wishyou.today learning

day 29 the operation

French B2
unit 5 · health & society

Prepare for a hospital stay and plan for what might go wrong: au cas où il y aurait un problème…

Planning ahead is a big part of adult life: au cas où lets you say ‘just in case’ and organise help, from a spare key to a phone number. It is the natural phrase of anyone who thinks one step ahead.

words

word	meaning	example
au cas où	in case	Prends ton manteau au cas où il ferait froid. Take your coat in case it gets cold.
le souci	worry, problem (pl. soucis)	J'ai un petit souci avec mon ordinateur. I've got a small problem with my computer.
veiller	to see to it; to watch over	Veillez à fermer la porte à clé. Make sure you lock the door.
immédiat	immediate	Il attend une réponse immédiate. He is waiting for an immediate answer.
susceptible	likely to, liable to	Elle est susceptible de se tromper. She is liable to make a mistake.
éventuel	possible, potential	Prévenez-moi en cas de retard éventuel. Let me know in case of a possible delay.
rétablir	to restore; se rétablir = to recover	Il faut rétablir le calme. Calm must be restored.
délicat	delicate, tricky	La situation est délicate. The situation is delicate.
la crainte	fear, worry (pl. craintes)	Sa crainte est de tomber. What she fears is falling.
prudent	careful, cautious	Soyez prudent sur la route. Be careful on the road.
survenir	to occur, to arise	Un problème peut toujours survenir. A problem can always arise.
l'inquiétude	worry, anxiety (pl. inquiétudes)	Son inquiétude augmente. Her worry is growing.
la chirurgie	surgery (pl. chirurgies)	La chirurgie de la hanche est fréquente. Hip surgery is frequent.
l'alarme	alarm (pl. alarmes)	L'alarme sonne dans le couloir. The alarm is ringing in the corridor.
le cauchemar	nightmare (pl. cauchemars)	J'ai fait un cauchemar cette nuit. I had a nightmare last night.
le chirurgien	surgeon (pl. chirurgiens)	Le chirurgien explique l'opération. The surgeon explains the operation.
la prudence	caution, care (pl. prudences)	La prudence est essentielle. Caution is essential.
la précaution	precaution (pl. précautions)	Prenez cette précaution. Take this precaution.
anticiper	to anticipate, to plan ahead	Il faut anticiper les problèmes. You have to plan ahead for problems.
la hanche	hip (pl. hanches)	Elle a mal à la hanche. Her hip hurts.

s'évanouir	to faint	Il a failli s'évanouir de peur. He nearly fainted from fear.
la béquille	crutch (pl. béquilles)	Il marche avec des béquilles. He walks with crutches.
le comprimé	tablet, pill (pl. comprimés)	Le docteur me donne un comprimé le matin et un autre le soir. The doctor gives me one tablet in the morning and another in the evening.
le pharmacien	pharmacist, chemist (pl. pharmaciens)	Le pharmacien m'explique comment prendre ce médicament. The pharmacist explains how to take this medicine.
l'ambulance	ambulance (pl. ambulances)	Une ambulance arrive devant l'immeuble en dix minutes. An ambulance arrives in front of the building in ten minutes.

pattern au cas où il pleuvrait: in case, with the conditional

au cas où **sujet** **+ conditionnel**

Au cas où means 'in case' and is followed by the conditional, never by the future or the subjunctive: au cas où il pleuvrait, prends un parapluie. The main clause can come first or second, and it is often an imperative or a present tense: je laisse la clé au cas où elle tomberait. Only the verb after au cas où changes: it says what you are afraid of, not what you plan to do.

Je te laisse mon numéro au cas où tu aurais un problème. I'm leaving you my number in case you have a problem.

Madame Martin garde une clé chez Anna au cas où elle tomberait. Madame Martin keeps a key at Anna's in case she falls.

Nous partons tôt au cas où le bus serait en retard. We're leaving early in case the bus is late.

Au cas où il y aurait un souci, appelez-moi. In case there is a problem, call me.

dialogue just in case

martin Anna, ma petite, j'ai une nouvelle : mon opération de la hanche a lieu le 15 mai, après l'épidémie de grippe de l'hiver.
Anna, my dear, I have news: my hip operation is on 15 May, after the winter flu epidemic.

anna Je suis contente que vous ayez une date, Madame Martin ! Vous avez des craintes ?
I'm glad you have a date, Madame Martin! Are you worried?

martin Oui, une grande inquiétude. J'ai fait un cauchemar au milieu de la nuit et j'ai regardé l'horloge jusqu'au matin. J'ai peur de m'évanouir à l'hôpital.
Yes, a lot of anxiety. I had a nightmare in the middle of the night and watched the clock until morning. I'm afraid of fainting at the hospital.

anna Le chirurgien est prudent, et la chirurgie de la hanche est fréquente. Hier, à la radio, un auditeur racontait que sa propre opération s'était très bien passée. Nous allons élaborer un plan pour que vous soyez tranquille.
The surgeon is careful, and hip surgery is frequent. Yesterday, on the radio, a listener said that his own operation had gone very well. We're going to draw up a plan so that you can be at ease.

martin La situation est délicate : mon chien ! Qui va le sortir, au cas où je resterais une semaine à l'hôpital, d'autant plus que le pauvre n'aime que moi ?
The situation is delicate: my dog! Who will walk him in case I stay a week in hospital, all the more so as the poor thing only likes me?

léo Je m'en occupe ! Je suis diplômé en promenades de chiens, je vous le promets. J'ai fait mon calcul : trois sorties par jour. Vous pouvez miser sur moi !
I'll take care of it! I'm a graduate in dog walking, I promise you. I've done the sum: three outings a day. You can count on me!

anna Et au cas où il y aurait un souci, laissez-nous un double de vos clés : je le garde à l'intérieur de mon sac. Je veillerai à ce que votre couloir soit libre pour les béquilles, avec une lampe en haut de l'escalier.
And in case there's a problem, leave us a copy of your keys: I'll keep it inside my bag. I'll see to it that your corridor is clear for the crutches, with a lamp at the top of the stairs.

martin Une précaution de plus : le docteur Roux a mentionné un bouton d'alarme près du lit, au cas où un problème surviendrait. Et le jour de l'opération, une ambulance viendra me chercher.
One more precaution: Dr Roux mentioned an alarm button by the bed, in case a problem arose. And on the day of the operation, an ambulance will come to pick me up.

anna Vous êtes susceptible d'avoir quelques douleurs au début, mais vous vous rétablirez vite, a dit le chirurgien. Je note le 15 mai dans mon agenda, et Léo fera un essai avec le chien demain.
You may have some pain at first, but you'll recover quickly, the surgeon said. I'm writing 15 May in my diary, and Léo will do a trial walk with the dog tomorrow.

martin Merci à tous les deux. Le pharmacien m'a déjà préparé mes comprimés. D'ailleurs, un retour immédiat n'est pas possible : on me garde quelques jours, et une aide éventuelle à la maison sera la bienvenue.
Thank you both. The pharmacist has already prepared my tablets. Besides, an immediate return isn't possible: they keep me a few days, and any help at home will be welcome.

spell it cover the word, write it, check

in case	**au cas où**
worry, problem	**le souci**
to see to it; to watch over	**veiller**
immediate	**immédiat**

likely to, liable to	**susceptible**
possible, potential	**éventuel**

good to know · Au cas où takes the conditional: au cas où il pleuvrait. With de + noun, en cas de pluie means almost the same.

Preparing for the worst is not pessimism: it is what lets you stop worrying about it.
Do this day interactively, with audio and games, free at **wishyou.today/learning**

wishyou.today learning

day 30 at the hospital

French B2
unit 5 · health & society

Understand a diagnosis and a treatment, ask the right questions, and use purpose phrases again (dans le but de, afin que).

At the doctor's or in hospital you have to understand what you are told, and you often need two pronouns in a row: the doctor gave it to me, I'll give it to him. This is also the day to learn how a health system is paid for, which is a favourite debate topic.

words

word	meaning	example
le suivi	follow-up, monitoring (pl. suivis)	Le suivi{suivi} du patient dure un an. The patient's follow-up lasts a year.
le traitement	treatment (pl. traitements)	Le médecin change le traitement. The doctor changes the treatment.
le cancer	cancer (pl. cancers)	La recherche contre le cancer avance. Cancer research is moving forward.
le facteur	factor (pl. facteurs)	L'âge est un facteur important. Age is an important factor.
la souffrance	suffering, pain (pl. souffrances)	Il faut éviter toute souffrance inutile. All needless suffering must be avoided.
la dose	dose (pl. doses)	Ne dépassez pas cette dose. Do not exceed this dose.
complémentaire	additional, supplementary	Une assurance complémentaire aide beaucoup. Supplementary insurance helps a lot.
la consultation	consultation, appointment (pl. consultations)	La consultation commence à neuf heures. The appointment starts at nine.
cardiaque	of the heart, cardiac	Il fait un contrôle cardiaque. He is having a heart check.
l'organe	organ (pl. organes)	Le cœur est un organe important. The heart is an important organ.
le crâne	skull (pl. crânes)	Le médecin regarde une image du crâne. The doctor looks at a picture of the skull.
le diagnostic	diagnosis (pl. diagnostics)	Le diagnostic est clair. The diagnosis is clear.
sanitaire	health, sanitary	Les règles sanitaires sont strictes. The health rules are strict.
l'infection	infection (pl. infections)	Cette infection est facile à soigner. This infection is easy to treat.
l'accompagnement	support, accompaniment (pl. accompagnements)	Elle reçoit un accompagnement à domicile. She receives support at home.
l'injection	injection (pl. injections)	Elle fait une injection chaque soir. She gives an injection every evening.
la prescription	prescription (pl. prescriptions)	Le médecin écrit la prescription. The doctor writes the prescription.

préconiser	to recommend, to advocate	Le médecin préconise du repos. The doctor recommends rest.
prélever	to take (a sample); to deduct	On prélève un peu de sang. A little blood is taken.
le/la kinésithérapeute	physiotherapist (pl. kinésithérapeutes)	Le kinésithérapeute m'aide à marcher. The physiotherapist helps me to walk.
la convalescence	convalescence, recovery	Sa convalescence dure un mois. Her convalescence lasts a month.
la mutuelle	supplementary health insurance (pl. mutuelles)	Ma mutuelle paie une partie des frais. My supplementary insurance pays part of the costs.
la rééducation	rehabilitation, physiotherapy	La rééducation commence demain. Rehabilitation starts tomorrow.
la sécurité sociale	state health insurance (la Sécu)	La sécurité sociale paie une partie des soins. Social security pays part of the care.

pattern dans le but de, de manière à, afin que: saying what something is for

dans le but de **/ de manière à** **+ infinitif**

To say what you do something for, use en vue de + noun, or dans le but de and de manière à + infinitive: elle écrit dans le but de mieux comprendre. The infinitive is only possible when the subject is the same in both parts. When the subject changes, use afin que (or pour que) + subjunctive: le médecin parle lentement afin que la patiente comprenne. These phrases belong to written French and to careful speech; in everyday talk, pour is enough.

Le docteur préconise ce traitement dans le but de soulager la douleur. The doctor prescribes this treatment in order to relieve the pain.

Anna pose des questions de manière à bien comprendre le diagnostic. Anna asks questions so as to understand the diagnosis well.

Le chirurgien demande un contrôle du cœur en vue de l'opération. The surgeon asks for a heart check with a view to the operation.

Le docteur parle lentement afin que Madame Martin comprenne tout. The doctor speaks slowly so that Madame Martin understands everything.

dialogue after the operation

dr roux Madame Martin, l'opération s'est très bien passée. Le chirurgien m'a dit que tout allait bien.
Madame Martin, the operation went very well. The surgeon told me that everything was fine.

martin Merci, docteur. Je me suis réveillée avec une grande inquiétude, mais je n'ai ressenti aucune souffrance. Mon chien est fidèle, il m'attend, n'est-ce pas ?
Thank you, doctor. I woke up with great anxiety, but I felt no pain. My dog is loyal, he's waiting for me, isn't he?

dr roux Léo s'en occupe : c'est un voisin loyal. Pas de souci. Avant l'opération, on a fait un contrôle cardiaque : le cœur, comme tous les organes, était en bon état, et la tension aussi. En vue du diagnostic, on a prélevé un peu de sang.
Léo is taking care of him: he's a loyal neighbour. No problem. Before the operation, a heart check was done: the heart, like all the organs, was in good condition, and so was the blood pressure. To make the diagnosis, a little blood was taken.

martin Et le traitement ? Une injection chaque soir, m'a dit l'infirmière. Qui me la fera à la maison ?
And the treatment? An injection every evening, the nurse told me. Who will give it to me at home?

anna Une infirmière viendra. Vous me l'avez expliqué hier, docteur : la prescription est déjà prête, avec la dose.
A nurse will come. You explained it to me yesterday, doctor: the prescription is already ready, with the dose.

dr roux Oui, je vous la donne ce soir. Il faut aussi que le kinésithérapeute commence la rééducation demain, afin que vous marchiez plus vite : bouger tôt est essentiel, et l'âge est un facteur, mais pas le seul.
Yes, I'll give it to you tonight. The physiotherapist also has to start the rehabilitation tomorrow, so that you walk sooner: moving early is essential, and age is a factor, but not the only one.

martin Et la convalescence ? Je vais rester combien de temps ici ? Dans cet hôpital, la hiérarchie est stricte : seul le chirurgien décide, n'est-ce pas ? Et il refuse de me dévoiler la date !
And the convalescence? How long will I stay here? In this hospital the hierarchy is strict: only the surgeon decides, doesn't he? And he refuses to reveal the date to me!

dr roux Quelques jours, puis la convalescence à la maison, avec un accompagnement. Pour le suivi, nous vous recevons en consultation dans un mois. Au cas où vous auriez mal la nuit, appelez-moi.
A few days, then convalescence at home, with support. For the follow-up, we'll see you for a consultation in a month. In case you are in pain at night, call me.

anna La sécurité sociale paie, mais une mutuelle est utile. Dans le but de mieux comprendre, j'ai vu un reportage télévisé sur la recherche contre le cancer : on y disait que le suivi est la clé. Mais un point reste difficile : la rémunération des infirmières, source de tension.
Social security pays, but a mutuelle is useful. In order to understand better, I watched a television report on cancer research: they said follow-up is the key. But one point remains difficult: the nurses' pay, a source of tension.

martin J'ai une mutuelle depuis toujours. Anna, apporte-moi de la confiture : celle de l'hôpital est affreuse. Écartons ce souci !
I've had a mutuelle for ever. Anna, bring me some jam: the hospital's is awful. Let's set that worry aside!

spell it cover the word, write it, check

follow-up, monitoring	**le suivi**
treatment	**le traitement**
cancer	**le cancer**
factor	**le facteur**

suffering, pain	**la souffrance**
dose	**la dose**

good to know · Dans le but de, de manière à and en vue de are written-style ways to say ‘in order to’. The infinitive needs the same subject; when the subject changes, use afin que or pour que + subjunctive: il parle lentement afin que je comprenne.

A patient who understands the treatment recovers better. Never be shy about asking a doctor to repeat.
Do this day interactively, with audio and games, free at **wishyou.today/learning**

day 31 neighbours help

Express feelings about what has happened: je suis content qu'elle soit rentrée, je regrette que tu ne sois pas venu.

After something has happened, you react to it: you are glad, sorry, surprised. When the thing is finished, French uses the past subjunctive after the feeling: je suis ravie qu'ils soient venus. You need it in every thank-you, apology and formal letter.

words

word	meaning	example
le soutien	support (pl. soutiens)	Elle a besoin du soutien de ses amis. She needs her friends' support.
l'estime	esteem, respect (pl. estimes)	Il a beaucoup d'estime pour elle. He has great esteem for her.
l'appui	backing, support (pl. appuis)	Elle a trouvé un appui chez ses voisins. She found backing among her neighbours.
amical	friendly	Il m'a envoyé un message amical. He sent me a friendly message.
solidaire	supportive, standing together	Les voisins sont solidaires. The neighbours stand together.
l'aîné	elder; older (child); senior (pl. aînés)	Les aînés ont besoin de compagnie. Older people need company.
se réjouir	to be delighted	Elle se réjouit de ce voyage. She is delighted about this trip.
solitaire	solitary, lonely; loner	Il mène une vie solitaire. He leads a solitary life.
la solitude	solitude, loneliness (pl. solitudes)	La solitude pèse parfois sur les aînés. Loneliness sometimes weighs on older people.
ravir	to delight; ravi = delighted	Cette nouvelle me ravit. This news delights me.
la félicitation	congratulation (pl. félicitations)	Toutes mes félicitations{felicitation} pour ton succès ! Congratulations on your success!
vulnérable	vulnerable	Un enfant seul est vulnérable. A child on his own is vulnerable.
souriant	smiling, cheerful	Elle reste souriante malgré la fatigue. She stays cheerful despite the tiredness.
l'isolement	isolation (pl. isolements)	L'isolement touche beaucoup de personnes âgées. Isolation affects many elderly people.
l'attachement	attachment, affection (pl. attachements)	Elle a un grand attachement à son quartier. She is deeply attached to her neighbourhood.
la générosité	generosity (pl. générosités)	Sa générosité est connue de tous. Everyone knows his generosity.
le voisinage	neighbourhood, neighbours	Le voisinage est très uni. The neighbourhood is very close.
se fâcher	to get angry, to fall out	Il se fâche pour un rien. He gets angry over nothing.
chaleureux	warm, hearty	Nous avons reçu un accueil chaleureux. We received a warm welcome.

la tranquillité	peace and quiet (pl. tranquillités)	Elle aime la tranquillité de sa rue. She likes the quiet of her street.
la tendresse	tenderness, affection (pl. tendresses)	Il lui parle avec tendresse. He speaks to her tenderly.
affectif	emotional, of affection	Le soutien affectif est important. Emotional support is important.

pattern je suis contente qu'elle soit rentrée: the past subjunctive

je suis content / je regrette / il est dommage **que** **soit / ait** **+ participe passé**

When the thing you react to is already finished, use the past subjunctive after the feeling: the subjunctive of avoir or être, then the past participle. Je suis contente qu'elle soit rentrée (she has come home). Il est dommage que tu ne sois pas venu. Use être for the verbs that take être in the passé composé, and agree the participle with the subject: qu'elles soient parties. The present subjunctive is for what is happening or still to come.

Je suis ravi que Madame Martin soit rentrée chez elle. I'm delighted that Madame Martin has come home.

Anna regrette que les voisins n'aient pas appelé plus tôt. Anna is sorry that the neighbours didn't call earlier.

Il est dommage que tu ne sois pas venu à la fête. It's a pity you didn't come to the party.

Nous sommes heureux qu'elle ait bien dormi. We're happy that she slept well.

dialogue a rota for madame martin

anna Merci d'être venus, tout le monde. Je suis contente que vous ayez pu vous libérer ce soir.
Thank you for coming, everyone. I'm glad you were able to get away tonight.

dr roux Ma femme et moi, nous nous réjouissons que Madame Martin soit rentrée. Je suis ravi qu'elle soit déjà debout, avec ses béquilles.
My wife and I are delighted that Madame Martin has come home. I'm glad she's already on her feet, with her crutches.

léo Moi, je regrette que son chien ait fait tant de bruit la nuit dernière : j'en ai encore mal au crâne ! Mais il se calme, et nous ne resterons pas passifs !
Me, I'm sorry her dog made so much noise last night: my head still hurts from it! But he's calming down, and we won't stay passive!

anna Voilà mon idée : un tableau pour la semaine, avec le soutien de chacun, pour les courses, le chien et les visites. Camille a fait la maquette. Mardi, on doit lui prélever du sang au laboratoire : qui peut l'accompagner ? Chacun est susceptible de rendre service.
Here's my idea: a chart for the week, with everyone's support, for the shopping, the dog and the visits. Camille made the layout. On Tuesday they have to take a blood sample from her at the laboratory: who can go with her? Everyone could help out.

dr roux Un appui amical compte autant que les soins. Un aîné seul est plus vulnérable, et la solitude fatigue aussi le corps : le cœur est un organe sensible à l'isolement.
Friendly backing counts as much as the care. An older person alone is more vulnerable, and loneliness tires the body too: the heart is an organ that is sensitive to isolation.

léo Elle n'est pas solitaire, juste un peu fière ! Elle aime sa tranquillité et, chaque soir, c'est une téléspectatrice fidèle du journal de vingt heures. Mais elle sait qu'elle a notre estime.
She isn't a loner, just a little proud! She likes her peace and quiet and, every evening, she's a faithful viewer of the eight o'clock news. But she knows she has our respect.

anna Si j'avais su, j'aurais organisé tout cela avant son opération. La préparation aurait été plus facile.
If I had known, I'd have organised all this before her operation. The preparation would have been easier.

dr roux Ne vous fâchez pas contre vous-même, Anna. Je suis heureux que le voisinage soit solidaire : l'attachement entre voisins aide à guérir.
Don't be angry with yourself, Anna. I'm happy the neighbourhood stands together: the attachment between neighbours helps healing.

léo Félicitations à Anna pour son organisation ! Un soutien affectif stimule aussi le malade. Je fais un peu de pub dans mon café pour trouver d'autres personnes : certains clients sont carrément prêts à aider !
Congratulations to Anna for her organisation! Emotional support stimulates the patient too. I'll do a bit of advertising in my café to find more people: some customers are totally ready to help!

anna Merci. Je suis touchée qu'autant de personnes soient venues. La générosité de chacun va la ravir.
Thank you. I'm touched that so many people have come. Everyone's generosity will delight her.

spell it cover the word, write it, check

support	**le soutien**
esteem, respect	**l'estime**
backing, support	**l'appui**
friendly	**amical**

supportive, standing together	**solidaire**
elder; older (child); senior	**l'aîné**

good to know · Past subjunctive: subjunctive of avoir or être + past participle. Use être for the same verbs as the passé composé: soit rentrée, ait mangé.

Help is easier to give than to ask for. A good neighbourhood makes both normal.
Do this day interactively, with audio and games, free at **wishyou.today/learning**

day 32 an ageing society

Describe and comment on figures about an ageing population, and use quantity words again (environ, presque, à peine, autant, davantage).

Exam texts and news reports are full of figures: percentages, trends, shares. To describe them you need precise words for ‘about’, ‘almost’, ‘hardly’, ‘as many’ and ‘more’, and a few words for the topic itself.

words

word	meaning	example
la statistique	statistic; statistics (pl. statistiques)	Cette statistique est très claire. This statistic is very clear.
relativement	relatively, fairly	Le prix est relativement bas. The price is relatively low.
le maintien	keeping, maintenance (pl. maintiens)	Le maintien à domicile est souvent préféré. Staying at home is often preferred.
la prestation	benefit, service provided (pl. prestations)	Cette prestation est payée par l'État. This benefit is paid by the state.
la répartition	distribution, breakdown (pl. répartitions)	La répartition du travail est claire. The distribution of the work is clear.
nettement	clearly, markedly	Il fait nettement plus froid ce matin. It is markedly colder this morning.
la décennie	decade (pl. décennies)	En une décennie, tout a changé. In one decade, everything has changed.
le/la célibataire	single, unmarried (pl. célibataires)	Il est célibataire et vit seul. He is single and lives alone.
la pension	pension; allowance (pl. pensions)	Sa pension est modeste. Her pension is modest.
la collectivité	community, local authority (pl. collectivités)	La collectivité finance ce service. The local authority funds this service.
la courbe	curve, graph line (pl. courbes)	La courbe monte depuis dix ans. The curve has been rising for ten years.
le pourcentage	percentage (pl. pourcentages)	Le pourcentage de seniors augmente. The percentage of seniors is rising.
la dépendance	dependence, loss of independence (pl. dépendances)	La dépendance touche les personnes très âgées. Loss of independence affects the very old.
la cotisation	contribution, subscription (pl. cotisations)	Chaque salarié paie sa cotisation. Each employee pays their contribution.
majoritairement	mostly, in the majority	Le public est majoritairement jeune. The audience is mostly young.
l'allocation	allowance, benefit (pl. allocations)	Elle reçoit une allocation chaque mois. She receives an allowance every month.
démographique	demographic	Le changement démographique est rapide. The demographic change is fast.
la quarantaine	about forty; quarantine (pl. quarantaines)	Il a la quarantaine. He is about forty.

le senior	senior citizen (pl. seniors)	Cette offre s'adresse aux seniors. This offer is aimed at senior citizens.
la cinquantaine	about fifty; fifty-something (pl. cinquantaines)	Elle approche de la cinquantaine. She is nearing fifty.
la pyramide	pyramid (pl. pyramides)	La pyramide des âges change chaque année. The age pyramid changes every year.
le vieillissement	ageing (pl. vieillissements)	Le vieillissement de la population pose des questions. The ageing of the population raises questions.
la maison de retraite	care home, retirement home (pl. maisons de retraite)	Elle habite dans une maison de retraite. She lives in a care home.

pattern environ, presque, à peine, autant, davantage: describing figures

environ / presque / à peine **+ chiffre** **autant de … que** **davantage**

Describe figures with precision. Environ means ‘about’, presque ‘almost’, à peine ‘barely’: environ 20 %, presque la moitié, à peine dix ans. Autant de… que means ‘as many… as’: autant de femmes que d'hommes. Davantage means ‘more’ on its own: les seniors voyagent davantage ; before a noun, plus de is more usual: plus de seniors. These words let you comment on a chart without repeating the numbers.

Dans notre quartier, environ 20 % des voisins ont plus de 65 ans. In our neighbourhood, about 20% of the neighbours are over 65.

Presque la moitié d'entre eux vivent seuls. Almost half of them live alone.

Il y a à peine dix ans, ils étaient moins nombreux. Barely ten years ago, there were fewer of them.

Il y a autant d'hommes que de femmes dans l'enquête. There are as many men as women in the survey.

dialogue reading the chart

thomas Anna, voici les statistiques pour le débat de jeudi : le vieillissement est nettement plus rapide que prévu. Une seule erreur serait fatale : vérifions tout.
Anna, here are the statistics for Thursday's debate: ageing is markedly faster than expected. A single mistake would be fatal: let's check everything.

anna Je suis surprise que le pourcentage de seniors ait autant augmenté en une décennie. Montre-moi la courbe.
I'm surprised the percentage of seniors has risen so much in a decade. Show me the curve.

thomas Regarde la pyramide : dans notre quartier, environ une personne sur cinq a plus de 65 ans, et à peine une sur sept a moins de quinze ans.
Look at the pyramid: in our neighbourhood, about one person in five is over 65, and barely one in seven is under fifteen.

anna Et la répartition ? Presque la moitié des seniors vivent seuls, c'est ça ? Beaucoup sont célibataires.
And the breakdown? Almost half of the seniors live alone, is that right? Many are single.

thomas Oui, majoritairement des femmes, qui vivent plus longtemps que les hommes. Elles ont davantage besoin d'aide, une pension modeste ne suffit pas toujours, et le soutien affectif, c'est souvent le voisinage.
Yes, mostly women, who live longer than men. They need more help, a modest pension isn't always enough, and emotional support is often the neighbours.

anna Personnellement, je trouve qu'il est essentiel que la collectivité s'efforce d'améliorer le maintien à domicile, de même que l'aide aux familles. Personne ne devrait quitter définitivement sa maison faute d'aide, et la maison de retraite ne peut pas être la seule réponse.
Personally, I think it is essential that the local authority strives to improve staying at home, as well as help for families. Nobody should leave their home for good for lack of help, and the care home cannot be the only answer.

thomas D'accord, mais qui finance ? Les cotisations de ceux qui travaillent paient les pensions, et les prestations pour la dépendance coûtent cher. Un départ précoce à la retraite coûte cher aussi.
Agreed, but who pays? The contributions of those who work pay the pensions, and benefits for loss of independence are expensive. Retiring early is costly too.

anna Autrefois, il y avait environ quatre actifs pour un retraité ; aujourd'hui, à peine deux. Je suis étonnée que la différence soit si grande.
In the past there were about four people in work for one pensioner; today, barely two. I'm amazed the difference is so big.

thomas Une éventuelle hausse des cotisations est un sujet pertinent pour jeudi. Même les influenceurs vieillissent, ça va susciter des réactions ! Pour l'ambiance, un groupe de jazz jouera avant le débat.
A possible rise in contributions is a relevant topic for Thursday. Even influencers grow old, that will spark reactions! For the atmosphere, a jazz band will play before the debate.

anna Je suis ravie que tu aies trouvé ces chiffres. Je démarre l'affiche demain, et j'espère que le débat suscitera beaucoup d'intérêt.
I'm delighted you found these figures. I'm starting the poster tomorrow, and I hope the debate will arouse a lot of interest.

spell it cover the word, write it, check

statistic; statistics	**la statistique**
relatively, fairly	**relativement**
keeping, maintenance	**le maintien**
benefit, service provided	**la prestation**

distribution, breakdown	**la répartition**
clearly, markedly	**nettement**

good to know · Davantage alone means ‘more’: il travaille davantage. Before a noun you can say davantage de, but plus de is more usual.

Numbers never speak for themselves. A good speaker says what they mean in one clear sentence.
Do this day interactively, with audio and games, free at **wishyou.today/learning**

day 33 living well

Give conditions for a healthy life: à condition que, pourvu que, à moins que + subjunctive.

Plans, promises and rules nearly always come with a condition: yes, provided that…; unless…; as long as…. These conjunctions take the subjunctive, and with them you can negotiate, give advice and set the terms of a deal.

words

word	meaning	example
à moins de	unless (+ noun or infinitive)	À moins d'un miracle, ils perdront. Barring a miracle, they will lose.
à condition que	provided that (+ subjunctive)	Tu peux sortir à condition que tu rentres tôt. You can go out provided you come home early.
à moins que	unless (+ subjunctive)	On jouera dimanche à moins qu'il pleuve. We'll play on Sunday unless it rains.
pourvu que	as long as, let's hope that (+ subjunctive)	Pourvu qu'il fasse beau demain ! Let's hope the weather is nice tomorrow!
la finale	final (of a competition) (pl. finales)	Leur équipe joue la finale dimanche. Their team plays the final on Sunday.
la ligue	league (pl. ligues)	Il joue dans la ligue du quartier. He plays in the neighbourhood league.
l'entraîneur	coach, trainer (pl. entraîneurs)	L'entraîneur choisit les joueurs. The coach chooses the players.
la défaite	defeat (pl. défaites)	Cette défaite est dure à accepter. This defeat is hard to accept.
l'entraînement	training session; training (pl. entraînements)	L'entraînement commence à dix-huit heures. Training starts at six p.m.
le gagnant	winner (pl. gagnants)	Le gagnant{gagnant} reçoit une coupe. The winner receives a cup.
le vainqueur	winner, victor (pl. vainqueurs)	Le vainqueur de la course est un jeune. The winner of the race is a young man.
le coach	coach (pl. coachs)	Mon coach me conseille de dormir plus. My coach advises me to sleep more.
la prévention	prevention (pl. préventions)	La prévention vaut mieux que le traitement. Prevention is better than treatment.
vaincre	to beat, to overcome	Il veut vaincre sa peur. He wants to overcome his fear.
le saut	jump, leap (pl. sauts)	Son saut est très haut. His jump is very high.
physiquement	physically	Elle est forte physiquement. She is strong physically.
le/la cycliste	cyclist; cycling (pl. cyclistes)	Le cycliste monte la côte. The cyclist climbs the hill.
le rival	rival (pl. rivaux)	Son rival gagne souvent. His rival often wins.
le marathon	marathon (pl. marathons)	Le marathon fait plus de 42 kilomètres. The marathon is over 42 kilometres.

le muscle	muscle (pl. muscles)	Ce sport fait travailler les muscles. This sport works the muscles.
la routine	routine (pl. routines)	Une bonne routine aide à progresser. A good routine helps you progress.
la cheville	ankle (pl. chevilles)	Il a mal à la cheville. His ankle hurts.
la protéine	protein (pl. protéines)	Les œufs contiennent des protéines. Eggs contain protein.
le fumeur	smoker (pl. fumeurs)	Un fumeur respire moins bien. A smoker breathes less well.

pattern à condition que, pourvu que, à moins que: conditions with the subjunctive

à condition que / pourvu que **à moins que** **+ subjonctif** **à moins de** **+ nom / infinitif**

Three conjunctions set a condition and take the subjunctive: à condition que (provided that), pourvu que (as long as, hoping that) and à moins que (unless). With the same subject, use à condition de or à moins de + infinitive or noun: à moins d'un miracle, à moins de partir tôt. Do not mix them up with si, which takes the indicative: si tu viens, on joue.

Tu peux jouer à condition que ta cheville soit guérie. You can play provided your ankle has healed.

Nous gagnerons pourvu que tout le monde vienne à l'entraînement. We'll win as long as everyone comes to training.

Nous jouerons dimanche à moins qu'il pleuve. We'll play on Sunday unless it rains.

À moins d'un miracle, ils perdront la finale. Barring a miracle, they'll lose the final.

dialogue the final

hugo Alors, Léo, ton équipe est en finale dimanche ? Je viendrai, à condition que tu me gardes une place !
So, Léo, your team is in the final on Sunday? I'll come, provided you keep me a seat!

léo Pas de problème. On joue à midi, à moins qu'il pleuve. Notre coach dit qu'on va gagner, pourvu que tout le monde vienne à l'entraînement.
No problem. We play at noon, unless it rains. Our coach says we'll win, as long as everyone comes to training.

anna Et ta cheville ? Tu devrais te reposer. À ta place, je ne jouerais pas.
And your ankle? You should rest. In your place, I wouldn't play.

léo Je me suis vite rétabli. Quoique le kiné me dise d'attendre, je suis prêt physiquement. Notre club est majoritairement composé d'amateurs, et j'ai un vrai attachement pour cette équipe.
I recovered quickly. Even though the physio tells me to wait, I'm physically ready. Our club is mostly made up of amateurs, and I have a real attachment to this team.

hugo Même si vous perdez, ce ne sera pas une honte : une défaite fait partie du jeu. Mon cousin a beau s'entraîner, il perd toujours, il se blesse au talon à chaque match, et il reste poli !
Even if you lose, it won't be a disgrace: a defeat is part of the game. My cousin may train as much as he likes, he always loses, he hurts his heel at every match, and he stays polite!

anna En premier lieu, je voudrais proposer du sport au musée : vingt minutes de sport à midi, dans le but d'être en forme. N'importe qui peut venir, même sans expérience. Dès l'embauche, on pourrait le proposer à chaque nouveau collègue.
First, I'd like to suggest some exercise at the museum: twenty minutes of exercise at noon, with the aim of keeping fit. Anyone can come, even with no experience. From the day they're hired, we could offer it to every new colleague.

hugo Super idée ! Un marathon, non, mais une routine de vingt minutes, oui. À moins d'une réunion, je viendrai. Pour moi, la définition d'une bonne équipe, c'est la bonne humeur : le sport est secondaire.
Great idea! A marathon, no, but a twenty-minute routine, yes. Unless there's a meeting, I'll come. For me, the definition of a good team is good spirits: sport is secondary.

léo Et la prévention ? Des études ont démontré qu'un fumeur qui veut reprendre le sport doit commencer doucement, pourvu qu'il ait l'accord de son médecin.
And prevention? Studies have shown that a smoker who wants to take up sport again must start gently, as long as he has his doctor's agreement.

anna Oui, et des protéines après l'effort pour les muscles. Il est préférable que les collègues soient solidaires : on va même former une équipe contre nos rivaux du bureau d'à côté ! Je tiens à souligner que Madame Martin marche déjà après son opération : nous n'avons pas d'excuse.
Yes, and protein after exercise for the muscles. It's better if colleagues stand together: we'll even form a team against our rivals in the next-door office! I want to stress that Madame Martin is already walking after her operation: we have no excuse.

hugo Moi, je suis d'accord ! Pourvu que Nadia le soit aussi, on commence lundi. Et dimanche, on gagne la finale, Léo !
I agree! As long as Nadia does too, we start on Monday. And on Sunday, we win the final, Léo!

spell it cover the word, write it, check

unless (+ noun or infinitive)	**à moins de**
provided that (+ subjunctive)	**à condition que**
unless (+ subjunctive)	**à moins que**
as long as, let's hope that (+ subjunctive)	**pourvu que**

final (of a competition)	**la finale**
league	**la ligue**

good to know · Same subject: à condition de + infinitive, à moins de + infinitive. New subject: à condition que / à moins que + subjunctive.

A little regular sport beats a big effort once a year. The best routine is the one you keep.
Do this day interactively, with audio and games, free at **wishyou.today/learning**

wishyou.today learning

day 34 everyone counts

French B2
unit 5 · health & society

Discuss inclusion, disability and discrimination in a balanced, respectful way, and use en revanche, par contre and sans que again.

Social topics need careful words: the right term, the right tone, and a fair balance between what works and what doesn't. Contrast words like en revanche and par contre let you say both without sounding negative.

words

word	meaning	example
à l'égard de	towards, regarding	Il est très poli à l'égard de ses voisins. He is very polite towards his neighbours.
lutter	to fight, to struggle	Elle lutte contre l'injustice. She fights against injustice.
inclure	to include	Le prix inclut le repas. The price includes the meal.
affecter	to affect; to assign	Ce problème affecte tout le monde. This problem affects everyone.
masculin	masculine, male	Ce métier est resté masculin longtemps. This job stayed male for a long time.
exclure	to exclude	Personne ne doit être exclu. No one must be excluded.
l'autonomie	independence, autonomy (pl. autonomies)	L'autonomie est importante à tout âge. Independence is important at any age.
autonome	independent, self-sufficient	Elle est autonome depuis ses dix-huit ans. She has been independent since she was eighteen.
l'aveugle	blind; blind person (pl. aveugles)	Une personne aveugle lit avec les doigts. A blind person reads with their fingers.
le racisme	racism	Le racisme est interdit par la loi. Racism is forbidden by law.
handicapé	disabled (adjective)	Le musée est facile d'accès pour les personnes handicapées. The museum is easy to get into for disabled people.
la minorité	minority (pl. minorités)	Une minorité vote contre. A minority votes against.
la barrière	barrier; fence (pl. barrières)	Une barrière empêche de passer. A barrier prevents people from passing.
l'obstacle	obstacle (pl. obstacles)	Cet escalier est un obstacle. This staircase is an obstacle.
la discrimination	discrimination (pl. discriminations)	La discrimination est une injustice. Discrimination is an injustice.
le handicap	disability, handicap (pl. handicaps)	Son handicap ne l'arrête pas. His disability doesn't stop him.
se soucier	to care, to be concerned (about)	Il se soucie de ses amis. He cares about his friends.
la tolérance	tolerance (pl. tolérances)	La tolérance commence par le respect. Tolerance begins with respect.
l'exclusion	exclusion (pl. exclusions)	L'exclusion touche beaucoup de gens. Exclusion affects many people.

le préjugé	prejudice, preconceived idea (pl. préjugés)	Un préjugé est une idée toute faite. A prejudice is a ready-made idea.
indifférent	indifferent	Il reste indifférent à ces problèmes. He stays indifferent to these problems.

pattern en revanche, par contre, sans que: contrast and opposition

fait A | **; en revanche / par contre,** | **fait B** | **sans que + subjonctif** | **dont**

To contrast two facts, put en revanche or par contre between them: le musée est accessible ; en revanche, le cinéma ne l'est pas. En revanche is the more written of the two. Sans que (+ subjunctive) says something happens without something else: elle a traversé sans que personne l'aide. And dont links a noun to what you talk about or need: le problème dont on parle, le service dont j'ai besoin.

Le musée est facile d'accès ; en revanche, la bibliothèque ne l'est pas. The museum is easy to get into; the library, on the other hand, is not.

Les rues sont larges ; par contre, les trottoirs sont trop hauts. The streets are wide; however, the pavements are too high.

Elle a traversé la salle sans que personne l'aide. She crossed the room without anyone helping her.

C'est un problème dont on parle trop peu. It is a problem we talk about too little.

dialogue open to everyone?

nadia Pour l'exposition « Climat : et maintenant ? », je veux que nous pensions à tous les visiteurs. Il est essentiel que personne ne soit exclu.
For the exhibition 'Climate: what now?', I want us to think of all the visitors. It is essential that no one is excluded.

anna Le musée est facile d'accès pour les personnes handicapées ; en revanche, la salle du fond a un escalier. Pour un visiteur sur des béquilles, c'est un obstacle.
The museum is easy to get into for disabled people; on the other hand, the back room has a staircase. For a visitor on crutches, that's an obstacle.

hugo Et pour les personnes aveugles ? J'ai vu un documentaire sur un correspondant aveugle : à la rédaction de son journal, il racontait sa visite d'un musée sans un seul objet à toucher. Il faudrait une visite avec des objets à toucher. Sans cela, elles seraient exclues de l'exposition.
And for blind people? I saw a documentary about a blind correspondent: in his newspaper's editorial office, he described his visit to a museum without a single object to touch. We'd need a tour with objects to touch. Without that, they'd be excluded from the exhibition.

nadia Si nous n'avions pas pensé à l'accès pour tous dès le début, nous aurions dû tout refaire. Une barrière peut être invisible, sans que personne le veuille.
If we hadn't thought of access for everyone from the start, we would have had to redo everything. A barrier can be invisible, without anyone wanting it.

anna Le sujet dont je me soucie le plus, c'est l'autonomie : chaque visiteur doit pouvoir circuler sans demander de l'aide.
The subject I care most about is independence: every visitor must be able to move around without asking for help.

hugo Même une minorité de visiteurs compte. À moins d'être indifférent, on ne peut pas oublier ce sujet. Et puis, ce n'est pas une question de générosité, mais de droit : l'exclusion coûte plus cher que d'inclure tout le monde, et c'est une défaite pour notre musée.
Even a minority of visitors counts. Unless you're indifferent, you can't forget this subject. And anyway, it isn't a question of generosity but of rights: exclusion costs more than including everyone, and it is a defeat for our museum.

nadia Il y a aussi les préjugés, même dans la grammaire : le masculin l'emporte toujours. On parle de métiers « masculins » ou « féminins », certains pensent que les chômeurs ne veulent pas travailler : c'est faux.
There are also prejudices, even in grammar: the masculine always wins. People talk of 'male' or 'female' jobs, some think the unemployed don't want to work: that's wrong.

anna Je propose une règle : lutter contre la discrimination sous toutes ses formes, y compris le racisme, dans nos textes comme dans notre équipe. Le pourcentage de personnes affectées est plus grand qu'on ne le croit.
I propose a rule: fight discrimination in all its forms, including racism, in our texts as in our team. The percentage of people affected is bigger than people think.

hugo Sincèrement, un observateur extérieur dirait que nous sommes déjà ouverts. Mais ouvrir la porte ne suffit pas : il faut inclure, c'est une question de tolérance.
Honestly, an outside observer would say we're already open. But opening the door isn't enough: we have to include, it's a question of tolerance.

nadia Bien dit. Anna, écris une note à l'équipe avec trois mesures. Je la diffuserai demain et je vais équilibrer le budget pour payer ces visites.
Well said. Anna, write a note to the team with three measures. I'll circulate it tomorrow and I'll balance the budget to pay for these tours.

spell it cover the word, write it, check

towards, regarding **à l'égard de**

to fight, to struggle	**lutter**
to include	**inclure**
to affect; to assign	**affecter**
masculine, male	**masculin**
to exclude	**exclure**

good to know · Say les personnes handicapées or une personne en situation de handicap: put the person first.

An open door is only the start. Real inclusion means asking the people who are affected what they need.
Do this day interactively, with audio and games, free at **wishyou.today/learning**

wishyou.today learning

day 35 mission: back on her feet

French B2
unit 5 · health & society

Follow the story of Madame Martin's operation and recovery, and write an article about neighbourhood solidarity.

This mission brings the whole unit together: worry before an operation, medical advice, solidarity, sport as a way back to health, a public debate on ageing, and a newspaper article that sums it all up. The article is the kind of text you meet in the exam.

chapter 1 just in case

martin	Mes enfants, j'ai peur : la chirurgie, le chirurgien, l'hôpital… J'ai fait un cauchemar, et ma crainte est de m'évanouir. My dears, I'm afraid: the surgery, the surgeon, the hospital… I had a nightmare, and what I fear is fainting.
dr roux	Votre inquiétude est naturelle, Madame Martin. Le chirurgien est prudent, il prend toutes les précautions, et la prudence est son métier. Your worry is natural, Madame Martin. The surgeon is careful, he takes every precaution, and caution is his job.
anna	J'ai tout anticipé. Au cas où un souci surviendrait, voici mon numéro. Je veillerai à ce que votre clé soit chez moi. I've planned for everything. In case a problem comes up, here's my number. I'll make sure your key is at my place.
léo	Et le chien ? Trois sorties par jour, c'est promis. Vous allez vous rétablir vite, et il sera ravi de votre retour ! And the dog? Three walks a day, I promise. You'll recover quickly, and he'll be delighted to have you back!
martin	Merci. Mes béquilles sont déjà dans l'entrée. Un retour immédiat à la maison est impossible, a dit le docteur : je reste quelques jours. Thank you. My crutches are already in the hall. An immediate return home is impossible, the doctor said: I'm staying a few days.
dr roux	Il y aura une alarme près du lit, au cas où. C'est délicat de demander de l'aide, mais vous n'êtes pas seule. There will be an alarm by the bed, just in case. It's delicate to ask for help, but you are not alone.
anna	Les voisins sont solidaires : le soutien de chacun, un appui amical, c'est le meilleur remède contre la solitude. The neighbours stand together: everyone's support, friendly backing, is the best remedy against loneliness.
martin	Vous êtes d'une grande générosité. Je suis une vieille dame solitaire, mais je suis touchée par tant de tendresse. You are very generous. I'm a lonely old lady, but I'm touched by so much affection.
léo	Ne vous fâchez pas si le chien vous réveille à six heures ! Je viendrai le chercher, et vous aurez votre tranquillité. Don't get angry if the dog wakes you at six! I'll come to get him, and you'll have your peace and quiet.
dr roux	Reposez-vous. Avec un voisinage chaleureux et une patiente aussi souriante que vous, demain tout ira bien. Rest. With such a warm neighbourhood and a patient as cheerful as you, tomorrow all will be well.

chapter 2 what the doctor said

camille Ma sœur, qui travaille dans un hôpital, m'a dit que l'opération s'était bien passée, d'après le chirurgien.
My sister, who works in a hospital, told me the operation had gone well, according to the surgeon.

anna Elle m'a expliqué le suivi hier au téléphone : une consultation dans un mois, et un contrôle du diagnostic.
She explained the follow-up to me yesterday on the phone: a consultation in a month, and a check on the diagnosis.

camille Le traitement comprend une injection chaque soir. Le médecin préconise du repos, et la prescription précise la dose.
The treatment includes an injection every evening. The doctor recommends rest, and the prescription states the dose.

anna Et pour payer ? La sécurité sociale paie beaucoup, mais Madame Martin a aussi une mutuelle complémentaire.
And how to pay? Social security pays a lot, but Madame Martin also has a supplementary mutuelle.

camille Elle verra un kinésithérapeute dès demain pour la rééducation. La convalescence dure environ six semaines, avec un accompagnement à domicile.
She'll see a physiotherapist from tomorrow for the rehabilitation. Convalescence lasts about six weeks, with support at home.

anna Ma crainte, c'est une infection. Ta sœur dit que les règles sanitaires de l'hôpital sont strictes.
My fear is an infection. Your sister says the hospital's health rules are strict.

camille Un facteur important, c'est l'âge, mais le moral compte aussi. Avant l'opération, un contrôle cardiaque a eu lieu : le cœur, comme les autres organes, va bien.
An important factor is age, but morale matters too. Before the operation, a heart check took place: the heart, like the other organs, is fine.

anna Ils ont prélevé du sang pour le diagnostic, mais rien d'inquiétant. Pas de souffrance, m'a dit Madame Martin hier.
They took blood for the diagnosis, but nothing worrying. No pain, Madame Martin told me yesterday.

camille Tant mieux. J'ai écouté un reportage sur la recherche contre le cancer : la prévention y avait une grande place.
So much the better. I listened to a report on cancer research: prevention had a big place in it.

anna Pour nous, la prévention, c'est de ne jamais laisser un voisin seul. Allez, relisons le tableau de la semaine !
For us, prevention means never leaving a neighbour alone. Come on, let's read over the week's chart!

chapter 3 coach léo

léo	Madame Martin, aujourd'hui, je suis votre entraîneur : on commence l'entraînement ! Vingt mètres avec les béquilles, sans un seul saut. Madame Martin, today I'm your coach: training starts! Twenty metres with the crutches, without a single jump.
martin	Mon petit Léo, une routine de marche, pourvu que ma hanche tienne ! Je veux vaincre cette fatigue. My dear Léo, a walking routine, as long as my hip holds out! I want to beat this tiredness.
anna	À moins que la douleur revienne, vous pouvez faire deux tours. Le kinésithérapeute dit que vos muscles et votre cheville travaillent bien. Unless the pain comes back, you can do two laps. The physiotherapist says your muscles and your ankle are working well.
léo	Moi, la finale de la ligue, je l'ai perdue : une défaite, deux à un. Nos rivaux ont marqué au dernier moment. Mais ce n'est pas un marathon, on se relève ! Me, I lost the league final: a defeat, two to one. Our rivals scored at the last moment. But it's not a marathon, we get back up!
martin	Vous avez perdu, mais pour moi vous êtes le vainqueur de la cour ! Un gagnant, c'est celui qui continue. You lost, but for me you're the champion of the courtyard! A winner is the one who carries on.
anna	À condition que vous mangiez des protéines et que vous marchiez chaque jour, vous serez bientôt autonome. Provided you eat protein and walk every day, you'll soon be independent.
martin	J'étais physiquement épuisée la semaine dernière. Aujourd'hui, même un cycliste du quartier m'a dit bonjour ! I was physically exhausted last week. Today even a cyclist from the neighbourhood said hello to me!
léo	Votre coach vous dit : encore un tour ! Et pas de fumeur dans la cour : le voisin du premier étage a arrêté. La prévention marche. Your coach says: one more lap! And no smoker in the courtyard: the neighbour on the first floor has stopped. Prevention works.
anna	Le voisinage prépare une surprise : ce soir, la fête de bienvenue. Pourvu que le temps soit beau ! The neighbours are preparing a surprise: tonight, the welcome party. Let's hope the weather is fine!
martin	Je m'en réjouis ! Je suis ravie de vous avoir tous. Mon attachement à cet immeuble n'a jamais été si fort ! How lovely! I'm so happy to have you all. My attachment to this building has never been so strong!

chapter 4 the debate evening

thomas Bonsoir. Ce soir, nous parlons du vieillissement dans notre quartier. Les statistiques sont claires : le pourcentage de seniors augmente nettement depuis une décennie.
Good evening. Tonight we are talking about ageing in our neighbourhood. The statistics are clear: the percentage of seniors has been rising markedly for a decade.

dr roux Permettez-moi de montrer la pyramide : la répartition change et la courbe monte. C'est un changement démographique relativement rapide.
Allow me to show the pyramid: the distribution is changing and the curve is rising. It's a relatively fast demographic change.

hugo Si je peux me permettre, les seniors souhaitent majoritairement rester chez eux. Le maintien à domicile coûte moins que la maison de retraite.
If I may say so, seniors mostly wish to stay at home. Staying at home costs less than the care home.

anna Je vous l'accorde, mais la dépendance coûte cher : il faut des prestations et une allocation. La collectivité doit s'en occuper.
I grant you that, but loss of independence is expensive: benefits and an allowance are needed. The local authority must see to it.

hugo Qui finance tout cela ? Les cotisations paient les pensions, et un célibataire sans enfants paie autant qu'un autre.
Who pays for all this? Contributions pay the pensions, and a single person without children pays as much as anyone else.

dr roux Je suis médecin : l'isolement affecte la santé. Certains aînés ont un handicap, d'autres sont simplement seuls. Nous devons lutter contre l'exclusion.
I am a doctor: isolation affects health. Some older people have a disability, others are simply alone. We must fight exclusion.

anna Il y a aussi des préjugés à l'égard de nos aînés : on croit qu'un aîné ne peut plus décider seul. C'est une discrimination, comme le racisme en est une. Il faut inclure tout le monde, et pas seulement les plus jeunes.
There are prejudices about older people too: people think an older person can no longer decide alone. That is discrimination, just as racism is. We must include everyone, not only the youngest.

thomas Un obstacle est souvent une barrière invisible. Une personne aveugle, un voisin handicapé ou une minorité mal informée peut être exclue sans que personne le veuille.
An obstacle is often an invisible barrier. A blind person, a disabled neighbour or a badly informed minority can be excluded without anyone wanting it.

hugo La tolérance et l'autonomie de chacun, voilà l'objectif. Et je ne reste pas indifférent aux préjugés : un métier n'est ni masculin ni féminin !
Tolerance and everyone's independence, that is the goal. And I don't stay indifferent to prejudice: a job is neither male nor female!

thomas Merci. Nous ne sommes pas d'accord sur tout, mais l'essentiel est de se soucier de chacun. Rendez-vous le mois prochain.
Thank you. We don't agree on everything, but the main thing is to care about everyone. See you next month.

chapter 5 inès reads her article

inès Dans une cour de Paris, un immeuble qui prend soin de ses aînés. Quand Madame Martin, soixante-dix ans, est entrée à l'hôpital pour une opération de la hanche, ses voisins ne sont pas restés indifférents.

In a Paris courtyard, a building that takes care of its elders. When Madame Martin, seventy, went into hospital for a hip operation, her neighbours did not stay indifferent.

inès Dès le lendemain, un tableau de la semaine est apparu dans l'entrée : courses, promenades du chien, visites. « Nous avons voulu anticiper, au cas où un souci surviendrait », explique Anna, qui a organisé le groupe.

From the next day, a chart for the week appeared in the entrance: shopping, dog walks, visits. 'We wanted to plan ahead, in case a problem arose,' explains Anna, who organised the group.

inès Le docteur Roux, qui habite l'immeuble, a veillé au suivi : consultation, traitement et rééducation avec un kinésithérapeute. Grâce à la sécurité sociale et à sa mutuelle, Madame Martin n'a presque rien payé.

Dr Roux, who lives in the building, saw to the follow-up: consultation, treatment and rehabilitation with a physiotherapist. Thanks to social security and her mutuelle, Madame Martin has paid almost nothing.

inès Cette solidarité n'est pas seulement un geste gentil. Selon les statistiques, le pourcentage de seniors a nettement augmenté en une décennie, et beaucoup vivent seuls. La solitude et l'isolement affectent leur santé, et la collectivité ne peut pas tout faire.

This solidarity is not just a kind gesture. According to the statistics, the percentage of seniors has risen markedly in a decade, and many live alone. Loneliness and isolation affect their health, and the local authority cannot do everything.

inès À moins d'un appui amical, un aîné devient vulnérable. Voilà pourquoi le soutien du voisinage est un facteur important pour se rétablir, au même titre que le traitement.

Without friendly backing, an older person becomes vulnerable. That is why the neighbours' support is an important factor in getting better, just like the treatment.

inès Le réseau compte maintenant une douzaine de voisins prêts à aider : une étudiante du dernier étage, un retraité, un commerçant du quartier. Léo, qui a mis une annonce dans son café, résume : « On ne fait rien d'extraordinaire, on se rend service. »

The network now has a dozen neighbours ready to help: a student from the top floor, a retired man, a local shopkeeper. Léo, who put a notice up in his café, sums it up: 'We're not doing anything extraordinary, we just help each other.'

inès Trois semaines après l'opération, Madame Martin marche dans la cour avec ses béquilles, devant tous ses voisins. Elle reste souriante : « Je suis ravie que tout se soit si bien passé », dit-elle.

Three weeks after the operation, Madame Martin walks in the courtyard with her crutches, in front of all her neighbours. She stays cheerful: 'I'm delighted that everything went so well,' she says.

inès Chacun y trouve son compte : les aînés se sentent moins seuls, et les plus jeunes découvrent l'histoire du quartier, que Madame Martin elle-même raconte, elle qui connaît chaque rue.

Everyone benefits: the older ones feel less alone, and the younger ones discover the history of the neighbourhood, which Madame Martin herself tells, she who knows every street.

inès Reste une question : et si tous les quartiers faisaient de même ? La tolérance, la générosité et l'attention aux autres ne coûtent rien, mais elles changent tout.

One question remains: what if all neighbourhoods did the same? Tolerance, generosity and attention to others cost nothing, but they change everything.

chapter 6 your views

inès Dans cette page « Vos avis », une question : le réseau d'aide de l'immeuble doit-il devenir permanent, avec l'aide de la mairie ? Trois voisins répondent.

On this 'Your views' page, one question: should the building's help network become permanent, with help from the town hall? Three neighbours reply.

dr roux Il est essentiel que ce réseau devienne permanent, et la mairie doit y participer. L'aide des voisins est précieuse, mais elle s'épuise vite sans soutien : une personne payée par la ville permettrait de suivre chaque voisin isolé. Je le dis en médecin : la solitude affecte le cœur autant qu'une maladie. En revanche, je ne veux pas que des professionnels remplacent les voisins, car un soutien amical ne s'achète pas.

It is essential that this network becomes permanent, and the town hall must take part. The neighbours' help is precious, but it wears out quickly without support: a person paid by the town would make it possible to follow every isolated neighbour. I say this as a doctor: loneliness affects the heart as much as an illness does. On the other hand, I don't want professionals to replace the neighbours, because friendly support cannot be bought.

léo Moi, je dis non à la mairie ! À moins que les formulaires disparaissent, l'administration va tout compliquer. Un tableau dans l'entrée, un café à midi et un peu de générosité suffisent, pourvu que chacun donne une heure par semaine. Mon café peut servir de point de rendez-vous, sans que personne paie un centime. Un réseau de voisins, c'est comme une équipe : il vit de la bonne humeur, pas de l'argent.

Me, I say no to the town hall! Unless the forms disappear, the administration will complicate everything. A chart in the entrance, a coffee at noon and a bit of generosity are enough, as long as everyone gives an hour a week. My café can be a meeting point, without anyone paying a cent. A neighbours' network is like a team: it lives on good spirits, not on money.

camille Je suis entre les deux. Il est important que la mairie apporte un cadre, par exemple une formation et une assurance pour ceux qui aident, mais l'initiative doit rester aux voisins. Et je regrette qu'on pense seulement aux aînés : un étudiant seul, une mère célibataire ou un voisin au chômage connaissent aussi l'isolement. Si ma mère habitait près d'ici, j'aimerais qu'un tel réseau l'accueille.

I'm somewhere in between. It is important that the town hall provides a framework, for example training and insurance for those who help, but the initiative must stay with the neighbours. And I regret that we only think of older people: a student on their own, a single mother or a neighbour out of work also know isolation. If my mother lived near here, I would like such a network to welcome her.

You have just followed a whole month of a neighbour's life in French, with worry, care and hope. That is real B2 listening.
Do this day interactively, with audio and games, free at **wishyou.today/learning**