

Méthode de français pour adolescents



Trait d'union

LEXIQUE FRANCO-GREC
ΓΑΛΛΟ-ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΛΕΞΙΛΟΓΙΟ

Unité 1 • Leçons 1, 2, 3 pp. (σελ.) 17-23

Unité 1 • Leçon 1 pp. (σελ.) 18-19

On est inséparables ! • p. 18 = Είμαστε αχώριστοι! • σελ. 18

On est inséparables ! (Transcription du dialogue), p. (σελ.) 122

Ça ne va pas ? = Τι σου συμβαίνει;

Ça ne va pas la tête ! = Δεν πας καλά!

C'est le roi de la blague ! = Είναι ο βασιλιάς της πλάκας/φάρσας!

Lexique, p. 18 = Λεξιλόγιο, σελ. 18

Qualités et défauts d'un ami = Αρετές και ελαττώματα ενός φίλου



Il est simple, intéressant(e), curieux(se). = Είναι απλός-ή, ενδιαφέρων-ουσα, περίεργος-η.

Il s'intéresse à plein de trucs (fam.). = Ενδιαφέρεται για πολλά πράγματα.

Il a de l'humour. = Έχει χιούμορ.

Il fait rire tout le monde. = Κάνει όλο τον κόσμο να γελάει.

Il fait des blagues. = Κάνει αστεία.

Il ne se prend pas pour... = Δε νομίζει ότι είναι/δε περνάει τον εαυτό του για...



Il est envieux(se), prétentieux(se), radin(e)/près de ses sous (fam.) =
Είναι ζηλιάρης-α, φαντασμένος-η, τσιγκούνης-α.

Il n'a aucun sens de l'humour. = Δεν έχει καθόλου αίσθηση του χιούμορ.

Lexique, p. 18 = Λεξιλόγιο, σελ. 18

L'amitié = Η φιλία

Se faire de nouveaux copains = κάνω καινούριους φίλους

Être très proches, inséparables = είμαστε κοντά ο ένας στον άλλον, είμαστε αχώριστοι-ες

Pouvoir compter **sur** ses copains = μπορώ να βασιστώ στους φίλους μου

Avoir confiance **en** sa meilleure amie = έχω εμπιστοσύνη στην καλύτερή μου φίλη

Tout se dire (on se dit tout) = τα λέμε όλα

Un(e) confident(e) = έμπιστος φίλος-η

Être là dans les moments difficiles = είμαι παρών-ούσα στις δύσκολες στιγμές

Se fâcher **avec** ≠ se réconcilier **avec** = μαλώνω με ≠ συμφιλιώνομαι με

Avoir plein de potes (fam.) = έχω πολλούς φίλους

Faire partie d'une bande = είμαι μέλος μιας ομάδας φίλων

Communication, p. 18 = Επικοινωνία, σελ. 18

Exprimer l'antipathie = Εκφράζω αντιπάθεια

Je ne peux pas supporter sa nouvelle copine. = Δεν αντέχω την καινούρια του φίλη.

Je ne peux pas la voir/la sentir ! (fam.) = Δεν μπορώ να τη βλέπω!/
Δεν την αντέχω! / Δεν τη χωνεύω! / Μου κάθεται στο στομάχι!

Exprimer l'indifférence = Εκφράζω αδιαφορία

Je m'en moque complètement ! = Δεν με νοιάζει καθόλου!

Je m'en fiche ! = Σκασίλα μου!

Qu'est-ce que tu veux que ça me fasse ? (fam.) = Τι εντύπωση να μου κάνει αυτό; / Και γιατί να με νοιάξει αυτό;

Unité 1 • Leçon 2

pp. (σελ.) 20-21

Je l'adorais • p. 20 = Τον/την λάτρευα • σελ. 20

Grands-parents : à quoi ça sert ?, p. 20 =

Παππούδες και γιαγιάδες: σε τι χρησιμεύουν;, σελ. 20

Déranger = εξυπηρετώ, βγάζω από τη δύσκολη θέση

Gratuitement = δωρεάν

Rire aux blagues = γελάω με τα αστεία

Autoriser = επιτρέπω

Bricoler = μαστορεύω

Coudre = ράβω

Traire les chèvres = αρμέγω τις κατσίκες

Partager ma passion = μοιράζομαι το πάθος μου

La révolution = η επανάσταση

Les malheurs (m.) = οι συμφορές

Le chagrin = η πίκρα/θλίψη

La tempête = η καταιγίδα

Gentil(e) = ευγενικός-ή-ό

Tendre = τρυφερός-ή-ό

Souriant(e) = χαμογελαστός-ή-ό

L'amour inconditionnel = η αγάπη χωρίς όρους

Le jugement = η κρίση

La retraite = η σύνταξη

Indulgent(e) = ο/η/το επιεικής-ές

Lexique, p. 21 = Λεξιλόγιο, σελ. 21

Les générations = Οι γενιές

Les arrière-grands-parents = οι προπαππούδες

Les grands-parents = οι παππούδες

Les parents = οι γονείς

Les enfants = τα παιδιά

Les petits-enfants = τα εγγόνια

L'enfance = η παιδική ηλικία

L'adolescence = η εφηβεία

L'âge adulte = η ενήλικη ζωή

La vieillesse = τα γηρατειά

Avoir de bons rapports ≠ de mauvaises relations **avec** ses parents = έχω καλές σχέσεις ≠ κακές σχέσεις με τους γονείς μου

Tisser des liens étroits = δημιουργώ ισχυρούς δεσμούς

Les parents = Οι γονείς



Affectueux(e) = στοργικός-ή

Compréhensif(ve) = άνθρωπος (γυναίκα/άνδρας) με κατανόηση

Être à l'écoute **de** qqn = ακούω κάποιον

Consoler = παρηγορώ

Réconforter = ανακουφίζω



Strict(e) = αυστηρός-ή

Autoritaire = αυταρχικός-ή

Distant(e)/froid(e) = απόμακρος-η/ψυχρός-ή

Critiquer = ασκώ κριτική

Reprocher **à** qqn **de** (+ infinitif) = κατηγορώ κάποιον για κάτι, επιπλήττω

Les grands-parents = Οι παππούδες

Actif(ve) = ενεργός-ή, δραστήριος-α

Dynamique = δυναμικός-ή

Présent(e) = παρών-ούσα

Tendre = τρυφερός-ή

Câlin(e) = χαδιάρης-α

Indulgent(e) = ο/η επιεικής

Garder = φυλάω/κρατώ (τα παιδιά)

S'occuper **de** = ασχολούμαι με

Prendre soin **de** = φροντίζω

Gâter = κακομαθαίνω

Câliner = χαϊδεύω/καλοπιάνω/αγκαλιάζω

Chouchouter = χαϊδεύω

Transmettre l'histoire de la famille = μεταδίδω την ιστορία της οικογένειας

Les valeurs familiales = οι οικογενειακές αξίες

Unité 1 • Leçon 3

pp. (σελ.) 22-23

Premier amour • p. 22 = Πρώτη αγάπη • σελ. 22

Naissance d'un amour adolescent, p. 22 =

Μια εφηβική αγάπη γεννιέται, σελ. 22

La naissance d'un amour adolescent = η γέννηση μιας εφηβικής αγάπης

La banlieue = το προάστειο

Se libérer = απελευθερώνομαι

Rival(e) = αντίπαλος-η-ο

Surmonter des difficultés = ξεπερνά τις δυσκολίες

Désobéir = απειθαρχώ/παρακούω

Tendre = τρυφερός-ή-ό

La tendresse = η τρυφερότητα

Touchant(e) = συγκινητικός-ή-ό

Le long métrage = η ταινία μεγάλου μήκους

La préoccupation = η ανησυχία/αγωνία

Équivalent(e) = ισότιμος-η-ο

Déterminant(e) = καθοριστικός-ή-ό

Le tournage = το γύρισμα

Le réalisateur = ο σκηνοθέτης

Traiter un thème = αναπτύσσω ένα θέμα

Conserver = διατηρώ

La sincérité = η ειλικρίνεια

Concerner = αφορώ

Lexique, p. 23 = Λεξιλόγιο, σελ. 23

L'amour = Ο έρωτας, η αγάπη

Avoir un coup de foudre **pour** = ερωτεύομαι σφόδρα

Tomber amoureux **de** = ερωτεύομαι

Plaire **à** qqn (il m'a plu tout de suite) = αρέσω σε κάποιον (από την πρώτη στιγμή)

Embrasser un garçon = αγκαλιάζω/φιλάω ένα αγόρι

Donner un baiser = δίνω ένα φιλί

S'embrasser = φιλιέμαι

Oser faire le premier pas = τολμώ να κάνω το πρώτο βήμα

Déclarer ses sentiments **à** qqn = δηλώνω, εξομολογούμαι τα συναισθήματά μου σε κάποιον

Faire une déclaration d'amour **à** qqn = κάνω μια ερωτική εξομολόγηση σε κάποιον

Avoir un petit ami/une copine = έχω ένα αγόρι/κορίτσι

Sortir ensemble = βγαίνουμε μαζί

Être heureux(e) = είμαι ευτυχισμένος-η

Vivre une belle histoire d'amour = ζω μια ωραία ιστορία αγάπης/ερωτική ιστορία

Éprouver des sentiments très forts = νιώθω δυνατά συναισθήματα

Un chagrin d'amour = Μια ερωτική απογοήτευση

Quitter sa copine = παρατώ το κορίτσι μου

La laisser tomber (fam.) = την παρατάω

Casser **avec** = χαλάω (τη σχέση με)

Se séparer **de** = χωρίζω με

Pleurer = κλαίω

Être malheureux(euse) = είμαι δυστυχισμένος-η

Décrire un(e) petit(e) ami(e) = Περιγράφω το αγόρι/κορίτσι μου



Romantique = ρομαντικός-ή-ό

Sensible = ευαίσθητος-η-ο

Fidèle = πιστός-ή-ό

Sincère = ο/η/το ειλικρινής-ές



Menteur(euse) (mentir **à**) = ψεύτης-ψεύτρα (λέω ψέματα σε)

Jaloux(se) = ζηλιάρης-α

Égoïste = εγωιστής-εγωίστρια

Communication, p. 23 = Επικοινωνία, σελ. 23

Consoler, rassurer = Παρηγορώ, καθησυχάζω

Ne t'en fais pas ! = Μην σκας!

Ce n'est rien ! = Δεν είναι τίποτα!

Ce n'est pas grave ! = Δεν είναι σοβαρό!

Je sais, c'est très dur mais ça va passer ! = Ξέρω, είναι δύσκολο αλλά θα περάσει!

Unité 2 • Leçons 4, 5, 6 pp. (σελ.) 26-31

Unité 2 • Leçon 4 pp. (σελ.) 26-27

Tu te trompes ! • p. 26 = Κάνεις λάθος! • σελ. 27

Tu te trompes! (Transcription du dialogue), p. (σελ.) 122

Faire un micro-trottoir à la sortie du lycée = κάνω μια συνέντευξη
μικρής διάρκειας στην έξοδο του λυκείου

Je ne suis pas emballé(e) ! = Δεν με ενθουσιάζει!

Interroger = ρωτάω

Ce qui les préoccupe = αυτό που τους απασχολεί

Se soucier = ανησυχώ

Claquer les portes = χτυπάω τις πόρτες

Être bien dans ma peau = είμαι καλά με τον εαυτό μου

Lexique, p. 26 = Λεξιλόγιο, σελ. 26

La puberté = Η εφηβεία

Se transformer (la transformation) = μεταμορφώνομαι (η μεταμόρφωση)

Grandir = μεγαλώνω

S'allonger = ψηλώνω, μεγαλώνω

Pousser = μεγαλώνω, αναπτύσσομαι

La croissance = η ανάπτυξη

Changer **de** voix (muier) = αλλάζω φωνή, (χοντραίνει η φωνή μου στην εφηβεία)

Avoir de l'acné, des boutons = έχω ακμή, σπυράκια

Être mal dans sa peau = δεν είμαι καλά με τον εαυτό μου

Avoir des complexes = έχω κόμπλεξ

Se sentir nul(le) = νοιώθω άχρηστος-η

Se sentir incompris = νιώθω ότι δεν με καταλαβαίνουν

Ne pas être populaire = δεν είμαι δημοφιλής-ές

Le physique = Η εξωτερική εμφάνιση

Se préoccuper **de** son physique = ανησυχώ για την εξωτερική μου εμφάνιση

Se trouver moche, trop gros(se) = με θεωρώ άσχημο-η, πολύ χοντρό-ή

Suivre un régime = ακολουθώ μια δίαιτα

Perdre du poids = χάνω βάρος

Mincir (mince)/maigrir (maigre) ≠ grossir = χάνω κιλά (λεπτός-ή)/

αδυνατίζω (αδύνατος-η) ≠ παχαίνω

Vouloir garder la ligne = θέλω να κρατήσω τη γραμμή (μου)

Ne pas être assez musclé(e) = δεν είμαι αρκετά μυώδης

Avoir peur d'être ridicule = φοβάμαι μη ρεζιλευτώ

Lexique, p. 27 = Λεξιλόγιο, σελ. 27

L'ado provocateur = Ο προκλητικός έφηβος

Se faire teindre **en** vert = βάφω τα μαλλιά μου πράσινα

Porter des jeans déchirés, une mini-jupe, des lunettes énormes =

φοράω σκισμένα τζιν, μια κοντή φούστα, τεράστια γυαλιά

Se faire un maquillage gothique = κάνω ένα μακιγιάζ γκόθικ

Se faire un tatouage éphémère, un piercing = κάνω ένα προσωρινό τατουάζ, πέρσινγκ

Communication, p. 27 = Επικοινωνία, σελ. 27

Approuver = Εγκρίνω

Entièrement d'accord. = Είμαι εντελώς σύμφωνος-η.

Tu as raison. = Έχεις δίκιο.

Je suis pour. C'est parfait ! = Είμαι υπέρ. Είναι τέλειο!

Bien sûr ! Fais-le, si ça te plaît. = Βεβαίως! Κάν' το, αν αυτό σου αρέσει.

Oui, c'est sûr ! Oui, si tu veux. = Ναι, βεβαίως! Ναι, αν θέλεις.

Pas de problème. = Κανένα πρόβλημα.

Désapprouver = Αποδοκιμάζω

Je ne suis pas d'accord avec toi ! = Δεν συμφωνώ μαζί σου!

Je ne suis pas emballé par cette idée. (fam.) = Δεν τρελαίνομαι με αυτή την ιδέα.

Tu as tort ! Tu te trompes. = Έχεις άδικο! Κάνεις λάθος.

Je suis (absolument) contre. = Είμαι (εντελώς/απολύτως) αντίθετος-η.

C'est pas possible ! (fam.) = Δεν είναι δυνατό!

Il n'en est pas question ! Tu plaisantes ? = Δεν υπάρχει περίπτωση!

Αστεϊεύεσαι; Μου κάνεις πλάκα;

Unité 2 • Leçon 5

pp. (σελ.) 28-29

À la mode ou pas ? • p. 28 = Είναι στη μόδα ή όχι; • σελ. 28

Les ados et le look, p. 28 = Οι έφηβοι και η εμφάνιση, σελ. 28

Rejeter = απορρίπτω

Les dernières baskets branchées = η τελευταία λέξη της μόδας στα αθλητικά παπούτσια

Mettre à l'écart = βάζω στο περιθώριο

Bonnement = απλά, ειλικρινά

Obliger = υποχρεώνω

Évidemment = προφανώς, βεβαίως

Être rempli(e) de = είμαι γεμάτος-η με

Lexique, p. 29 = Λεξιλόγιο, σελ. 29

Le look = Η εμφάνιση

Avoir un look de hipster, rappeur, skateur... = έχω εμφάνιση χίπστερ, ράπερ, σκέιτερ...

Être à la mode = είμαι στη μόδα

Être tendance, branché(e) ≠ démodé(e), ringard(e) (fam.) =

είμαι μοδάτος-η ≠ είμαι παλιομοδίτικος-η, ξεπερασμένος-η

Être mal habillé(e)/fringué(e) (fam.) = είμαι κακοντυμένος-η

Porter des marques = φοράω ρούχα μάρκας

Avoir un style passe-partout, banal ≠ original = έχω ένα στυλ παντός καιρού, συνηθισμένο/κοινότυπο, ≠ πρωτότυπο

Être créatif(ve) = είμαι δημιουργικός-ή

Se créer un style personnel = δημιουργώ το προσωπικό μου στυλ

Pourquoi suivre la mode ? = Γιατί να ακολουθώ/ακολουθούμε τη μόδα;

Vouloir se faire remarquer/admirer = θέλω να ξεχωρίζω/να με θαυμάζουν

Frimer (fam.), un frimeur(euse) = κάνω φιγούρα, ένας/μία φιγουρατζής-ού

Se soucier **de** son apparence = ανησυχώ για την εμφάνισή μου

Se faire accepter **par** les autres = γίνομαι αποδεκτός-ή από τους άλλους

Ne pas être rejeté(e) **par** le groupe = δεν με απορρίπτει η ομάδα (φίλων)

Affirmer sa personnalité = επιβεβαιώνω την προσωπικότητά μου

Unité 2 • Leçon 6

pp. (σελ.) 30-31

Έρανοι ou rebelle ? • p. 30 =

Ισορροπημένος (καλά με τον εαυτό μου) ή απείθαρχος; • σελ. 30

On se dit tout !, p. 30 = Τα λέμε/εκμυστηρευόμαστε όλα, σελ. 30

Faire qqh sortir de ses gonds = βγάζω κάποιον έξω από τα ρούχα του

Pour un oui pour un non = για το τίποτα, για το παραμικρό, πολύ εύκολα

Avoir de la peine = στεναχωριέμαι/λυπάμαι

Négociier = διαπραγματεύομαι

Ephémère = εφήμερος-η-ο/παρωδικός-ή-ό

Lexique, p. 31 = Λεξιλόγιο, σελ. 31

Portrait d'ado = Το πορτρέτο ενός εφήβου



Facile = εύκολος-η

Sage = φρόνιμος-η

Obéissant(e) = υπάκουος-η

Doux(ce) = γλυκός-ιά

Ouvert(e) = ο/η εξωστρεφής

Sûr(e) de lui/d'elle = σίγουρος-η/βέβαιος-η για τον εαυτό του/της

Bien élevé(e) = καλοαναθρεμμένος-η



Terrible = απαίσιος-α

Insupportable = ανυπόφορος-η

Rebelle, révolté(e) = ατίθασος-η, επαναστάτης-τρια

Agressif(ve), violent(e) = επιθετικός-ή, βίαιος-α

Renfermé(e) = ο/η εσωστρεφής

Timide, complexe(e) = ντροπαλός-ή, κομπλεξικός-ή

Mal élevé(e), trop gâté(e) = κακοαναθρεμμένος-η, υπερβολικά κακομαθημένος-η

L'ado qui va bien = Ο έφηβος που είναι καλά

Être épanoui(e), heureux(se) de vivre = είμαι ευχαριστημένος-η και ισορροπημένος-η, γεμάτος-η από τη ζωή, ευτυχισμένος-η που ζω

Être bien dans sa peau = είμαι καλά με τον εαυτό μου

S'accepter comme on est = με αποδέχομαι όπως είμαι

Avoir confiance **en** soi = έχω εμπιστοσύνη στον εαυτό μου

L'ado en conflit = Ο έφηβος σε διαμάχη

Refuser les règles = αρνούμαι τους κανόνες

S'opposer = αντιτίθεμαι

Répondre = απαντώ

Désobéir **à** ses parents = δεν υπακούω τους γονείς μου

Provoquer ses parents = προκαλώ τους γονείς μου

Tout négocier = διαπραγματεύομαι τα πάντα

Chercher la bagarre/la dispute/le clash =

πάω γυρεύοντας για καυγά/τσακωμό/σύγκρουση

Se mettre **en** colère = θυμώνω

Claquer les portes = χτυπώ τις πόρτες

S'enfermer dans sa chambre = κλείνομαι στο δωμάτιό μου

Bouder = κατσουφιάζω

Faire la tête = κάνω μούτρα

Unité 3 • Leçons 7, 8, 9 pp. (σελ.) 34-39

Unité 3 • Leçon 7 pp. (σελ.) 34-35

Se voir en vrai • p. 34 =

Να ιδωθούμε στην πραγματικότητα (από κοντά) • σελ. 34

Se voir en vrai (Transcription du dialogue), p. (σελ.) 123

Être déçu(e) = είμαι απογοητευμένος-η

Lexique, p. 34 = Λεξιλόγιο, σελ. 34

La vie réelle = Η πραγματική ζωή

Se donner rendez-vous ≠ poser un lapin (fam.) = δίνω ραντεβού ≠
στήνω κάποιον-α στο ραντεβού

Se retrouver entre copains, se rencontrer = βρίσκομαι με τους φίλους μου,
συναντιόμαστε

Faire de nouvelles rencontres = κάνω καινούριες γνωριμίες

Faire la connaissance **de**/faire connaissance = γνωρίζω κάποιον-α

Avoir des amis intimes, des connaissances = έχω κολλητούς φίλους,
έχω γνωστούς

Connaître une personne **de** vue = γνωρίζω κάποιον-α εξ όψεως

Vivre dans le monde réel = ζω στον πραγματικό κόσμο/στην πραγματικότητα

Se voir **en** vrai = βλέπoμαστε στην πραγματικότητα (από κοντά)

Faire une sortie **entre** copains = βγαίνω με φίλους

Prendre un pot (fam.) = πίνω ένα ποτό

Aller **en** boîte, dans un club, faire la fête = πάω σε ένα νυχτερινό μαγαζί,
σε ένα κλαμπ, γιορτάζω

Communication, p. 35 = Επικοινωνία, σελ. 35

Mettre en garde, déconseiller = Προειδοποιώ, δε συνιστώ/αποτρέπω

Il vaut/vaudrait mieux que vous n'alliez pas dans un club. =

Θα ήταν καλύτερο να μην πάτε σε club.

Je te signale que tu peux faire de mauvaises rencontres sur Internet. =

Πρόσεχε να μην κάνεις κακές επαφές στο Ίντερνετ.

Tu feras attention à... = Να προσέχεις...

Tu ferais mieux de... = Θα ήταν καλύτερο να...

Tu ne devrais pas... = Δεν θα έπρεπε...

Je te déconseille de lui poser un lapin ! = Δεν θα σε συμβούλευα να τον/την στήσεις στο ραντεβού!

Tu n'as pas intérêt à... = Δεν έχεις συμφέρον να...

Unité 3 • Leçon 8

pp. (σελ.) 36-37

Amis sur le Net ? • p. 36 = Φίλοι στο 'Ιντερνετ; • σελ. 36

Amis virtuels où amis dans la vie réelle, p. 36 = Εικονικοί ή πραγματικοί φίλοι; , σελ. 36

Virtuel(le) = εικονικός-ή-ό

Voyager au bout du monde = ταξιδεύω στην άκρη του κόσμου

Clavarder = συνομιλώ διαδικτυακά μέσω πληκτρολογίου (γαλλικά Καναδά)

S'entretenir = διατηρώ

Aisément = άνετα

Se dévoiler = αποκαλύπτομαι, ανοίγομαι

Au beau milieu de la nuit = καταμεσής της νύχτας

L'équilibre (m.) = η ισορροπία

Une relation en chair et en os = μια σχέση με σάρκα και οστά

S'embrasser = φιλιέμαι

Superficiel(le) = επιφανειακός-ή-ό

Complémentaire = συμπληρωματικός-ή-ό

Nouer une relation = στήνω μια σχέση

Lexique, p. 37 = Λεξιλόγιο, σελ. 37

La vie virtuelle/numérique = Η εικονική/ψηφιακή ζωή

Être actif(ve) **sur** les réseaux sociaux = είμαι δραστήριος-α στα κοινωνικά δίκτυα

Vivre dans un monde ultra-connecté = ζω σε ένα κόσμο υπερδικτύωσης

Lier amitié **sur** le Net = κάνω φιλίες στο διαδίκτυο

Entretenir des relations **à** distance = διατηρώ σχέσεις από απόσταση

Echanger **sur** Internet = ανταλλάσσω στο διαδίκτυο

Rester informé(e) **en** continu = μένω συνεχώς ενήμερος-η

Être en contact permanent = είμαι σε συνεχή επαφή

Poster des likes = κάνω likes

Laisser des commentaires **sur** un blog = κάνω σχόλια σε ένα blog

Tchatter = επικοινωνώ μέσω τσατ

Montrer ses talents **à travers** un blog = δείχνω τα talέντα/προσόντα μου μέσα από ένα προσωπικό ιστολόγιο

Présenter une image positive de soi = παρουσιάζω μια θετική εικόνα για τον εαυτό μου

Évaluer sa popularité = αξιολογώ το πόσο δημοφιλής είμαι

Faire croire qu'on a une vie géniale = κάνω/κάνουμε να πιστεύουν ότι έχουμε μια υπέροχη ζωή

Poster des photos idylliques de soi = ανεβάζω ειδυλλιακές φωτογραφίες μου

Être scotché(e) à son portable (fam.) = είμαι κολλημένος-η στο κινητό μου

Prisonnier(ère) de son écran = αιχμάλωτος-η της οθόνης μου

Avoir conscience des risques d'Internet = έχω συνείδηση των κινδύνων του διαδικτύου

Faire de mauvaises rencontres = κάνω κακές γνωριμίες/συναναστροφές

Se faire pirater ses données = μου υποκλέπτουν τα προσωπικά δεδομένα

Unité 3 • Leçon 9

pp. (σελ.) 38–39

Se déconnecter • p. 38 = Αποσυνδέομαι • σελ. 38

Vidéo La semaine sans écran, p.38 = Η εβδομάδα χωρίς οθόνη, σελ. 38
Néfaste = επιβλαβής, -ές, καταστροφικός-ή-ό

Défi : une journée sans écran !, p. 38 = Πρόκληση: μια μέρα χωρίς οθόνη!, σελ. 38

Le défi = η πρόκληση

Se rendre compte = συνειδητοποιώ

Allumer = ανάβω

Essentiellement = προπάντων

En mode aléatoire = με τυχαία σειρά

Prévoir = προβλέπω

Remplir = συμπληρώνω

Avoir une heure à tuer = έχω μια ώρα για σκότωμα

Le rangement = το νοικοκυριό, η τακτοποίηση

La couture = η ραπτική

Bouquiner = διαβάζω

Propice = ευνοϊκός-ή-ό, κατάλληλος-η-ο

Se débrancher = αποσυνδέομαι

En état de veille intellectuelle = σε κατάσταση πνευματικής επαγρύπνισης
ή «σε ετοιμότητα»

Avancer dans un projet = προχωρώ σε ένα σχέδιο/πρότζεκτ

Aller voir une expo = επισκέπτομαι μια έκθεση

Diminuer = μειώνω

Augmenter = αυξάνω

Lexique, p. 39 = Λεξιλόγιο, σελ. 39

La déconnexion = Η αποσύνδεση

Se déconnecter = αποσυνδέομαι

Faire une pause technologique, une détox (fam.) = κάνω μια παύση από τις τεχνολογίες, μια αποτοξίνωση

Éteindre son smartphone = κλείνω/απενεργοποιώ το κινητό μου

Ne plus être joignable 24 h **sur** 24 h = δεν μπορούν να επικοινωνήσουν μαζί μου 24 ώρες το 24ωρο

S'occuper autrement = απασχολούμαι με διαφορετικό τρόπο/με άλλα πράγματα

Prendre le temps de s'ennuyer = βρίσκω/εξασφαλίζω χρόνο για να βαρεθώ

Se replonger dans des activités oubliées = ασχολούμαι ξανά με ξεχασμένες δραστηριότητες

Réfléchir dans le calme = σκέφτομαι με ηρεμία

Se rapprocher **de** ses amis de la vraie vie = έρχομαι κοντά με τους πραγματικούς μου φίλους

Vivre sans les réseaux sociaux = ζω χωρίς τα κοινωνικά δίκτυα

Unité 4•Leçons 10, 11, 12 pp. (σελ.) 42-47

Unité 4•Leçon 10 pp. (σελ.) 42-43

Je suis stressé ! • p. 42 = *Είμαι αγχωμένος!* • σελ. 42

Je suis stressé ! (Transcription du dialogue), p. (σελ.) 123

Crevé(e) = ξεθωμένος-η-ο, πεθαμένος-η-ο από κούραση

Être sur pied rapidement = είμαι στο πόδι γρήγορα, γίνομαι γρήγορα καλά

Absolument = απολύτως

Prendre la température = παίρνω τη θερμοκρασία

Avoir de la fièvre = έχω πυρετό

Des repas équilibrés = ισορροπημένα γεύματα

Le moral = το ηθικό

Ces derniers temps = το τελευταίο διάστημα/τον τελευταίο καιρό

J'ai du mal à = δυσκολεύομαι να

Se concentrer = συγκεντρώνομαι

Suffisamment = αρκετά/επαρκώς

Quelle drôle d'idée ! = Τι παράξενη (περίεργη) ιδέα!

Éteins (éteindre) = σβήσε (σβήνω)

Manger sainement = τρώω υγιεινά

Évacuer les tensions = βγάζω τις εντάσεις

Prescrire un traitement = γράφω μια θεραπεία

Un conseil = μια συμβουλή

Retrouver la forme = ξαναβρίσκω τη φόρμα (μου)/καλή φυσική (μου) κατάσταση

Lexique, p. 42 = Λεξιλόγιο, σελ. 42

Les maladies et les remèdes = Οι ασθένειες και τα φάρμακα

Le malade = ο άρρωστος

Ne pas se sentir bien = δε νιώθω καλά

Tomber malade = αρρωσταίνω

Attraper un rhume, la grippe, un virus = αρπάζω ένα κρυολόγημα, μια γρίπη, έναν ιό

Avoir le nez qui coule = τρέχει η μύτη μου
 (Avoir) le nez bouché = έχω βουλωμένη μύτη
 Tousser = βήχω
 Avoir mal aux articulations = πονάνε οι αρθρώσεις μου
 Avoir de la fièvre = έχω πυρετό
 39 **de** fièvre = 39 πυρετό
 Se plaindre = παραπονιέμαι
 Consulter un spécialiste (la consultation) = συμβουλευόμαι έναν ειδικό
 (η επίσκεψη στον ιατρό)
 Suivre un traitement = ακολουθώ μια θεραπεία
 Guérir = γίνομαι καλά, γιατρεύομαι
 Être guéri(e) (la guérison) = θεραπεύτηκα/γιατρεύτηκα (η θεραπεία, η γιατρεία, η ανάρρωση)
 Être **sur** pied = στέκομαι στα πόδια μου (αναρρώνω)
Le médecin = Ο ιατρός
 Ausculter un patient = ακροάζομαι έναν ασθενή
 Prendre sa température, sa tension = παίρνω τη θερμοκρασία του/της, την πίεσή του/της
 Prescrire un traitement = γράφω μια φαρμακευτική αγωγή
 Un médicament = ένα φάρμακο
 Des antibiotiques = αντιβιοτικά
 Un sirop **contre** la toux = ένα σιρόπι κατά του βήχα
 Délivrer une ordonnance = συνταγογραφώ, καταχωρώ μια ιατρική συνταγή
 Guérir un malade = θεραπεύω, γιατρέυω έναν ασθενή/άρρωστο

Communication, p. 43 = Επικοινωνία, σελ. 43

La certitude = Η βεβαιότητα

J'ai la certitude que = έχω τη βεβαιότητα ότι
 Je suis certain(e)/sûr(e) que (+ indicatif) = είμαι βέβαιος-η, σίγουρος-η ότι (+οριστική)
 Sans aucun doute ! = Αναμφίβολα! Αδιαμφισβήτητα!
 Ça ne fait aucun doute ! = Δε χωράει καμμία αμφιβολία!
 Certainement ! = Σίγουρα!/Βεβαίως!
 C'est sûr ! = Είναι σίγουρο!
 J'en suis sûr(e) ! = Είμαι σίγουρος-η (γι' αυτό)!

Le doute = Η αμφιβολία

Je doute que (+ subjonctif) = αμφιβάλλω (+υποτακτική)
 Je ne suis pas sûr(e) que (+ subjonctif) = δεν είμαι σίγουρος-η (+υποτακτική)
 Ça m'étonnerait ! = Θα με εξέπληττε !
 J'en doute ! = Αμφιβάλλω!
 Je ne crois/pense pas ! = Δεν πιστεύω/δε νομίζω!
 Pas sûr ! = Δεν είναι σίγουρο!

Unité 4 • Leçon 11

pp. (σελ.) 44-45

Bien manger • p. 44 =

Τρώω σωστά/Κάνω καλή διατροφή • σελ. 44

L'assiette des Français, p. 44 = Το πιάτο των Γάλλων, σελ. 44

Se nourrir = τρέφομαι

De plus en plus = όλο και περισσότερο

Bouger = κινούμαι

De moins en moins = όλο και λιγότερο

Mettre en garde = προειδοποιώ

L'adoption (f.) = η υιοθεσία

Une vie sédentaire = η καθιστική ζωή

Des produits transformés (m.) = μεταποιημένα προϊόντα

Des viennoiseries = διάφορα είδη γλυκών κρουασάν

En majorité de = στην πλειοψηφία

D'origine industrielle = βιομηχανικής προέλευσης

L'agence sanitaire = οργανισμός υγείας

Recueillir = συγκεντρώνω, μαζεύω, συλλέγω

Démontrer = επιδεικνύω, αποδεικνύω

Un apport = μια συνεισφορά

Estimer = εκτιμώ

Un constat = μια διαπίστωση

En matière de = όσον αφορά σε

Préoccupant(e) = ανησυχητικός-ή-ό

Le rapport = η αναφορά (εδώ), η σχέση

Respectivement = αντίστοιχα

Un pourcentage = ένα ποσοστό

Alarmant(e) = ανησυχητικός-ή-ό

La moitié des = οι μισοί των

Un tiers de = ένα τρίτο των

Quotidiennement = καθημερινά

En moyenne = κατά μέσο όρο

Indiquer = υποδεικνύω, δείχνω

Lexique, p. 45 = Λεξιλόγιο, σελ. 45

Se nourrir (la nourriture) = Τρέφομαι (η τροφή)

La malbouffe (fam.) = η κακή διατροφή

Les mauvaises habitudes alimentaires = οι κακές διατροφικές συνήθειες

Consommer des aliments trop sucrés, trop gras = καταναλώνω τρόφιμα με πάρα πολλή ζάχαρη, πάρα πολλά λιπαρά

Des plats industriels = βιομηχανικά φαγητά

Manger des plats tout prêts = τρώω έτοιμα φαγητά

Grignoter (le grignotage) = τσιμπολογώ (το τσιμπολόγημα)

Avoir des kilos en trop = έχω παραπάνω κιλά

Être en surpoids = είμαι υπέρβαρος-η

Être obèse (l'obésité) = είμαι παχύσαρκος-η (η παχυσαρκία)

Manger sainement = τρώω υγιεινά

Manger à des heures régulières = τρώω σε τακτικές/συγκεκριμένες ώρες

Prendre des repas équilibrés = παίρνω ισορροπημένα γεύματα

Ne pas sauter de repas = δεν παραλείπω γεύματα

Éviter **de** manger entre les repas = αποφεύγω να τρώω μεταξύ των γευμάτων

Ne pas être trop gourmand(e) = δεν είμαι πολύ λαίμαργος-η

Consommer des produits bios, des fibres = καταναλώνω βιολογικά προϊόντα, ίνες

Manger de 4 à 5 portions de fruits et légumes par jour = τρώω 4 με 5 μερίδες φρούτων και λαχανικών τη μέρα

Réduire sa consommation de sucre et de matière grasses/de graisses = μειώνω την κατανάλωσή που κάνω σε ζάχαρη και σε λιπαρά προϊόντα/λίπη

Lexique, p. 45 = Λεξιλόγιο, σελ. 45

La progression, l'évolution (f.) = η πρόοδος, η εξέλιξη

Doubler = διπλασιάζω/διπλασιάζομαι (απρόσωπο)

Tripler = τριπλασιάζω

Quadrupler = τετραπλασιάζω

Le nombre d'inscrits à ce club **a** presque **doublé** en un an. = Ο αριθμός των εγγεγραμμένων σε αυτό το κλαμπ (σύλλογο, οργάνωση) διπλασιάστηκε σχεδόν μέσα σε ένα χρόνο.

Passer **de... à** = περνάω από... σε

Le temps devant un écran **est passé de** 3 h 30 **à** 4 h 50. = Ο χρόνος (που περνάμε) μπροστά στην οθόνη πέρασε από 3.30 ώρες σε 4.50 ώρες.

Augmenter (une augmentation, une hausse) **de** = αυξάνομαι κατά (μια αύξηση, μια άνοδος)

≠ diminuer (une diminution), baisser (une baisse) = μειώνω (μια μείωση), κατεβάζω, χαμηλώνω (μια πτώση)

La consommation de plats industriels **a augmenté de** 3 % = Η κατανάλωση βιομηχανικών φαγητών αυξήθηκε κατά 3%.

Le nombre d'enfants en surpoids **a diminué de** 13% dans notre région. = Ο αριθμός υπέρβαρων παιδιών μειώθηκε κατά 13% στην περιοχή μας.

Unité 4 • Leçon 12

pp. (σελ.) 46-47

En pleine forme • p. 46 = Σε πλήρη φόρμα • σελ. 46

Vidéo Bref, j'ai pas dormi!, p.46, Με λίγα λόγια, δεν κοιμήθηκα!, σελ. 46

Déranger = ενοχλώ

Le lendemain matin = την επομένη το πρωί

Une association = ένας σύλλογος

Créer = δημιουργώ

Manque de sommeil chez les adolescents, p. 46 = Έλλειψη ύπνου στους εφήβους, σελ. 46

Stressant(e) = αγχωτικός-ή-ό

Par conséquent = επομένως, συνεπώς

Il est étonnant = Είναι εκπληκτικό

Épuisé(e) = εξαντλημένος-η-ο

Durant = κατά τη διάρκεια

Le rythme circadien = ο κιρκάδιος ρυθμός (ο βιολογικός ρυθμός του ανθρώπου κατά τη διάρκεια ενός εικοσιτετράωρου)

Le sommeil = ο ύπνος

L'éveil (m.) = το ξύπνημα, η αφύπνιση

S'allonger = ξαπλώνω

Atteindre = φθάνω, εγγίζω

Comparativement = συγκριτικά

Vif(e) = ζωηρός-ή-ό

Éveillé(e) = ξύπνιος-ια-ο

Adopter = υιοθετώ

De bonnes habitudes de sommeil = καλές συνήθειες στον ύπνο

Lorsque = όταν

Inciter = προτρέπω, παρακινώ

Préciser = διευκρινίζω, καθορίζω

S'endormir = αποκοιμιέμαι

Opérationnel(le) = αποτελεσματικός-ή-ό, δραστήριος-α-ο, λειτουργικός-ή-ό

Évidemment = προφανώς

Convaincre = πείθω

Cela pronoque = αυτό προκαλεί, προξενεί

Le déficit = το έλλειμμα

Rattraper/être rattrapé = αναπληρώνω, συμπληρώνω τα κενά, κερδίζω/
να συμπληρωθεί, να αναπληρωθεί

La concentration = η συγκέντρωση

Risquer = διακινδυνεύω, ρισκάρω

Nuire = βλάπτω

Des effets néfastes = δυσμενείς, επιβλαβείς, βλαβερές επιπτώσεις

Il est rare = Είναι σπάνιο

Terrassés par la grippe = καταβεβλημένα από τη γρίπη

Jongler avec trop d'engagements (m.) = προσπαθούν να διαχειριστούν
πάρα πολλές δεσμεύσεις

Le meilleur moyen = το καλύτερο μέσο

S'assurer = σιγουρεύομαι

Encourager = ενθαρρύνω

Sain(e) = ο/η/το υγιής-ές

Actif(ve) = ενεργός-ή-ό, δραστήριος-α-ο

Relever les facteurs = προσδιορίζω τους παράγοντες

Contribuer = συμβάλλω, συνεισφέρω

La fatigue = η κόυραση

En quoi consiste ? = Σε τι συνίσταται;

Manquer = λείπω, χάνω

Être déprimé(e) = έχω κατάθλιψη

Rester zen malgré tout = μένω σε καλή διάθεση (ζεν) παρόλες τις δυσκολίες

Lexique, p. 47 = Λεξιλόγιο, σελ. 47

La forme = Η φόρμα (η καλή φυσική κατάσταση)

Être **en** pleine forme = Είμαι σε εξαιρετική φόρμα, σε απόλυτα καλή φυσική
κατάσταση

Avoir plein d'énergie = Έχω πολλή ενέργεια

Être épuisé(e), crevé(e) (fam.) = είμαι εξαντλημένος-η-ο, ξεθεωμένος-η-ο,
πεθαμένος-η-ο από την κόυραση

Se traîner (fam.) = σέρνομαι

Manquer **d'**énergie = μου λείπει ενέργεια, δεν έχω ενέργεια

Avoir une vie saine = έχω μια υγιεινή ζωή

Faire de l'exercice = ασκώμαι

Se bouger (fam.) ≠ mener une vie sédentaire = κινούμαι ≠ κάνω μια καθιστική ζωή

Le moral = Το ηθικό

Avoir un bon moral = έχω καλό, υψηλό ηθικό

Un moral d'acier = ατσάλινο ηθικό

Avoir le moral à zéro = έχω ηθικό μηδέν

Être déprimé = έχω κατάθλιψη

Le manque de sommeil = Η έλλειψη ύπνου

Avoir des difficultés à s'endormir = δυσκολεύομαι να αποκοιμηθώ

Être privé(e) de sommeil = μου λείπει ύπνος, στερούμαι τον ύπνο

Ne pas être vif(e), éveillé(e) = δεν είμαι ζωηρός-ή-ό, ξύπνιος-α-ο

Ne pas être opérationnel(le) = δεν είμαι αποτελεσματικός-ή-ό, δραστήριος-α-ο, λειτουργικός-ή-ό

Avoir du mal à se concentrer = δυσκολεύομαι να συγκεντρωθώ

Le stress = Το άγχος

Être nerveux(se), tendu(e), stressé(e) = είμαι νευρικός-ή-ό, σε υπερένταση, αγχωμένος-η-ο

Savoir évacuer les tensions = ξέρω να εκτονώνω τις εντάσεις

Décompresser = μειώνω την πίεση/την υπερένταση.

Rester zen = μένω σε καλή διάθεση (ζεν)

Expressions populaires = Λαϊκές εκφράσεις

Avoir la pêche/la patate = είμαι σε φόρμα, έχω πολύ καλή διάθεση ≠

avoir le moral dans les chaussettes = έχω ηθικό μηδέν, δεν είμαι στα καλά μου

Lexique, p. 47 = Λεξιλόγιο, σελ. 47

Exprimer la cause/la conséquence = Εκφράζω την αιτία/την συνέπεια

Causer/Être la cause de	Προκαλώ, προξενώ, είμαι η αιτία
Le stress est la cause de plusieurs maladies.	Το άγχος είναι η αιτία πολλών ασθενειών.
Provoquer	Προκαλώ
Le grignotage peut provoquer l'obésité.	Το τσιμπολόγημα μπορεί να προκαλέσει την παχυσαρκία.
Effet négatif	Αρνητικό αποτέλεσμα
Nuire à	Βλάπτω
Fumer nuît à la santé.	Το κάπνισμα βλάπτει την υγεία.
Être nocif/ve pour	Είμαι επιβλαβής, βλαβερός-ή για
L'utilisation d'appareils numériques est nocive pour le sommeil.	Η χρήση ψηφιακών συσκευών είναι επιβλαβής για τον ύπνο.
Avoir des effets néfastes sur	Έχω δυσμενείς, επιβλαβείς, βλαβερές επιπτώσεις σε
Le déficit de sommeil a des effets néfastes sur la santé des ados.	Η έλλειψη ύπνου έχει επιβλαβείς, βλαβερές επιπτώσεις στην υγεία των εφήβων.

Unité 5 • Leçons 13, 14, 15 pp. (σελ.) 50-55

Unité 5 • Leçon 13 pp. (σελ.) 50-51

*Je veux un métier d'avenir ! • p. 50 =
Θέλω ένα επάγγελμα του μέλλοντος! • σελ. 50*

La conseillère d'orientation = η σύμβουλος εκπαίδευσης

Réfléchir = σκέφτομαι

L'avenir (m.) = το μέλλον

La qualité = το προσόν

École préparatoire = προπαρασκευαστική σχολή

L'admission (f.) à l'école = η εισαγωγή σε μια σχολή

Diplôme obtenu = δίπλωμα που αποκτήθηκε

Diplôme d'État de docteur vétérinaire = Κρατικό δίπλωμα κτηνιάτρου

Recruter = προσλαμβάνω

Je veux un métier d'avenir ! (Transcription du dialogue), p. (σελ.) 124

Précis(e) = ο/η ακριβής-ές, συγκεκριμένος-η-ο,

Un petit boulot = μια μικροδουλειά (εργασία για μικρό χρονικό διάστημα με χαμηλό μισθό)

Je suis doué(e) = είμαι καλός-ή-ό σε ένα μάθημα

Plutôt = κυρίως

La compétence = ικανότητα, δεξιότητα

Créatif(ve) = δημιουργικός-ή-ό

Patient(e) = υπομονετικός-ή-ό

Garder mon calme = κρατάω την ηρεμία μου

En dehors de = εκτός από

S'occuper de = ασχολούμαι με

La jument = η φοράδα

Envisager = σκέφτομαι, θεωρώ, σκοπεύω να

Correspondre = αντιστοιχώ

Tant mieux = τόσο το καλύτερο

Passer un concours = συμμετέχω, παίρνω μέρος/δίνω εξετάσεις σε έναν διαγωνισμό

Faire deux ans de prépa = κάνω δύο χρόνια προετοιμασίας για εισαγωγή σε Ανώτατη Σχολή

Durer = διαρκώ

Obtenir un diplôme = αποκτώ, παίρνω ένα δίπλωμα

La vie active = η ενεργή ζωή

Lexique, p. 50 = Λεξιλόγιο, σελ. 50

L'orientation scolaire = Ο σχολικός προσανατολισμός

Être doué(e) **en** physique = είμαι καλός-ή στην φυσική

Avoir un don **pour** les langues = έχω κλίση στις γλώσσες

Avoir du talent **pour** le dessin = έχω ταλέντο στο σχέδιο

Choisir une spécialité après la seconde (arts, littérature-philosophies, langues, mathématiques, sciences de la Vie et de la Terre...) = επιλέγω μια ειδικότητα μετά την πρώτη λυκείου (τέχνες, λογοτεχνία-φιλοσοφίες, γλώσσες, μαθηματικά, βιολογία...)

Suivre une filière technologique = ακολουθώ μια τεχνολογική κατεύθυνση

Lexique, p. 50 = Λεξιλόγιο, σελ. 50

Les examens = Οι εξετάσεις

Passer un examen = δίνω εξετάσεις

Se présenter à un concours = παρουσιάζομαι σε ένα διαγωνισμό

Réussir ≠ rater un examen = πετυχαίνω ≠ αποτυγχάνω σε μια εξέταση

Être reçu(e) ≠ échouer **à** un examen = ολοκληρώνω επιτυχώς μια εξέταση (περνάω τις εξετάσεις) ≠ αποτυγχάνω στις εξετάσεις

Avoir son baccalauréat/bac (fam.) = παίρνω το απολυτήριο λυκείου

Les études supérieures (1) = Οι ανώτατες σπουδές (1)

Faire une classe préparatoire/une prépa (fam.) = Κάνω μια τάξη προετοιμασίας για εισαγωγή σε Ανώτατη Σχολή

Entrer **à** l'université = μπαίνω στο πανεπιστήμιο

Entreprendre des études de droit, de commerce, d'ingénieur = (κάνω) σπουδές νομικής, εμπορίου, μηχανικού

Être admis(e) (une admission) aux Beaux-Arts = Γίνομαι δεκτός-ή στη Σχολή Καλών Τεχνών (η εισαγωγή)

Intégrer une grande école = Μπαίνω σε μια Ανώτατη Σχολή

Lexique, p. 51 = Λεξιλόγιο, σελ. 51

Les études supérieures (2) = Οι ανώτατες σπουδές (2)

Faire des études de lettres à la Sorbonne = κάνω σπουδές φιλολογίας

στη Σορβόννη (σπουδάζω φιλολογία στη Σορβόννη)

Être à la faculté/la fac (fam.) de médecine = είμαι στη σχολή της Ιατρικής

Obtenir un diplôme = παίρνω ένα δίπλωμα

Être diplômé(e) **de** Sciences Po = είμαι διπλωματούχος Πολιτικών Επιστημών

(έχω δίπλωμα στις Πολιτικές Επιστήμες)

Être docteur **en** médecine = είμαι διδάκτωρ ιατρικής

Lexique, p. 51 = Λεξιλόγιο, σελ. 51

Parler de ses projets = Μιλάω για τα σχέδιά μου

J'ai l'intention de	Έχω την πρόθεση να		
J'envisage de	Σκέφτομαι να	+ infinitif	+ απαρέμφατο
Je projette de	Σχεδιάζω να		
Je compte	Λογαριάζω να		
Je vais me mettre à	Θα ξεκινήσω	+ nom	+ ουσιαστικό
Il est possible que	Είναι δυνατόν	+ subjonctif	+ υποτακτική

Je réfléchis **à** mon avenir. = Σκέφτομαι το μέλλον μου.

Je n'ai pas de projet précis. = Δεν έχω συγκεκριμένο σχέδιο.

J'hésite **entre... et...** = Διστάζω ανάμεσα σε... και σε...

Communication, p. 51 = Επικοινωνία, σελ. 51

Encourager = Ενθαρρύνω

C'est très bien ! Bravo ! = Είναι πολύ καλό! Μπράβο!

Vas-y ! Fonce ! = Εμπρός, πήγαινε! Όρμα!

Tu peux y arriver ! Tu peux le faire ! = Μπορείς να τα καταφέρεις!

Μπορείς να το κάνεις!

Courage ! Ça va aller ! = Κουράγιο! Θα πάει καλά!

Je suis sûr(e) que tu vas réussir ! = Είμαι σίγουρος-η ότι θα τα καταφέρεις!

Unité 5 • Leçon 14

pp. (σελ.) 52-53

Travailler • p. 52 = Εργάζομαι, δουλεύω • σελ. 52

À la découverte du monde du travail, p. 52 = Ανακαλύπτοντας τον κόσμο της εργασίας, σελ. 52

Salaire net = καθαρός μισθός

Monde de brutes = κτηνώδης κόσμος

À l'origine = αρχικά

Puisque = εφόσον

L'emploi (m.) = η εργασία

La branche = ο κλάδος

Ils enchaînent = βιώνουν/ζουν διαδοχικά

L'expériences (f.) = η εμπειρία

Varié(e) = ποικίλος-η-ο, διάφορος-η-ο

Réjouissant(e) = ευχάριστος-η-ο

Le goûteur (m.) de plats cuisinés = ο δοκιμαστής φαγητών

L'acteur(trice) pour les goûters d'anniversaire = ο/η ηθοποιός για τα πάρτι γενεθλίων

Le livreur de pizzas = ο διανομέας πίτσας

Une campagne publicitaire = μια διαφημιστική καμπάνια

Le gardien de musée = ο φύλακας μουσείου

Se sentir ridicule = νιώθω/αισθάνομαι γελοίος-α

Odieux(se) = ο/η απεχθής-ές

Décevant(e) = απογοητευτικός-ή-ό

Le salaire bas = ο χαμηλός μισθός

Le couple = το ζευγάρι

Attirer = ελκύω

Publier = δημοσιεύω

Les planches de BD = οι σελίδες ενός κόμικ

La moquerie = ο χλευασμός

Décevoir = απογοητεύω

Désagréable = δυσάρεστος-η-ο

De courte durée = μικρής διάρκειας

Lexique, p. 53 = Λεξιλόγιο, σελ. 53

Le travail = η εργασία

Rechercher un emploi = αναζητώ εργασία

Consulter une petite annonce = συμβουλευόμαι μια μικρή αγγελία

Envoyer son CV (curriculum vitae) = στέλνω το Βιογραφικό μου Σημείωμα

Une lettre de motivation = επιστολή εκδήλωσης ενδιαφέροντος

Avoir des compétences (f.) = έχω ικανότητες/δεξιότητες

Passer un entretien = δίνω συνέντευξη

Entrer dans la vie active = μπαίνω στην ενεργή ζωή (αρχίζω να εργάζομαι)

Être recruté(e)/engagé(e) pour un job d'été = με προσλαμβάνουν σε μια καλοκαιρινή δουλειά

Recevoir un salaire = παίρνω έναν μισθό

Faire un stage d'été = κάνω μια καλοκαιρινή πρακτική άσκηση

Un/une stagiaire = ένας/μια εκπαιδευόμενος-η

Acquérir (j'ai acquis) de l'expérience = αποκτώ (απέκτησα) εμπειρία

L'entreprise (f.) = η επιχείρηση

La start-up = μια καινούργια επιχείρηση

Le patron = το αφεντικό

Lexique, p. 53 = Λεξιλόγιο, σελ. 53

Les petits boulots = οι μικροδουλειές

Le/la livreur(euse) = ο/η διανομέας

Le/la serveur(euse) = ο/η σερβιτόρος

Le/la surveillant(e) de plage = ο/η επιβλέπων-ουσα στην παραλία

L'animateur (m.)/L'animatrice (f.) dans un centre de vacances =

ο/η εμψυχωτής-τρια σε ένα κέντρο διακοπών

Le/la promeneur(euse) de chiens = ο/η περιπατητής-τρια/ο/η συνοδός σκύλων

Le/la distributeur(trice) de prospectus = ο/η διανομέας διαφημιστικών φυλλαδίων

Le/la baby-sitter (faire du baby-sitting) = ο/η μπίμπι σίτερ/η νταντά (κάνω μπίμπι σίτιγκ)

La jeune fille au pair (travailler au pair) = η νεαρή κοπέλα που εργάζεται σε μια οικογένεια, κρατάει τα παιδιά της οικογένειας και κάνει και κάποιες δουλειές στο σπίτι. Ως αντάλλαγμα έχει διαμονή και διατροφή δωρεάν και λαμβάνει μια μικρή αμοιβή για την εργασία της.

Unité 5 • Leçon 15

pp. (σελ.) 54-55

Bien choisir son métier, p. 54 =
Διαλέγω σωστά το επάγγελμά μου, σελ. 54

Pilote de ligne, p. 54 = Πιλότος πολιτικής αεροπορίας, σελ. 54

La recherche = η αναζήτηση

Gérer = διαχειρίζομαι

L'imprévu (m.) = το απρόβλεπτο

Le sang-froid = η ψυχραιμία

La turbulence = η ανατάραξη

La visibilité = η ορατότητα

Le verglas = η στρώση πάγου στο οδόστρωμα

La piste d'atterrissage = ο διάδρομος προσγείωσης

Le/la passager(ère) = ο/η επιβάτης

D'après = σύμφωνα με

La majorité des professionnels = η πλειοψηφία των επαγγελματιών

Voler = πετάω

Compenser = αντισταθμίζω

Permanent(e) = μόνιμος-η-ο

La manette = το χειριστήριο

Le carburant = το καύσιμο

Constamment = συνεχώς

Attentif(ve) = προσεχτικός-ή-ό

Vérifier = ελέγχω

Le vol = η πτήση

Il porte une lourde responsabilité = φέρει βαριά ευθύνη

Veiller = προσέχω

Le chargement = η φόρτωση

Arriver à bon port = φθάνω με ασφάλεια

La marchandise = το εμπόρευμα

Se limiter = περιορίζομαι

Le trajet = η διαδρομή

Se mettre en contact avec = έρχομαι σε επαφή με

La tour de contrôle = ο πύργος ελέγχου

Le déchargement = η εκφόρτωση

Prestigieux(se) = (αυτός/αυτή) που έχει υψηλό κύρος/μεγάλη σπουδαιότητα

Mieux vaut = αξίζει καλύτερα
 L'endurance = η αντοχή
 Supporter = υποφέρω
 Les nuits blanches = λευκές νύχτες = νύχτες που ξενυχτάει κανείς
 Le décalage = η διαφορά, η απόσταση
 La pression = η πίεση
 Lié(e) à = συνδέεται με
 Fasciner = γοητεύω, μαγεύω
 Le candidat = ο υποψήφιος
 Parvenir = καταφέρνω
 Le rang = η σειρά
 Le/la copilote = ο/η συγκυβερνήτης
 Le/la commandant(e) de bord = ο/η κυβερνήτης του σκάφους
 Le couronnement = η ολοκλήρωση, η εκπλήρωση
 À bord = στο σκάφος
 Le plus haut gradé = η υψηλότερη κατάταξη
 La conduite = η οδήγηση
 Superviser = επιβλέπω
 Coordonner = συντονίζω, εναρμονίζω, συνδέω
 Horaires anarchiques = ακατάστατα ωράρια
 Les aptitudes intellectuelles = πνευματικές ικανότητες
 Il faut notamment être doté(e) de = πρέπει να είσαι κυρίως προικισμένος-η με
 La vue = η όραση
 L'ouïe (f.) = η ακοή
 L'École nationale d'aviation civile (Enac) = Εθνική σχολή πολιτικής αεροπορίας
 Recruter sur concours = προσλαμβάνω με διαγωνισμό
 Par la suite = στη συνέχεια
 L'encadré spécifique (m.) = το ειδικό πλαίσιο
 Affronter = αντιμετωπίζω

Lexique p. 55 = Λεξιλόγιο σελ. 55

Les métiers qui font rêver = Ονειρικά επαγγέλματα

Le/la décorateur(trice) d'intérieur = ο/η διακοσμητής-τρια εσωτερικού χώρου
 Le/la chef = ο σεφ/μάγειρας
 Le/la vétérinaire = ο/η κτηνίατρος
 Le/la coach sportif(ve) = ο/η προπονητής-τρια αθλημάτων
 Le/la pilote de ligne = ο/η πιλότος πολιτικής αεροπορίας
 L'astronaute (m./f.) = ο/η αστροναύτης
 Le/la dirigeant(e) de start-up = ο/η διευθύνων-ουσα μιας νεοσύστατης εταιρείας
 Le/la graphiste = ο/η γραφίστας

Le/la webmaster = ο/η υπεύθυνος-η διαχείρισης μιας ιστοσελίδας (συντήρηση-ενημέρωση)

Le/la développeur(euse) informatique = ο/η ειδικός ανάπτυξης ή βελτίωσης προγραμμάτων και εφαρμογών Η/Υ

Le/la concepteur(trice) d'applications = ο/η σχεδιαστής εφαρμογών

Lexique, p. 55 = Λεξιλόγιο, σελ. 55

Les qualités pour exercer un métier = Τα προσόντα για να ασκήσω ένα επάγγελμα

Être capable de prendre des décisions rapidement = είμαι ικανός-ή να πάρω αποφάσεις γρήγορα

Savoir garder son calme = ξέρω να κρατώ την ηρεμία μου

Avoir le goût du risque = μου αρέσει να ρισκοκινδυνεύω

Être courageux(euse) = είμαι θαρραλέος-α

Aimer le contact humain = μου αρέσει η επαφή/επικοινωνία με τους ανθρώπους

Aimer le travail en équipe = μου αρέσει να δουλεύω σε ομάδα

Avoir de l'imagination = έχω φαντασία

Être habile de ses mains = είμαι επιδέξιος-α με τα χέρια μου

Être aimable = είμαι ευγενικός-ή, αγαπητός-ή

Avoir le sens de l'écoute = ξέρω να ακούω

Avoir le sens de la communication = έχω την ικανότητα της επικοινωνίας

Être organisé(e), méthodique = είμαι οργανωμένος-η, μεθοδικός-ή

Être rigoureux(euse) = είμαι σχολαστικός-ή, αυστηρός-ή

Avoir de la force physique, de l'endurance = έχω φυσική δύναμη, αντοχή

Unité 6 • Leçons 16, 17, 18 pp. (σελ.) 60-65

Unité 6 • Leçon 16 pp. (σελ.) 60-61

Pas terrible ! • p. 60 = Τίποτα το φοβερό! • σελ. 60

Un événement culturel (m.) = ένα πολιτιστικό γεγονός

Apprécier = εκτιμώ

Pas terrible ! (Transcription du dialogue), p. (σελ.) 124

Ne pas toucher aux toiles = μην αγγίζετε τους πίνακες

Mal habillé(e) = κακοντυμένος-η-ο

L'autoportrait du peintre (m.) = η αυτοπροσωπογραφία του ζωγράφου

Les illuminations des monuments = οι φωτισμοί των μνημείων

Lexique, p. 60 = Λεξιλόγιο, σελ. 60

Le musée = Το μουσείο

Fréquenter un musée = επισκέπτομαι ένα μουσείο

Faire une visite guidée = κάνω επίσκεψη/περιήγηση με ξεναγό

Un visiteur = ένας επισκέπτης

Un guide = ένας ξεναγός

Un audio-guide = μια ηχητική ξενάγηση (ξενάγηση με ακουστικά)

Abriter une collection = στεγάζω μια συλλογή

Une exposition permanente ≠ temporaire = μια μόνιμη έκθεση ≠ προσωρινή

Exposer = εκθέτω

Une rétrospective consacrée à = μια αναδρομή αφιερωμένη σε

Un musée d'art populaire, d'art contemporain = ένα μουσείο λαϊκής τέχνης, σύγχρονης τέχνης

Une galerie d'art moderne = μια γκαλερί σύγχρονης τέχνης

Un éco-musée = ένα οικολογικό μουσείο

Un musée thématique = ένα θεματικό μουσείο

Un musée interactif (une visite virtuelle) = ένα διαδραστικό μουσείο
(μια εικονική επίσκεψη)

Une œuvre d'art = ένα έργο τέχνης

Une peinture (un/une peintre) = μια ζωγραφιά/ένας πίνακας ζωγραφικής
(ένας/μια ζωγράφος)

Un nu = ένα γυμνό

Un portrait = ένα πορτραίτο

Un autoportrait = μια αυτοπροσωπογραφία

Un paysage = ένα τοπίο

Une nature morte = μια νεκρή φύση

Un tableau = ένας πίνακας

Une toile = ένας καμβάς

Une sculpture = ένα γλυπτό

Un/une sculpteur(trice) = ένας/μια γλύπτης-τρια

Une statue = ένα άγαλμα

Un objet archéologique = ένα αρχαιολογικό αντικείμενο

Une antiquité = ένα αρχαίο αντικείμενο

Une poterie = ένα πήλινο αγγείο

Unité 6 • Leçon 17

pp. (σελ.) 62-63

Au théâtre • p. 62 = Στο θέατρο • σελ. 62

Comédie de Molière = Κωμωδία του Μολιέρου, p. (σελ.) 62

La pièce = ένα θεατρικό έργο

Le genre = το είδος

Quelle troupe ! = Τι θίασος!

Quelle interprétation ! = Τι ερμηνεία!

Unique = μοναδικός-ή-ό

Quant à = όσον αφορά

Une merveille baroque ! = Ένα θαύμα ύφους μπαρόκ!

Seul point noir = το μοναδικό μελανό σημείο

Une grande déception = μια μεγάλη απογοήτευση

À mon goût = σύμφωνα με το γούστο μου/κατά το γούστο μου

Réussi(e) = πετυχημένος-η-ο

Splendide = λαμπρός-ή-ό, πανέμορφος-η-ο

Original(e) = πρωτότυπος-η-ο

Faire date = αφήνω εποχή, μένω στην ιστορία

Lexique, p. 63 = Λεξιλόγιο, σελ. 63

Le spectacle vivant = Το ζωντανό θέαμα

Une représentation théâtrale = μια θεατρική παράσταση

Un opéra = μια όπερα

Une comédie musicale = μια μουσική κωμωδία

Un ballet = ένα μπαλέτο

Un café-théâtre = ένα καφέ-θέατρο

Un cirque = ένα τσίρκο

Un spectacle de rue = μια παράσταση στο δρόμο

Une manifestation culturelle = μια πολιτιστική εκδήλωση

Un événement culturel = ένα πολιτιστικό γεγονός

Le théâtre = το θέατρο

La scène = η σκηνή

Les coulisses = τα παρασκήνια

Le décor = το σκηνικό

Les costumes = τα κοστούμια

Assister à la première = παρευρίσκομαι στην πρεμιέρα

Un théâtre en plein air = ένα υπαίθριο/ανοιχτό θέατρο

Un amphithéâtre = ένα αμφιθέατρο

Monter une pièce = ανεβάζω μια παράσταση

Une comédie = μια κωμωδία

Une tragédie = μια τραγωδία

Un drame = ένα δράμα

Un/une metteur en scène = ένας/μία σκηνοθέτης

La mise en scène = η σκηνοθεσία

La troupe = ο θίασος

Le/la comédien = ο/η ηθοποιός

Incarner un personnage = ενσαρκώνω ένα χαρακτήρα

Monter sur les planches = ανεβαίνω στο σανίδι

Faire un stand-up = κάνω ένα σταντ-απ (κάνω σόλο κωμωδία)

Jouer un rôle de premier/second plan = παίζω ένα πρωταγωνιστικό/δεύτερο ρόλο

Improviser = αυτοσχεδιάζω

Une improvisation = ο αυτοσχεδιασμός

La salle = η αίθουσα

Le public = το κοινό

Un spectacle de rue = το θέαμα (η παράσταση) του δρόμου

Le lever du rideau = το σήκωμα της αυλαίας

Frapper les trois coups = χτυπάω το τρίτο κουδούνι (ενημέρωση για την έναρξη της παράστασης)

Communication, p. 63 = Επικοινωνία, σελ. 63

Formuler une critique = κάνω μια κριτική



C'est très réussi. = Είναι πολύ πετυχημένο.

C'est un véritable chef-d'œuvre ! = Είναι ένα πραγματικό αριστούργημα!

C'est une merveille ! = Είναι ένα θαύμα!

C'est émouvant. = Είναι συγκινητικό.

C'est bouleversant. = Είναι συγκλονιστικό/συνταρακτικό.

C'est original, exceptionnel. = Είναι πρωτότυπο, εξαιρετικό.

J'ai beaucoup apprécié. = Το εκτίμησα πολύ.

Les décors étaient splendides. = Τα σκηνικά ήταν πανέμορφα.

Les acteurs étaient remarquables. = Οι ηθοποιοί ήταν έξοχοι/εξαιρετικοί.



C'est une grande déception. = Είναι μεγάλη απογοήτευση.

C'est décevant. = Είναι απογοητευτικό.

C'est n'importe quoi. = Είναι ό,τι να 'ναι.

C'est mal fait, mal organisé, mal écrit. = Είναι κακοφτιαγμένο, άσχημα οργανωμένο, κακογραμμένο.

C'est banal, sans intérêt. = Είναι συνηθισμένο, χωρίς ενδιαφέρον.

C'est pas terrible (fam.). = Δεν είναι τίποτα το φοβερό.

Ça manque de l'originalité. = Χωρίς πρωτοτυπία.

C'est très kitsch ! = Είναι πολύ κιτς!

Unité 6 • Leçon 18

pp. (σελ.) 64-65

Une incroyable passion ! • p. 64 =
Ένα απίστευτο πάθος! • σελ. 64

Une incroyable passion ! (Transcription du dialogue), p. (σελ.) 124-125

Une fiction = μια μυθοπλασία, φανταστική ιστορία

Un livre-enquête = ένα βιβλίο-έρευνα

La correspondante de presse = η ανταποκρίτρια τύπου

Passionnant(e) = συναρπαστικός-ή-ό

Captivant(e) = μαγευτικός-ή-ό

Des passeurs de livres sous les bombes, p. 64 = Παράνομοι διακινητές βιβλίων κάτω από τις βόμβες, σελ. 64

Secrètement = μυστικά

Le savoir = η γνώση

Faire le lien = κάνω το σύνδεσμο

Surprenant(e) = εκπληκτικός-ή-ό

Le surnom = το ψευδώνυμο

Qualifier = χαρακτηρίζω

Un lien = ένας σύνδεσμος

Un refuge = ένα καταφύγιο

L'odeur (f.) = η οσμή, η μυρωδιά

Se mêler à = αναμειγνύομαι, ανακατεύομαι

La poudre d'explosifs = το μπαρούτι

Un/une volontaire = ένας/μία εθελοντής-ντρια

S'activer = δραστηριοποιούμαι

Classer = ταξινομώ

Un ouvrage sauvé = ένα έργο που διασώθηκε

Les ruines = τα ερείπια

Un geste de paix = μια ειρηνική χειρονομία

Enterré(e) = θαμμένος-η-ο

Le/la porte-parole = ο/η εκπρόσωπος

Un/une fondateur(trice) = ένας ιδρυτής/μία ιδρύτρια

Une interruption = μια διακοπή

Emprunter = δανείζομαι

Une apparence = μια εμφάνιση

Lexique, p. 65 = Λεξιλόγιο, σελ. 65

La lecture = Το διάβασμα

Lire/bouquiner (fam.) = διαβάζω

Être un lecteur/lectrice passionné(e) = είμαι παθιασμένος-η αναγνώστης-τρια

Dévorer un bouquin (fam.) = καταβροχθίζω ένα βιβλίο

Emprunter un ouvrage à la bibliothèque = δανείζομαι ένα βιβλίο από την βιβλιοθήκη

Un/une auteur(e) = ένας/μία δημιουργός

Un/une écrivain(e) = ένας/μία συγγραφέας

Un romancier, une romancière = ένας/μία μυθιστοριογράφος

La littérature classique = η κλασσική λογοτεχνία

Un roman policier/un polar (fam.) = ένα αστυνομικό μυθιστόρημα

Un roman historique = ένα ιστορικό μυθιστόρημα

Une biographie = μια βιογραφία

Une saga = ένα έπος

Une collection = μια συλλογή

Un tome = ένας τόμος

Un volume = ένα τεύχος

Un roman adapté au cinéma = ένα μυθιστόρημα διασκευασμένο για το σινεμά

Un livre numérique (un e-book) = ένα ψηφιακό βιβλίο

Une liseuse = μια συσκευή ψηφιακής ανάγνωσης

Un best-seller = ένα μπεστ-σέλερ (βιβλίο με πολύ υψηλές πωλήσεις)

Un coup de cœur = μια άμεση επιτυχία που ενθουσιάζει αμέσως το κοινό

Remporter un prix littéraire = παίρνω ένα λογοτεχνικό βραβείο

Le prix Goncourt = το βραβείο Goncourt (βραβείο λογοτεχνίας)

Le prix Renaudot = το βραβείο Renaudot (βραβείο λογοτεχνίας)

Le prix Femina = το βραβείο Femina (βραβείο λογοτεχνίας)

Une maison d'édition = ένας εκδοτικός οίκος

Un/une éditeur(trice) = ένας/μία εκδότης-τρια

Publier = εκδίδω, δημοσιεύω

Unité 7·Leçons 19, 20, 21 pp. (σελ.) 68-73

Unité 7·Leçon 19 pp. (σελ.) 68-69

Tu n'as qu'à prendre un panier ! • p. 68 =
Δεν έχεις παρά να πάρεις ένα καλάθι! • σελ. 68

Tu n'as qu'à prendre un panier ! (Transcription du dialogue), p. (σελ.) 125

Le gros budget = ο μεγάλος προϋπολογισμός

Livrer à domicile = παραδίδω (κάτι) κατ' οίκον

Lexique, p. 68 = Λεξιλόγιο, σελ. 68

Le commerce traditionnel = Το παραδοσιακό εμπόριο

Un/une producteur(trice) = ένας/μία παραγωγός

Un/ consommateur(trice) = ένας/μία καταναλωτής-τρια

Un/une client(e) = ένας/μία πελάτης-ισα

Un hypermarché = μια υπεραγορά

Un supermarché = ένα σούπερ μάρκετ

Une supérette = ένα παντοπωλείο

Un/une petit(e) commerçant(e) du centre-ville = ένας μικρέμπορος στο κέντρο της πόλης

Un rayon = ένας διάδρομος

Une caisse = ένα ταμείο

Un caddie/un chariot = ένα καροτσάκι σουπερμάρκετ

Un panier = ένα καλάθι

Un sac (en) panier = μια χάρτινη τσάντα

Un sac (en) plastique = μία πλαστική τσάντα (σακούλα)

Un ticket de caisse = μία απόδειξη

Communication, p. 68 = Επικοινωνία, σελ. 68

La restriction = Ο περιορισμός

Je ne fais mes courses qu'en hypermarché. = Δε κάνω τα ψώνια μου, παρά μόνο στην υπεραγορά.

Tu n'as qu'à faire tes achats dans la supérette près de chez toi ! = Δεν έχεις παρά να κάνεις τα ψώνια σου στο παντοπωλείο κοντά στο σπίτι σου!

Lexique, p. 69 = Λεξιλόγιο, σελ. 69

Le e-commerce = Το ηλεκτρονικό εμπόριο

Le commerce en ligne = το εμπόριο στο διαδίκτυο

Un/une cyberconsommateur-trice = ο/η (κυβερνο-καταναλωτής) ένας/μία καταναλωτής-τρια μέσω διαδικτύου

Une cyberboutique = ένα διαδικτυακό κατάστημα

Un e-shop = ένα ηλεκτρονικό κατάστημα

Un paiement sécurisé = μια ασφαλής πληρωμή

Se faire livrer à domicile = μου παραδίδουν (κάτι) κατ' οίκον

Récupérer ses achats en magasin = παραλαμβάνω τις αγορές μου από το κατάστημα



Commander de son canapé = παραγγέλνω από τον καναπέ μου

Eviter de faire la queue à la caisse = αποφεύγω την ουρά στο ταμείο

Comparer les prix = συγκρίνω τις τιμές

Faire des économies = εξοικονομώ χρήματα/κάνω οικονομία



Frais de transport très élevés = υψηλά έξοδα αποστολής

Produits perdus = απολεσθέντα προϊόντα

Délais de livraison trop longs = μεγάλος χρόνος παράδοσης

Risque de se faire pirater sa carte bancaire = κίνδυνος να υποκλαπούν τα στοιχεία της τραπεζικής μου κάρτας

Unité 7 • Leçon 20

pp. (σελ.) 70-71

J'ai craqué ! • p. 71 = Δεν άντεξα τον πειρασμό! • σελ. 71

C'est quoi la consommation ?, p. 70 = Τι είναι η κατανάλωση;, σελ. 70

Les biens matériels = τα υλικά αγαθά

Les biens immatériels = τα άυλα αγαθά

Une coupe de cheveux = ένα κούρεμα/κόψιμο μαλλιών

Étiqueter = τοποθετώ ετικέτα

Les règles favorables = οι ευνοϊκοί κανόνες

Les pièces détachées = τα ανταλλακτικά

Réparable = που μπορεί να επισκευαστεί, επισκευάσιμο

Lexique, p. 71 = Λεξιλόγιο, σελ. 71

Qu'est-ce qui influence notre consommation ? = Τι επηρεάζει την κατανάλωσή μας;

La publicité/la pub (fam.) = η διαφήμιση

Une agence de publicité = ένα διαφημιστικό γραφείο

Un publicitaire = ένας διαφημιστής

Une affiche = μία αφίσα

Un spot = ένα διαφημιστικό μήνυμα

Un pop-up = ένα pop-up (ένα διαφημιστικό παράθυρο που εμφανίζεται στην οθόνη)

Une annonce = μια αγγελία, μια ανακοίνωση

Une marque (un logo) = μια μάρκα (ένα λογότυπο)

Un label = ένα σήμα

Un prix (un produit en promotion, une offre spéciale, une bonne affaire) =
μια τιμή (ένα προϊόν σε έκπτωση/σε προσφορά, μια ειδική προσφορά, μια καλή αγορά)

Un emballage attractif = ένα ελκυστικό περιτύλιγμα

Une cible = ένας στόχος

Conséquences = Συνέπειες

Craquer pour toutes ses envies (fam.) = λυγίζω μπροστά σε όλες μου
τις επιθυμίες

Un achat impulsif = μια παρορμητική αγορά

Éclater son budget = ξεφεύγω από τον προϋπολογισμό

Jeter l'argent **par** les fenêtres = ξοδεύω άσκοπα τα χρήματά μου (σκορπώ
τα χρήματα από το παράθυρο)

Unité 7 • Leçon 21

pp. (σελ.) 72-73

Consommer autrement • p. 72 =
Καταναλώνω διαφορετικά • σελ. 72

Des plans malins!, p. 72 = Έξυπνα σχέδια!, σελ. 72

Se multiplier = πολλαπλασιάζομαι

S'entraider = βοηθάει ο ένας τον άλλον

Déranger = διορθώνω τη βλάβη, επισκευάζω

Rapprocher = προσεγγίζω

Impulsive(ve) = παρορμητικός-ή-ό

L'effet de mode = οι επιταγές της μόδας

Lexique, p. 73 = Λεξιλόγιο, σελ. 73

Consommer autrement = Καταναλώνω διαφορετικά

Acheter directement aux petits producteurs locaux = αγοράζω απευθείας από μικρούς τοπικούς παραγωγούς

Choisir des légumes de saison = διαλέγω εποχιακά λαχανικά

Au lieu d'acheter (être propriétaire) = αντί να αγοράσω (είμαι ιδιοκτήτης-τρια)

Louer (un/une locataire) = νοικιάζω (ένας/μία ενοικιάστρια)

Échanger (un échange) = ανταλλάζω (μια ανταλλαγή)

Troquer (le troc) = ανταλλάζω (η ανταλλαγή)

Partager (le partage) = μοιράζω, μοιράζομαι (το μοίρασμα)

Acheter d'occasion dans les vide-greniers = αγοράζω μεταχειρισμένα στα παζάρια ιδιωτών

Les brocantes = παλιατζιδικα/παλαιοπωλείο

Récupérer = ανακτώ

Faire de la récupération/récup' (fam.) = ανακτώ ένα αντικείμενο (το αποκαθιστώ για να του δώσω μια νέα χρήση)

Détourner des objets = αλλάζω τη χρήση ενός αντικειμένου

Restaurer ses meubles = συντηρώ τα έπιπλα μου/αποκαθιστώ τις φθορές στα έπιπλα μου

Coudre ses vêtements = ράβω τα ρούχα μου

Réparer soi-même = επιδιορθώνω/επισκευάζω μόνος μου

Donner une nouvelle vie aux objets = δίνω μια νέα ζωή στα αντικείμενα

Unité 8 • Leçon 22

pp. (σελ.) 76-77

Si le téléphone n'avait pas été inventé... • p. 76 =

Αν δεν είχε εφευρεθεί το τηλέφωνο... • σελ. 76

Si le téléphone n'avait pas été inventé...

(Transcription du dialogue), p. (σελ.) 125

L'invention = η εφεύρεση

Exagérer = υπερβάλλω

Révolutionner = επαναστατώ

Fabriquer = κατασκευάζω

La pénicilline = η πενικιλίνη

Le vaccin = το εμβόλιο

La rage = η λύσσα

Le procédé de pasteurisation = η διαδικασία της παστερίωσης

J'y pense = (τώρα) που το σκέφτομαι

La découverte = η ανακάλυψη

Lexique, p. 76 = Λεξιλόγιο, σελ. 76

La recherche = Η έρευνα

Un/une chercheur(euse) = ένας/μία ερευνητής-τρια

Un savant(e) = ένας/μία λόγιος-α/σοφός-ή

Un génie = μια ιδιοφυία

Rechercher un virus = ερευνώ έναν υιό

Découvrir un médicament (une découverte) = ανακαλύπτω ένα φάρμακο
(μια ανακάλυψη)

Un traitement = μια θεραπεία

Mettre au point un vaccin = τελειοποιώ ένα εμβόλιο

Réaliser une expérience scientifique = πραγματοποιώ ένα επιστημονικό πείραμα

Un laboratoire de recherche = ένα εργαστήριο ερευνών

Inventer une machine (un/une inventeur(trice), une invention) = εφευρίσκω
μια μηχανή (ένας/μία εφευρέτης, μια εφεύρεση)

Fabriquer un appareil (un/une fabricant(e), une fabrication) =
κατασκευάζω μια συσκευή (ένας κατασκευαστής, μια κατασκευή)

Le progrès = Η πρόοδος

Progresser = προοδεύω

Avancer (une avance décisive) = προχωράω/προοδεύω (ένα καθοριστικό προβάδισμα)

Évoluer (une évolution) = εξελίσσω (μια εξέλιξη)

Se développer (le développement) = αναπτύσσομαι (η ανάπτυξη)

Se transformer (une transformation) = μεταμορφώνομαι (μια μεταμόρφωση)

Innover (une innovation technologique) = καινοτομώ (μια τεχνολογική καινοτομία)

Bouleverser = ανατρέπω

Révolutionner (une révolution) = επαναστατώ (μια επανάσταση)

Unité 8 • Leçon 23

pp. (σελ.) 78-79

Buddy, un robot français • p. 78 =
 O Buddy, ένα γαλλικό ρομπότ • σελ. 78

Buddy, un robot français (Transcription du dialogue), p. (σελ.) 126

Place à l'actu = ας δώσουμε θέση στην επικαιρότητα

Il est en cours de fabrication = είναι υπό κατασκευή

La preuve = η απόδειξη

Un visage en forme de tablette = ένα πρόσωπο σε σχήμα τάμπλετ

Des yeux rieurs = σχιστά/γελαστά μάτια

Monter sur roulettes = στέκομαι σε ρόδες

Une batterie d'équipements électroniques (caméra vidéo, caméra thermique, micro, capteurs) = μια μπαταρία ηλεκτρονικών εξοπλισμών (βιντεοκάμερα, θερμική κάμερα, μικρόφωνο, αισθητήρες)

Commercialiser = εμπορεύομαι

Un robot « conversationnel » = ένα ρομπότ « συνομιλητής »

Robot de compagnie = ρομπότ συντροφιάς (που κρατάει συντροφιά)

Un enfant en bas âge = ένα παιδί σε μικρή ηλικία

Un enfant autiste = ένα αυτιστικό παιδί

Dresser la liste = φτιάχνω τη λίστα

Se greffer = προστίθεται

Les services supplémentaires = οι συμπληρωματικές υπηρεσίες

Lexique, p. 78 = Λεξιλόγιο, σελ. 78

Les robots = Τα ρομπότ

Un robot humanoïde = ένα ανθρωποειδές ρομπότ

Intelligent(e) = έξυπνος-η-ο

Un logiciel d'intelligence artificielle = ένα λογισμικό τεχνητής νοημοσύνης

Les tâches = οι εργασίες

Tenir compagnie = κρατάω συντροφιά

Accompagner une personne âgée (l'accompagnement) = συνοδεύω έναν ηλικιωμένο άνθρωπο (η συνοδεία)

Assister (la télé-assistance) = βοηθώ (η τηλε-υποστήριξη)

Surveiller une maison (la télé-surveillance) = παρακολουθώ ένα σπίτι (η τηλε-παρακολούθηση)

Caractériser une invention = Χαρακτηρίζω μια εφεύρεση

Une invention ingénieuse = μια έξυπνη εφεύρεση

Pratique = πρακτική

Utile (l'utilité) = χρήσιμη (η χρησιμότητα)

qui facilite la vie = που διευκολύνει τη ζωή

qui rend la vie plus facile = που κάνει τη ζωή πιο εύκολη

qui améliore la vie quotidienne = που βελτιώνει την καθημερινότητα

qui permet de gagner du temps, de faire des progrès **en** médecine =

που μας επιτρέπει να κερδίζουμε χρόνο, που προοδεύει την ιατρική



inutile = άχρηστη

qui ne sert à rien = που δεν προσφέρει τίποτα

farfelue = παλαβή

polluante = ρυπογόνος (που μολύνει)

nuisible = βλαβερή

dangereuse pour l'humanité = επικίνδυνη για την ανθρωπότητα

destructrice = καταστροφική

effrayante = τρομακτική

terrifiante = τρομερή, φρικτή

Communication, p. 79 = Επικοινωνία, σελ. 79**Décrire un objet = Περιγράφω ένα αντικείμενο****Les dimensions = Οι διαστάσεις**

Il mesure 2,50 m (deux mètres cinquante). = έχει ύψος 2,50 μέτρα

Il fait 3 m **sur** 3. = είναι 3 μέτρα επί 3

Il fait 50 cm (centimètres) de long = έχει 50 εκατοστά μήκος

de large = πλάτος

de haut = ύψος

La longueur (L) = το μήκος

La largeur (l) = το πλάτος, το φάρδος

La hauteur (H) = το ύψος

La profondeur = το βάθος

Le poids = Το βάρος

Il pèse 130 g (grammes). = ζυγίζει 130 γρ. (γραμμάρια)

La forme = Το σχήμα

Il a la forme d'un carré = έχει το σχήμα ενός τετραγώνου

d'un rectangle = ενός ορθογώνιου

d'un triangle = ενός τριγώνου

d'un cercle = ενός κύκλου

d'un ovale = μιας έλλειψης

d'un cylindre = ενός κυλίνδρου

Il est en forme de ... = έχει σχήμα...

Il est carré = είναι τετράγωνο

rectangulaire = ορθογώνιο

triangulaire = τριγωνικό

rond = στρογγυλό

ovale = οβάλ, ελλειπτικό

cylindrique = κυλινδρικό

La matière = Το υλικό

Il est en acier, en métal... = είναι από ατσάλι, από μέταλλο (μεταλλικό)

L'utilisation = Η χρήση

Il sert à ... = χρησιμεύει σε...

On l'utilise pour ... = το χρησιμοποιούμε για ...

Unité 8 • Leçon 24

pp. (σελ.) 80-81

À la conquête de l'espace • p. 80 =
Κατακτώντας το διάστημα • σελ. 80

À la conquête de l'espace (Transcription du dialogue), p. (σελ.) 126

Vivre en apesanteur = ζω σε έλλειψη βαρύτητας

La station spatiale internationale (ISS) = ο Διεθνής Διαστημικός Σταθμός (ΔΔΣ)

Là-haut = εκεί ψηλά/πάνω

Un énorme vaisseau = ένα τεράστιο διαστημόπλοιο

Réparer = επισκευάζω

Les cristaux = οι κρύσταλλοι

Le jour où... Thomas Pesquet a regagné la terre, p. 80 =

Η μέρα που... ο Thomas Pesquet επέστρεψε στη Γη, σελ. 80

L'atterrissage = η προσγείωση

L'obstacle = το εμπόδιο

L'homologue = ο ομόλογος

Les steppes = οι στέπες

La conférence de presse = η συνέντευξη τύπου

L'apesanteur = η έλλειψη βαρύτητας

Une sortie extra-véhiculaire = μια δραστηριότητα εκτός διαστημικού σκάφους

Chaleureux(euse) = θερμός-ή-ό

Relancer l'intérêt = αναθερμαίνω το ενδιαφέρον

Lexique, p. 81 = Λεξιλόγιο, σελ. 81

La conquête de l'espace = Η κατάκτηση του διαστήματος

Une base de lancement = μια βάση εκτόξευσης

Une navette spatiale = ένα διαστημικό λεωφορείο, διαστημόπλοιο

Une fusée = ένας πύραυλος

Une capsule (spatiale) = μια διαστημική κάψουλα

Une sonde = μια βολίδα (ένας διαστημικός εξερευνητής)

L'absence de gravité = η έλλειψη βαρύτητας

Vivre en apesanteur = ζω στο κενό (σε έλλειψη βαρύτητας)

Un astronaute (USA) = ένας αστροναύτης (λέξη που χρησιμοποιείται στις ΗΠΑ)

Un spationaute (France) = ένας αστροναύτης (λέξη που χρησιμοποιείται στη Γαλλία)

Un cosmonaute (Russie) = ένας κοσμοναύτης (λέξη που χρησιμοποιείται στη Ρωσία)

Une mission habitée = μια επανδρωμένη αποστολή

Envoyer un homme dans l'espace = στέλνω έναν άνθρωπο στο διάστημα

Effectuer le tour de la Terre = κάνω το γύρο της Γης

Explorer l'univers (l'exploration) = εξερευνώ το διάστημα (η εξερεύνηση)

Découvrir une planète = ανακαλύπτω ένα πλανήτη

Une exoplanète = ένας εξωπλανήτης, εξωηλιακός πλανήτης (πλανήτης εκτός του ηλιακού συστήματος)

Unité 9 • Leçon 25

pp. (σελ.) 84-85

Ça me rase ! • p. 84 = *Το βαριέμαι!* • σελ. 84

Ça me rase ! (Transcription du dialogue), p. (σελ.) 127

Le patrimoine = η πολιτιστική κληρονομιά

Décoller = απογειώνομαι

Patienter = κάνω υπομονή

Lexique, p. 84 = Λεξιλόγιο, σελ. 84

Les voyages organisés = Τα οργανωμένα ταξίδια

Une agence de voyages = ένα γραφείο ταξιδιών

Un tour-opérateur = ένας ταξιδιωτικός πράκτορας

Un/une organisateur(trice) = ένας/μία διοργανωτής-τρια

Un/une participant(e) = ένας/μία συμμετέχων-ουσα

Une formule tout compris à prix cassé = ένα πακέτο διακοπών all inclusive (= που τα συμπεριλαμβάνει όλα) κάτω του κόστους

Un bon plan = ένα καλό (συμφέρον) πρόγραμμα

Un/une voyageur(euse) = ένας/μία ταξιδιώτης-ισσα

Voyager *en* groupe = ταξιδεύω ομαδικά (με ένα γκρουπ)

Voyager avec une compagnie low cost = ταξιδεύω με μια εταιρία χαμηλού κόστους

Se retrouver dans les coins à touristes = βρίσκομαι σε τουριστικά μέρη

Bénéficier d'un tarif promotionnel = επωφελούμαι μιας προσφοράς διακοπών

Communication, p. 85 = Επικοινωνία, σελ. 85

L'ennui = Η ανία, η βαρεμάρα

Ça m'ennuie. Ça me rase. (*fam.*) = Το βαριέμαι.

Ça me casse les pieds. (*fam.*) = Μου τη σπάει.

C'est assommant ! = Είναι αφόρητο!

J'en ai assez ! = Αρκετά!

J'en ai marre/par-dessus la tête ! = Βαρέθηκα! Μπούχτισα!

J'en peux plus ! = Δεν μπορώ άλλο!

L'intérêt = Το ενδιαφέρον

C'est hyper intéressant. = Είναι πολύ ενδιαφέρον.

C'est passionnant, captivant. = Είναι συναρπαστικό, μαγευτικό.

C'est stimulant = Είναι ενθαρρυντικό, προκαλεί κίνητρο.

Unité 9 • Leçon 26

pp. (σελ.) 86-87

Je voyage en solo • p. 86 = Ταξιδεύω μόνος μου • σελ. 86

Votre ado part seul, p. 86 =

Ο έφηβός σας φεύγει (ταξίδι) μόνος του, σελ. 86

S'improviser = αυτοσχεδιάζομαι (απρόσωπο)

La location de matériel = η ενοικίαση εξοπλισμού

Un incident de parcours = μια μικρή αναποδιά

Le/la solitaire = ο/η μοναχικός-ή

L'inquiétude = η ανησυχία

Lexique, p. 87 = Λεξιλόγιο, σελ. 87

Partir à l'aventure = Φεύγω για περιπέτεια

Prendre le large = βγαίνω στ' ανοιχτά, σαλπάρω

Voyager de ses propres ailes = ταξιδεύω με τις δυνάμεις μου/ανοίγω τα φτερά μου

Devenir indépendant(e) = γίνομαι ανεξάρτητος-η-ο

Voyager hors des sentiers battus = ταξιδεύω πέρα από τετριμμένους προορισμούς, σε άγνωστα μέρη

Vacances en liberté = διακοπές με ελευθερία (κινήσεων)

Partir sac au dos = φεύγω με ένα σακίδιο στην πλάτη

En solo = μόνος-η

Faire le tour du monde = κάνω το γύρο του κόσμου

Partir pour une destination lointaine = φεύγω για έναν μακρινό προορισμό

Aller à la découverte d'un coin de France = πάω προς ανακάλυψη μιας (γωνιάς) περιοχής της Γαλλίας

Faire des rencontres inattendues = κάνω απρόσμενες γνωριμίες

Inoubliable = αξέχαστος-η-ο

Enrichissante = ο/η/το επωφελής-ές

S'envoyer = δραπετεύω, ξεφεύγω

Se sentir complètement dépaycé (le dépaysement) = νιώθω ότι έχω χάσει

κάθε γνωστό μου σημείο γεωγραφικής αναφοράς, νιώθω εντελώς εκτός του συνηθισμένου μου πλαισίου χώρου (η αλλαγή περιβάλλοντος)

Pour bien voyager en solo = Για να ταξιδεύεις καλά μόνος-η

Mettre en place un projet = βάζω σε εφαρμογή ένα σχέδιο

Établir un budget = κάνω ένα προϋπολογισμό

(transport, hébergement, activités, souvenirs) = μεταφορικά μέσα, στέγαση, δραστηριότητες, αναμνηστικά

Se tenir à son budget = παραμένω εντός προϋπολογισμού

Respecter son itinéraire = τηρώ τη διαδρομή μου

Ne pas improviser au dernier moment = δεν αυτοσχεδιάζω την τελευταία στιγμή

Être responsable = είμαι υπεύθυνος-η-ο

Conscient(e) **des** dangers = έχω συναίσθηση των κινδύνων

Savoir se débrouiller seul(e) = ξέρω να τα βγάζω πέρα μόνος/μόνη μου

Être débrouillard(e) = είμαι καταφερτζής-ού

Prévoir toutes les difficultés = προβλέπω όλες τις δυσκολίες

Unité 9 • Leçon 27

pp. (σελ.) 88-89

Je voyage autrement ! • p. 88 = Ταξιδεύω διαφορετικά! • σελ. 88

Comment voyager avec un petit budget, p. 88 =

Πώς να ταξιδεύω/ταξιδεύουμε με λίγα χρήματα, σελ. 88

L'astuce (f.) = το κόλπο

Considérable = σημαντικός-ή-ό

Déconseiller = δε συνιστώ/αποτρέπω

Accueillir = υποδέχομαι

Le bénévolat = ο εθελοντισμός, η εθελοντική προσφορά

L'arrangement = η διευθέτηση

S'immerger = καταδύομαι, βουτάω

Lexique, p. 88 = Λεξιλόγιο, σελ. 88

Voyager autrement = Ταξιδεύω διαφορετικά

Troquer sa maison contre un appartement = ανταλλάζω το σπίτι μου με ένα διαμέρισμα

Un hébergement insolite : une tente chez l'habitant = μια ασυνήθιστη διαμονή,

κατάλυμα : μια σκηνή στο σπίτι/στην ιδιοκτησία κάποιου

Une yourte = ένα γιουρτ

Un tipi = ένα τίπι (ινδιάνικη σκηνή)

Une cabane dans l'arbre = μια καλύβα στο δέντρο (ένα δεντρόσπιτο)

Un canapé chez un internaute inconnu (le couchsurfing) = ένας καναπές

στο σπίτι ενός άγνωστου διαδικτυακού χρήστη (το couchsurfing)

Réduire ses dépenses au maximum = μειώνω τα έξοδα μου όσο περισσότερο γίνεται

Financer un voyage grâce au bénévolat (être logé et nourri par ses hôtes) =

χρηματοδοτώ ένα ταξίδι μέσω του εθελοντισμού (φιλοξενούμαι και τρέφομαι από τους οικοδεσπότες)

Donner un sens à son voyage : s'ouvrir l'esprit = δίνω ένα νόημα στο ταξίδι μου :

διευρύνω το πνεύμα μου

Rencontrer les populations locales = συναντώ τους ντόπιους

S'immerger **dans** la culture locale = εμβαθύνω στον τοπικό πολιτισμό

Passer des vacances **au** contact de la nature = περνάω τις διακοπές μου σε επαφή με τη φύση

Découvrir la vie à la ferme, le monde rural = ανακαλύπτω τη ζωή στη φάρμα, τον αγροτικό κόσμο

Changer ses habitudes citadines = αλλάζω τις συνήθειες που έχω στην πόλη

Unité 10•Leçons 28, 29, 30 pp. (σελ.) 92-97

Unité 10•Leçon 28 pp. (σελ.) 92-93

Ça me choque ! • p. 92 = *Με σοκάρει!* • σελ. 92

La randonnée = η πεζοπορία

Révolté(e) = αγανακτισμένος-η-ο

On se plaint (se plaindre) = παραπονιόμαστε (παραπονιέμαι)

Nettoyer = καθαρίζω

Ça me choque! (Transcription du dialogue), p. (σελ.) 127

Tu en fais une tête ! = Κάνεις κάτι μούτρα! / Μα πώς κατσουφιάζεις έτσι!

Observer = παρατηρώ

Un cerf = ένα ελάφι

On n'en croyait pas nos yeux ! = Δεν πιστεύαμε στα μάτια μας!

Couverte de = καλυμμένη με, σκεπασμένη με

Le déchet = το απόβλητο, το σκουπίδι

Le carton de pizza = ένα χάρτινο κουτί πίτσας

Ça alors ! = Αυτό κι αν είναι! / Δε το πιστεύω!

La poubelle = ο κάδος σκουπιδιών

Une espèce menacée = ένα είδος που απειλείται

Au lieu de = αντί να

Le nettoyage = ο καθαρισμός

Je vais m'y mettre tout de suite ! = Θα αρχίσω αμέσως !

Lexique, p. 92 = Λεξιλόγιο, σελ. 92

La nature = Η φύση

Une forêt = ένα δάσος

Un parc naturel = ένα φυσικό πάρκο

Une montagne = ένα βουνό

Une vallée = μια κοιλάδα

Une prairie = ένα λιβάδι

Un lac = μια λίμνη
 Un fleuve = ένας ποταμός (εκβάλλει πάντα στη θάλασσα)
 Une rivière = ένα ποτάμι
 La faune = η πανίδα
 Une espèce animale = ένα είδος ζώου
 Un mammifère = ένα θηλαστικό
 Un insecte = ένα έντομο
 Un oiseau = ένα πουλί
 Un poisson = ένα ψάρι
 Un reptile = ένα ερπετό
 Une bête = ένα θηρίο
 Un animal sauvage = ένα άγριο ζώο
 La flore = η χλωρίδα
 Une espèce végétale = ένα είδος φυτού
 Une plante = ένα φυτό
 Une racine = μια ρίζα
 Un tronc = ένας κορμός
 Une branche = ένα κλαδί
 Une feuille = ένα φύλλο
 L'herbe (f.) = η χλόη, το χορτάρι
 Une espèce menacée/en voie de disparition, protégée =
 ένα είδος που απειλείται/προς εξαφάνιση, προστατευμένο
 L'environnement (m.) = το περιβάλλον
 Un/une habitant(e) = ένας/μία κάτοικος
 Un écosystème = ένα οικοσύστημα
 La biodiversité = η βιοποικιλότητα

Communication, p. 93 = Επικοινωνία, σελ. 93

Exprimer l'indignation = Εκφράζω την αγανάκτηση

On croit rêver ! = Τέτοια πράγματα, ούτε σε όνειρο!

C'est incroyable ! = Είναι απίστευτο!

Je n'en crois pas mes yeux/mes oreilles ! =

Δεν πιστεύω στα μάτια μου/στα αυτιά μου!

C'est inacceptable/inadmissible ! = Είναι απαράδεκτο!

Ça me révolte ! = Με εξεγείρει!

Ça me choque ! = Με σοκάρει!

Je suis indigné(e) ! = Είμαι αγανακτισμένος-η-ο!

Unité 10 • Leçon 29

pp. (σελ.) 94-95

Il faut agir ! • p. 94 = Πρέπει να δράσουμε! • σελ. 94

Luttons pour l'environnement !, p. 94 = Ας αγωνιστούμε για το περιβάλλον!, σελ. 94

Un sujet qui me préoccupe. = Ένα θέμα που με απασχολεί.

Attirer = προσελκύω

Alors que = ενώ

Défiler en boucle = εμφανίζομαι απανωτά, αδιάκοπα

Grave = σοβαρός-ή-ό

Tandis que = ενώ

S'occuper de = ασχολούμαι με

En dehors de = εκτός από, έξω από

Soyez nombreux ! = Ελάτε όλοι!

Lexique, p. 94 = Λεξιλόγιο, σελ. 94

La pollution de l'air/atmosphérique (polluer) =

Η ατμοσφαιρική ρύπανση (μολύνω, ρυπαίνω)

Les activités humaines = οι ανθρώπινες δραστηριότητες

La circulation automobile = η κυκλοφορία των αυτοκινήτων

Le chauffage = η θέρμανση

La climatisation/l'air conditionné = ο κλιματισμός

Le réchauffement/le dérèglement climatique = η υπερθέρμανση/
η κλιματολογική απορρύθμιση

La hausse des températures = η αύξηση της θερμοκρασίας

L'augmentation des phénomènes météorologiques extrêmes = η αύξηση ακραίων
μετεωρολογικών φαινομένων

Une tempête = μια καταιγίδα

Un cyclone = ένας κυκλώνας

Un ouragan = ένας τυφώνας

La canicule = ο καύσωνας

La sécheresse = η ξηρασία

La désertification (le désert) = η ερήμωση (η έρημος)

La fonte des glaces = το λιώσιμο των πάγων

La hausse du niveau des océans = η αύξηση του επιπέδου των ωκεανών

Les catastrophes naturelles = οι φυσικές καταστροφές

Une inondation = μια πλημμύρα

Un incendie = μια πυρκαγιά

L'invasion (f.) des moustiques tigres = η εισβολή των κουνουπιών τίγρεις

Le paludisme = η ελονοσία

Une allergie = μια αλλεργία

L'asthme (m.) = το άσθμα

Lexique, p. 95 = Λεξιλόγιο, σελ. 95

Les actions = Οι δράσεις/Οι ενέργειες

Protéger (la protection), l'environnement = προστατεύω (η προστασία), το περιβάλλον

Sauver = σώζω

Sauvegarder la faune (la sauvegarde) = προστατεύω την πανίδα, προφυλάσσω (η προστασία, η προφύλαξη)

Agir pour la planète = δρω για τον πλανήτη

Lutter **pour/contre** = αγωνίζομαι υπέρ/κατά

Devenir membre/faire partie d'une association écologique = γίνομαι μέλος μιας οικολογικής οργάνωσης/συνλόγου

Participer à une opération = παίρνω μέρος σε μια επιχείρηση

Organiser une campagne de nettoyage = οργανώνω μια επιχείρηση καθαρισμού

Unité 10 • Leçon 30

pp. (σελ.) 96-97

Deviens éco-citoyen ! • p. 96 =
Γίνε πολίτης με οικολογική συνείδηση! • σελ. 96

Éco-citoyen, à toi de jouer !, p. 96 = Πολίτη με οικολογική συνείδηση,
η σειρά σου να δράσεις!, σελ. 96

Cela correspond à = αυτό αντιστοιχεί σε

La durée = η διάρκεια

Avoir deux faces = έχω δύο όψεις

L'imprimante = ο εκτυπωτής

Craquer pour = υποκύπτω σε (πειρασμό)

Lexique, p. 97 = Λεξιλόγιο, σελ. 97

Les éco-gestes = Οι οικολογικές κινήσεις

Réduire les déchets = μειώνω τα σκουπίδια/απόβλητα

Préférer les produits sans ou avec un peu d'emballages = προτιμώ τα προϊόντα
χωρίς ή με λίγο περιτύλιγμα

Refuser les sacs (en) plastique à la caisse = αρνούμαι τις πλαστικές σακούλες
στο ταμείο

Faire du recyclage (recycler, recyclable) = κάνω ανακύκλωση
(ανακυκλώνω, ανακυκλώσιμος-η-ο)

Trier ses déchets (le tri) avant de les jeter = διαχωρίζω τα σκουπίδια
(ο διαχωρισμός) πριν τα πετάξω

Éviter **de** gaspiller (le gaspillage) = αποφεύγω να σπαταλώ (η σπατάλη)

Les matières = τα υλικά

Le métal = το μέταλλο

L'aluminium/l'alu (fam.) = το αλουμίνιο

Le carton = το χαρτόνι

Le papier = το χαρτί

Le verre = το γυαλί

Les matières organiques = τα οργανικά υλικά

Un compost = ο πολτός οργανικών υλικών σε μορφή φυσικού λιπάσματος

Les épluchures de fruits = οι φλούδες φρούτων

Les coquilles d'œufs = τα τσόφλια αυγών

Le plastique = το πλαστικό

Faire des économies d'énergie = εξοικονομώ ενέργεια

Utiliser des piles rechargeables (≠ jetables) = χρησιμοποιώ επαναφορτιζόμενες μπαταρίες (≠ μιας χρήσης)

Éteindre son ordinateur après avoir travaillé = σβήνω τον υπολογιστή μου αφού τελειώσω την εργασία μου

Éteindre les appareils au lieu de les laisser en veille = σβήνω τις συσκευές αντί να τις αφήνω σε κατάσταση αναμονής

Baisser le chauffage = χαμηλώνω τη θέρμανση

Ne pas laisser l'eau couler quand on se brosse les dents = δεν αφήνω το νερό να τρέχει όταν βουρτσίζω τα δόντια μου