

Texte A: DÉBRANCHE TOUT !

À chacun sa devise* pour profiter de son temps libre sans se laisser ronger par la culpabilité.
Par Nicolas Roux

DEVISE No : 1 CULTIVE TON JARDIN

« Si je reste sans rien faire, je ne me sens pas bien. Alors, quand j'ai du temps libre je fais du sport ou je lis les journaux. Suivre l'actualité, ça me déculpabilise. »

Pour optimiser la devise : se demander pourquoi lire l'actu déculpabilise.

1. C'est du travail
2. Les malheurs du monde, ça rassure.

Deux manières de passer à côté d'un vrai temps off.

Jordana : mannequin



DEVISE No : 2 LES VOYAGES FORMENT LA JEUNESSE

« Dans mon contexte habituel, il faut toujours que je m'active. Alors, dès que j'ai trois jours libres, je pars en week-end. Et quand je suis ailleurs, je peux enfin me relâcher et arrêter de courir. »

Pour optimiser la devise : Ne pas envisager directement les trois jours de temps libre. Ne rien faire l'espace de deux-trois heures, juste pour voir.

Max : banquier



DEVISE No : 3 LE TEMPS LIBRE, C'EST DU TEMPS UTILE

« Mon mec et moi, on bosse* comme des fous. Pour me détendre, j'ai besoin d'être seule. Je bouquine, je nage, ça m'apaise. Mais il y a toujours un moment où je m'en veux de ne pas profiter de lui. »

Pour optimiser la devise : Se rappeler qu'effectivement, mieux vaut être épuisée seule qu'à cran à deux.

Alima : maquilleuse de cinéma



DEVISE No : 4 FAIS CE QUI TE RÉUSSIT

« J'ai tendance à repousser les obligations. Là, par exemple, je devrais être en train de bosser à la bibliothèque, mais je préfère me balader avec ma copine. »

Pour optimiser la devise : Essayer, rien qu'une fois, de travailler dans les délais. Et retomber sur une phrase entendue cent trois fois enfant : « Après l'effort, le réconfort. »

Antoine : enseignant



DEVISE No : 5 CARPE DIEM

« Quand je sors avec des potes ou je fais des virées* shopping je pense à tout ce que j'ai laissé en plan chez moi. Je me rassure en disant qu'on ne sait pas ce qui peut arriver demain et qu'il faut profiter de la vie tant qu'on peut. »

Pour optimiser la devise : Se dire qu'être vivant, c'est accepter que tout ne soit pas figé (sinon ça s'appelle la mort.)

Naima : technicienne commerciale



Lexique :

Débrancher : to unplug
bosser : (argot) travailler

une devise : un proverbe, un dicton
une virée : une balade, une excursion

SECTION A: UNSEEN TEXTS (70)



QUESTION 1 : COMPRÉHENSION

Texte A : **DÉBRANCHE TOUT !**

Lisez le texte puis répondez aux questions suivantes.

1.1 À qui pourrait-on attribuer les avis suivants ? Mettez le nom de la personne la plus appropriée :

1.1 La vie, c'est une fête ! Il faut profiter du présent !

1.2 J'utilise mon temps libre pour enrichir ma connaissance générale.

1.3 Je peux toujours travailler plus tard.

1.4 J'ai des tendances égoïstes. (8)

1.2 Associez la devise avec sa signification. Écrivez la lettre dans la colonne.

2.1		Cultive ton jardin
2.2		Les voyages forment la jeunesse
2.3		Le temps libre, c'est du temps utile
2.4		Fais ce qui te réussit
2.5		Carpe Diem

(10)

- a. Il faut saisir chaque opportunité.
- b. À chacun son propre truc.
- c. Investissez-vous en vous-même.
- d. Voir autre chose, c'est toute une éducation.
- e. L'équilibre entre le travail et le repos est bon pour la santé

1.3 Dans vos propres mots expliquez pourquoi Jordana est tellement active même quand elle ne travaille pas. (2)

.....

.....

.....

1.4 Quel est le « contexte habituel » de Max et pourquoi, à votre avis, cherche-t-il à se relâcher? (2)

.....
.....

1.5 **VRAI ou FAUX ?**

Dites si les phrases sont vraies ou fausses et citez des mots dans le texte pour justifier votre réponse.

a. Antoine connaît bien ses propres points forts et ses faiblesses.

.....
..... (2)

b. Quand Alima prend du temps libre elle ne pense plus à son petit ami.

.....
..... (2)

1.6 Dans vos propres mots donnez un exemple quotidien pour illustrer le proverbe « Après l'effort, le réconfort ». (2)

.....
.....
.....

1.7 Dans le texte trouvez le synonyme pour : (2)

a. une promenade

b. paralysé

(30)