

Le Caria des Adultes
Alphabétisation et FLE
Décembre 2009.

Méthode d'apprentissage du français, avec CD audio.

CD2: La Santé.

version corrigée 2014

Avec le soutien de la Cocof et de la Communauté française
Réalisation technique: Bruxelles-nous-appartient ASBL (BNA-BBOT)

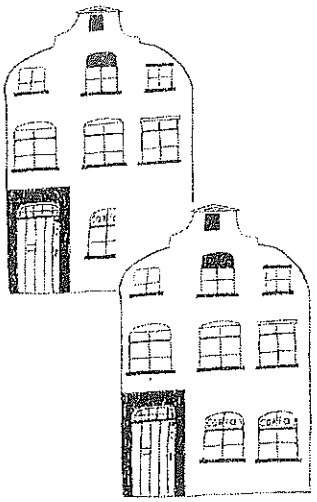
Thème : La santé

Table de matières.

1. Introduction.
2. Comment ça va ?
3. Le corps.
4. Le corps : de la tête aux pieds.
5. Madame chez le docteur.
6. Madame chez le docteur. REPETEZ
7. Le docteur chez madame Amri.
8. Prendre un rendez-vous chez le docteur.
9. Prendre un rendez-vous... REPETEZ
10. Je prends un rendez-vous à l'hôpital.
11. Je prends un rendez-vous... REPETEZ
12. Aïcha est malade.
13. Aïcha est malade. REPETEZ
14. Le docteur chez Aïcha.
15. Relaxation : je me détends.
16. Relaxation longue.
17. C'est dans le besoin...
18. C'est dans le besoin... REPETEZ
19. Narration.
20. Narration. REPETEZ.

Le Caria des Adultes
Apprentissage du français : pour groupes débutants en oral et en écrit
CD2 - 2009.

Le Caria
135 rue Haute
1000 Bruxelles
02 513 00 14.
Caria135@skynet.be



CD2 : La santé.

Décembre 2009.

Introduction

Le Caria des adultes, bonjour !
Ceci est le 2e CD d'apprentissage du français, nouvelle version 2009.
Il a été réalisé avec le soutien de la Cocof.
Le CD a été conçu pour des groupes débutants en oral et en écriture :

L'objectif premier est de permettre aux apprenants d'utiliser un vocabulaire simple axé sur la vie quotidienne... et d'oser parler en français.
Il est conseillé de remettre à chaque participant une copie du CD ainsi que le document qui l'accompagne, pour qu'il puisse réutiliser à la maison ce qu'il a travaillé au cours.
C'est pourquoi, lorsqu'une association a acheté le CD, elle a l'autorisation de copier le CD et le document écrit qui l'accompagne, au profit de ses membres et de ses apprenants.

Ce CD a été réalisé techniquement par l'asbl Bruxelles nous appartient.
Grand merci pour cette aide inappréciable !

Merci aux collègues pour leur collaboration ... et un merci tout spécial à Rosemary pour ses dessins !

La coordination et la réalisation générale de ce CD ont été assumées par Annaïk.
Si vous avez des suggestions, des commentaires concernant ce CD ou les futurs projets audio d'apprentissage du français, merci de les lui transmettre.

Et maintenant ... bon travail !

Le Caria des Adultes
135 rue Haute 1000 Bruxelles.
caria135@skynet.be
Zone Centre de Lire-et-Ecrire.

CD2 - 2009 : apprentissage du français.

Thème : La Santé.

Matériel : cd et livret.

Suggestions d'utilisation.

Le CD a été réalisé pour des **groupes débutants en oral et en écriture**. L'objectif premier est de permettre aux personnes d'utiliser un vocabulaire simple, axé sur la vie quotidienne... et d'oser parler en français.

Les commentaires qui suivent concernent plus spécialement les groupes débutants en écriture.

Il est vivement conseillé d'utiliser le CD et le document qui l'accompagne durant le cours et à la maison. C'est pourquoi, dans la mesure du possible, il est important que chaque apprenant ait son exemplaire.

l'oral :
Au départ, c'est bon d'être entièrement concentré sur le CD, et d'écouter tout simplement le sujet choisi.
On peut reprendre l'enregistrement une seconde fois, si nécessaire, pour permettre aux personnes de mieux comprendre et d'expliquer ce qu'elles ont entendu. C'est important de les faire parler !

la lecture :
Pour se familiariser avec le document écrit, il est conseillé que les apprenants le parcourent de façon générale, que le groupe commente les images, pour se faire une idée du matériel mis à sa disposition.

Le travail de lecture du document peut prendre tout son temps : c'est l'occasion de faire des liens entre l'oral et l'écrit et de cultiver la mémoire.
Pour commencer : lire tous ensemble une phrase. On prend le temps de la répéter. On passe à la suivante , on fait de même. De temps en temps, pour varier, on demande à l'une ou l'autre personne de répéter la phrase sans la lire : c'est le moment de corriger la prononciation, de stimuler la mémoire. C'est également l'occasion d'insister pour que l'apprenant(e) s'adresse à une des personnes du groupe ... comme dans la vie courante. Ensuite chaque personne lit une phrase seule...

Puis on passe à <u>l'écriture</u> : un mot, une petite phrase... que chacun(e) relit ensuite dans son cahier, puis redit éventuellement sans lire...
Ce qui est important, c'est de <u>varier</u> tout en <u>favorisant la mémorisation</u> .

A ce stade-ci, on peut aussi, quand le groupe lit suffisamment facilement, faire lire le groupe pendant l'enregistrement.

Les <u>exercices de répétition</u> se feront d'abord au cours, la vitesse de parole des apprenant(e)s n'étant pas aquise dès le départ. Ainsi, les personnes pourront faire plus facilement leurs exercices de répétition à la maison .

Les personnes sont ensuite invitées à reproduire les dialogues sous forme de saynètes : passée la première timidité, elles en redemandent !

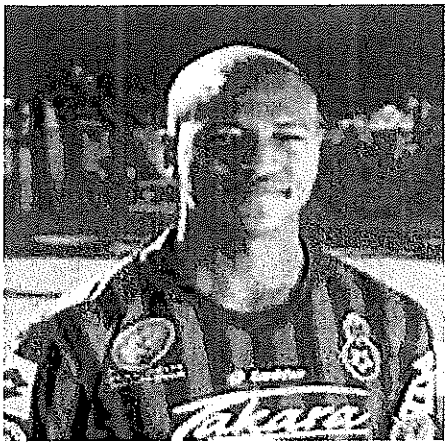
... et pourquoi ne pas monter un petit spectacle...

N.B. Il est important de vérifier si les personnes savent utiliser le cd à la maison : prendre le numéro vu au cours...


JE SUIS
FORTES

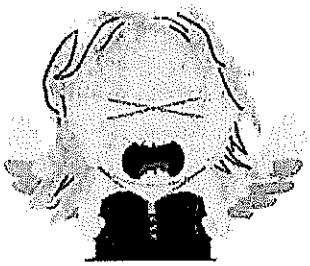


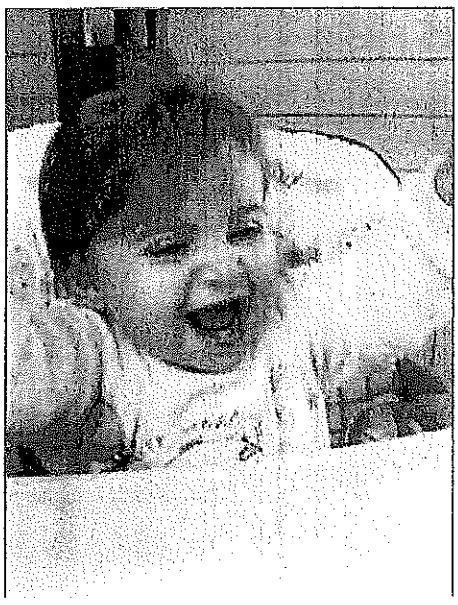




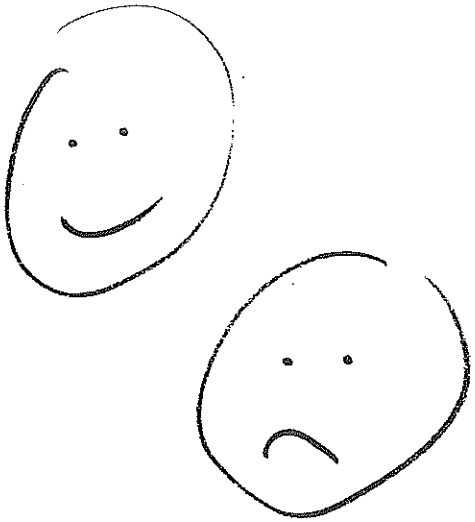









Youpi



2. COMMENT CA VA ? ECOUTEZ ET REPETEZ.

1. Ca va. Je me sens bien.
   Ca ne va pas très bien. Je ne me sens pas bien.

Le corps, la santé. Comment te sens-tu ?

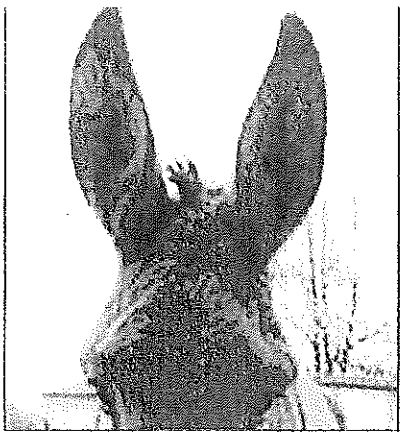
2. J'ai faim, et toi ? Je n'ai pas faim.
   J'ai soif, et toi ? Je n'ai pas soif.
   J'ai froid, et toi ? Je n'ai pas froid
   J'ai chaud, et toi ? Je n'ai pas chaud.
3. J'ai sommeil. Je suis fatigué(e). Je suis épuisé(e)
   Je n'ai pas sommeil. Je ne suis pas fatigué(e). Je ne suis pas épuisé(e).
4. J'ai mal à la tête. J'ai mal au ventre. J'ai mal au dos.
   Je n'ai pas mal à la tête. Je n'ai pas mal au ventre. Je n'ai pas mal au dos.

Les sentiments : ***qu'est-ce que je ressens ?***

5. Je me sens bien. Je me sens très bien.
   Je me sens en forme. Je me sens en bonne forme. Je me sens en pleine forme.
   C'est la forme !
   Je suis content(e). Je suis très content(e).
   Je suis heureux/ je suis heureuse : » *je suis heureux d'avoir un fils/une fille* »
   Je suis ravi(e) : « *Je suis ravi de te revoir* ».
6. Je ne me sens pas bien. Je me sens triste.
   Je suis triste. Je suis découragé(e).
   Je suis désolé(e) : « *Je suis désolé de te faire de la peine* ».
   « *Excuse-moi, je suis désolé, je suis en retard* ».
7. Je suis fâché(e). Je suis en colère.
   Je suis furieux/je suis furieuse.
   Je suis malheureux/je suis malheureuse.
8. Je suis surpris/ je suis surprise.
   Je suis étonné/ je suis étonnée.
9. J'aime/ Je n'aime pas.
   J'aime énormément. J'aime beaucoup. J'adore.
   Je n'aime pas. Je déteste.
   Je n'aime pas vraiment. Je n'aime vraiment pas.
   Ca m'est égal. Je m'en fiche. Bof !

Et moi, j'aime chanter !

Laisse le soleil entrer dans ta maison (bis)
Et le cœur en fête, chante une belle chanson
Laisse le soleil entrer dans ta maison !



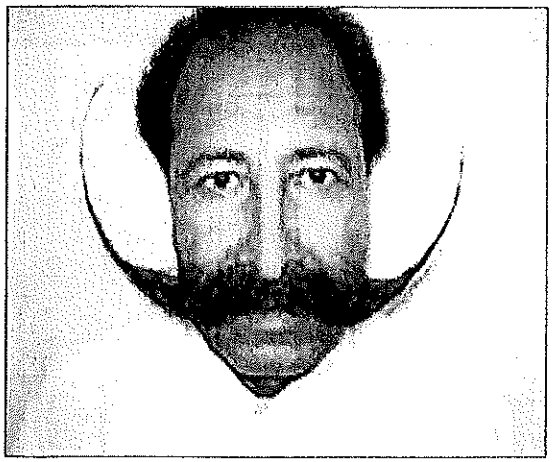





OSWINS.COM







Piste 3. LE CORPS : Ecoutez et répétez.

1. Le corps : a. la tête

b. le tronc : le thorax - la poitrine - le buste
l'abdomen

c. les membres.

2. la tête :

le crâne ; les cheveux

la figure ou le visage :

le front, l'œil/les yeux, la joue/les joues, l'oreille/les oreilles
le nez, le menton ;
la moustache, la barbe.
les yeux ; le sourcil/les sourcils, les cils,
la paupière/les paupières, la pupille, l'iris
la bouche, la lèvre/les lèvres, la dent/les dents, la langue,
le palais, la mâchoire.

3.

le cou, la nuque, la gorge.
le bras, le coude, la main, la paume de la main,
les doigts : le pouce, l'index, les ongles.

4.

l'épaule/les épaules, la poitrine, le sein/les seins.
les côtes, la taille, la hanche/les hanches.
le ventre, le nombril ; l'abdomen.

5.

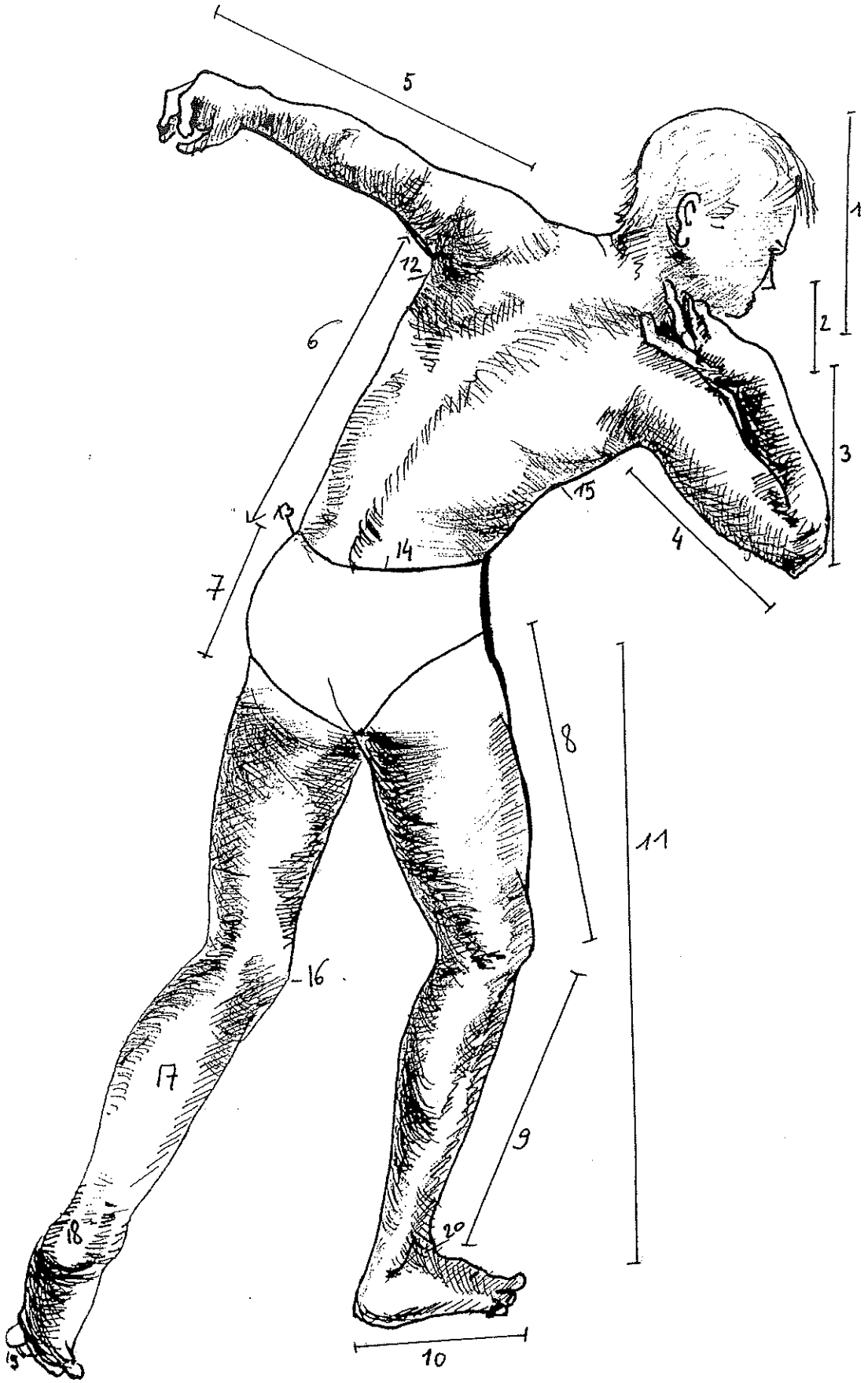
le dos, la colonne vertébrale, les vertèbres.
la fesse, la jambe, la cuisse, le genou, le mollet , la cheville, le pied, le talon, la pointe du pied, les orteils.

6. Les organes internes :

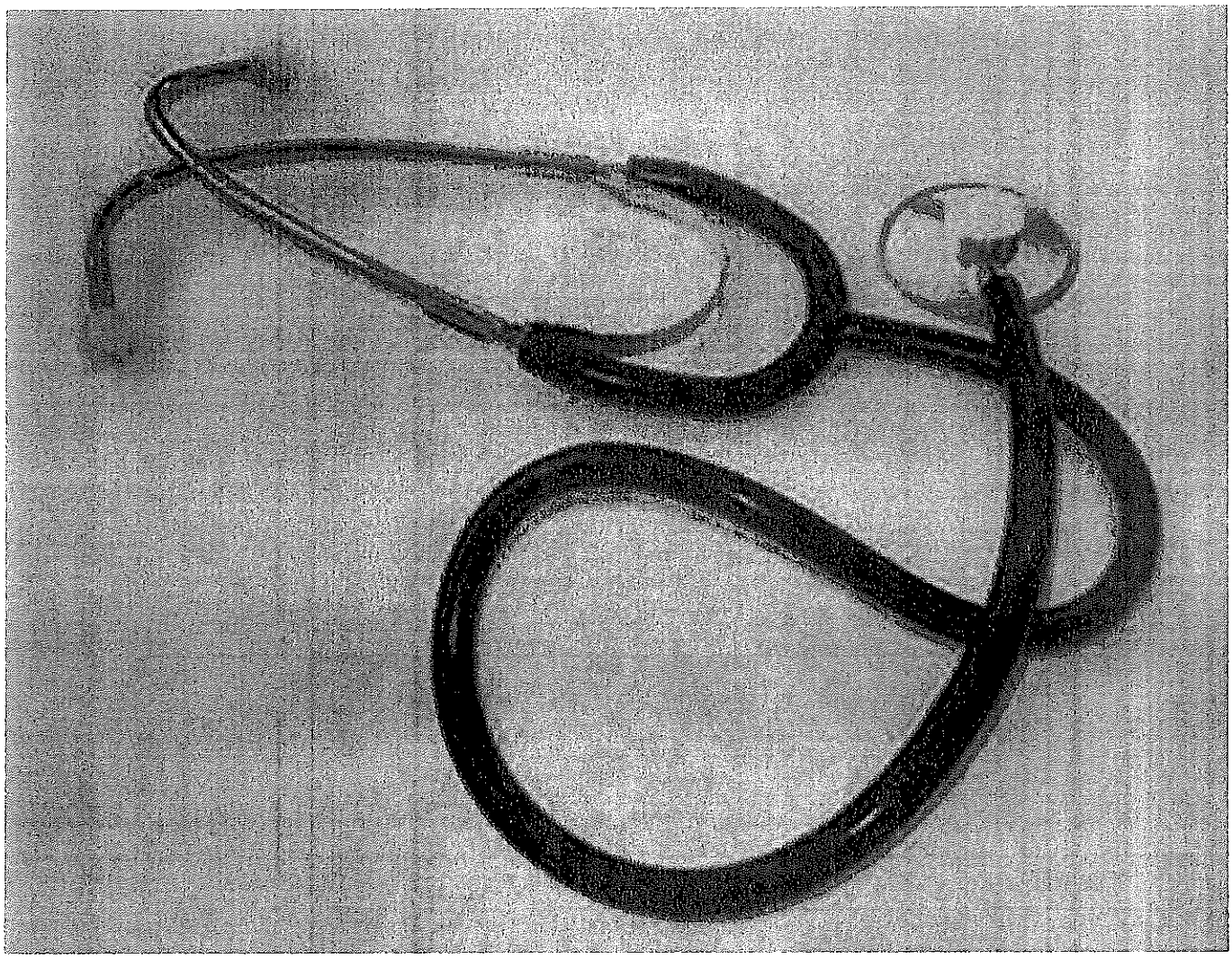
Le poumon/les poumons, le cœur, l'estomac, l'intestin/les intestins, le foie.
le sexe : le sexe féminin : le vagin, l'utérus
le sexe masculin : le pénis, les testicules
le rein, la vessie, l'anus.

4. LE CORPS : DE LA TETE AUX PIEDS.

REPETEZ EN MEME TEMPS.



1. La tête
2. La main
3. L'avant-bras
4. Le bras
5. le membre supérieur
6. Le tronc
7. Le bassin
8. La cuisse
9. La jambe
10. Le pied
11. Le membre inférieur
12. L'aisselle
13. La hanche
14. La taille
15. Le thorax, La poitrine
16. Le genou
17. Le mollet
18. Le talon
19. Les orteils
20. La cheville.





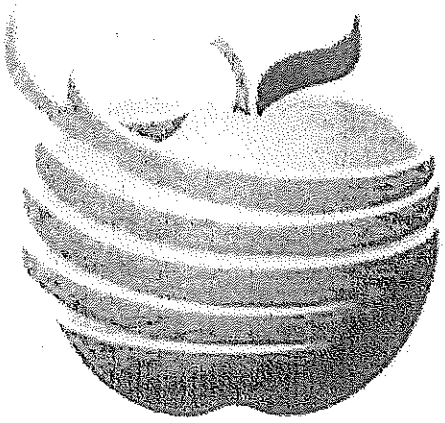
Piste 5. MADAME CHEZ LE DOCTEUR. ECOUTEZ.

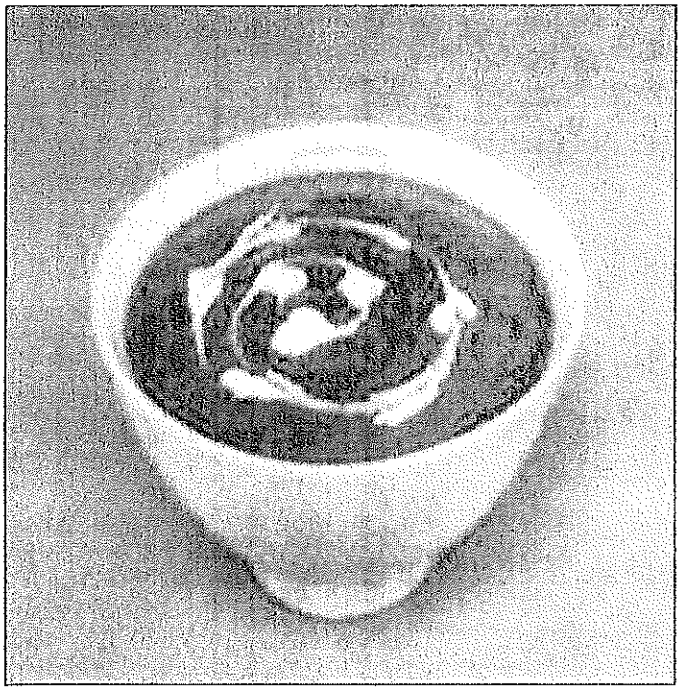
Docteur : Bonjour Madame, entrez, je vous en prie.
Madame : Bonjour Docteur.
Docteur : Qu'est-ce qui ne va pas ?
Madame : Docteur, j'ai mal à la tête,
j'ai des vertiges
je ne dors pas bien la nuit.
Docteur : Est-ce que vous avez des problèmes ?
Madame : Oui, j'ai des problèmes avec mes enfants.
Docteur : Depuis combien de temps ?
Madame : Oh, je ne sais pas, depuis longtemps.

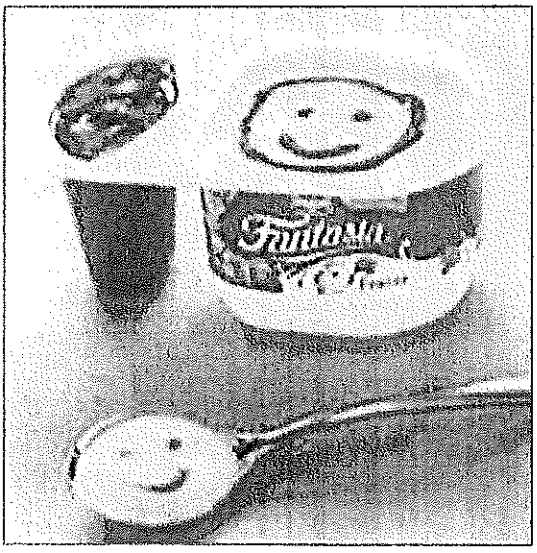
Docteur : Je vais prendre votre tension : 11/7... c'est peu...
Je vais écouter votre cœur... Ca va.
Madame : Et pour ma tension, qu'est-ce que je dois faire ?
Docteur : Je vais vous prescrire un médicament.
Madame : Quand dois-je le prendre ?
Docteur : Deux fois par jour, après le repas, matin et soir.
Voici votre ordonnance.

Madame : Merci, Docteur. Je vous dois combien ?
Docteur : 15 €, s'il vous plaît.
Madame : Voici, Docteur.
Docteur : Et voici le bon pour la mutuelle.
Madame : Merci. Au revoir Docteur.
Docteur : Au revoir Madame.
Si cela ne va pas mieux dans 15 jours, revenez me voir.
Madame : D'accord. Merci bien.

Piste 6. Madame chez le Docteur. REPETEZ







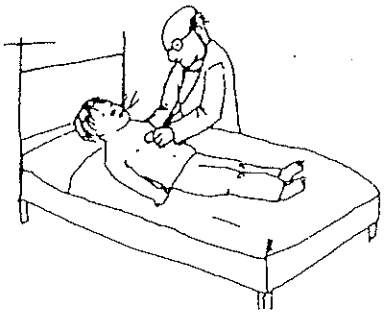
Piste 7. LE DOCTEUR CHEZ MADAME AMRI.

1. Docteur : Bonjour Madame Amri.
   Madame : Bonjour Docteur. Merci d'être venu si vite.

2. Docteur : Qu'est-ce qui ne va pas ?
   Madame : Mon fils a mal à la gorge
   il a les ganglions gonflés.

3. Narrateur/narratrice :
   Le petit garçon est couché dans son lit. Il a peur du thermomètre. Il ne veut pas le mettre. Il se cache en dessous de ses couvertures.

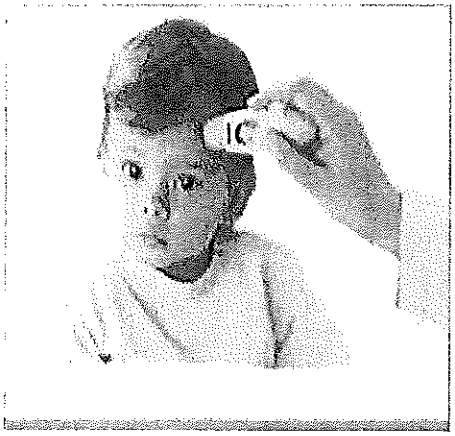
4. Madame : Voici la chambre de mon fils.
   Je n'entends pas de bruit.
   Peut-être qu'il dort.

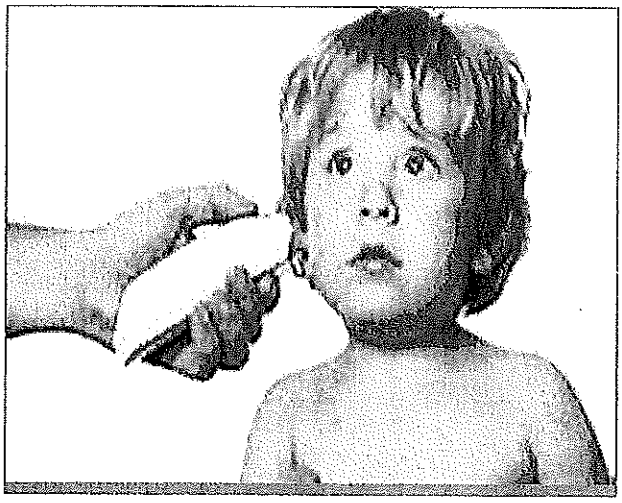


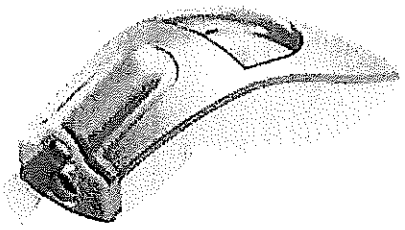
5. Docteur : Votre fils a une bonne grippe.
   Donnez-lui un spray pour la gorge.
   Faites-lui une bonne petite soupe
   et donnez-lui de temps en temps un petit yahourt.
   Et qu'il dorme beaucoup, cela lui fera du bien.
   Madame : Je vous dois combien, docteur ?
   Docteur : 20 €, s'il vous plaît.
   Je vous remets un bon pour la mutuelle,
   l'ordonnance pour la pharmacie
   et le certificat médical pour l'école.

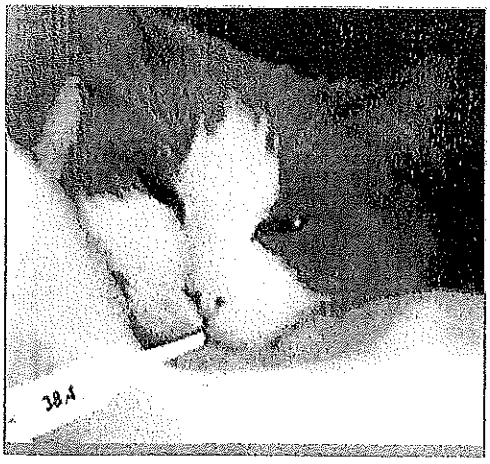
6. Madame : Au revoir docteur et merci bien.
   Docteur : S'il y a le moindre problème, n'hésitez pas à m'appeler.
   Mais je crois que dans une semaine il sera guéri.





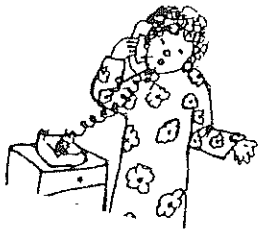






8. PRENDRE UN RENDEZ-VOUS chez le docteur. ECOUTEZ.

Madame : Allo, suis-je bien chez le docteur D. ?
Docteur : C'est elle-même. (homme : C'est lui-même)
Madame : Bonjour Docteur. Je suis madame B.
Excusez-moi de vous téléphoner si tôt,
mon fils est malade, je suis inquiète.



Docteur : De quoi s'agit-il, Madame ?
Madame : Depuis ce matin, mon petit garçon
reste couché dans son lit, sans bouger.
Il n'est jamais comme cela.

Je lui ai pris sa température : il a 41.
Et puis il est de mauvaise humeur,
il a fort mal à la gorge.
Il a une toux grasse,
son nez est très encombré.

Docteur : Ecoutez, Madame,
le mieux est de venir me le montrer.
Madame : Excusez-moi,
je n'ose pas le sortir dans l'état où il est.
Est-ce que vous pourriez passer le voir aujourd'hui ?
Docteur : Je ne peux malheureusement pas venir avant 15h.
Madame : D'accord.
Docteur : Où habitez-vous ?
Madame : J'habite 16, rue des Oiseaux à Bruxelles-centre.
Docteur : Ca va, à tout à l'heure.
Madame : Merci beaucoup, Docteur.

9. Prendre un rendez-vous chez le docteur. REPETEZ



Piste 10. Je prends un rendez-vous à l'hôpital.

ECOUTEZ.

O : Allo, suis-je bien à l'hôpital Saint-Pierre ?
N : Oui, hôpital Saint-Pierre,
service pédiatrie, bonjour.
O : Bonjour Madame.
Est-ce que je pourrais avoir un rendez-vous chez le Docteur Lejeune ?
C'est pour mon petit garçon.
N : Est-ce qu'il y a urgence ?
Le Docteur Lejeune est absent cette semaine.
O : Non, ce n'est pas urgent,
c'est une visite de routine.

N : Alors je peux vous inscrire pour la semaine prochaine.
Le mardi à 14 h, cela vous convient-il ?
O : Cela m'ennuie qu'il manque l'école.
Est-ce que le rendez-vous pourrait être un peu plus tard ?
N : Oui, mais alors pas avant 17h30.
O : C'est parfait.
N : Comment s'appelle votre fils ?
O : Il s'appelle Mohamed El Bajani.
N : Pouvez-vous m'épeler son nom de famille ?
O : E...L...B...A...J...A...N...I...
N : Merci, c'est noté
pour le mardi 28 mars à 17h30.
O : Merci beaucoup. Au revoir Madame.
N : Au revoir.

Piste 11. Je prends un rendez-vous à l'hôpital. REPETEZ


1
2
3
4
5
6
7
DOCTEUR

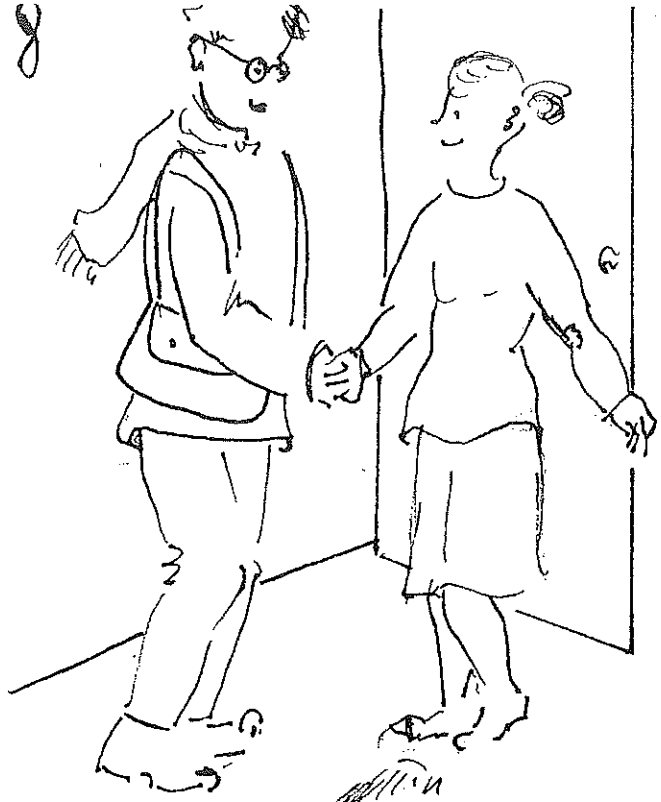
Piste 12. Aïcha est malade. ECOUTEZ

1. Aïcha, Aïcha, il est temps de te lever !
   Tu vas être en retard à l'école.
2. Ca ne va pas, Aïcha ? Tu as chaud !
   Je vais chercher le thermomètre.
3. Où est-il passé, ce thermomètre ? Ah, le voilà.
4. Je te mets le thermomètre, Aïcha.
   Laisse-le bien sous ton bras pendant 5 minutes.
5. Oh lala ! Tu as 39 de fièvre. C'est beaucoup.
   Je vais appeler le docteur.

6 et 7. **Madame**: Allo, je suis bien chez le docteur Monin ?
Docteur : Oui, c'est elle-même. *(Homme : C'est lui-même)*
M: Bonjour Docteur.
Ici c'est madame Amri.
Ma fille a de la fièvre.
Pouvez-vous passer la voir ?
D : Oui, je peux passer la voir cette après-midi.
Rappelez-moi votre adresse ?
M : C'est rue de l'Hectolitre 23.
D : D'accord, je serai là vers 15h.
M : Je vous remercie Docteur.
A tout à l'heure.

Piste 13. Le docteur chez Aïcha. REPETEZ uniquement les numéros 6 et 7.

8



9



10



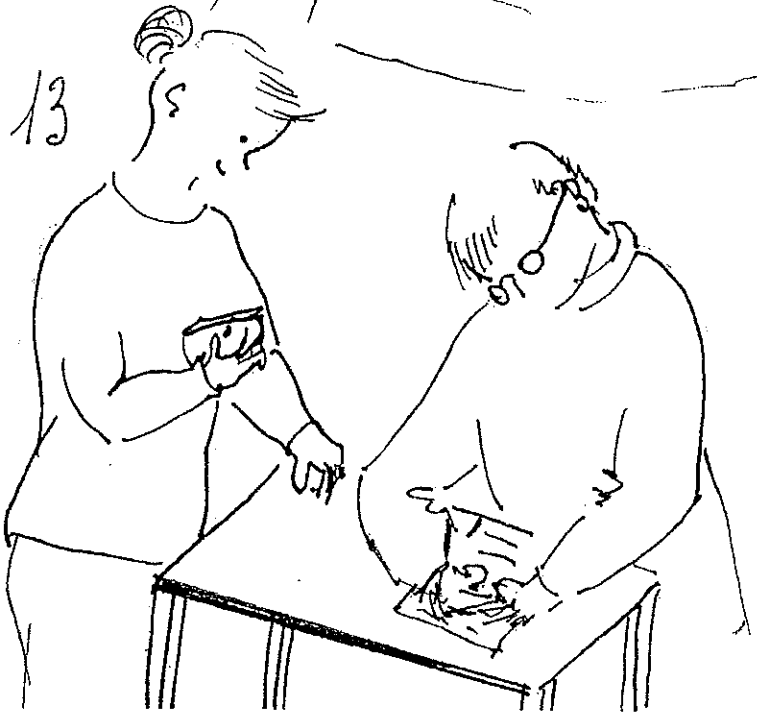
11



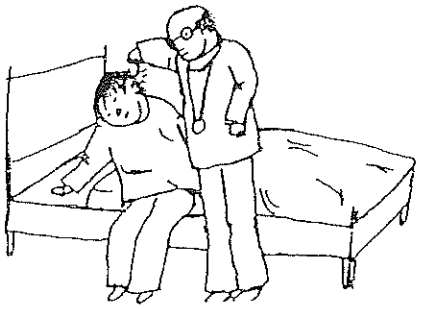
12



13



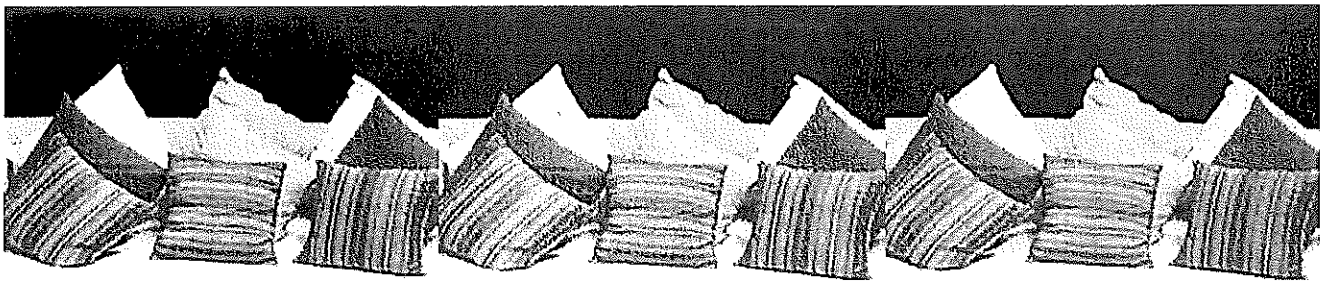
14. Le docteur chez Aïcha. ECOUTEZ

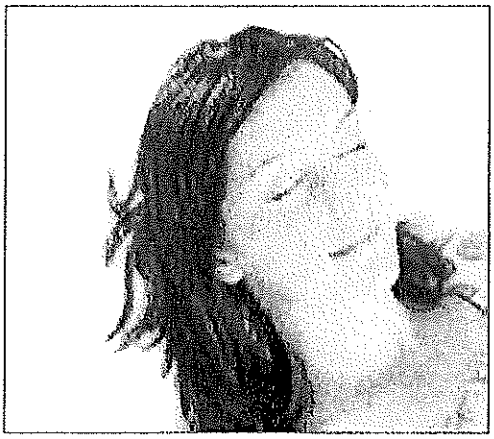


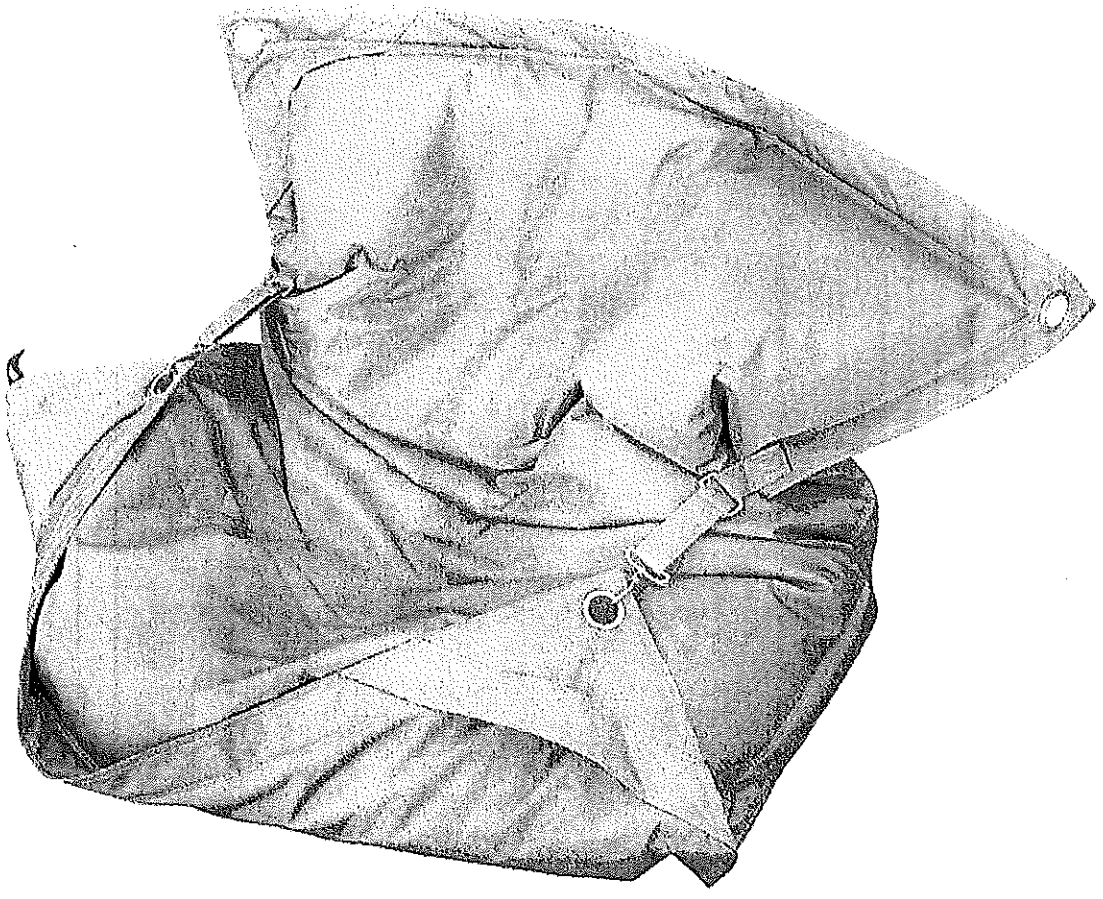
8. Madame : Bonjour Docteur.
   Docteur : Bonjour Madame.
9. M : Aïcha a de la température. Elle a mal à la tête.
10. D : Aïcha, ouvre la bouche.
    Tire la langue et dis : « AAA »
    Aïcha : AAA, ça fait mal.
    D : Je comprends, tu as la gorge très rouge.
    Je vois que tes ganglions sont gonflés.
11. D : Oh, je vois que tes oreilles sont rouges. Ca fait très mal ?
    Aïcha : Oh oui, j'ai très mal.
12. D : Tu respires très fort maintenant. Encore... je ne t'entends pas bien.
    Respire fort... très bien.

13. M : Qu'est-ce qu'elle a Docteur ?
    D : Elle a une bonne grippe.
    Cela règne beaucoup pour le moment.
    Est-ce que Aïcha tousse ?
    M : Oui, surtout le matin et le soir.

    D : Je vous fais une ordonnance pour la pharmacie :
    Si elle a très mal à la tête, vous pouvez lui donner un comprimé de perdolan à sucer, mais pas plus de 3 par jour.
    Pour la toux, je vous prescris un sirop :
    une cuillère à café le matin et le soir, après le repas.
    M : Merci Docteur. Je vous dois combien ?
    D : Ce sera 20 euros.
    Et je vous fais le papier pour la mutuelle.
    M : Voici Docteur, et merci.
    Ah oui, j'oubliais : quand peut-elle retourner à l'école ?
    D : Dans 3 jours. Mais si elle tousse plus fort, retéléphonez-moi.
    Voici le certificat de maladie pour l'école.
    M : Merci Docteur, au revoir.
    D : Au revoir Madame.







Piste 15. Relaxation ... Je me détends

Aujourd'hui je suis fatiguée, je suis stressée et nerveuse.
J'ai besoin de prendre du temps et de décompresser.

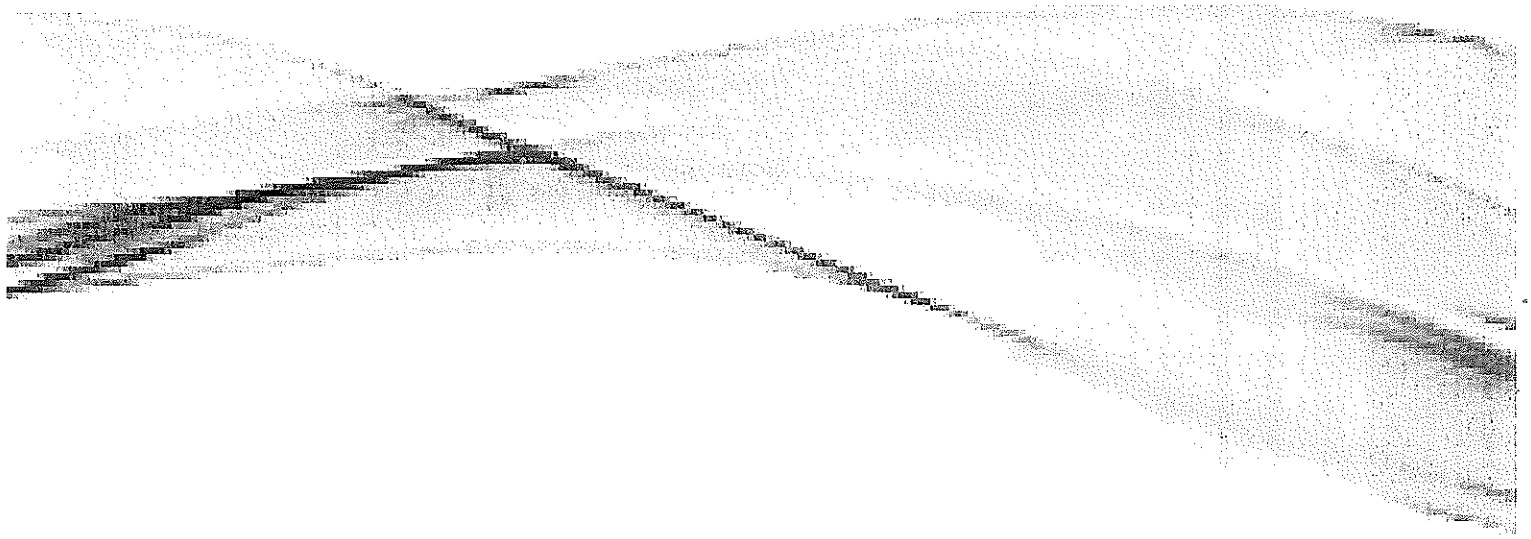
Je choisis un CD de musique douce et je vais faire de la relaxation.
La musique envahit la pièce.
Je m'assieds sur une chaise, immobile, et je ferme les yeux...
J'écoute...
Je prends tout mon temps pour écouter, sans penser au temps qui passe.

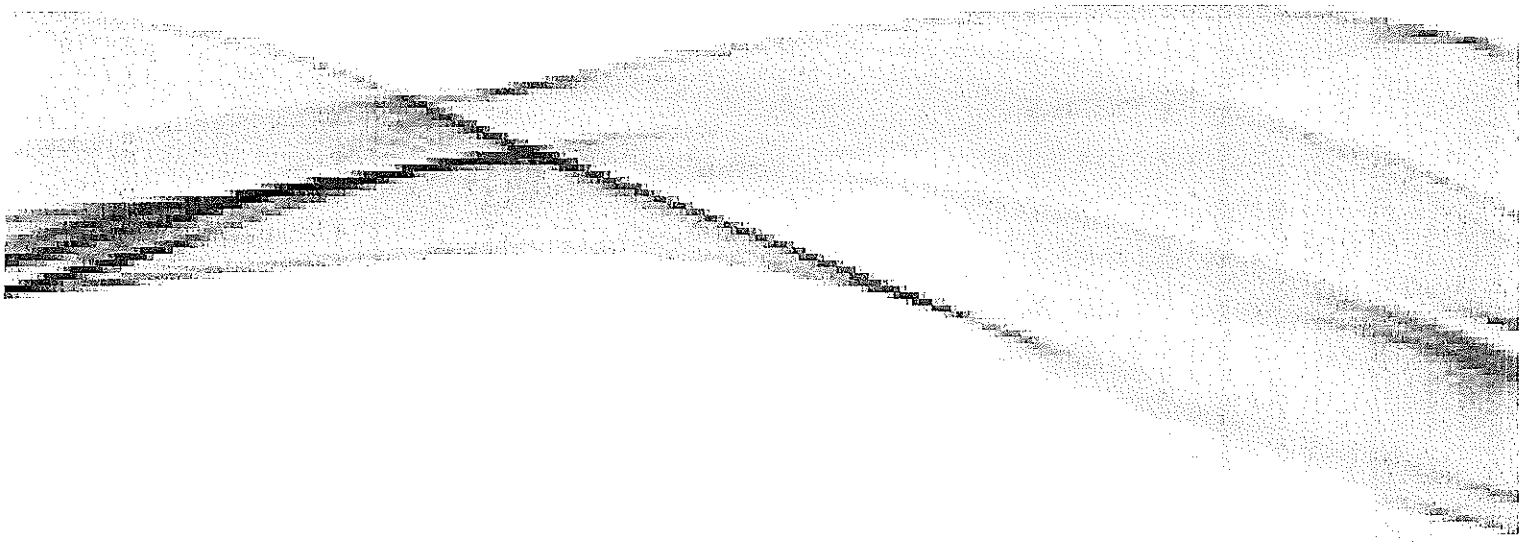
Je respire calmement et je me détends.
Je détends ma figure : le front, les sourcils, les mâchoires, la bouche.
Je détends mes épaules, mon dos.
Je détends mes bras, mes mains, mon ventre.
Je respire profondément. Je prends tout mon temps.
Je détends mes cuisses, mes mollets, mes orteils.
Je me laisse bercer par la musique.
Je rêve...

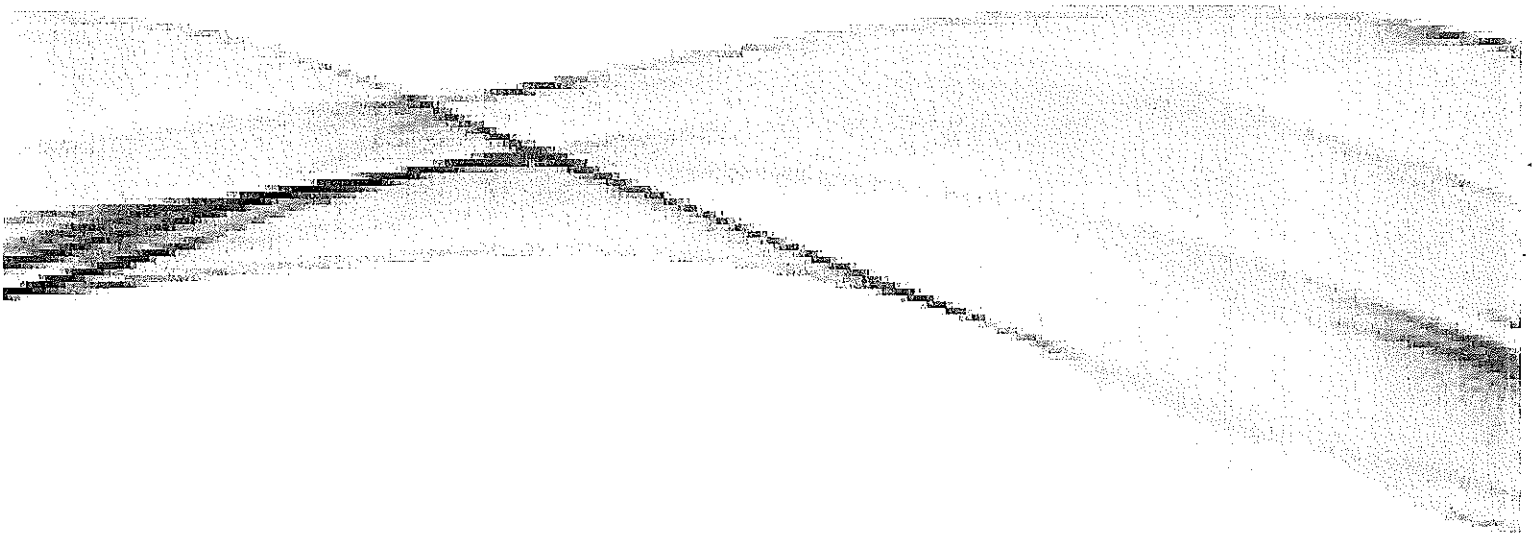
Et puis doucement, j'ouvre les yeux, je regarde autour de moi.

Et puis maintenant je me lève, je marche doucement et je porte mon attention à mes pieds.
Je marche très lentement, et j'écoute la musique.

Je lève les bras, je tourne la tête, je respire ... et je danse...







Piste 16. Relaxation longue en groupe.

Musique : rivière et oiseaux...

Installez-vous confortablement et laissez vos yeux se fermer doucement.
Détendez-vous, respirez calmement.
Soyez attentifs(ves)s au poids de vos paupières ; elles sont prêtes à retomber tranquillement et sans effort...

Prenez une grande inspiration pour commencer la descente.
Portez votre attention sur votre respiration, sur votre ventre qui monte et qui descend au rythme de votre respiration.
Votre ventre monte lorsque vous inspirez et descend lorsque vous expirez...

Laissez-vous porter par ce rythme de plus en plus calme et régulier, laissez-vous bercer.
Votre souffle, votre respiration, est comme la vague qui va et qui vient doucement sur le sable...
Concentrez votre attention sur votre souffle, sur cette vague qui va et qui vient au rythme de votre respiration.

Si vous captez encore quelques bruits, laissez-les passer et regardez-les s'éloigner comme les nuages qui passent dans le ciel.
Vous ressentez maintenant physiquement le calme qui s'installe en vous ... comme il s'installe dans la pièce...

Vous prenez une profonde inspiration, puis, en retenant votre souffle, vous contractez fortement votre bras droit, tout votre bras droit, mais rien que lui, le plus fort possible.
Maintenant relâchez votre bras ...

Que ressentez-vous dans votre bras droit ? Des sensations de lourdeur ou de légèreté, de chaud ou de froid, de picotement... ?
Et qu'est-ce que vous ressentez dans le reste du corps, ... c'est la même chose ?
Maintenant, faites ce même exercice de contraction avec votre bras gauche...

Et maintenant, tout doucement vous bougez la tête, vous bougez légèrement les mains, les pieds, les épaules...
Et doucement, chacun(e) à son rythme, vous ouvrez les yeux...



Piste 17. C'est dans le besoin qu'on connaît ses amis !

ECOUTEZ

Fatima et Cécile.

C - Fatima, tu es là ?
F - Oui, je suis dans mon lit.
Je suis malade.
C - Qu'est-ce que tu as ?
F - J'ai très mal à la tête.
Oh, je me sens mal !
C - Ne t'en fais pas. Je suis là.
Je vais m'occuper de toi.
Veux-tu boire quelque chose ?
F - Je veux bien du thé.

Cécile va à la cuisine.

C - Fatima, où est le thé ?
F - Il est dans le placard.
Et le sucre est sur le plateau à côté du frigo.
C - Je fais bouillir de l'eau...
Voilà, le thé est prêt, je te l'amène.

F - Peux-tu m'amener un petit morceau de gâteau ?
Ou plutôt, prend un gros morceau,
Nous en prendrons toutes les 2.
C - Ah, je vois que tu retrouves ton appétit et ta forme !
F - Je me sens déjà mieux.
Merci pour ta gentillesse.
C - Tu sais bien que je n'aime pas te voir malade
et trop penser à tes soucis.

Piste 18. C'est dans le besoin qu'on connaît ses amis

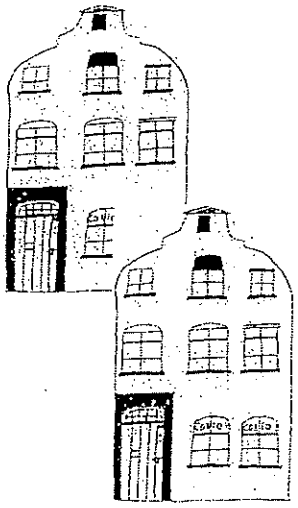
REPETEZ

Piste 19. Narration ECOUTEZ.

Cécile entre chez Fatima et l'appelle.
Fatima répond qu'elle est malade.
Cécile est inquiète.
Fatima semble très malade.
Cécile lui dit de ne pas s'en faire.
Elle vient pour s'occuper d'elle.

Cécile demande à Fatima si elle veut manger quelque chose.
Elle lui demande aussi si elle veut boire.

Fatima souhaite du thé sucré.
Cécile cherche le thé,
mais elle ne le trouve pas.
Fatima lui dit qu'il est dans le placard.
Elle dit que le sucre est sur le plateau à côté du frigo.



Fatima a envie de manger du gâteau.
Les 2 amies se régalent ensemble.
Fatima a bon moral maintenant.
C'est bon d'être ensemble.

Piste 20. Narration. REPETEZ chaque phrase.

