

## A1.16.1 Prendre une douche

Se doucher



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.

*Many people wonder: the shower, is it **in the morning** or **in the evening**? In the morning, you can **wake up** and have more **energy** for the day. In the evening, you can **clean** your skin after work and relax before **sleep**. You should avoid showers that are too hot in the evening. Two showers a day aren't good for the skin unless you do a lot of sport.*

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

**1-b 2-b**

### 2. Read the dialog and answer the questions.

Deux collègues de bureau parlent de leurs habitudes

*Two coworkers talk about their habits*

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

*(How are you, Jeanne? You look tired.)*

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

*(I have a lot of work at the moment. I go to bed late.)*

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

*(And what time do you get up?)*

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

*(At seven-thirty. And you?)*

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

*(I get up earlier. I wash up in the morning.)*

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

*(I prefer to shower in the evening so I sleep better.)*

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

*(I see. So tonight you'll go to bed early?)*

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

*(Yes, tonight I'll go to bed right after I wash up!)*

1. Pourquoi Jeanne a l'air fatiguée ? *(Why does Jeanne look tired?)*
  - a. Parce qu'elle se douche le matin.
  - b. Parce qu'elle a du temps 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 ? (*When does Jeanne prefer to shower?*)
- a. Le soir, pour mieux dormir.
  - b. Le matin, avant de s'habiller.
  - c. À sept heures trente.
  - d. Après s'être coiffée le matin.

**1-d 2-a**