va, Jeanne ? Tu as l'air fatiguée.  
**Jeanne:** J'ai beaucoup de travail en ce moment. Je me couche tard.  
**Fabrice:** Et tu te lèves à quelle heure ?  
**Jeanne:** À sept heures trente. Et toi ?  
**Fabrice:** Je me lève plus tôt. Je fais ma toilette le matin.  
**Jeanne:** Moi, je préfère me doucher le soir, pour mieux dormir.  
**Fabrice:** Je comprends. Donc ce soir, tu te couches tôt ?  
**Jeanne:** Oui, ce soir je me couche directement après ma toilette !

1. Pourquoi Jeanne a l'air fatiguée ?
  - a. Parce qu'elle a du temps le matin.
  - b. Parce qu'elle se douche le matin.
  - c. Parce qu'elle se réveille à dix heures.
  - d. Parce qu'elle se couche tard.

2. Quand Jeanne préfère-t-elle se doucher ?

a. À sept heures trente.

c. Le matin, avant de s'habiller.

b. Après s'être coiffée le matin.

d. Le soir, pour mieux dormir.

**1-d 2-d**