

Vocabulaire

Comment dit-on? 1: I can describe ways that people stay healthy.

Des habitudes saines

Healthy habits

l'aliment (m.)	food
dormir assez	to get enough sleep
équilibré/équilibrée	balanced
essayer de	to try to
éviter de	to avoid
faire de l'exercice	to exercise
limiter	to limit
sain/saine	healthy
le sommeil	sleep
trop de	too much (of)

Expressions utiles

dire "non" à	to say "no" to
Il est important de...	It's important (to)...
Le plus important, c'est (de)...	The most important thing is (to)...
On devrait...	We should.../People should.../One should...
riche en...	rich in...

Expressions utiles

Comme vous pouvez (le) voir	As you can see
J'ai observé que...	I observed that...
pour cent	percent

Pour faire une présentation

Giving a presentation

Aujourd'hui, je vais vous parler de...	Today, I will speak to you about...
En somme,	In summary,
Merci de votre attention.	Thank you for your attention., Thank you for listening.
peu de	few
la plupart	the majority, most
Pour commencer,	To begin with,
le sondage	survey

Comment dit-on? 2: I can describe symptoms of sickness and give advice for how to feel better.

Les parties du corps

Parts of the body

le cou	neck
le genou	knee
la gorge	throat
la jambe	leg
l'oreille (f.)	ear
la tête	head
le ventre	tummy, belly

Pour exprimer la douleur

Expressing pain

avoir mal + au/à la/à l'/aux + [partie du corps]	["body part"] hurts, aches
ne pas arriver à	to not be able to

Expressions utiles

Ça fait mal.	<i>That hurts.</i>
Ça ne va pas du tout.	<i>It's not going well at all.</i>
Qu'est-ce que tu as?	<i>What's wrong?</i>

Les symptômes

avoir chaud	<i>to feel hot</i>
avoir de la fièvre	<i>to have a fever</i>
avoir faim	<i>to be hungry</i>
avoir le nez qui coule	<i>to have a runny nose</i>
avoir un rhume	<i>to have a cold</i>
avoir soif	<i>to be thirsty</i>
être fatigué/fatiguée	<i>to be tired</i>
être malade	<i>to be sick</i>
tousser	<i>to cough</i>

Symptoms

Les conseils

consulter le médecin	<i>to consult the doctor</i>
rester hydraté/hydratée	<i>to stay hydrated</i>

Advice

Expressions utiles

avoir la grippe	<i>to have the flu</i>
bouger un peu	<i>to move (around) a little bit</i>
éternuer	<i>to sneeze</i>
soigner	<i>to treat, to take care of</i>

Comment dit-on? 3: I can discuss ways that people maintain their social and emotional health.

La santé sociale et émotionnelle

s'amuser	<i>to have fun</i>
se coucher	<i>to go to bed</i>
l'écran (m.)	<i>screen</i>
le passe-temps	<i>hobby, pastime</i>
planifier	<i>to plan</i>
se promener	<i>to take a walk</i>
se reposer	<i>to relax</i>
respirer	<i>to breathe</i>
se réveiller	<i>to wake up</i>
se sentir	<i>to feel</i>
simplifier	<i>to simplify</i>
tendu(e)	<i>tense</i>

Social and emotional health

La vie en ligne

anxieux/anxieuse	<i>anxious</i>
l'appli(cation) (f.)	<i>app(lication) (on smartphone or tablet)</i>
s'endormir	<i>to fall asleep</i>
le réseau social	<i>social media</i>
rester connecté/connectée	<i>to stay connected</i>

Life online

Expressions utiles

communiquer	<i>to communicate</i>
être accro (à)	<i>to be addicted (to)</i>
isolé/isolée	<i>isolated</i>
J'ai appris (à)...	<i>I learned (to)...</i>
réduire le stress	<i>to reduce stress</i>
rire	<i>to laugh</i>
la veille	<i>the day before</i>