COMPRÉHENSION DE L'ÉCRIT

EXERCICE 1

Vous habitez à Bruxelles et vous souhaitez organiser un dîner entre amis.

Vous basez votre choix de restaurant sur les critères suivants :

- votre ami Lilian préfère les plats belges traditionnels ;
- Léa souhaite des plats à base de légumes ;
- vous souhaitez un restaurant qui propose un menu à moins de 20 € ;
- le restaurant doit se trouver au centre-ville.

Vous comparez ces annonces. Pour chaque annonce cochez ☒ OUI si cela correspond, NON si cela ne correspond pas.

Le bistro des saveurs

Le bistro des saveurs est un petit restaurant situé dans le centre de Bruxelles. Il est spécialisé dans les recettes locales, avec un menu qui propose surtout des plats à base de viande et de poisson, comme les moules-frites, la carbonnade flamande et les côtelettes d'agneau. Le menu complet est à 18 € par personne, ce qui reste très abordable pour une cuisine de qualité. Ce restaurant attire les amateurs de plats belges, qui profiteront de son ambiance conviviale et de son service rapide. Parfait pour ceux qui souhaitent découvrir des spécialités locales dans un cadre chaleureux en plein cœur de la ville.

Le bistro des saveurs	OUI	NON
1. Plats belges traditionnels	☐	☐
2. Plats à base de légumes	☐	☐
3. Menu à moins de 20 €	☐	☐
4. Situé au centre-ville	☐	☐

Green Delight

Le Green Delight, situé dans un quartier calme en périphérie de Bruxelles, est reconnu pour ses plats préparés avec des produits frais du marché, donnant une large place aux légumes. Le restaurant propose des menus créatifs, équilibrés et savoureux, dans un cadre moderne et lumineux. Il est très à la mode et particulièrement apprécié des amateurs de cuisine saine et originale. En effet, ce lieu met l'accent sur la qualité et l'originalité de chaque plat, offrant aux clients une expérience gustative riche en saveurs. Cette adresse est recommandée pour ceux qui recherchent un repas végétarien et gourmand entre amis.

Menus à partir de 25€

Green Delight	OUI	NON
1. Plats belges traditionnels	☐	☐
2. Plats à base de légumes	☐	☐
3. Menu à moins de 20 €	☐	☐
4. Situé au centre-ville	☐	☐

La Maison du goût

Situé dans le centre historique de Bruxelles, La Maison du goût offre une variété de plats classiques belges, incluant des options végétariennes. Les menus, complets et abordables, se situent entre 20 € et 25 €. Les plats mettent souvent les légumes en avant et l'ambiance est agréable, avec un service particulièrement attentionné. Ce restaurant se remarque également pour l'élégance de son décor avec des livres sur tous les murs et une grande cheminée. C'est un choix parfait pour ceux qui souhaitent découvrir la cuisine belge dans un cadre authentique ou pour un repas entre amis.

La Maison du goût	OUI	NON
1. Plats belges traditionnels	☐	☐
2. Plats à base de légumes	☐	☐
3. Menu à moins de 20 €	☐	☐
4. Situé au centre-ville	☐	☐

LIVEWORKSHEETS

Au Plaisir du Chef

À seulement 20 minutes du centre de Bruxelles, Au Plaisir du Chef propose une cuisine inspirée d'Asie, avec des plats comme les nouilles sautées, les sushis et les currys épicés. Les menus débutent à 16 €, parfaits pour les budgets modestes. Ce restaurant offre une ambiance détendue et confortable, idéale pour partager un repas entre amis. Avec son cadre accueillant, il permet de profiter d'un moment convivial autour de saveurs asiatiques. Il est accessible depuis le centre-ville par les bus 10, 20 et 40 et se situe proche de la forêt, dans un cadre particulièrement calme, loin du tumulte de la ville.

Au Plaisir du Chef	OUI	NON
1. Plats belges traditionnels	☐	☐
2. Plats à base de légumes	☐	☐
3. Menu à moins de 20 €	☐	☐
4. Situé au centre-ville	☐	☐

EXERCICE 2

Lisez le document.

Le casse-tête de la surveillance du temps d'écran

Les téléphones portables font partie du quotidien des adolescents et des adolescentes. Mais contrôler le temps passé sur les écrans devient un véritable casse-tête pour les parents. Si certaines applications de régulation existent, elles ne sont pas 100% fiables.

Toujours à portée de main, les écrans sont omniprésents dans la vie des ados. Selon l'étude Jeunes, activités, médias, les 12-19 ans passent en moyenne quatre heures par jour sur leurs smartphones.

Ils sont malheureusement la cause de la perte de concentration et de perturbation du sommeil. « Quand je travaille et que je vois qu'il s'allume, je ne peux pas m'empêcher de le regarder », explique Luca, un adolescent. « Cela déconcentre assez rapidement. »

Ce constat désespère de nombreux parents, à l'instar de Sylvie, mère d'un garçon de 14 ans. Celui-ci passe plusieurs heures par jour sur son téléphone.

L'adolescent l'utilise même jusqu'à neuf heures les week-ends, malgré l'installation de Family Link, une application spécialisée pour limiter le temps d'écran.

« Comme n'importe quelle application, les jeunes arrivent à les contourner », se désole Sylvie. Il existe en effet plusieurs applications de ce type, mais selon Xavier Studer, spécialiste en multimédia et high-tech, aucune n'est 100% fiable.

« Il n'est pas toujours évident de faire en sorte que ces programmes fonctionnent bien sur tous les constructeurs et toutes les versions de logiciels qui sont disponibles sur le marché », explique-t-il.

Sylvie a tenté le dialogue et essayé de convaincre son fils de limiter le temps de connexion de manière autonome. « Cela a été inutile. La seule solution a été de lui retirer son téléphone pendant quelque temps. » nous a-t-elle expliqué.

Les adolescents, de leur côté, jugent ces interdictions inefficaces. « Ce n'est pas en nous interdisant de faire quelque chose, qu'on n'aura plus envie de le faire » explique Julie, « on trouve toujours un moyen pour faire ce que l'on avait décidé au départ ».

Mohammed, quant à lui, affirme également avoir « toujours réussi à reprendre » son téléphone. Mieux vaut donc favoriser le dialogue et garder un œil sur son temps d'utilisation pour une meilleure sensibilisation.

D'après : https://www.rts.ch/info/suisse/14265507-le-cassetete-de-la-surveillance-du-temps-decran-des-adolescents.html

Pour répondre aux questions, cochez ☒ la bonne réponse.

1 Quel est le thème principal de cet article ?

A ☐ Les applications de jeux de réflexion pour les adolescents
B ☐ Le temps d'utilisation des téléphones par les adolescents
C ☐ Le contrôle des contenus accessibles en ligne aux adolescents

2 Les applications de vérification par les parents en général sont...

A ☐ très satisfaisantes.
B ☐ totalement inutiles.
C ☐ partiellement efficaces.

LIVEWORKSHEETS

3 **D'après le journaliste, les jeunes se déconcentrent-ils quand ils font leurs devoirs ?**

A ☐ Ils regardent trop leur téléphone.
B ☐ Ils reçoivent des appels téléphoniques.
C ☐ Ils sont fatigués de leur journée en classe.

4 **Dans cet article, il est dit que Family Link permet aux parents...**

A ☐ de limiter le temps que leur enfant passe sur le téléphone.
B ☐ de comprendre l'utilisation des applications dédiées aux adolescents.
C ☐ de voir les messages reçus et envoyés par leur enfant.

5 **Le fils de Sylvie a diminué le temps d'utilisation de manière spontanée.**

A ☐ Vrai **B** ☐ Faux

6 **Selon Julie, confisquer le téléphone ne résout pas le problème.**

A ☐ Vrai **B** ☐ Faux

7 **L'auteur de l'article conseille aux parents de parler avec les adolescents plutôt que d'interdire.**

A ☐ Vrai **B** ☐ Faux

EXERCICE 3

Lisez le document.

La place du sport dans les différents temps de l'enfant : le rôle de l'école

par Eva Jacomet, Chargée de mission, Think tank Sport et Citoyenneté

Parce qu'elle offre la garantie de toucher presque tous les jeunes, l'école représente la meilleure opportunité pour permettre l'accès de tous les enfants aux activités physiques et sportives et lutter ainsi contre le phénomène croissant de sédentarité.

De nombreuses études démontrent l'intérêt d'une activité physique et sportive régulière et des bénéfices sur la santé mentale et physique, sur les résultats scolaires et le développement des compétences sociales des enfants.

L'éducation physique et sportive (EPS) est obligatoire dans tous les programmes scolaires des cycles primaire et secondaire en Europe, toutefois le nombre d'heures qui y est dédié varie d'un pays à l'autre. Pourtant l'activité physique et sportive des plus jeunes est aujourd'hui considérée comme une priorité des politiques sportives, dans tous les États membres de l'Union européenne.

Si l'on souhaite renforcer la place du sport à l'école, il faut prévoir plus de temps pour la pratique physique et sportive dans le cursus scolaire. Au Danemark, depuis 2014, une réforme impose 45 minutes de pratique physique et sportive quotidienne à l'école.

En Estonie, le programme Liikuma kustuv kool (école en mouvement) propose aux élèves et aux enseignants l'apprentissage actif. Les matières traditionnelles sont enseignées en mouvement. Le projet encourage aussi les pauses actives comme des jeux en mouvement lors des temps de récréation.

Cependant, le rôle de l'école continue après la classe. Elle doit favoriser les pratiques physiques et sportives sur les temps périscolaires*, en encourageant par exemple à se déplacer à pied ou à vélo du domicile à l'école (écomobilité) ou en incitant à une pratique plus institutionnalisée, dans les clubs. Le projet Scuola Aperta Allo Sport en Italie introduit des éducateurs sportifs de clubs du quartier dans les cours d'EPS ou pendant les après-midis libres. Les élèves découvrent ainsi différentes disciplines sportives et peuvent être motivés pour s'inscrire dans un club.

EPS, apprentissages en mouvement, pauses et déplacements actifs, pont avec le mouvement sportif : le rôle de l'école est essentiel pour encourager les élèves et leur entourage à adopter un mode de vie actif. Les autorités locales devraient donner plus d'importance pour l'introduction dès l'enfance de bonnes pratiques.

*Temps périscolaire : temps passé à l'école en dehors des heures de cours

D'après : https://www.sportetcitoyennete.com/articles/la-place-du-sport-dans-les-differents-temps-de-lenfant-le-role-de-lecole

LIVEWORKSHEETS

Pour répondre aux questions, cochez ☒ la bonne réponse.

1 À l'école, tout le monde peut faire du sport.

A ☐ Vrai **B** ☐ Faux

2 Selon cet article, quel phénomène veut-on éliminer ?

A ☐ Le manque d'exercice chez les jeunes
B ☐ Les problèmes de disciplines
C ☐ L'insécurité dans les écoles

3 L'activité sportive améliore les capacités relationnelles.

A ☐ Vrai **B** ☐ Faux

4 Dans toutes les écoles des pays de l'Union européenne...

A ☐ il y a le même nombre d'heures de sport.
B ☐ l'activité sportive est obligatoire.
C ☐ on donne peu d'importance au sport.

5 Les écoles du Danemark, le temps d'activité sportive...

A ☐ a augmenté.
B ☐ a diminué.
C ☐ est resté stable.

6 En Estonie les élèves font de l'activité physique dans plusieurs disciplines enseignées.

A ☐ Vrai **B** ☐ Faux

7 Le projet italien Scuola Aperta permet...

A ☐ d'encourager les élèves à se rendre à l'école à pied.
B ☐ aux clubs de sport de trouver de nouveaux inscrits.
C ☐ de faire connaitre aux élèves de nouvelles activités physique.

LIVEWORKSHEETS