

Activité 8

Regarde cette affiche et réponds aux questions.

LA SANTÉ VIENT EN MANGEANT ET EN BOUGEANT !

LIMITER LA CONSOMMATION
sucré gras salé

De l'eau à volonté

Féculents
À CHAQUE REPAS
selon l'appétit

Fruits et légumes
au moins **5** par jour

Produits laitiers
3 ou 4
par jour

Viandes, œufs
et poissons
1 ou 2
fois par jour

BOUGER
DE 30 MINUTES
À 1 HEURE PAR JOUR

Une action menée en lien avec le Ministère de la Santé et des Solidarités, le Ministère de l'Éducation nationale, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche, l'Assurance Maladie et l'Institut National de Prévention et d'Éducation par la Santé (INPES).

Pour plus d'informations www.mangerbouger.fr

Programme National Nutrition Santé

Cette affiche a été réalisée par

- un restaurant.
- une chaîne de fast-food.
- le gouvernement.
- une école.
- une cantine.
- un club de gym.

2 Elle donne

- des conseils pour bien manger.
- des recettes de cuisine.
- l'adresse d'un site pour être en bonne santé.

D'après l'affiche, il faut manger

- des féculents.
- des légumes.
- des frites.
- des fruits.
- des laitages.
- du beurre.
- des sucreries.
- du poulet.

Il faut aussi

Dis si c'est vrai ou faux.

- Il ne faut pas manger de viande tous les jours. Vrai Faux

Activité 9

Tu cherches un restaurant pour fêter ton succès au bac avec des copains qui ont des goûts très différents.

Manon	adore le poisson et les fruits de mer. La viande lui fait horreur !
Tristan	Son rêve : partir à Pékin pour se perfectionner en chinois et découvrir la cuisine du pays.
Clémence	en a assez de la cuisine traditionnelle de sa mère.
Martin	a habité plusieurs années à Tahiti. Il adore les cuisines exotiques.
Benoît	déteste la viande et les laitages et a horreur de la cuisine traditionnelle trop lourde.
Mathilde	a un peu grossi cette année et veut un restaurant où la cuisine minceur est privilégiée.
Toi	Tu aimes tout mais tu n'as pas beaucoup d'argent.

1

Lis les annonces, puis complète le tableau pour t'aider à choisir.

Compréhension écrite

Restaurant 1



La victoire suprême du cœur

De loin le meilleur restaurant végétarien de Paris. On est loin de l'assiette de crudités et de céréales toute bête. Ici on vous prépare des plats raffinés et originaux à base de produits frais, sains et très appétissants.

Menu : Terrine de champignons et sa confiture d'oignons, soupe de courgettes à la coriandre, tagliatelles de légumes crus, risotto aux asperges, fromage blanc de soja et framboises.

Restaurant 2



Brasserie Flo

Excellente cuisine traditionnelle. On a envie de tout goûter mais attention à la note salée et aux kilos !

Menu : Foie gras maison, fricassée de champignons, potage de potiron et marrons, saumon d'Écosse mariné à l'aneth, filet de bœuf, gratin dauphinois, baba au rhum.

Restaurant 3



Ile Maurice

Ici on vous sert des plats typiques des îles comme le rougail au poisson, les beignets de morue, le poulpe mariné au curry. Un délice !

Les portions ne sont pas très grosses mais on sort de table rassasiés. Une bonne adresse pas chère.

Restaurant 4



Chez Vong

Sans la moindre hésitation, c'est l'un des meilleurs restaurants de cuisine chinoise à Paris. Le canard laqué est remarquable ! On vient savourer la soupe de crevettes, le potage pékinois, les bouchées à la vapeur, le porc aigre-doux.

Restaurant 5



La salle à manger

Adorable petit resto de la rue Mouffetard pour les amoureux de la verdure. Les salades sont toutes fraîches, bien garnies et tous les ingrédients ont des goûts extra. L'accueil est très sympa.

Restaurant 6



Le phénix d'Asie

Tout est bon dans ce sympathique restaurant où l'accueil est d'une gentillesse incroyable ! La spécialité : la fondue au bouillon parfumé servie avec poissons, crevettes, coquilles Saint-Jacques. On sort de table l'estomac et le portefeuille légers !

	Cuisine traditionnelle	Cuisine légère	Cuisine asiatique	Cuisine végétarienne	Poissons et fruits de mer	Cuisine exotique	Cuisine pas chère
Resto 1							
Resto 2							
Resto 3							
Resto 4							
Resto 5							
Resto 6							

Quels restaurants pour qui ? Écris le numéro des restaurants.

Manon	
Tristan	
Clémence	
Martin	
Benoît	
Mathilde	
Toi	

Quel restaurant vas-tu choisir pour faire plaisir à tout le monde ?

Activité 10

Tu as trouvé ce document sur Internet. Lis-le, puis réponds aux questions.



Secteur géographique : Côte mer
Activité : Animation

Offre d'emploi

Pour opération street-marketing le 19 septembre à Marseille, nous recherchons des animateurs.

Profil : Nous recherchons des jeunes hommes ayant une forte personnalité. Personnes motivées, souriantes et dynamiques.

Une bonne présentation et le goût du contact sont de rigueur. Timides s'abstenir !

Mission : Diffusion de brochures publicitaires, de cadeaux et animations...

ÊTRE IMPÉRATIVEMENT LIBRE le 19 septembre 2009 de 10h à 19h.
 Les entretiens auront lieu les 10 et 11 septembre.

SI VOUS CORRESPONDEZ AUX CRITÈRES : veuillez nous envoyer vos C.V., photos et lettre par email (street@dontsleep.fr) ou courrier (Don't Sleep - 134, rue de Rome - 13006 Marseille).

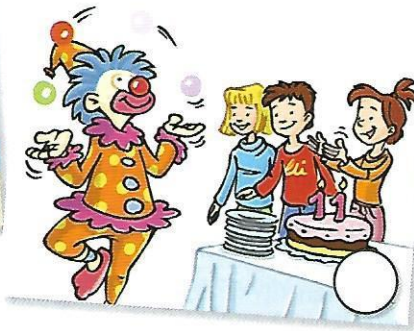
De quel type de document s'agit-il ?

2) Que propose-t-on dans ce document ?

- Un petit boulot.
- Un job d'été.

- Un emploi stable.
- Un métier de rêve.

3) Quel type de travail est proposé ? Coche le bon dessin.



4) Où aura-t-il lieu ?

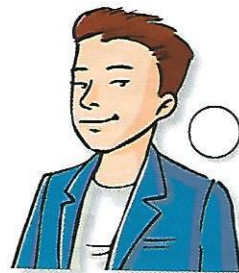
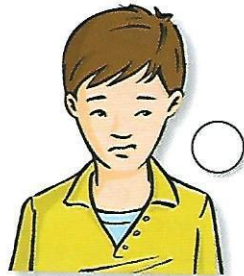
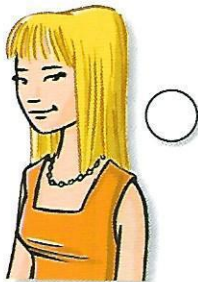
- Dans un club de vacances.
- Dans un hôtel au bord de la mer.

- À Marseille.
- Dans la rue.

5) Quand aura-t-il lieu exactement ?

.....

6) Quel est le profil demandé ? Coche le bon dessin.



7) Si on est intéressé, on peut

- envoyer une lettre par la poste.
- téléphoner.

- envoyer un mail.
- aller directement à l'entretien.