

# Bien-être au travail 03

## TÂCHE

La première partie de l'évaluation contient une tâche, **Bien-être au travail**, divisée en quatre activités. Dans la première, les apprenants lisent un article sur la sieste au travail. Dans la deuxième, ils écoutent une interview à la radio d'un médecin à propos de la sieste au travail. Dans la troisième, ils appellent l'émission de radio pour réagir au sujet. Enfin, dans la quatrième, ils écrivent un e-mail au directeur du personnel sur leurs conditions de travail. Cette tâche suppose une mobilisation des ressources linguistiques présentées et travaillées dans les **unités 5 et 6** de *Défi 2*.

## Ressources à mobiliser

- ✓ Exprimer un souhait
- ✓ Situer dans le futur
- ✓ Exprimer une condition avec *si*
- ✓ Exprimer la durée
- ✓ Exprimer des émotions
- ✓ Exprimer l'obligation, l'interdiction et la permission
- ✓ Le discours rapporté
- ✓ Le lexique du travail
- ✓ Le lexique des émotions et sentiments

## Activités langagières

Les activités langagières sur lesquelles se fonde l'évaluation sont :

- ✓ Compréhension de l'écrit
- ✓ Compréhension de l'oral
- ✓ Production orale
- ✓ Production écrite

## Activités

La deuxième partie de l'évaluation est composée de six activités relatives aux ressources grammaticales et lexicales. Ces six activités ont été conçues pour évaluer de manière plus ciblée l'acquisition et la capacité d'utilisation des ressources grammaticales et lexicales présentées dans les **unités 5 et 6** de *Défi 2*.

- |                                                                                                                 |                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1. SOUHAITS PROFESSIONNELS</b><br>Exprimer un souhait<br>Le lexique du travail                               | <b>4. TRAVAILLEUR DU BIEN-ÊTRE</b><br>Exprimer la durée                                 |
| <b>2. PROJETS D'AVENIR OU MOMENT PRÉSENT ?</b><br>Situer dans le futur<br>Le lexique des émotions et sentiments | <b>5. RÈGLEMENT INTÉRIEUR</b><br>Exprimer l'obligation, l'interdiction et la permission |
| <b>3. SE SENTIR BIEN AU TRAVAIL</b><br>Exprimer une condition avec <i>si</i>                                    | <b>6. QUESTIONS DE RECRUTEUR</b><br>Le discours rapporté                                |

**Exercice 1**

Points .../25

Lisez l'article, puis répondez aux questions.

**Faire la sieste au travail**

**Les études le montrent : faire une micro-sieste au bureau améliore le bien-être des employés.  
Et vous, vous commencez quand ?**

**Qu'est-ce qu'une micro-sieste ?**

C'est tout simplement une manière de se relaxer en très peu de temps (de 1 à 20 minutes maximum). Les points positifs de la micro-sieste sont qu'elle aide à augmenter la productivité des employés. De même, elle améliore l'attention des employés et diminue les accidents sur le lieu de travail.

**La micro-sieste dans les autres pays ?**

La sieste en entreprise est peu courante en France. Quelques entreprises françaises pensent à la mettre en place sur le lieu de travail, mais la pratique reste très rare. Au contraire, la pratique de la sieste est très populaire dans plusieurs pays asiatiques. Par exemple, des managers chinois ou japonais encouragent leurs employés à faire de courtes siestes au bureau pour une meilleure efficacité. Également, les pays scandinaves commencent peu à peu à accepter l'idée de la micro-sieste après le repas du midi, depuis qu'une étude de la NASA a démontré les avantages de la sieste sur la productivité.

**Alors comment convaincre son entreprise ?**

Ce n'est pas si simple : vous devez officialiser la pratique de la sieste dans le règlement intérieur de l'entreprise. Pour arriver à cela, on vous recommande de rassembler des études officielles qui montrent l'intérêt de faire la sieste sur le lieu de travail. Vous devez aussi regrouper des articles sur des entreprises d'autres pays qui ont instauré les micro-siestes avec succès. Finalement, vous pouvez contacter des médecins du travail favorables à la sieste, ils pourront écrire des lettres pour soutenir votre demande. Bonne chance et bonne sieste !

**1. La vie professionnelle des employés est plus agréable grâce à la micro-sieste.**

☐ vrai☐ faux

Justifiez avec une phrase du texte : .....

**2. Quels sont les avantages de la micro-sieste ? (Choisissez 3 réponses.)**

- ☐ une meilleure productivité des employés.
- ☐ une meilleure compétitivité de l'entreprise.
- ☐ une diminution des accidents au travail.
- ☐ une meilleure attention des employés.
- ☐ une meilleure ambiance dans l'entreprise.

**3. De nombreuses entreprises françaises autorisent la micro-sieste.**

☐ vrai☐ faux

Justifiez avec une phrase du texte : .....

Prénom et nom : .....

Classe : .....

Date : .....

4. Dans quels pays la micro-sieste est-elle bien acceptée ? Citez deux pays.

.....

5. Il est facile de convaincre son entreprise d'accepter la sieste au travail.

☐ vrai

☐ faux

Justifiez avec une phrase du texte : .....

.....

6. Dans quel document doit-on rendre officiel la pratique de la sieste au travail ?

.....

7. Qu'est-ce que l'employé doit rassembler pour convaincre son employeur d'accepter la micro-sieste ? (Choisissez 3 réponses.)

☐ des fiches de paie.

☐ des études officielles.

☐ des diplômes universitaires.

☐ des articles de journaux.

☐ des lettres médicales.

## Exercice 2

Points **.../25**

5  Intéressé/e par la question de la sieste au travail, vous écoutez cette interview d'un médecin dans l'émission de radio *Santé en entreprise*.

Écoutez, puis répondez aux questions.

1. Quelle est la spécialité du docteur Alain Dorval ?

.....

2. Dans quelle ville exerce-t-il ?

.....

3. Les micro-siestes peuvent remplacer des heures de sommeil de la nuit.

☐ vrai

☐ faux

4. Quelle est la proportion de Français qui ont des problèmes de sommeil ?

☐ un tiers.

☐ un quart.

☐ un cinquième.

5. Combien d'heures est-il conseillé de dormir la nuit pour un adulte ?

.....

6. Pour expliquer les micro-siestes, le médecin parle de la technique :

☐ de la fourchette.

☐ de la cuillère.

☐ du crayon.

7. Quel est le meilleur moment pour faire la sieste ?

.....

Prénom et nom : .....

Classe : .....

Date : .....

**Exercice 3**

Points .../25

L'émission *Santé en entreprise* appelle à témoigner sur le bien-être au travail. Vous appelez l'émission pour expliquer quel métier vous faites et comment vous vous sentez sur votre lieu de travail. Finalement, vous donnez votre avis sur les micro-siestes en entreprise. Un camarade joue le rôle de l'animateur radio.

**Exercice 4**

Points .../25

Suite à l'émission, vous décidez d'écrire un e-mail au directeur du personnel dans lequel vous faites des propositions pour améliorer le bien-être des employés. Vous expliquez ce que l'entreprise devrait faire ou ne pas faire.

Prénom et nom : .....

Classe : .....

Date : .....

### Exercice 1

Points .../16

Le magazine *Bien-être au quotidien* lance un test pour connaître les souhaits de ses lecteurs à l'occasion de la nouvelle année. Répondez aux questions du test.

#### Pour la nouvelle année...

- Dans quel(s) pays voudriez-vous travailler ?  
.....
- Qu'espérez-vous de votre poste ?  
.....
- Qu'espérez-vous de vos collègues ?  
.....
- Qu'aimeriez-vous accomplir professionnellement ?  
.....



### Exercice 2

Points .../16

*Bien-être au quotidien* donne la parole à ses lecteurs sur leur activité professionnelle. Dans les témoignages suivants, soulignez les phrases qui expriment un événement futur.

Léa, 31 ans, Bordeaux.

« Je commencerai mon nouveau travail en janvier prochain. Pour le moment, je prépare le départ et je suis un peu anxieuse par rapport au déménagement. »

Damien, 42 ans, Rennes.

« J'aime beaucoup mon travail, mais je trouve que je travaille un peu trop. J'espère que j'aurai moins de travail durant les mois d'été. »

Emmanuel, 25 ans, Amiens.

« Je suis très content, car le mois prochain je commence une nouvelle formation en alternance en horticulture ! »

Odile, 52 ans, Lyon.

« Quand je serai à la retraite, je pourrai me consacrer à ma passion : le jardinage. Malheureusement, ce n'est pas une chose que je peux faire en tant que salariée. »

### Exercice 3

Points .../15

*Bien-être au quotidien* donne à ses lecteurs des conseils pour se sentir bien au travail. Reliez les éléments suivants pour former des phrases cohérentes.

- |                                                       |   |                                       |
|-------------------------------------------------------|---|---------------------------------------|
| A. Si vous arrivez tôt au travail,                    | • | 1. vous mangerez plus tranquillement. |
| B. Si vous prenez une heure pour le déjeuner,         | • | 2. vous travaillerez mieux en équipe. |
| C. Si vous faites des pauses pour aller marcher,      | • | 3. vous aurez des maux de tête.       |
| D. Si vous vous entendez bien avec vos collègues,     | • | 4. votre corps sera bien détendu.     |
| E. Si vous restez trop longtemps devant l'ordinateur, | • | 5. vous pourrez partir plus tôt.      |

Prénom et nom : .....

Classe : .....

Date : .....

#### Exercice 4

Points .../15

*Bien-être au quotidien* présente chaque semaine le parcours d'une personne qui travaille en faveur du bien-être en entreprise. Complétez le parcours professionnel suivant avec les termes proposés.

il y a   depuis   pendant   de   en



..... trois ans, ..... 2006 à 2009, Olivier Ruffin a suivi une formation d'infirmier à Lyon. Après sa formation, il a travaillé en tant qu'infirmier dans différents hôpitaux de la région lyonnaise. Intéressé par la question du bien-être au travail, il a fait ..... 2013 une formation durant deux mois sur la santé en entreprise. L'année suivante, il a commencé un master à Paris en santé dans le secteur professionnel, qu'il a fini ..... trois ans. Aujourd'hui, en 2018, il prépare sa thèse sur le bien-être des employés en entreprise, et il habite à Paris ..... quatre ans.

#### Exercice 5

Points .../18

*Bien-être au quotidien* donne l'exemple du règlement intérieur d'une entreprise « bien-être ». Complétez le règlement suivant avec les termes proposés. Pensez à conjuguer les verbes. Plusieurs solutions sont possibles.

devoir   pouvoir x 2   il est interdit de   être obligé/e de   il est permis de



#### Règlement intérieur :

1. Vous ..... porter une tenue confortable.
2. .... prendre des pauses pour marcher.
3. Vous ..... donner vos appels personnels à l'heure du déjeuner.
4. Vous ..... arriver à l'heure le matin.
5. .... fumer dans les bureaux.
6. Vous ..... travailler sept heures par jour.

#### Exercice 6

Points .../20

6 Sur le site Internet du magazine *Bien-être au quotidien*, vous écoutez un exemple d'entretien d'embauche. Écoutez deux fois, puis écrivez les questions du recruteur au style indirect.

Il demande à la candidate...

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....