

A1.16.1 Prendre une douche

Douchen



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.

*Veel mensen vragen zich af: de douche, is dat **de ochtend** of **de avond**? 's Ochtends kun je **wakker worden** en meer **energie** hebben voor de dag. 's Avonds kun je **de huid reinigen** na het werk en ontspannen voor **de slaap**. Je moet een te warme douche 's avonds vermijden. Twee douches per dag zijn niet goed voor de huid, behalve als je veel 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 éviter la transpiration de la nuit suivante.
 - d. Pour dormir plus vite.
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 donne plus de concentration au travail.
 - d. Elle réveille le corps très vite.
3. Que faut-il éviter le soir ?
 - a. Faire du sport pendant la journée.
 - b. Se coucher tôt.
 - c. Les douches trop chaudes.
 - d. Nettoyer sa peau.
4. Quand est-il préférable de se doucher le soir ?
 - a. Quand on se lève très tard.
 - b. Quand on fait du sport pendant la journée.
 - c. Quand on ne travaille pas.
 - d. Quand on veut prendre deux douches tous les jours.

1-b 2-b 3-c 4-b

2. Lees de dialoog en beantwoord de vragen.

Deux collègues de bureau parlent de leurs habitudes

Twee kantoorgenoten praten over hun gewoonten

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

(Gaat het, Jeanne? Je kijkt er moe uit.)

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

(Ik heb op dit moment veel werk. Ik ga laat naar bed.)

Fabrice: Et tu te lèves à quelle heure ?

(En hoe laat sta je op?)

Jeanne: À sept heures trente. Et toi ?

(Om half acht. En jij?)

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

(Ik sta vroeger op. 's Ochtends verzorg ik mezelf.)

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

(Ik douche liever 's avonds, dat helpt me beter te slapen.)

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

(Ik begrijp het. Dus ga je vanavond vroeg naar bed?)

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

(Ja, vanavond ga ik meteen na mijn avondroutine naar bed!)

1. Pourquoi Jeanne a l'air fatiguée ?

- a. Parce qu'elle a du temps le matin.
- c. Parce qu'elle se réveille à dix heures.

- b. Parce qu'elle se couche tard.
- d. Parce qu'elle se douche le matin.

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

- a. Le matin, avant de s'habiller.
- c. Le soir, pour mieux dormir.

- b. Après s'être coiffée le matin.
- d. À sept heures trente.

1-b 2-c