

Les noms	
l'alcool (m)	alcohol
l'alimentation (f)	food
l'association caritative (f)	charity
le bonheur	happiness
la drogue	drugs
l'égalité	equality
la forme	fitness
la maladie	illness
les matières grasses (f)	fats
l'obésité (f)	obesity
l'odeur (f)	smell
le repas	meal
la santé	health
les sans-abris (m)	homeless people
le sommeil	sleep
le tabac	tobacco
le travail bénévole	voluntary work
Les adjectives	
équilibré(e)	balanced
fatigué(e)	tired
gras(se)	fatty
malade	ill
malsain(e)	unhealthy
sain(e)	healthy
sucré(e)	sugary
varié(e)	varied

Les verbes	
(s)arrêter	to stop
combattre	to combat
se détendre	to relax
dormir	to sleep
se droguer	to take drugs
éviter	to avoid
faire un régime	to be on a diet

Key Phrases	
Pour le petit-déjeuner/le déjeuner/le dîner, d'habitude, je prends...	For breakfast/lunch/dinner, I usually have...
C'est bon/mauvais pour la santé	It's good/bad for your health
Ça contient beaucoup/trop de...	It contains a lot of/too much...
Pour garder la forme, il faut faire/manger/boire/éviter...	To keep fit, you have to do/eat/drink/avoid...
Le tabac/L'alcool cause...	Tobacco/Alcohol causes...
Il provoque l'obésité/une perte de poids/un gain de poids	It causes obesity/weight loss/weight gain
Mon oncle a arrêté de fumer il y a six mois	My uncle quit smoking six months ago
Il faut faire du sport régulièrement pour se détendre	You must play sport regularly to relax
Il y a beaucoup de sans-abris dans ma ville	There are many homeless people in my town
Je suis membre d'une association caritative qui s'appelle...	I am a member of a charity called...

Infinitif	Présent	Passé	Futur
faire – to do	je fais; il/elle fait; nous faisons	j'ai fait; il/elle a fait; nous avons fait	je ferai; il/elle fera; nous ferons
être – to be	je suis; il/elle est; nous sommes	j'ai été; il/elle a été; nous avons été	je serai; il/elle sera; nous serons
avoir – to have	j'ai; il/elle a; nous avons	j'ai eu; il/elle a eu; nous avons eu	j'aurai; il/elle aura; nous aurons
manger – to eat	je mange; il/elle mange; nous mangeons	j'ai mangé; il/elle a mangé; nous avons mangé	je mangerai; il/elle mangera; nous mangerons

aller – to go	je vais; il/elle va; nous allons	je suis allé(e); il/elle est allé(e); nous sommes allé(e)(s)	j'irai; il/elle ira; nous irons
fumer – to smoke	je fume; il/elle fume; nous fumons	j'ai fumé; il a fumé; elle a fumé; nous avons fumé	je fumerai; il/elle fumera; nous fumerons
dormir – to sleep	je dors; il/elle dort; nous dormons	j'ai dormi; il a dormi; elle a dormi; nous avons dormi	je dormirai; il/elle dormira; nous dormirons

Key Questions	
Que faut-il faire pour garder la forme ?	What should we do to keep healthy?
As-tu une alimentation saine ? Pourquoi (pas) ?	Have you got a balanced diet? Why(not)?
Est-ce que tes parents ou amis fument ?	Do your parents/friends smoke?
Quels sont les dangers de la cigarette/de l'alcool ?	What are the dangers of cigarettes/alcohol?
Selon toi, pourquoi est-ce que c'est important de faire du sport ?	In your opinion, why is it important to do sport?
Que penses-tu de la situation des sans-abris ?	What do you think about the situation of homeless people?
Est-ce que tu connais des associations caritatives ?	Do you know any charities?

Useful Grammatical Structures

Use **modifiers** to modify an adjective. Examples include: assez (**quite**); plutôt (**rather**); un peu (**a bit**).

Use **intensifiers** to intensify an adjective. Examples include: vraiment (**really**); très (**very**); particulièrement (**particularly**); totalement (**totally**); complètement (**completely**); si (**so**).

Use **comparatives** to compare two or more items. Examples include: plus/moins/aussi sain que... (**more/less/as healthy as...**)

Use **connectives and conjunctions** to make longer sentences. Examples include: parce que (**because**); car (**as/because**); mais (**but**); cependant (**however**); quand (**when**).

Use a range of **negatives**. Examples: je ne mange pas de viande (**I don't eat meat**); je ne mange plus de chocolat (**I no longer eat chocolate**); je ne bois jamais de coca (**I never drink coke**).

Use the **perfect tense with avoir or être** to describe past events. Examples include: je suis allé(e) (**I went**); j'ai mangé (**I ate**); j'ai fait (**I did**); j'ai travaillé (**I worked**); j'ai bu (**I drank**); j'ai aidé (**I helped**).

Use the **future tense** to describe future intentions. Examples include: je mangerai moins de chocolat (**I will eat less chocolate**).

Higher Structures

- **Pour avoir une alimentation équilibrée, il faut manger / éviter de manger...** To have a balanced diet, you have to eat/avoid eating...
- **Une alimentation malsaine peut avoir de graves conséquences sur la santé.** An unhealthy diet can have serious consequences on your health.
- **Certains boivent de l'alcool à cause de la pression du groupe / pour oublier leurs problèmes.** Some people drink alcohol because of peer pressure/to forget about their problems.
- **Le tabac est la principale cause évitable de cancers.** Tobacco is the main avoidable cause of cancers.
- **Pour combattre le tabagisme, on devrait augmenter le prix des cigarettes / lancer des campagnes d'information / interdire la publicité.**
To combat smoking, we should increase the price of cigarettes/launch information campaigns/ban advertising.