

TEXTE ET EXERCICES FLE : BIENFAITS DE LA MARCHÉ



La marche est une pratique vieille comme l'humanité. Avant l'apparition des transports à cheval, en calèche, en voiture, en bateau ou en avion, **l'homme a marché et marche toujours**. Si on habite près de son école ou de son travail, pourquoi ne pas adopter systématiquement ce moyen pour s'y rendre ?

Pour la forme physique, c'est une bonne chose : cela permet de **faire de l'exercice au moins deux fois par jour**, pendant l'aller et le retour. Tout le corps en profite : c'est très bénéfique pour la santé. En effet, marcher est un excellent moyen de se protéger les petites et grandes maladies. C'est bien de prendre l'air et de se

donner des moments de liberté pour s'aérer et laisser son esprit vagabonder. Savez-vous que beaucoup de poètes et d'écrivains trouvent leur inspiration en marchant ? Cela peut paraître surprenant, mais c'est vrai ! Marcher, c'est aussi l'occasion d'être **loin des écrans** et de **discuter avec des proches**, si on ne sort pas seul.

Pour l'environnement, c'est également une bonne idée : on **ne pollue pas** et on n'utilise pas de voiture, ce qui évite des embouteillages.

Dans l'avenir, ce serait bien que davantage de personnes délaissent leur voiture et privilégient la marche. Pour la société, ce serait excellent : il y aurait moins de pollution, et on pourrait remplacer une partie des stationnements du centre-ville par des **parcs et jardins**. Cette initiative est vraiment souhaitable !

VOCABULAIRE

1 : une calèche	a. étonnant, imprévu, inattendu / remarquable, exceptionnel
2 : systématiquement	b. prendre l'air, s'oxygéner
3 : bénéfique	c. phase de respiration / souffle créateur de l'artiste
4 : s'aérer	d. le milieu humain, un ensemble de personnes / une entreprise, un groupement
5 : vagabonder	e. mettre en bouteille / encombrement de véhicules qui arrête la circulation
6 : surprenant	f. sans aucun doute, d'une manière certaine, immanquablement, avec certitude
7 : inspiration	g. connaissance claire de ce qu'on fait, de ce qu'on éprouve, de quelque chose...
8 : embouteillage	h. une voiture sans moteur tirée par un cheval ou plusieurs chevaux
9 : conscient	i. qui fait du bien
10 : la société	j. circuler sans but, errer / passer d'un sujet à un autre
11 : sans doute	k. d'une manière constante, automatiquement
12 : une initiative	l. probablement, selon toute vraisemblance, peut-être
13 : à coup sûr	m. action de proposer, d'organiser le premier quelque chose

CORRIGÉ

TEXTE ET EXERCICES FLE : BIENFAITS DE LA MARCHÉ

VOCABULAIRE

1 : <i>h</i>	une calèche	a. étonnant, imprévu, inattendu / remarquable, exceptionnel
2 : <i>h</i>	systématiquement	b. prendre l'air, s'oxygéner
3 : <i>i</i>	bénéfique	c. phase de respiration / souffle créateur de l'artiste
4 : <i>b</i>	s'aérer	d. le milieu humain, un ensemble de personnes / une entreprise, un groupement
5 : <i>j</i>	vagabonder	e. mettre en bouteille / encombrement de véhicules qui arrête la circulation
6 : <i>a</i>	surprenant	f. sans aucun doute, d'une manière certaine, immanquablement, avec certitude
7 : <i>c</i>	inspiration	g. connaissance claire de ce qu'on fait, de ce qu'on éprouve, de quelque chose...
8 : <i>e</i>	embouteillage	h. une voiture sans moteur tirée par un cheval ou plusieurs chevaux
9 : <i>g</i>	conscient	i. qui fait du bien, qui apporte des bienfaits
10 : <i>d</i>	la société	j. circuler sans but, errer / passer d'un sujet à un autre
11 : <i>l</i>	sans doute	k. d'une manière constante, automatiquement
12 : <i>m</i>	une initiative	l. probablement, selon toute vraisemblance, peut-être
13 : <i>f</i>	à coup sûr	m. action de proposer, d'organiser le premier quelque chose

[Téléchargez le document complet](#)
(avec 2 exercices supplémentaires - compréhension et conjugaison)
[sur mon site !](#)

