

## A1.29 États physiques et sensations

Fysieke toestanden en sensaties

<https://app.colanguage.com/nl/frans/leerplan/a1/29>



<b>La faim</b>	(De honger)	<b>Être malade</b>	(Ziek zijn)
<b>La soif</b>	(De dorst)	<b>Souffrir</b>	(Lijden / pijn hebben)
<b>La fatigue</b>	(De vermoeidheid)	<b>Trembler</b>	(Trillen)
<b>La douleur</b>	(De pijn)	<b>Faible</b>	(Zwak)
<b>Le sommeil</b>	(De slaap)	<b>Fort</b>	(Sterk)
<b>Avoir froid</b>	(Het koud hebben)	<b>Se reposer</b>	(Rust nemen)
<b>Avoir chaud</b>	(Het warm hebben)	<b>Prendre soin de soi</b>	(Voor jezelf zorgen)

### 1. Dialoog: Philippe ne se sent pas bien

**Philippe:** Marie ? Je peux te parler, s'il te plaît ?

(Marie? Mag ik je even spreken, alsjeblieft?)

**Marie:** Bien sûr ! Qu'est-ce qu'il y a ?

(Natuurlijk! Wat is er aan de hand?)

**Philippe:** J'ai un peu froid depuis ce matin...

(Ik heb het sinds vanmorgen een beetje koud...)

**Marie:** Mets un pull, ou tu veux que j'augmente le chauffage ?

(Trek een trui aan, of wil je dat ik de verwarming hoger zet?)

**Philippe:** Non, je me sens faible aussi. Je n'ai rien mangé aujourd'hui.

(Nee, ik voel me ook zwak. Ik heb vandaag niets gegeten.)

**Marie:** Tu as faim, peut-être ? Ce n'est pas bien de rien manger.

(Heb je misschien honger? Het is niet goed om niets te eten.)

**Philippe:** Non merci. J'ai une forte douleur au ventre. Je crois que je dois rentrer chez moi.

(Nee bedankt. Ik heb hevige buikpijn. Ik denk dat ik naar huis moet gaan.)

**Marie:** Ah pardon ! Oui, en effet, tu trembles !

(Oh, pardon! Ja, je beeft inderdaad!)

**Philippe:** Oui. Je vais rentrer et me reposer. C'est sûrement rien !

(Ja. Ik ga naar huis en rusten. Het is vast niets!)

**Marie:** Je pense que tu as besoin de sommeil. Tu as beaucoup travaillé cette semaine !

(Ik denk dat je slaap nodig hebt. Je hebt deze week hard gewerkt!)

**Philippe:** Oui, c'est vrai que je suis très fatigué en ce moment.

(Ja, het klopt dat ik momenteel erg moe ben.)

**Marie:** Rentre chez toi et prends soin de toi ! C'est important pour ne pas être malade.

(Ga naar huis en zorg goed voor jezelf! Het is belangrijk om niet ziek te worden.)

1. Où est Philippe dans cette scène ?

- a. Au travail, avec une collègue
  - b. Dans un café, avec un serveur
  - c. À l'hôpital, avec un médecin
  - d. Dans le métro, avec une inconnue
2. Quel est le premier problème de Philippe ?
- a. Il a mal à la tête
  - b. Il a froid
  - c. Il a trop chaud
  - d. Il a soif

## 2. Grammatica: De klemtetonen: Moi, Toi, Lui...

De benadrukte voornaamwoorden worden gebruikt om personen te vervangen.



1. Ze worden gebruikt om snel op een vraag te reageren.
2. Ze worden gebruikt om een persoon voor te stellen.
3. Ze worden gebruikt om bezit uit te drukken.

### **Singulier (Enkelvoud)**

**Moi** (*Mij*)

**Toi** (*Jou*)

**Lui** (*Hem*)

**Elle** (*Zij*)

### **Pluriel (Meervoud)**

**Nous** (*Ons*)

**Vous** (*U / Jullie*)

**Eux** (*Hen / Zij*)

**Elles** (*Zij*)

1. Je suis très fatigué aujourd'hui. Et \_\_\_\_\_, tu es fatigué aussi ?  
a. *tu*      b. *toi*      c. *vous*      d. *te*
2. Docteur, j'ai mal à la tête. Et \_\_\_\_\_, il a mal au dos.  
a. *lui*      b. *le*      c. *eux*      d. *il*
3. Nous avons très soif. Et \_\_\_\_\_, vous avez soif aussi ?  
a. *toi*      b. *Vous*      c. *vous*      d. *eux*
4. Moi, je suis malade aujourd'hui, mais \_\_\_\_\_, ils sont en pleine forme.  
a. *ils*      b. *lui*      c. *eux*      d. *elles*

**1. toi 2. lui 3. vous 4. eux**

### 3.Oefeningen

#### 1. Poster op het werk: zorg voor je lichaam (Audio beschikbaar in de app)

**Woorden om te gebruiken:** souffrez, prendre soin de vous, chaud, douleur, sommeil, être malade, se reposer, froid



Dans notre entreprise, la santé est importante. Si vous avez mal ou si vous êtes très fatigué, dites-le à votre responsable. Si vous avez \_\_\_\_\_, mettez un pull. Si vous avez \_\_\_\_\_, buvez de l'eau et ouvrez un peu la fenêtre.

Après une longue journée, le corps peut être faible. Vous pouvez avoir du \_\_\_\_\_, ressentir une \_\_\_\_\_ au dos ou aux yeux. Quand vous \_\_\_\_\_, faites une pause et marchez cinq minutes. Le soir, il est important de bien \_\_\_\_\_ pour ne pas \_\_\_\_\_. Au travail comme à la maison, prenez le temps de \_\_\_\_\_.

*In ons bedrijf is gezondheid belangrijk. Als je pijn hebt of erg moe bent, zeg het dan tegen je leidinggevende. Als je het koud hebt, trek een trui aan. Als je het heet hebt, drink water en zet het raam een beetje open.*

*Na een lange werkdag kan het lichaam zwak aanvoelen. Je kunt slaperig zijn of pijn voelen in je rug of in je ogen. Als je pijn hebt, neem dan een pauze en loop vijf minuten. 's Avonds is het belangrijk goed te rusten om niet ziek te worden. Op het werk en thuis: neem de tijd om voor jezelf te zorgen .*

1. Quand le texte conseille-t-il d'ouvrir la fenêtre au travail ?

\_\_\_\_\_

2. Que recommande le texte si vous souffrez pendant la journée ?

\_\_\_\_\_

#### 2. Koppel elk begin aan het juiste einde.

- |                                |                                       |
|--------------------------------|---------------------------------------|
| 1. Ce soir,                    | a. je veux juste me reposer.          |
| 2. Au bureau,                  | b. je bois de l'eau fraîche.          |
| 3. Après cette longue réunion, | c. je me sens très fatigué.           |
| 4. Quand j'ai trop chaud,      | d. je souffre souvent de maux de dos. |

**1-a:** Vanavond, ik wil gewoon even uitrusten. **2-d:** Op kantoor, ik heb vaak last van mijn rug. **3-c:** Na die lange vergadering, voel ik me erg moe. **4-b:** Als ik het te warm heb, drink ik graag koud water.

#### 3. Kies de juiste oplossing

1. Aujourd'hui je suis très malade, je \_\_\_\_\_ (*Vandaag ben ik erg ziek; ik heb veel hoofdpijn.*)  
beaucoup de la tête.  
a. souffrons      b. souffres      c. souffrez      d. souffre

2. Après une longue journée de travail devant l'ordinateur,  
nous \_\_\_\_\_ une heure sur le canapé.  
 a. se reposons      b. se repose      c. nous reposez      d. nous reposons  
 (Na een lange werkdag achter de computer rusten we een uur op de bank.)
3. Toi, tu ne \_\_\_\_\_ pas du dos, mais moi je  
souffre souvent des épaules.  
 a. souffres      b. souffre      c. souffrons      d. souffrez  
 (Jij hebt geen rugklachten, maar ik heb vaak pijn aan mijn schouders.)
4. Le soir, quand vous êtes très fatigués, vous  
\_\_\_\_\_ dans le salon et vous buvez une tisane.  
 a. se reposez      b. te reposes      c. vous reposent      d. vous reposez  
 ('s Avonds, wanneer jullie erg moe zijn, rusten jullie in de woonkamer en drinken jullie een kruidenthee.)

1. souffre 2. nous reposons 3. souffres 4. vous reposez

#### 4. Voltooi de dialogen

##### a. À la pharmacie après le travail

- Client:** Bonjour, je suis très fatigué, j'ai travaillé toute la journée et j'ai mal à la tête.  
 (Hallo, ik ben erg moe, ik heb de hele dag gewerkt en ik heb hoofdpijn.)
- Pharmacien:** 1. \_\_\_\_\_  
 (Hallo, oke — je moet rusten en goed slapen; je hebt een tekort aan slaap.)
- Client:** Oui, je veux prendre soin de moi, mais je tremble un peu et je me sens faible.  
 (Ja, ik wil goed voor mezelf zorgen, maar ik bibber een beetje en ik voel me zwak.)
- Pharmacien:** 2. \_\_\_\_\_  
 (Drink wat water, eet iets en rust uit; als de pijn aanhoudt kan ik je een licht middel aanraden.)

##### b. Pause café au bureau

- Collègue Julie:** Marc, tu as l'air faible, ça va ?  
 (Marc, je ziet er zwak uit, gaat het wel?)
- Collègue Marc:** 3. \_\_\_\_\_  
 (Ik ben kapot, ik heb honger en dorst, en ik heb het vaak koud op kantoor.)
- Collègue Julie:** Viens, on va prendre un café et quelque chose à manger, tu dois te reposer un peu.  
 (Kom, we halen een kop koffie en iets te eten, je moet even rusten.)
- Collègue Marc:** 4. \_\_\_\_\_  
 (Dank je, daarna ben ik sterker om de vergadering af te maken.)

1. Bonjour, d'accord — vous devez vous reposer et bien dormir ; vous manquez de sommeil. 2. Buvez de l'eau, mangez un peu et reposez-vous ; si la douleur continue, je peux vous proposer un médicament léger. 3. Je suis crevé, j'ai faim et soif, et j'ai souvent froid au bureau. 4. Merci, après ça je serai plus fort pour finir la réunion.

#### 5. Oefen in tweetallen of met je docent.

1. Tu es au travail et il est 12h30. Tu parles avec un collègue et tu expliques que tu veux faire une pause pour manger. Dis comment tu te sens. (Utilise : la faim, j'ai très faim, je veux manger.)

J'ai faim, \_\_\_\_\_

2. Tu es dans un café avec une amie après le travail. Il fait chaud et tu veux boire quelque chose. Dis comment tu te sens et ce que tu veux. (Utilise : la soif, j'ai soif, une boisson.)

*J'ai soif,* \_\_\_\_\_

3. Tu parles avec ton responsable après une longue journée de travail. Tu expliques que tu es très fatigué(e) et que tu veux rentrer. (Utilise : la fatigue, je suis fatigué(e), je veux me reposer.)

*Je suis fatigué(e),* \_\_\_\_\_

4. Tu es chez le médecin en France. Tu expliques que tu as mal au dos quand tu travailles longtemps à l'ordinateur. (Utilise : la douleur, j'ai mal, le dos.)

*J'ai mal* \_\_\_\_\_

#### **6. Schrijf 3 of 4 zinnen om uit te leggen hoe je je voelt na een werkdag en wat je doet om voor je lichaam te zorgen.**

*Après le travail, je me sens... / J'ai souvent... (faim, soif, sommeil, douleur...) / Pour me reposer, je... / Je prends soin de moi quand je...*

#### **4. Belangrijke werkwoorden**

	<b>Souffrir</b>	<b>Se reposer</b>
je/j'	souffre	me repose
tu	souffres	te reposes
il/elle/on	souffre	se repose
nous	souffrons	nous reposons
vous	souffrez	vous reposez
ils/elles	souffrent	se reposent