**COURS 3**

**LATITUDES 3 – B1 – MÉTHODE DE FRANÇAIS**

**Y. LOISEAU – M.-N. COCTON – M. LANDIER – A DINTILHAC**

**Unité 4: Êtes-vous Zen?**

**pp. 60-61**

**1. Explication des textes “Pourquoi manger mieux” et “L’eau …plaisir!”**

**LEXIQUE**

**Préserver:**

Protéger quelqu'un, quelque chose, le mettre à l'abri d'un mal éventuel (Larousse)

**Savourer:**

Déguster un aliment, une boisson avec lenteur pour en apprécier pleinement la saveur (Larousse)

**Se soucier:**

Porter intérêt à quelqu'un, quelque chose, y faire attention, en faire cas (Larousse)

**Procurer:**

Apporter quelque chose à quelqu'un, le fournir, l'offrir (Larousse)

**Modifier:**

Transformer quelque chose, le faire évoluer vers quelque chose d'autre (Larousse)

**2. Débat sur les affirmations suivantes :**

“L’eau est la première source de bien-être.”

“En modifiant notre alimentation, nous pourrions améliorer notre santé.”

“L’alimentation est un élément essentiel pour protéger sa santé.”

“Nous construisons notre santé avec notre alimentation.”

**3. Conjugaison des verbes**

**SE SOUCIER**

je me soucie  
tu te soucies  
il se soucie  
nous nous soucions  
vous vous souciez  
ils se soucient

**Passé composé**

je me suis soucié  
tu t'es soucié  
il s'est soucié  
nous nous sommes souciés  
vous vous êtes souciés  
ils se sont souciés

**Imparfait**

je me souciais  
tu te souciais  
il se souciait  
nous nous souciions  
vous vous souciiez  
ils se souciaient

**Plus-que-parfait**

je m'étais soucié  
tu t'étais soucié  
il s'était soucié  
nous nous étions souciés  
vous vous étiez souciés  
ils s'étaient souciés