FLE
NIVEAU 5
Semestre 1

LA PRISE DE NOTES

UNIVERSITÉ PARIS 1
PANTHÉON SORBONNE
DÉPARTEMENT DES LANGUES

INFORMATIONS PRATIQUES

Informations pratiques Déroulement du semestre

13 semaines de cours :
Début des cours du 1er semestre : le 14 septembre 2026
Fin du 1er semestre : le vendredi 18 décembre 2026

SEMAINE de lecture (= pas de cours cette semaine-là) : du 24 octobre au 1er novembre 2026

Le partiel aura lieu **le mercredi 16 décembre** à l'horaire habituel du TD (même salle)

HORAIRE DES COURS :

FLE N5 : TD04 mercredi 14h-15h30 Salle 146 Centre La Chapelle

Pour contacter votre professeur : Severine.Malandrin@univ-paris1.fr

MODALITÉS D'EVALUATION DU CONTRÔLE CONTINU

Contrôle continu 50% sur la note totale	- - Au minimum 2 évaluations au cours du semestre (écrit, oral). - Participation orale, investissement en cours et travail personnel sont pris en compte. **Les absences aux devoirs sur table doivent être justifiées.**
Partiel 50% de la note totale Durée : 1h30	Le **mercredi 16 décembre** (même horaire et salle que le TD) **Le partiel portera sur :** Le dernier point vu en cours

Retards et absences : L'assiduité et la ponctualité sont indispensables pour une progression régulière et pour le bon déroulement du TD.

Vous serez considéré(e)s comme défaillant(e)s si vous comptabilisez **3 absences et plus**. Toute absence **doit être justifiée** auprès de l'enseignante.

ESPACE PÉDAGOGIQUE INTERACTIF (EPI) : La clé pour entrer sur l'EPI est **FLEN5** (puis FLE N5 Séverine Malandrin)

L'EPI est un complément incontournable du cours pour prendre connaissance du travail fait en cours et à faire pour la fois suivante, pour avoir accès au corrigé des activités faites en cours ; pour compléter vos prises de notes en cours ; pour vous entraîner à l'aide d'exercices et d'activités complémentaires ; pour aller plus loin.

LA PRISE DE NOTES

Objectif de la prise de notes

- garder une trace écrite d'un message oral ou écrit (fiche, mémo...)

- notes réutilisées pour fiches de lecture, comptes-rendus, synthèse de documents...

Quand ?

– des consignes de travail transmises oralement par un supérieur hiérarchique (le responsable de service), un enseignant
– des messages téléphoniques (appel d'un correspondant ou message laissé sur le répondeur) ;
– des points importants abordés en réunion, en cours.

- lecture d'ouvrages ou d'articles

Types de message

– des messages courts en vue de rendre compte par écrit ou d'exécuter une tâche ciblée ; prise en notes de consigne, demande de renseignements, appels téléphoniques, messages sur répondeur, de propos tenus lors d'un entretien.

– des messages longs et structurés pour retenir les informations essentielles d'un exposé oral et rédiger un compte rendu écrit.

Ex : prise de notes lors de réunions, de conférences, d'exposés.

Supports papier, électroniques, fiches (ex : fiche téléphonique)

Pour un support papier prévoir suffisamment de feuilles

- n'utiliser que le recto de la feuille

- numéroter et dater les feuilles

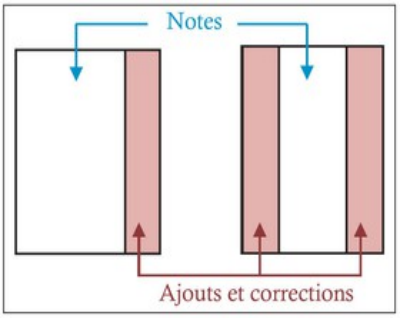
- utiliser des codes couleurs

Organisation de la prise de note

Organiser une fiche de notes consiste à :

– noter ce qui permet d'identifier le message (émetteur, date, sujet, etc.)

– aérer la disposition : laisser une marge assez grande pour faire des ajouts ou des corrections (voir exemple ci-dessous)



– structurer les informations notées : alinéa (retrait), énumérations (utiliser des signes d'énumération : chiffres, lettres, tirets), etc.

– séparer les idées par des lignes blanches.

- mettre en évidence les titres, les souligner

- souligner les mots clés

- encadrer les définitions

Se préparer à la prise de notes

- être concentré

- disposer d'une bonne qualité d'écoute et d'attention

- distinguer l'information essentielle de l'information accessoire

- utiliser les silences pour compléter la prise de notes et écrire les ajouts ou corrections dans la marge.

Méthodes de prise de notes

- méthode pré-cadrée (normée) sur documents (supports pré-imprimés : fiche téléphonique, compte-rendu d'accident, tableaux divers). C

- méthode linéaire) : noter tout ce qui se dit dans l'ordre de présentation des informations.

- méthode structurée : ordonner les idées selon une structure numérotée (titres, sous-titres) en les présentant sous forme d'énumération afin de visualiser clairement le plan.

- surligner les liens logiques pour dégager la structure du texte

-repérer les mots et phrases-clés

ex : compte-rendu.

- méthode arborescente

pour faire apparaître les liens entre les différentes idées

Techniques de prise de notes

- procédés de réduction :

utiliser abréviations, graphismes, sigles, acronymes, supprimer articles, verbes, nominalisation, symboles

supprimer les commentaires

Signes et symboles				Abréviations			
♂	Homme, masculin	Ø	Aucun, rien	Tjs	Toujours	Càd	C'est-à-dire
♀	Femme, féminin	&	Entreprise	Js	Jamais	Ns / vs	Nous / vous
≈	Environ	= / ≠	Est égal à / est différent de	Bcp	Beaucoup	Qq	Quelque
↗ ↘	Augmentation / diminution	> <	Supérieur à / inférieur à	Ts / tt	Tous / tout	Qqchose	Quelque chose
∑	Somme	+	S'ajoute	Qd	Quand	ê	Être

Remarque : les terminaisons en « tion » s'abrègent par « t° » et les terminaisons en « ment » s'abrègent par « mt ».

Les symboles

□	Augmentation	□	Diminution
□	Cause	□	Conséquence
□	Lié à	!	Attention
+	Plus/et	-	Moins
/	divisé/par	□	Croissance
X	Multiplié	□	Appartient à
>	Supérieur	<	Inférieur
Rq	remarque	Intro	introduction
m	même	î	intérêt
pr	pour	ds	dans
Hô	homme	fe	Femme
nbre	nombre		

Certains mots se terminant par « ement » ou « tion » peuvent s'abréger très facilement

Ex : gvt gouvernement , révol révolution

Omission de lettres dans un mot

□ Suppression de OU.

Ex : Nous : ns / vous : vs / pour : pr / vouloir : vloir / pouvoir : pvoir / souligner : sligner / tout : tt / jour : jr / toujours : tjrs.

□ Suppression des sons nasalisés : ON - AN - EN.

Ex : Avant : avt / dont : dt / donc : dc / comme : co / comment : co / sans : ss / sont : st / font : ft / temps : tps / long : lg / longtemps : lgtps .

6

Omission de toutes les voyelles (et parfois de quelques consonnes) d'un mot

Ex : même : m / développement : dvlpt / problème : pb / rendez-vous : r.d.v. / gouvernement : gvt / mouvement : mvt / nombreux : nbx / nouveau : nv / parce que : pcq / parfois : pfs / quelqu'un : qqn / quelque : qq / quelque chose : qqch.

Utilisation de quelques symboles :

Ex : "Et" : & / "un, une" : 1 / "paragraphe" : § / " travail" : W / "mort" : † / "plus" : + / "moins" : - / "venir de, avoir pour origine, pour cause" : < / "avoir pour conséquence, entraîner" : > / être : = / "Dieu" : le delta grec / "homme, femme" : les symboles utilisés en biologie / "aucun, rien, absent, ne pas" : ø (ensemble vide) / Le double slash (//) pour : "parallèlement à, par rapport à"...

Signes pour préfixes ou suffixes : penser au lettres doubles de l'alphabet grec : le phi pour "ph" ; le chi pour "ch" ; le psi pour "psy".
Pour "-tion" : t°.

Conseils

- **Rester clair et précis**
- **Restituer le message de façon lisible et concise**
- **Vérifier si le message est compréhensible**
- **Soigner la présentation**
- **Défauts à éviter : vouloir tout noter ou noter que le plan**
- **Relire ses notes le plus tôt possible après les cours pour que la mémoire auditive puisse encore jouer son rôle**
- **Résumer l'essentiel, vérifier l'orthographe, les définitions, le sens des mots nouveaux**
- **Repérer ce qui n'a pas été compris pour poser des questions au professeur avant le devoir ou le contrôle**

Quelques abréviations et symboles couramment utilisés.

adj	adjectif	mn	minute
ap.m	Après midi	moy	moyenne
arg	argument	ms	mais
auj	aujourd'hui	mt	moyen terme ou maintenant
avt	avant	mvt	mouvement
bcq	beaucoup	mx	mieux
bx arts	beaux arts	n°	numéro
biog	biographie	nat.	nature
bgeois	bourgeois	nb	nombre
ĉ	comme	nbx	nombreux
c.à.d.	c'est à dire	nf	neuf
ccl	conclusion	nec	nécessaire
cert	certain	nrj	énergie
Cf.	confer, voir	ns	nous
ch	chose	nveau	nouveau
chap.	chapitre	nvelle	nouvelle
chq	chaque	obs	observation
C^{ie}	compagnie	p.	page
coef	coefficient	pb	problème
conn	connaître	pbématiq	problématique
cpdt	cependant	pcq	parce que
ct	comment	pct	ponctuation
cx	ceux	pdt	pendant
dc	donc	pê	peut être
déf	définition	pédag	pédagogie
de nv	de nouveau	pers	personne
difft	différent	persp	perspective
doc	document	pex	par exemple
dpt	développant	pfois	parfois
dper	développer	pft	parfait
ds	dans	pftemt	parfaitement

dt	dont	pge	personnage
dvt	devant	pol	politique
dvp	développement	pop	population
ê	être	pq	pourquoi
élt	élément	pr	pour
enft	enfant	prép	préposition
en m tps	en même temps	prog	programme
ens	ensemble	pst	présent
env	environ	pt	point ou petit
éval	évaluation	pt de vue	point de vue
évt	évènement	qd	quand
ex	exemple	qe ou qq	quelque
f	faire	qn	quelqu'un
f la g	faire la guerre	qqch	quelque chose
fem	femme	qqf	quelque fois
fr	français	qqns	quelques uns
ft	fait	rapidt	rapidement
fx	faux	rge	rouge
G^{al}	général	rpt	rapport
gr	grand	RV	rendez-vous
gpe	groupe	sc	science
gram	grammaire	sd	second
gvt	gouvernement	sec	seconde
h	homme	séq	séquence
hab.	habitant	sf	sauf
hre	heure	slt	seulement
hist	histoire	sol	solution
ht	haut	sq	séquentes (et pages suivantes)
hyp.	hypothèse	srtt	surtout
ibid.	ibidem (ds le même livre)	ss	sans ou sous
id.	idem (la même chose)	ss dte	sans doute
i-e	id est (c'est à dire)	st	sont ou saint

imp.	important	sup	supérieur
infr	inférieur	svt	souvent
int.	intérieur	syl.	syllabe
intro.	introduction	syst	système
j.f.	jeune femme	t°	température
j.h.	jeune homme	tél	téléphone
jnal	journal	tellt	tellement
jr	jour	th	thèse
js	jamais	tjrs	toujours
la + part	la plus part	tps	temps
laq	laquelle	trad	traduction
le + gd	le plus grand	tt	tout
lect	lecture	ts	tous
leq	lequel	tte	toute
lesq	lesquels	ttes	toutes
lexiq	lexique	tt le m	tout le monde
lg	long ou langue	v.	vers
lgtps	longtemps	10 vac.	vacances
litt	littéraire	voc	vocabulaire
log	logique	vte	volonté
lsq	lorsque	vs	versus (opposé à)
lt	long terme	vx	vieux
m	même	w	work (travail)
mceau	morceau	wer	travailler
mcx choisis	morceaux choisis	Xst	christ

PRENDRE DES NOTES

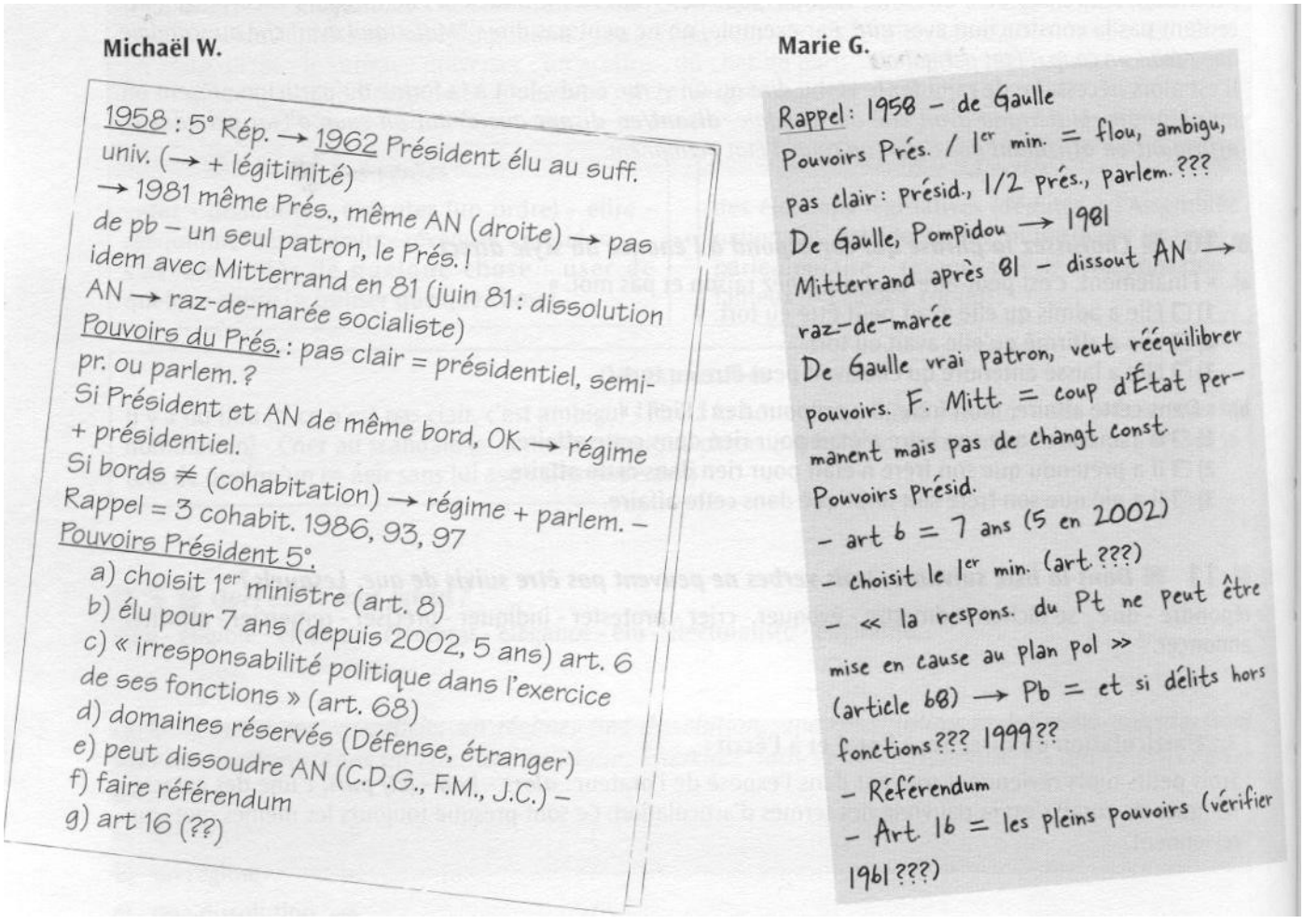
a. Comparez les deux phrases suivantes et relevez les différents procédés de réduction (signes, suppression des articles, de certains verbes, abréviations, nominalisation…).

On constate une amélioration du patrimoine scolaire. En 2006 on a attribué deux millions d'euros pour la construction de sept nouvelles écoles et d'un collège. Quarante établissements ont été rénovés et on a créé huit cent cinquante places dans les crèches.

amélioratiot° patrimoine scolaire. 2006, 2 millions euros pour construct° 7 nouvlles écoles et un collège. 40 établts rénovés. 850 places en crèche.

Pouvez-vous encore améliorer la réduction de ce paragraphe ?

b. Voici deux exemples de notes prises par deux étudiants sur l'extrait d'un cours de droit.



Michaël W.

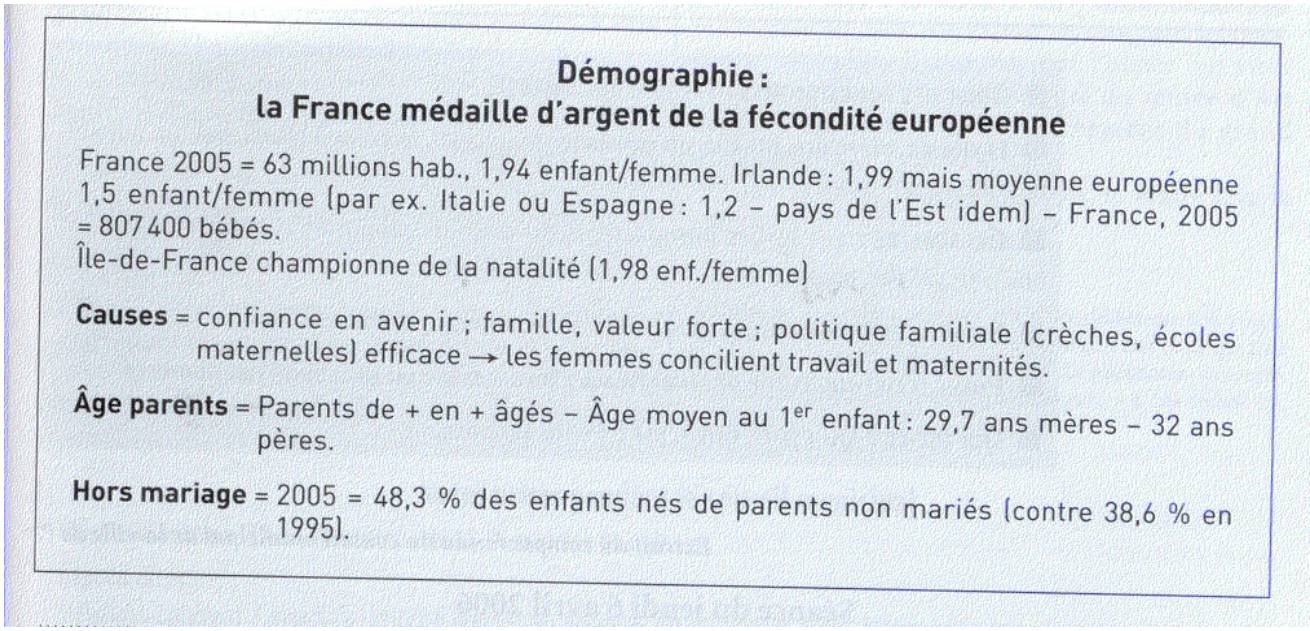
1958 : 5° Rép. → 1962 Président élu au suff. univ. (→ + légitimité)
→ 1981 même Prés., même AN (droite) → pas de pb – un seul patron, le Prés.!
idem avec Mitterrand en 81 (juin 81 : dissolution AN → raz-de-marée socialiste)
Pouvoirs du Prés. : pas clair = présidentiel, semi-pr. ou parlem. ?
Si Président et AN de même bord, OK → régime + présidentiel.
Si bords ≠ (cohabitation) → régime + parlem. –
Rappel = 3 cohabit. 1986, 93, 97
Pouvoirs Président 5°.
a) choisit 1er ministre (art. 8)
b) élu pour 7 ans (depuis 2002, 5 ans) art. 6
c) « irresponsabilité politique dans l'exercice de ses fonctions » (art. 68)
d) domaines réservés (Défense, étranger)
e) peut dissoudre AN (C.D.G., F.M., J.C.) –
f) faire référendum
g) art 16 (??)

Marie G.

Rappel : 1958 – de Gaulle
Pouvoirs Prés. / 1er min. = flou, ambigu, pas clair : présid., 1/2 prés., parlem. ???
De Gaulle, Pompidou → 1981
Mitterrand après 81 – dissout AN → raz-de-marée
De Gaulle vrai patron, veut rééquilibrer pouvoirs. F. Mitt. = coup d'État permanent mais pas de changt const.
Pouvoirs présid.
– art 6 = 7 ans (5 en 2002)
– choisit le 1er min. (art ???)
– « la respons. du Pt ne peut être mise en cause au plan pol »
(article 68) → Pb = et si délits hors fonctions ??? 1999 ??
– Référendum
– Art. 16 = les pleins pouvoirs (vérifier 1961 ???)

c. Choisissez la prise de notes qui vous semble la meilleure et justifiez votre choix.

d. A partir des notes suivantes rédigez un texte construit.



Démographie :
la France médaille d'argent de la fécondité européenne

France 2005 = 63 millions hab., 1,94 enfant/femme. Irlande : 1,99 mais moyenne européenne 1,5 enfant/femme (par ex. Italie ou Espagne : 1,2 – pays de l'Est idem) – France, 2005 = 807 400 bébés.
Île-de-France championne de la natalité (1,98 enf./femme)

Causes = confiance en avenir ; famille, valeur forte ; politique familiale (crèches, écoles maternelles) efficace → les femmes concilient travail et maternités.

Âge parents = Parents de + en + âgés – Âge moyen au 1er enfant : 29,7 ans mères – 32 ans pères.

Hors mariage = 2005 = 48,3 % des enfants nés de parents non mariés (contre 38,6 % en 1995).

e. <u>Lisez le texte et surlignez les éléments qui ont été repris dans le compte-rendu.</u>

Séance du jeudi 6 avril 2006

La séance est ouverte à 9 heures sous la présidence de Monsieur le Maire. L'ordre du jour[1] porte sur la discussion du budget.

– Le maire souligne tout d'abord la cohérence parfaite entre le budget et les objectifs programmés.

– Ainsi, il montre que, dans le budget, priorité a été donnée au social, qui représente à lui seul le quart du budget total. À ce propos, il critique violemment les élus de l'opposition qui ont refusé de réaliser un programme de logements sociaux dans leurs arrondissements. Il affirme que la Ville pour sa part est bien décidée à développer un programme comportant la construction de 50 % de logements sociaux et étudiants. De plus, il confirme que cinquante millions d'euros seront consacrés à la lutte contre l'insalubrité[2].

– L'orateur se réjouit d'annoncer que le budget attribué à l'intégration des personnes handicapées a été multiplié par dix depuis les cinq dernières années.

– Il évoque ensuite les nombreuses créations d'entreprise intervenues au cours de l'année écoulée. À cela s'ajoute une baisse très nette du chômage.

– Le maire en vient au patrimoine[3] scolaire, qui a bénéficié d'un effort considérable de la part de la collectivité. En 2006, on construira sept nouvelles écoles et un collège, sans oublier les travaux de rénovation menés dans plus de quarante établissements et les huit cent cinquante places de crèche mises à la disposition des parents.

– Puis il passe en revue tous les nouveaux équipements dont disposeront les habitants de la ville : une patinoire, une piscine et près de 9 hectares d'espaces verts. Il mentionne également une augmentation de 19 % du budget de la propreté. Il note à ce propos des améliorations très nettes. La Ville va acheter de nouveaux véhicules « propres » et la collecte des déchets[4] à recycler sera bihebdomadaire.

– L'orateur termine son exposé en évoquant les questions culturelles. Il annonce que l'année qui vient sera marquée par la réouverture du musée d'Art moderne ainsi que par l'achèvement du grand amphithéâtre de l'université.

Sur ces prévisions favorables, M. le Maire lève la séance.

1. Ordre du jour : sujets dont une assemblée délibérante doit s'occuper dans un certain ordre. – 2. L'insalubrité (f.) : état de ce qui n'est pas favorable à la santé de l'homme. – 3. Le patrimoine : propriété, bien transmis par les ancêtres, les prédécesseurs. – 4. Les déchets (m. pl.) : ordures, détritus.

Notes prises pendant le conseil municipal

Séance ouverte à 9 h ss présidence du M. Discussion budgétaire.

Exposé du M. :

- *Budget cohérent / objectifs : priorité donnée au social* = 1/4 *du budget total. Nbses critiques adressées élus opposit : refusent toute réalisat° logts sociaux dans lrs arrondissemts. Dvpt d'un programme intégrant 50 % de logts sociaux et étudts. 50 millions d'euros contre insalubrité en 2006.*
- *Budget consacré à intégrat° des personnes handicapées* × *par 10 depuis 2001.*
- *Créat° d'entrs ↗, chômage ↘.*
- *Améliorat° patrimoine scolaire ; 2006, construct° de 7 nouvlles écoles et d'un collège. 40 établts rénovés. 850 places en crèche.*
- *Mise à disposit° hab. de la ville de nvx équpts. : patinoire, piscine et ouverture* ± *9 ha d'espaces verts. Budget propreté en ↗ de 19 %, depuis 2001. Achat de nvx véhicules « propres » et collecte bihebdomadaire des déchets à recycler.*
- *Culture : rénovat° et réouverture du musée d'Art mod.* + *achèvt du gd amphi université.*

Dans la prise de notes :

- *on supprime souvent les voyelles :* **Nbx = nombreux ; *les nasales* : dt = dont**
- *on remplace le suffixe -tion par t° :* **opposit° = opposition**
- *on utilise des signes particuliers :*
  - ↘ = diminue, descend, en baisse
  - ↗ = augmente, monte, en hausse
  - / = par rapport à
  - ≠ = différent
  - × = multiplié…
  - ± = plus ou moins, environ
  - > = supérieur à, vaut mieux que
  - < = inférieur à, vaut moins que
  - ∈ = fait partie de, appartient à
  - ∉ = ne fait pas partie de, est étranger à
  - ≈ = n'est pas tout à fait pareil à

TRAVAIL A LA MAISON

LIRE UNE ENQUÊTE

Enquête

L'étude montre que le mouvement d'expatriation s'accélère. La population des Français établis à l'étranger est estimée de 1,5 à 2 millions de personnes. « Qualifiée et active », elle a augmenté de « 3 % à 4 % par an au cours des dix dernières années (soit environ de 60 000 à 80 000 personnes par an). » Dans le même temps, la population française croissait de 0,6 % en moyenne.

[...]

Par ailleurs, les expatriés sont moins pressés de rentrer. De 2005 à 2013, la part de ceux qui envisagent un séjour supérieur à dix ans est passée de 27 % à 38 %, relève la CCIP* en citant une étude de Mondissimo, un site Internet consacré à l'expatriation. Le baromètre Deloitte montre, lui, que 28 % des jeunes diplômés envisagent une expatriation à vie. *« C'est une vraie préoccupation »*, assure Jean-Marc Mickeler. Le directeur des ressources humaines de Deloitte rappelle que le baromètre précédent avait montré un doublement de la part des jeunes diplômés qui voient leur avenir professionnel à l'étranger : 27 %, contre 13 % en 2012.



* *Chambre de commerce et d'industrie de région Paris-Île-de-France.*

Benoît Floc'h, *Le Monde*, 10 mars 2014.

extrait de Edito B2 ed 2015

1. Lisez l'enquête et donnez-lui un titre.
2. Quel est le thème de cette étude ?
3. Quel résumé pouvez-vous en faire ?
4. Quelle est la tonalité de cet article ?
5. Relevez les expressions utilisées pour présenter et commenter ces données chiffrées
6. Vocabulaire : que signifient :

a- expatriation

b. s'accélérer

c. la population active

d. envisager

e. un baromètre

COMMENTER DES DONNÉES CHIFFRÉES

SITUER LA SOURCE D'UN DOCUMENT CHIFFRE

- La dernière enquête sur les valeurs des Français peut aider à comprendre.
- Les derniers chiffres concernant les seniors ne sont guère (pas très) réjouissants.
- A la une du *JDD,* ce matin, un sondage sur les Français et le travail le dimanche...

COMMENTER UN TABLEAU

- Ces données / statistiques font apparaître que …
- L'étude montre / indique que …
- Ce tableau montre / indique que ...

INDIQUER UN NOMBRE

- Le nombre (total) des chômeurs est de 4 millions.
- Le chiffre du chômage s'élève à 10 % de la population active.
- Le déficit / l'excédent budgétaire se monte à 20 milliards d'euros.
- Le total / la somme représente…
- 28 % des jeunes diplômés envisagent de partir.
- La population est estimée à 2 millions de personnes.
- La France compte aujourd'hui 20 millions de plus de 50 ans.
- C'est une situation qui touche entre 1 et 4 millions de personnes en France.

INDIQUER UNE QUANTITE

- Plus / Moins de 30 % des citadins pensent que…
- Un grand nombre de Marseillais estiment que …
- Le double / le triple de …
- Le baromètre précédent avait montré un doublement de la population.
- Si on additionne les revenus de 2013 et ceux de 2014 ont obtient…
- Le nombre de demandeurs d'emplois de moins de 25 ans a bondi de 57 % en un an.
- Près de 60 % des enquêtés
- Si on additionne les aides versées aux demandeurs d'emploi en 2018 et 2019, on obtient...

INDIQUER UNE FRACTION

- La part de impôts indirects s'est accrue.
- Les proportions sont respectivement de 27 % et 16 %.
- La moitié / Le tiers / Le quart / Un cinquième de Français prend le train.
- Les deux tiers / Les trois quarts des Franciliens ont une voiture.
- Ces voyages représentent 16 % de l'ensemble.
- Plus d'un tiers des Européens, soit 80 millions,…

INDIQUER UNE MAJORITE OU UNE MINORITE

- La plupart des citadins prennent les transports en commun.
- La place de la voiture est majoritaire / prépondérante, celle du vélo minoritaire.
- Ce reflux n'affecte pas les enquêtés de façon égale.
- La faible représentativité des plaignants.
- C'est une infime minorité.
- Une montée en puissance de la valeur du travail.
- La France figure ainsi dans les peloton de queue des pays européens pour le taux d'emploi des seniors.

POUR MODULER UN CHIFFRE

- Environ / approximativement un quart / prés de / presque la moitié / quasiment la moitié

POUR COMPARER

- Par rapport à 2018, la situation de 2019…
- L'écart entre le chiffre officiel et le nombre réel est important / considérable.
- La différence est minime / faible / négligeable.
- La part du train est deux fois plus importante dans les voyages professionnels.
- Les Français sont de plus en plus nombreux à soutenir que travailler constitue une obligation sociale.
- L'impact des 50 ans est de plus en plus important.
- Le nombre de salariés est deux fois plus important dans cette entreprise.

COMMENTER DES DONNÉES CHIFFRÉES

Exercices

1. **Complétez le paragraphe avec les mots de la liste suivante. Faites les accords nécessaires :**

écart – environ – important – indiquer – par rapport à – prépondérant – proportion –

représenter – soit – tiers

Plus d'un _____ des voyages (35%) se font dans la journée, _____ 66 millions d'allers-retours. Ils _____ 16 % de l'ensemble du kilométrage parcouru. _____ 2005, la progression est très _____ . Ces statistiques _____ d'autre part que la voiture occupe une place _____ lors des voyages pour motif privé, loin devant le train. Les _____ sont respectivement de 75 % pour la voiture et de 13 % _____ pour le train, soit un _____ de 62 %.

2. Complétez le paragraphe avec les mots de la liste suivante. Faites les accords nécessaires :

baisse - entre - évoluer - multiplier - passer - privilégier - progresser - proportion - taux - tiers

Pendant 40 ans, _____de Français qui partent en vacances a _____régulièrement chaque année. Elle est _____ de 43 à 65 %. La génération née _____ 1940 et 1944 est la première à connaître un _____de départ supérieur à 60%

Récemment la situation a légèrement _____ et nous assistons à une _____ des départs. De même, pour des raisons d'économies, près d'un _____ des vacanciers (31%) _____les séjours en famille et, depuis quelques années, les séjours en camping _____ .

3. Complétez le paragraphe avec les mots de la liste suivante. Faites les accords nécessaires :

sondage - une majorité - les trois quarts - la moitié - une faible minorité - la plupart - un quart - moins de

Les Français n'ont pas d'illusions sur l'importance de la crise financière.

D'après un _____ , _____ (75%) des personnes sondées prédisent une longue période de récession. Seul _____ (25%) d'entre elles considèrent qu'elle durera moins d'un an.

Du point de vue de l'emploi d'abord : _____ des personnes (50%) pensent que la crise va avoir un impact "très important" dans ce domaine.

_____ de Français (55%) s'inquiètent des conséquences de la crise sur le déficit et la dette publique.

Leur sort personnel inquiète moins les Français que leur avenir collectif. Si 77% des personnes interrogées se disent inquiètes, seules 19% se sentent réellement concernées par la crise.

Concernant l'épargne, la crise n'entraîne pas de changement en profondeur : 15% des Français déclarent qu'ils mettront _____ argent de côté en raison de la crise mais 6%, _____ , affirme qu'ils ne changeront rien en la matière.

En conclusion, Réponse (51%) des Français ont confiance en leur dirigeants, mais pas dans l'efficacité des mesures prises.

TRAVAIL A LA MAISON

Exercices sur la prise de notes

Exercice 1 : utiliser des abréviations

Notez les phrases suivantes en style télégraphique, en utilisant des abréviations, signes, dessins, symboles, de manière à ne conserver que l'essentiel :

a - Victor Hugo est né en 1802 et mort en 1885.

b - La population mondiale a considérablement augmenté ces cinquante dernières années, ce qui a provoqué des crises économiques graves.

c - Contrairement aux prévisions, le pourcentage croissant à la télévision de publicités pour les médicaments n'a pas entraîné de consommation plus grande de ces produits

d - Malgré l'apparition de la radio, de la télévision et des moyens de communication modernes, le nombre de livres qui paraissent chaque année est actuellement bien supérieur à celui du siècle dernier.

Exercice 2 : comprendre un texte en notes

Récrivez entièrement, en rédigeant tout, ce texte qui vous est donné en abrégé :

1 nouvT : le châle

Arrivé Fr. < Angl. 1ère orthogr = shall. Importé ds Directoire / Cie Indes gd succès, très vite répandu. Les + appréciés Cachemire, fts avec poils chèvre = "pushm" noms pop "pushmina", très chers. /s Napol créaq manufact gde producq ? genres et ? qlT très mode. Tte fm de qlT dt savoir maniemt châle, se distingue cõ cela de fm pop. Réalisq dessins de + en + complexes perfecqmt machines surtt Jacquard XIXe s. (extraits de *L'Histoire du vêtement*, 1991).

ANALYSER UN TEXTE



Les Français aiment toujours les enfants

En 2014, le taux de fécondité est remonté au-delà de deux enfants par femme en France. Une famille sur cinq compte au moins trois enfants.

Les fabricants de couches sont heureux : 820 000 enfants sont nés en France en 2014, selon l'Insee. C'est un peu plus qu'en 2013, alors que le nombre de nouveau-nés étaient en recul depuis 2010. Le niveau des naissances résulte de la combinaison de deux tendances opposées. D'une part, le nombre de femmes en âge de procréer continue à diminuer. D'autre part, l'indicateur conjoncturel de fécondité est légèrement en hausse et repasse au-dessus du seuil symbolique de deux enfants par femme. Le taux de fécondité est toujours plus faible chez les moins de 30 ans, mais il ne cesse d'augmenter au-delà de cet âge. Résultat : l'âge moyen des mères atteint désormais 30,3 ans. La France détient, avec l'Irlande, le record de fécondité de l'Union européenne : 2,01 enfants par femme, contre 1,58 en moyenne.

Cette bonne performance va de pair avec un taux d'emploi des femmes légèrement supérieur à la moyenne des pays de l'Union (70 %, contre 68 %). Cela tient en partie à la politique familiale. Une note récente de l'OCDE montre en particulier qu'en 2011, la France a consacré 1,24 % de son produit intérieur brut (PIB) à l'accueil et à l'éducation des enfants de moins de 4 ans, en crèches, chez des assistantes maternelles ou à l'école. Seuls trois autres pays (le Danemark, l'Islande et la Suède) y affectent plus de moyens.

Une autre étude de l'Insee révèle qu'en France métropolitaine, 1,7 million de familles (une sur cinq) compte trois enfants ou plus, dont au moins un mineur. Les trois quarts de ces familles ont trois enfants et un quart en a quatre ou plus. Avoir trois enfants est un phénomène stable dans le temps : qu'elles soient nées en 1930 ou en 1960, deux femmes sur dix ont donné trois fois la naissance. Ni le niveau de diplôme ni le fait d'être immigré ou non ne modifient cette probabilité.

En revanche, les familles de quatre enfants ou plus se sont raréfiées. Elles sont plus fréquentes parmi les non-diplômées. De plus, 24 % des immigrées âgés de 50 à 59 ans ont eu quatre enfants ou plus, contre 8 % des non-immigrées du même âge. Mais quel que soit le nombre d'enfants considéré, les descendants d'immigrés ont le même comportement que les non-immigrés. Les fabricants de couches le regrettent…

Franck Seuret, © *Alternatives Économiques*, n° 343, février 2015,
www.alternatives-economiques.fr

Repérages

a. Complétez le tableau après avoir lu le paratexte et fait une première lecture de survol.

Type de document	
Sources	
Date	
Nom de l'auteur .	
Thème du texte	

Lecture approfondie (prise des notes dans la marge / utilisation de surligneurs)

b. Surlignez les données chiffrées, les mots de liaison et les connecteurs logiques.

c. Donnez un titre (phrases nominales) à chaque paragraphe pour résumer la ou les information(s) chiffrée(s) pertinente(s)

1e § _____

2e § _____

3e § _____

4e § _____

d. Notez les mots clés.

1e § _____

_____

2e § _____

_____

3e § _____

_____

4e § _____

_____

Compréhension orale

EPI https://www.youtube.com/watch?v=NHgNcACZopI&t=39s

1. **Quel est le thème du document ?**

2. **Quel est le problème posé ?**

3. **Pourquoi le taux de natalité baisse-t-il ? Dans un tableau notez les raisons soulignez par Sylvie Le Minez. Notez ensuite les exemples de Marine Tondelier, secrétaire générale de EELV, qui correspondent à ces raisons.**

Sylvie Le Minez	Marine Tondelier

4. **Relevez les chiffres mentionnés dans le document.**

5. **Notez les mots appartenant au champ lexical de la guerre.**

6. **Notez les références historiques et culturelles mentionnées par les femmes et les hommes politiques.**

TRAVAIL A LA MAISON

Lisez le texte et proposez une prise de notes.

Entretien

Faut-il s'inquiéter d'une baisse de la natalité ?

2 février 2024

En 2023, en France, le taux de natalité a diminué de 6,6 % et la fécondité n'a jamais été aussi basse depuis la Seconde Guerre mondiale. Comment l'expliquer ? Entretien avec Gilles Pison, démographe.

En 2023, le nombre de naissance a baissé de 6,6 % par rapport à l'année 2022. C'est près de 20 % de moins qu'en 2010, année du dernier pic des naissances, et avec 1,68 enfant par femme, l'indicateur conjoncturel de fécondité n'a jamais été aussi bas depuis la Seconde Guerre mondiale, hormis en 1993 et 1994.

Qu'est-ce qui explique la baisse de la natalité en France ? Faut-il s'en inquiéter ?

Le nombre de naissances est connu grâce à l'état civil. L'Insee effectue un décompte des bulletins de naissance. On connait le total avec une bonne précision en France, comme dans tous les pays où les naissances sont toutes déclarées.

Deux facteurs déterminent l'évolution de la natalité : le nombre de femmes en âge d'avoir des enfants, et leur propension à en avoir, qui se mesure par l'indicateur conjoncturel de fécondité1. En 2023, cet indicateur s'élève à 1,68 enfant par femme. Il est en légère baisse depuis 2010, la diminution ayant été plus forte en 2023 que les années précédentes.

Depuis la fin du baby-boom, le nombre de naissance fluctue d'une année à l'autre avec des périodes où il a tendance à diminuer, comme dans les années 1980 et le début des années 1990 et aussi depuis 2010, et d'autres où il a tendance à augmenter, comme dans la deuxième moitié des années 1990 et dans les années 2000. On ne sait pas si la baisse récente s'inscrit dans cette succession de périodes de baisse et de hausse - cette baisse cessant alors dans quelques années pour faire place à une hausse - ou bien si elle est le signe d'une nouvelle situation démographique où les femmes en France auraient dorénavant moins d'enfants que celles des générations précédentes.

Les femmes nées en 1973, qui ont atteint 50 ans l'an passé, ont eu au total 2 enfants en moyenne chacune. Celles qui sont nées en 1983, qui ont fêté leur 40e anniversaire l'an passé, en ont déjà eu en moyenne 1,99. Elles en auront encore quelques autres dans les années qui viennent : leur nombre moyen d'enfants sera au total légèrement supérieur à 2. Celles qui sont nées en 1993, ont déjà eu 0,9 enfant chacune mais il est difficile de savoir combien elles en auront d'ici leurs 50 ans.

Jusqu'ici en France, depuis la fin du baby-boom il y a 50 ans, les femmes ont eu autant d'enfants que celles de la génération de leur mère, mais elles les ont eus plus tard. Il y a, en effet, un retard des maternités : les femmes qui accouchaient il y a 50 ans avaient 26,5 ans en moyenne, aujourd'hui, celles qui accouchent en ont 31. Pour ce qui est de l'âge à l'accouchement du premier enfant, il est passé de 24 ans à 29 ans.

Ce retard des maternités déprime l'indice conjoncturel de fécondité : les femmes qui sont plus âgées ne font plus d'enfants parce qu'elles en ont déjà eu et celles qui sont plus jeunes attendent d'avoir les leurs.

La baisse de la fécondité des dernières années est une tendance générale en Europe. Les seules exceptions sont l'Espagne et l'Italie, mais la fécondité y est déjà la plus basse d'Europe (1,2 enfant en moyenne par femme). Mais même avec la diminution récente, la France reste le pays le plus fécond d'Europe.

La question de l'avenir de notre planète entre aussi en jeu. En 2022, la population mondiale a passé le seuil des 8 milliards d'habitants. Cet argument peut-il avoir un impact sur le nombre de naissance ?

Les enquêtes montrent que la majorité des jeunes adultes souhaitent avoir des enfants. Mais il est vrai que certains disent ne pas vouloir donner naissance à un enfant pour lui éviter de vivre dans un monde dégradé. D'autres, se disent qu'au vu du changement climatique et de la « surpopulation », le mieux à faire c'est de ne pas mettre au monde un enfant. Ces personnes présentent leur geste comme une contribution pour la planète.

Je réponds qu'avoir des enfants, ça coûte, c'est fatiguant, c'est des contraintes. Si vous n'en voulez pas, n'en ayez pas, mais si vous en voulez, ayez-en, et le nombre que vous souhaitez. Mais éduquez-les de façon à ce qu'ils aient un mode de vie responsable, et vous-même, mettez-vous-y sans délai. Le problème n'est pas tant le nombre d'habitants que nous sommes sur Terre que nos modes de vie.

Les projections de population mondiale publiées par les Nations Unies annoncent une poursuite de la croissance démographique mondiale, mais à un rythme qui continue de décélérer. Le scénario moyen prévoit un arrêt de la croissance dans la décennie 2080 autour de 10 milliards d'habitants.

Certains voudraient que la croissance démographique s'arrête tout de suite, voire qu'on soit moins nombreux sans délai. Mais comment y arriver ? Par une hausse de la mortalité ? Personne ne le souhaite. Par l'envoi d'une partie de l'humanité sur Mars ? Irréaliste ! Par la baisse rapide de la fécondité ? C'est déjà ce qui se passe : on compte actuellement 2,3 enfants par femme à l'échelle mondiale contre plus du double il y a 60 ans. Deux tiers des humains vivent dans un pays ou une région où l'indice conjoncturel de fécondité est inférieur à 2,1 enfants par femme. Mais il n'en résulte pas pour autant un arrêt de la croissance tout de suite en raison de l'inertie démographique.

En effet, la population mondiale est jeune démographiquement. Elle compte une proportion importante de jeunes adultes en âge d'avoir des enfants – même si chacun d'eux en a peu, cela fait beaucoup de naissances ; par ailleurs, il y a peu de personnes âgées à l'échelle mondiale, donc peu de décès, la mortalité se concentrant partout de plus en plus aux âges élevés. On se retrouve donc actuellement avec 2 fois plus de naissances que de décès à l'échelle mondiale. C'est ce qui explique le reliquat de croissance démographique à attendre dans les 50 prochaines années, autour de 2 milliards d'habitants en plus par rapport aux 8 milliards d'aujourd'hui d'après les projections des Nations unies.

Il est illusoire de penser pouvoir arrêter la croissance démographique tout de suite. En revanche, il est possible d'agir sur nos modes de vie, et ceci sans délai, pour les rendre plus respectueux de l'environnement et de la biodiversité. Le temps de l'évolution démographique ne correspond pas au temps qui nous reste pour changer le cours des événements.

En Asie de l'Est, des mesures ont été mises en place pour contrer la baisse de la natalité. Sont-elles efficaces ?

La Chine a institué la politique de l'enfant unique en 1979 parce qu'à l'époque le gouvernement s'inquiétait de la croissance rapide de sa population. Mais les Chinoises avaient déjà à l'époque nettement moins d'enfants qu'autrefois. Cette politique n'est pas la seule cause de la baisse de la fécondité en Chine. Elle vient en premier du souhait des adultes d'avoir moins d'enfants, comme partout dans le monde lorsque l'instruction progresse et les conditions de vie s'améliorent.

Une diminution aussi rapide a été observée à l'époque à Hong-Kong et en Thaïlande, des pays qui n'avaient pas de politique de l'enfant unique. La Chine aurait sans doute pu faire l'économie de cette politique brutale et des souffrances qu'elle a occasionnées avec un résultat final en termes d'évolution démographique qui aurait été peu différent.

Inquiet du vieillissement rapide de sa population, le gouvernement chinois a supprimé la politique de l'enfant unique en 2015 et a instauré la politique de trois enfants en 2021. Mais sans effet pour

l'instant, la fécondité chinoise n'ayant jamais été aussi basse : 1,2 enfant par femme en 2022. Le taux de fécondité ne se décrète pas en conseil des ministres !

Soucieux aussi du vieillissement rapide de leur population, le Japon et la Corée du Sud ont aussi cherché à relancer la natalité avec des politiques familiales inspirées de celles qui ont été mises en place en Europe et notamment en France. Elles combinent des mesures telles que des allocations accordées aux familles ayant des enfants pour les aider à les élever, des congés accordés aux parents après une naissance, des services de garde d'enfants pour leur permettre de travailler… Sachant que les pays du Nord de l'Europe et la France investissent davantage au total que ceux du Sud de l'Europe : les congés sont notamment mieux rémunérés et l'offre de garde d'enfants y est plus développée.

Ce qui semble jouer le plus quand on essaie d'expliquer les différences de fécondité d'un pays à l'autre, ce sont les possibilités de concilier le travail et la famille, et les inégalités entre les hommes et les femmes que ce soit au travail ou à la maison. Le taux de fécondité est ainsi plus élevé dans les pays qui ont une politique cherchant à favoriser la conciliation entre le travail et la famille, et à réduire les inégalités hommes-femmes.

Entretien réalisé en février 2024. Remerciements à Gilles Pison, professeur au Muséum national d'Histoire naturelle (UMR 7206 – Éco-Anthropologie) et chercheur à l'Institut national d'études démographiques (INED) pour sa contribution et sa relecture.

- 1L'indice conjoncturel de fécondité est calculé pour les femmes car la mère est identifiée pour chaque naissance. Il est moins facile à calculer pour les hommes car une partie des naissances n'a pas de père déclaré. Mais ces naissances « sans père » sont moins fréquentes aujourd'hui qu'autrefois.

https://www.mnhn.fr/fr/actualites/faut-il-s-inquieter-d-une-baisse-de-la-natalite

Prise de notes

Texte dicté à l'oral *:*

« Nous pouvons observer aujourd'hui que la famille change dans plusieurs directions. On peut remarquer d'abord que la taille de la famille s'est réduite. Aujourd'hui le nombre moyen d'enfants par femme est inférieur à 2. On peut noter ensuite que la diminution de la taille des familles s'accompagne d'une modification des modalités de leur constitution. La baisse des mariages est à relier à l'augmentation des divorces. On assiste aussi au développement de l'union libre. Aujourd'hui un enfant sur 3 naît hors-mariage. Il existe aussi de plus en plus de ménages monoparentaux (un seul parent avec un enfant). Toutefois cela doit être relativisé, le mariage reste aujourd'hui encore le modèle dominant puisque plus de 85% des couples existants sont mariés. Ces nouveaux comportements aboutissent aujourd'hui à l'émergence de plusieurs modèles familiaux. Il n'y a plus un seul type de famille mais plusieurs. »

Traduction en prise de notes :

Changements famille :

- reduct° taille : diminut° nbre enfants
- Chgts modalités constitution famille
- / mariages
- / divorces
- / union libre
- / ménages monoparentaux

Mais mariage reste dominant (85% couples sont mariés)

Ccls : plusieurs modèles familiaux

Activité de groupes

1. Soulignez les mots clés dans les textes ci-dessus et prenez des notes pour résumer chacun des textes en utilisant les conseils de la fiche de méthode. Choisissez la présentation la plus adapté au plan du texte.

Texte 1

Depuis quelques années , on assiste à une re-dynamisation de l'appartenance au tissu associatif. Qui sont ces bénévoles ? Des gens qui se retrouvent avec du temps disponible sans l'avoir forcément choisi, des jeunes retraités pour l'essentiel et une part de chômeurs. Les statistiques analysées par le Crédoc confirment ce phénomène : de 1978 à 1992, le nombre d'adhérents à des associations de soixante ans et plus est passé de 3,25 millions à près de 4,5 millions, soit une progression de 38,5%. Parmi eux, le nombre des hommes "seniors" a même dépassé celui des jeunes adhérents du même sexe. Le monde associatif permet à ceux qui ont quitté le monde du travail de maintenir autour d'eux un réseau relationnel vivant et d'éviter de ressentir un sentiment d'inutilité, voire de dériver dans la solitude. Il est toujours important de dire, quel que soit l'âge du militant, que si le monde associatif demande beaucoup aux bénévoles, cela leur apporte aussi beaucoup.

Robert Rochefort (Propos recueillis par Nicole Justine) Revue Fraternitaire n° 2 novembre1995

Texte 2

En deux siècles l'entreprise a fortement changé ; toute une série de mutations juridiques, organisationnelles, financières, techniques et sociales atteste de la transformation de ses structures et de son environnement. Bien sûr l'évolution ne s'est pas faite sur un même rythme pour chacune des firmes et dans de nombreux cas il existe des affaires qui sont nettement datées par leurs formes. Il est possible, cependant, de dégager les grandes tendances de ces modifications qui sont marquées apparemment par le passage, par étapes, de la petite à la très grande entreprise mais aussi par l'adaptation des statuts sociaux et du modèle d'organisation. A l'origine, il y l'entreprise familiale ; la taille se développe à partir de la seconde moitié du XIXe siècle surtout avec la multiplication des sociétés anonymes et la délégation progressive des directions à des gestionnaires ; de nos jours, de grands groupes privés ou nationalisés dominent l'activité économique.

Henri Morsel in Dictionnaire d'histoire économique de 1800 à nos jours (collectif) Hatier1987

Texte 3

La négociation collective avait, jusqu'aux années quatre-vingt, tendu vers un système relativement uniforme dans lequel les salariés étaient classés par référence à une grille de qualifications qui leur ouvrait droit à une rémunération calculée sur une base homogène. Depuis le début des années quatre-vingt, c'est au contraire la tendance à l'individualisation et à la personnalisation des salaires qui prévaut. Cette tendance s'exprime en général dans des systèmes mixtes dans lesquels une rémunération de base est assurée de façon uniforme pour tous les salariés occupant le même type d'emploi ; par ailleurs, une partie variable est prévue, son montant étant calculé de façon à faire ressortir la performance individuelle de chaque salarié ou, à tout le moins, la façon dont il assume son emploi. Cette individualisation du rapport salarial déjà pratiquée aux niveaux les plus élevés de la hiérarchie grâce à une politique d'intéressement des cadres supérieurs et dirigeants, ou dans certains métiers (rémunérations des commerciaux) tend ainsi à se généraliser dans les entreprises qui cherchent à mettre en place des structures plus compétitives.

Élie Cohen, Dictionnaire de gestion (art. Rémunérations p. 299) Dictionnaires repères La Découverte

TRAVAIL A LA MAISON

Activité préparatoire compréhension orale

Avant l'activité de compréhension orale, prenez des notes sur l'article « L'alcool, fléau multiple » . Cherchez les éléments répondant aux questions qui, quoi, où, quand ? Notez les données chiffrées, les causes, les conséquences et les solutions.



WWW.DIRECTMATIN.FR **Grand angle** N° 1250 MARDI 5 MARS 2013

49 000 PERSONNES EN MEURENT CHAQUE ANNÉE

L'ALCOOL, FLÉAU MULTIPLE

EN CHIFFRES DANS LE MONDE

4 % des décès dans le monde étaient liés en 2009 à la consommation d'alcool, soit environ 2,5 millions de personnes. Les hommes sont les plus touchés, puisque 6,2 % d'entre eux décèdent à cause de leur consommation d'alcool, contre 1,1 % des femmes.

1re. La place occupée par l'alcool comme facteur déclencheur de maladies dans les régions du Pacifique occidental et des Amériques. En Europe, c'est le deuxième facteur de risque.

6,1 litres d'alcool pur sont consommés en moyenne chaque année dans le monde par une personne de plus de 15 ans. Les champions sont les Moldaves (18,2 l), devant les Tchèques (14,9 l). Les Français sont à 13,7 litres.

2 litres de l'alcool bu en Russie est de l'alcool fort, contre seulement un litre de bière et 1 % de vin.

Source : Organisation mondiale de la santé (OMS).

En dehors des maladies mortelles qu'il provoque, l'alcool peut tuer au volant, dans une soirée festive...

L'alcoolisme n'est pas le seul mal lié à la boisson. Le fléau prend des formes diverses, dans un pays où la consommation reste forte.

L'alcool fait des ravages. À ce constat l'étude de l'Institut Gustave-Roussy dévoilée hier. Sa consommation en France a été responsable de 49 000 décès en 2009, dont 40 % survenus avant l'âge de 65 ans. Au final, elle entraîne la mort d'un homme sur sept et d'une femme sur vingt. Chez les jeunes, les chiffres sont encore plus alarmants, puisqu'une personne de moins de 34 ans sur quatre meurt à cause de l'alcool. Une hécatombe aux multiples visages, car les conséquences directes ou indirectes de la boisson sont nombreuses. Elle ne touche d'ailleurs pas que les alcooliques mais aussi ceux qui boivent peu mais régulièrement, ou bien encore les fêtards d'un soir.

Maladies, suicides, accidents...

Les maux les plus lourds touchent directement l'organisme, via les cancers de la bouche, du pharynx, du foie ou du sein. Selon l'étude, ils tuent 15 000 personnes par an. Suivent les maladies cardio-vasculaires, qui entraînent 12 000 morts annuellement. Et s'y ajoutent les 8 000 décès consécutifs à des maladies digestives, telles que la cirrhose.

Les conséquences ne s'arrêtent pas là. «Il faut aussi prendre en compte les fortes alcoolisations épisodiques, les états d'ivresse, explique ainsi le docteur Marc Valleur, expert en addictologie. La boisson est par exemple impliquée dans un accident mortel sur trois, selon la Sécurité routière, et a entraîné la mort de 1 150 personnes en 2011. Altérant la motricité et le jugement, la boisson peut également entraîner des accidents du travail ou des comportements violents amenant à des issues mortelles. Les adolescents sont particulièrement exposés à cette mortalité méconnue. L'alcool est également impliqué dans la moitié de leurs suicides, et peut les pousser à d'autres comportements à risque, comme ne pas se protéger sexuellement, selon l'Inpes. Dans les cas les plus graves, le coma éthylique peut entraîner la mort. La faute au «binge drinking» ou «cuite» express, cette tendance qui les pousse à boire un maximum en un minimum de temps.

Une routine à casser

Les fabricants sont très attentifs face à ces dérives, même si dans les faits, les Français boivent deux fois moins qu'il y a cinquante ans, soit aujourd'hui 27 g d'alcool pur, l'équivalent de 2,7 verres par jour. Chez Pernod Ricard, on prône avant tout une consommation modérée. Idem du côté de Heineken, qui souhaite «des consommateurs responsables». La firme participe notamment à la diffusion du programme «2.5.4.0», à savoir ne pas dépasser 2 verres d'alcool par jour pour une femme, 3 verres pour un homme, 4 verres pour une soirée exceptionnelle, et 0 au moins une journée par semaine. Les autorités sanitaires, dont l'OMS, font les mêmes préconisations sur au-delà, la consommation est considérée «à risque» et peut devenir incontrôlable. «L'alcoolisme perd la liberté de s'abstenir», explique le docteur Marc Valleur. Il incite donc les buveurs, pour prévenir un tel état, à «casser leurs habitudes» en faisant notamment des repas sans alcool. Car, rappelle-t-il, «c'est une drogue». ■

L'ESPOIR D'UN MÉDICAMENT

L'Europe prend les armes contre l'alcoolisme. La semaine dernière, l'Agence européenne des médicaments a donné un feu vert à la mise sur le marché du Selincro, un médicament censé réduire l'envie de boire chez les personnes présentant une dépendance à l'alcool, soit plus de six verres quotidiens pour les hommes et quatre pour les femmes. Selon les laboratoires qui l'ont conçu, ce traitement doit être pris «à la demande», c'est-à-dire au moment où le patient anticipe un risque de boire. Il réduirait en six mois la consommation de près de 60 %. Sa sortie en France pourrait intervenir avant la fin de l'année.

L'alcool, fléau multiple

Par CNEWS -
Publié le 05/03/2013

La consommation d'alcool a été responsable de 49.000 décès en 2009.[AFP]

L'alcoolisme n'est pas le seul mal lié à la boisson. Le fléau prend des formes diverses, dans un pays où la consommation reste forte.

L'alcool fait des ravages, à en croire l'étude de l'Institut Gustave-Roussy, dévoilée hier. Sa consommation en France a été responsable de 49 000 décès en 2009, dont 40 % survenus avant l'âge de 65 ans. Au final, elle entraîne la mort d'un homme sur sept et d'une femme sur vingt. Chez les jeunes, les chiffres sont encore plus alarmants, puisqu'une personne de moins de 34 ans sur quatre meurt à cause de l'alcool.

Une hécatombe aux multiples visages car les conséquences directes ou indirectes de la boisson sont nombreuses. Elle ne touche d'ailleurs pas que les alcooliques mais aussi ceux qui boivent un peu mais régulièrement ou bien encore les fêtards d'un soir.

Maladies, suicides, accidents…

Les dégâts les plus lourds touchent directement l'organisme, via les cancers de la bouche, du pharynx, du foie ou du sein. Selon l'étude, ils tuent 15 000 personnes par an. Suivent les maladies cardio-vasculaires, qui entraînent 12 000 morts annuellement. Et s'y ajoutent les 8 000 décès consécutifs à des maladies digestives, telles que la cirrhose.

Les conséquences ne s'arrêtent pas là. «Il faut aussi prendre en compte les fortes alcoolisations épisodiques, les états d'ivresse», explique ainsi le docteur Marc Valleur, expert en addictologie. La boisson est par exemple impliquée dans un accident mortel sur trois, selon la Sécurité routière, et a entraîné la mort de 1 150 personnes en 2011. Altérant la motricité et le jugement, la boisson peut également entraîner des accidents du travail ou des comportements violents amenant à des rixes mortelles. Les adolescents sont particulièrement exposés à cette mortalité méconnue.

L'alcool est également impliqué dans la moitié de leurs suicides, et peut les pousser à d'autres comportements à risque, comme ne pas se protéger sexuellement, selon l'Inpes. Dans les cas les plus graves, le coma éthylique peut entraîner la mort. La faute au « binge drinking » ou biture expresse, cette tendance qui les pousse à boire un maximum en un minimum de temps.

Une routine à casser

Les fabricants sont très attentifs face à ces dérives, même si dans les faits, les Français boivent deux fois moins qu'il y a cinquante ans, soit aujourd'hui 27 g d'alcool pur, l'équivalent de 2,7 verres. Chez Pernod Ricard, on prône avant tout une consommation modérée. Idem du côté de Heineken, qui souhaite «des consommateurs responsables». La firme participe notamment à la diffusion du programme «2.3.4.0», à savoir ne pas dépasser 2 verres d'alcool par jour pour une femme, 3 verres pour un homme, 4 verres pour une soirée exceptionnelle, et 0 au moins une journée par semaine.

Les autorités sanitaires, dont l'OMS, font les mêmes préconisations car au-delà, la consommation est considérée «à risque» et peut devenir incontrôlable. «L'alcoolique perd la liberté de s'abstenir», explique le docteur Marc Valleur. Il incite donc les buveurs, pour prévenir un tel état, à « casser leurs habitudes » en faisant notamment des repas sans alcool. Car, rappelle-t-il, « c'est une drogue ».

Prendre des notes à partir d'un document sonore

« Les jeunes et l'alcool »

1. Écoutez le document et prenez des notes.

Vocabulaire

1. Expliquer les mots ou les phrases suivantes extraits du document.

f. leurs aînés_____

g. une cuite occasionnelle_____

h. la désinhibition_____

i. une altération de l'attention_____

j. le sens critique_____

k. des paris stupides_____

l. l'euphorie_____

m. une somnolence_____

n. le pronostique vital est engagé_____

o. plusieurs dizaines de jeunes décèdent_____

p. un état de fureur paroxystique_____

q. une distorsion cauchemardesque_____

r. des hallucinations visuelles_____

s. encore faut-il en soupçonner l'existence_____

t. ce qui n'est pas la règle dans notre pays_____



33