

Mesdames, mesdemoiselles et messieurs, dans les studios de Radio Sport. Nous allons commencer notre émission avec un champion بطل sportif.

Eric DUGAL nous parle de ses habitudes alimentaires.

Bonjour monsieur ! Faites-vous attention à votre alimentation ?

- Oui, bien sûr ! Et surtout, خاصة في فترة de compétition المنافسة,
j'ai une alimentation adaptée متكيفة مع احتياجاتي. C'est-à-dire une alimentation riche en énergie et pauvre en graisses ; jamais de beurre ni de fromage et je prends beaucoup de légumes et un peu d'huile d'olive.

- Vous mangez beaucoup de fruits ?

- Oui, cinq fruits frais طازج par jour.

- Vous mangez de la viande et du poisson ?

- Je ne mange presque jamais de poisson, car je n'aime pas ça.

Quant à la viande, je mange plutôt du poulet et rarement نادرًا بالنسبة de la viande rouge.

- Et qu'est-ce que vous buvez ?

- Je bois trois litres d'eau par jour mais jamais de boissons gazeuses ni de café.

1- Eric DUGAL mange 5 fruits frais

a- par semaine b- par jour c- avant la compétition

Il boit beaucoup chaque jour.

a- d'eau b- de boissons gazeuses c- de café

3- Pour manger, il choisit

**a- des légumes et des fruits
b- du beurre et du fromage
c- du poisson et de la viande**

4- Il évite les aliments

a- riches en énergie b- gras c- sains

5- Eric DUGAL mange rarement

a- de la viande rouge b- du poisson c- des fruits et des légumes

Vrai / Faux

1. Ce document est une interview.
2. La personne à qui l'on parle est un sportif.

3. Dans ce document, on parle des activités sportives.
4. Dans ce document, il s'agit d'une émission radiophonique.

A	C'est vrai, le sport a beaucoup d'avantages pour la santé.
B	Quelles sont ces avantages ?
C	Le sport est une activité très utile, n'est-ce pas ?
D	Il nous rend plus actifs et nous aide à brûler les calories .
E	Alors, " un esprit sain dans un corps sain" .

- 1-, Je **les** lirai demain.
a- cette histoire b- ton livre c- ces journaux d- ce article

- 2- Tu regardes les films policiers? oui, je regarde toujours.
a-lui b- le c- leur d- les

- 3- Tu vois **tes** amis? Non, je Téléphone seulement.

a-lui b- le c- leur d- les

