

Entraînement à l'exposé oral

Exposé : Les bienfaits de l'art sur la santé

Corrections et précisions (1)

Un chenil

Le potentiel thérapeutique de l'art

Des pratiques para-médicales

Les médecines douces, les médecines alternatives (l'acupuncture, la sophrologie, etc.)

Dans le passé, autrefois, jadis...

Améliorer l'humeur et le moral des gens

De plus (→ « s » sonore)

En ~~autre~~ outre

~~Pour~~ En ce qui concerne

La lecture me permet de passer le temps.

S'évader → la lecture me permet de m'évader.

Apaiser → jouer du piano m'apaise.

Quand je vais marcher ou quand je conduis, j'écoute de la musique.

La sophrologie : est une technique de relaxation, qui mêle yoga et méditation. Elle s'intéresse à la conscience humaine et vise à trouver un équilibre entre les émotions, les pensées et les comportements, mais aussi à optimiser ses possibilités et vaincre ses angoisses.

Pour en savoir plus :

La sophrologie : définition, bienfaits et rôle du sophrologue

Sofrologia: cos'è e come praticarla

Entraînement à l'exposé oral. Texte : *Éloge de la simplicité volontaire.*

Unité 4. Consommer responsable. Leçon 3 – S'impliquer, page 104

©Méthode de français Tendances C1/C2, CLE International, 2019.

Il s'agit d'un article publié dans le *Huffington Post Québec*. Le thème principal de ce texte est l'art du lâcher-prise. Il s'agit pour l'auteur de faire part de sa réflexion sur le stress vécu au quotidien, ses effets néfastes et, surtout, sur comment vivre sans aller contre le déroulement naturel des choses.

Il explique d'abord sa contemplation du quotidien et les actions qu'il a prises pour se distancier de l'esprit de consommation, puis l'élément déclencheur de sa réflexion (la conversation avec une vieille dame) et finalement sa position aujourd'hui (« Je suis devenu minimaliste »).

Son objectif semble être d'amener le lecteur à réfléchir à son tour à la question, avec l'intention de convaincre d'adhérer au lâcher-prise également.

Corrections et précisions (2)

~~Faire~~ Mener une réflexion

~~Faire~~ Donner un exemple

Se plaindre, se lamenter de...

Le sens (→ « s » sonore) de la vie

Une dame âgée, une femme d'un certain âge

Des produits de beauté, il est difficile de ne pas en acheter. → (de) ne pas + infinitif.

Pour jeudi 17 avril 2025, préparez un exposé complet sur l'un des textes vus pendant les cours.