




PURE, CLAIRE, PUISSANTE

 **Objectifs** : Connaître et approfondir les questions liées à l'eau et à la santé (thermalisme), faire des hypothèses

 **Compétences** : Compréhensions orale

 **Durée de l'activité** : 60 minutes

 **Niveau** : B1

 <http://voyagesenfrancais.fr/spip.php?rubrique254>

1. A quoi ça sert ?

Avant de visionner la séquence, notez tous les mots qui vous viennent à l'esprit sur le thème de l'eau. Classez-les par thèmes.

L'EAU

Fiche conçue par : Frédéric Brayard / Alix Creuzé



Choisissez (☑) parmi les caractéristiques suivantes celles qu'on peut attribuer à l'eau en général.

<input type="checkbox"/> Soigner des maladies : ____	<input type="checkbox"/> Fabriquer de la limonade : ____
<input type="checkbox"/> Aider la digestion : ____	<input type="checkbox"/> Soulager des maux : ____
<input type="checkbox"/> Développer l'agriculture : ____	<input type="checkbox"/> Irriguer : ____
<input type="checkbox"/> Évacuer le stress : ____	<input type="checkbox"/> Décompresser : ____
<input type="checkbox"/> Arroser les jardins : ____	<input type="checkbox"/> Loisirs : natation, surf ____

2. Vertus

Visionnez la séquence pour vérifier vos réponses à l'exercice 1.

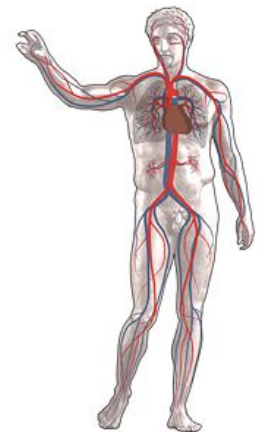
Indiquez ensuite par qui les vertus ont été citées (médecin = M, agriculteur = A, surfer = S).

3. Bain de jouvence

Connaissez-vous ces termes relatifs à la santé ?

- a. Rendez à chaque mot sa définition. Procédez par élimination et réfléchissez à ces termes dans votre propre langue. Ils sont sans doute très proches !

1. thérapeutique		Qui concerne les vaisseaux sanguins
2. vasculaire		Qui concerne les veines
3. rhumatologique		Qui permet de soigner
4. thermal		Qui concerne les os, les articulations, les muscles
5. phlébologique		Relatif aux propriétés curatives de l'eau



- b. Il y a deux types de vaisseaux sanguins : les veines et les artères.

Vrai - Faux



c. Regardez la vidéo. Choisissez (☒) les mots qui complètent son explication du médecin.

Le médecin explique que l'eau dite **thermale** **minérale**, autrement dit riche en minéraux comme **le soufre**, **le sodium** **le sulfate**, **le cuivre**, a des qualités thérapeutiques.

Les problèmes liés aux articulations sont des problèmes :

vasculaires **rhumatologiques** **phlébologiques.**

Les problèmes liés à la circulation sanguine sont des problèmes :

vasculaires **rhumatologiques** **phlébologiques.**

4. A Paradoxe

Visionnez la séquence pour corriger les propos de l'agriculteur.

A l'époque de la Révolution, il y avait trop d'eau dans les Landes.
On a planté des sapins pour absorber l'excès d'eau. On a encouragé l'irrigation. On a donc privilégié la quantité plutôt que la qualité.



5. C'est bon pour le moral !

Regardez encore une fois la séquence. Que pourrait vous conseiller le surfer s'il était médecin ? Cochez la bonne réponse.

- L'eau salée, ça fait du bien. Quand on est enrhumé, on est tout de suite guéri après un plongeon !
- Les vagues sont un médicament contre le stress !
- Si vous vous sentez fatigué, le surf peut être une cure de jouvence.

Fiche conçue par : Frédéric Brayard / Alix Creuzé



Que veut dire le surfer dans la phrase : « Ça permet de décompresser » ?

6. Travail sur la langue : hypothèse

Le surfeur dit : « Si je m'éloigne trop, je vais mal », ce qui signifie qu'il ne va pas bien quand il est loin. Complétez (☒) les hypothèses ci-dessous.

Si vous buvez un verre d'eau à jeun tous les matins ...

vous prendriez un grand risque pour votre santé.

vous en verrez très vite les bienfaits.

Si vous faisiez régulièrement une cure thermale :

vous perdrez très vite du poids.

vos problèmes de circulation seraient moins importants.

Si vous étiez venu plus souvent dans cette ville thermale :

vous auriez pu profiter des piscines d'eau chaude.

vous allez vous sentir plus jeune !

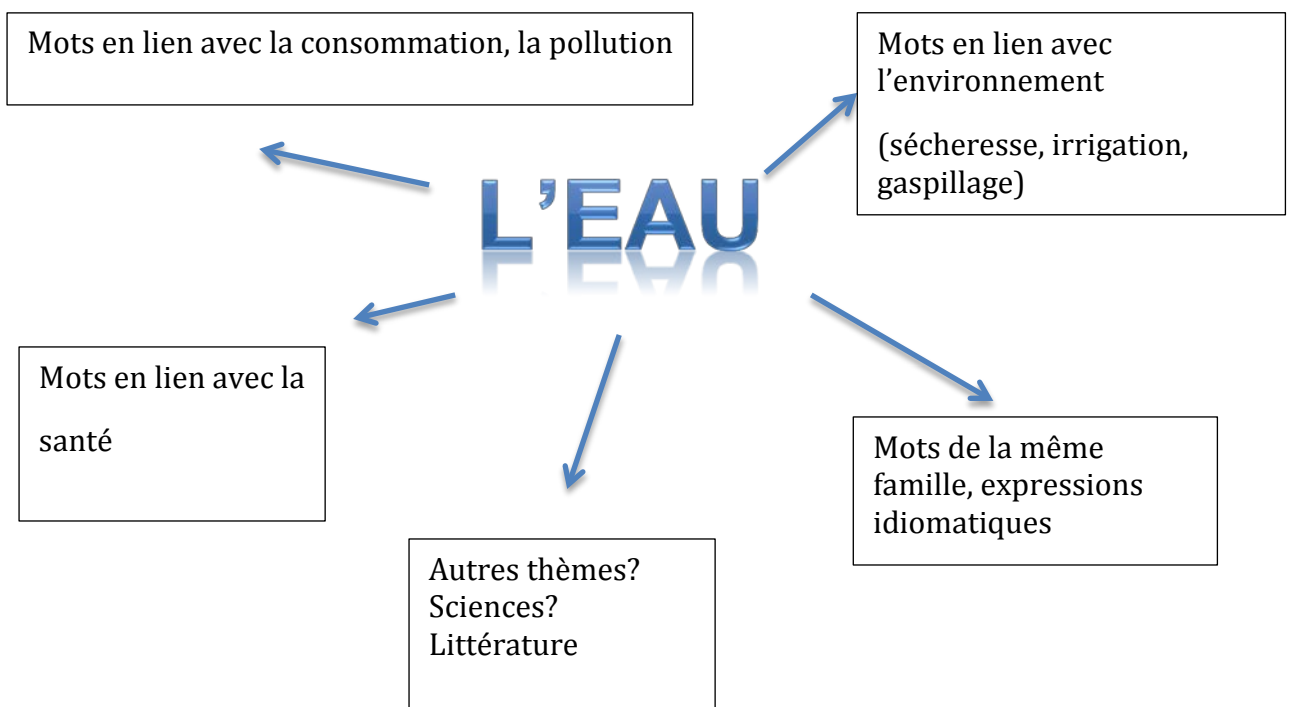


Corrigé

1. A quoi ça sert ?

Avant de visionner la séquence, notez tous les mots qui vous viennent à l'esprit sur le thème de l'eau. Classez-les par thèmes.

Proposition de thèmes, de réponses.



- | | |
|--|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> Soigner des maladies : | <input type="checkbox"/> Fabriquer de la limonade : ____ |
| <input type="checkbox"/> Aider la digestion : ____ | <input checked="" type="checkbox"/> Soulager des maux : |
| <input checked="" type="checkbox"/> Développer l'agriculture : | <input checked="" type="checkbox"/> Irriguer : |
| <input checked="" type="checkbox"/> Évacuer le stress : | <input checked="" type="checkbox"/> Décompresser : |
| <input type="checkbox"/> Arroser les jardins : ____ | <input checked="" type="checkbox"/> Loisirs : natation, surf |



2. Vertus

- | | |
|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Soigner des maladies : M | <input type="checkbox"/> Fabriquer de la limonade : ____ |
| <input type="checkbox"/> Aider la digestion : ____ | <input checked="" type="checkbox"/> Soulager des maux : M |
| <input checked="" type="checkbox"/> Développer l'agriculture : A | <input checked="" type="checkbox"/> Irriguer : A |
| <input checked="" type="checkbox"/> Evacuer le stress : S | <input checked="" type="checkbox"/> Décompresser : S |
| <input type="checkbox"/> Arroser les jardins : ____ | <input checked="" type="checkbox"/> Loisirs : natation, surf : M |

3. Bain de jouvence

a. Connaissez-vous ces termes relatifs à la santé ?

Rendez à chaque mot sa définition. Procédez par élimination et réfléchissez à ces termes dans votre propre langue. Ils sont sans doute très proches !

1. Thérapeutique -> Qui permet de soigner
2. Vasculaire -> Qui concerne les vaisseaux sanguins, qui concerne les veines
3. Rhumatologique -> Qui concerne les os, les articulations, les muscles
4. Thermal -> Relatif aux propriétés curatives de l'eau
5. Phlébologique -> Qui concerne les vaisseaux sanguins, qui concerne les veines

b. Il y a deux types de vaisseaux sanguins : les veines et les artères.

Vrai - Faux

c. Regardez la vidéo. Choisissez () les mots qui complètent son explication du médecin.

Le médecin explique que l'eau dite **thermale** **minérale**, autrement dit riche en minéraux comme **le soufre**, **le sodium** **le sulfate**, **le cuivre**, a des qualités thérapeutiques.

Les problèmes liés aux articulations sont des problèmes :

vasculaires **rhumatologiques** **phlébologiques.**

Les problèmes liés à la circulation sanguine sont des problèmes :

vasculaires **rhumatologiques** **phlébologiques.**



4. Paradoxe

A l'époque ~~de la Révolution~~, il y avait trop d'eau dans les Landes.
napoléonienne
On a planté des ~~sapins~~ pour absorber l'excès d'eau. On a
pins
encouragé l'irrigation. On a ~~donc privilégié la quantité plutôt que~~
produit et de la quantité et de
la qualité.



1. C'est bon pour le moral !

Regardez encore une fois la séquence. Que pourrait vous conseiller le surfer s'il était médecin ? Cochez la bonne réponse.

- L'eau salée, ça fait du bien. Quand on est enrhumé, on est tout de suite guéri après un plongeon !
- Les vagues sont un médicament contre le stress !**
- Si vous vous sentez fatigué, le surf peut être une cure de jouvence.

Que veut dire le surfer dans la phrase : « Ça permet de décompresser » ? **Cela permet de relâcher la tension nerveuse.**

2. Travail sur la langue : hypothèse

Le surfeur dit : « Si je m'éloigne trop, je vais mal », ce qui signifie qu'il ne va pas bien quand il est loin. Complétez (☒) les hypothèses ci-dessous.



Si vous buvez un verre d'eau à jeun tous les matins ...

- vous prendriez un grand risque pour votre santé.
- vous en verrez très vite les bienfaits.

Si vous faisiez régulièrement une cure thermale :

- vous perdrez très vite du poids.
- vos problèmes de circulation seraient moins importants.

Si vous étiez venu plus souvent dans cette ville thermale :

- vous auriez pu profiter des piscines d'eau chaude.
- vous allez vous sentir plus jeune !



Pure, claire, puissante

Pure, claire, fraîche, sans couleur et sans âme, elle est très puissante.

Stéphanie Duplantier (médecin) : L'eau en Aquitaine ne sert pas seulement à faire des... aux loisirs, au surf et à la natation, mais ça permet aussi... ça a des qualités thérapeutiques et ça permet de soigner. C'est une eau dite thermale, donc spécifique par ses qualités minérales, c'est une eau euh... donc qui est riche en min... en certains minéraux, notamment sulfate, soufre, et cætera, et qui a des qualités thérapeutiques, qui permet ainsi de soulager certains... certains maux. Plutôt... à Dax, c'est plutôt des problèmes rhumatologiques ou phlébologiques, c'est-à-dire des problèmes vasculaires.

Liquide transparent, minérale ou gazeuse, elle est présente dans la nature.

Bernard Dutournier (agriculteur) : Nous vivons un paradoxe... il y a je pense... c'était à l'époque napoléonienne, une période où nous vivions, dans les Landes, avec de... de... de l'eau en excès.... En excès puisqu'il a fallu assainir la Haute lande, que l'on appelle aujourd'hui, et y planter des pins pour absorber cet excès d'eau. L'agriculture a été encouragée, développée au travers de... d'actions euh... importantes, et notamment l'incitation à l'irrigation pour produire et de la quantité, bien sûr, mais également de la qualité pour les produits alimentaires. Donc, aujourd'hui, sans cette eau, euh... je peux en parler en connaissance de cause, je pense que de nombreux agriculteurs auraient déposé le bilan.

Glacée ou bouillante, elle existe dans l'atmosphère.

Yann Guillot (surfer) : Ma passion, c'est l'océan, d'abord, les vagues principalement, mais même quand il y a pas de vagues, ça me dérange pas. L'océan c'est important... les Landes, parce que j'y habite et parce que je peux me retrouver très vite à l'océan, parce que je peux me retrouver seul, je peux évacuer tout le stress et surtout prendre du plaisir... Euh... si je m'éloigne trop, euh... tout de suite, je vais mal, ça permet de décompresser, et dès que je me rapproche, de me retrouver seul à l'océan et c'est quelque chose d'important.