

MAGAZYN W JĘZYKU FRANCUSKIM

FRANÇAIS PRÉSENT

Français

PRÉSENT

LE CAFÉ : UNE GRAINE QUI CHANGE LE MONDE

DÉPOLLUTION DE LA SEINE À PARIS
– UN FLEUVE REDEVENU BAINNABLE

UNE MONNAIE SAUVAGE : DES DÉCHETS
TRANSFORMÉS EN TOKENS À MARSEILLE

NOUVELLE-CALÉDONIE

VERS LA FIN DU TÉLÉTRAVAIL ?



francais.edu.pl
colorfulmedia.pl

Jakość gwarantuje wydawnictwo **Colorful MEDIA**

UZUPEŁNIJ SWOJĄ KOLEKCJĘ WYDAŃ SPECJALNYCH

Jakość gwarantuje wydawnictwo **Colorful MEDIA** | + NAGRANIA MP3 | + ĆWICZENIA | + POLSKIE SŁÓWKA

WYDANIE SPECJALNE Z NAJLEPSZYMI DIALOGAMI Z **Français PRÉSENT**

FRANÇAIS PRÉSENT

LE FRANÇAIS EN DIALOGUES



COMMENT UTILISER
L'IA AU TRAVAIL

MARCHÉ IMMOBILIER

BRICOLAGE ET PANNES

ALIMENTATION SAINE

SALON
DE COIFFURE

LES FACTURES
ET LES PAIEMENTS

LES IMPÔTS

VOITURE EN PANNE

colorfulmedia.pl | francais.edupl

wydanie specjalne 3/2024
cena: 29,90 zł (w tym 8% VAT)

kiosk.colorfulmedia.pl



KUP TERAZ

s o m m a i r e



18


ON EN PARLE

- 4 Suisse 2026 : fin de l'interdiction du double nom de famille pour les couples mariés
- 4 Les vides-greniers et marchés aux puces du printemps
- 5 Francophonie : le français se porte plutôt bien
- 5 Le Jardin des Plantes de Paris fête ses 400 ans


MINIDICTIONNAIRE

- 6 Le camping


GRAND ANGLE

- 7 Le café : une graine qui change le monde 


CULTURE

- 15 Vers la fin du télétravail ? 


SOCIÉTÉ

- 18 Dépollution de la Seine à Paris – un fleuve redevenu baignable 
- 21 Le ragondin – un visiteur d'Amérique du Sud

ÉCONOMIE

- 26 Une monnaie sauvage : des déchets transformés en tokens à Marseille 


VOYAGE

- 29 Nouvelle-Calédonie 

RECETTE

- 34 Comment préparer des châtaignes grillées à la provençale : tout ce dont vous avez besoin

CONVERSATION

- 37 Dialogues – chez le dentiste 



LANGUE

- 40 Mots croisés
- 41 Rue de l'Humanité
- 41 Quiz

Aby pobrać pliki MP3 na urządzenie mobilne, zeskanuj kod QR przy artykule. Darmowe aplikacje skanujące znajdziesz na www.colorfulmedia.pl/czytnik

FRANÇAIS PRÉSENT

Redakcja:
ul. Lednicka 23, 60-413 Poznań
redakcja@colorfulmedia.pl
tel. 61 833 63 28

Wydawca:
ul. Lednicka 23, 60-413 Poznań

Colorful
MEDIA

colorfulmedia.pl



Dołącz do nas: facebook.com/FrancaisPresent

Redaktor naczelna:
Hanna Danielczak-Ziadi

Zespół:
Laurent Limousin
Anne-Claire Moreau
Agnieszka Polakowska
Patrycja Puzskar
Hanna Danielczak-Ziadi
Frédéric Perrot
Krzysztof Przeździecki

Nagrania MP3:
Anne-Claire Moreau

Korekta:
Anne-Claire Moreau

Testy dla nauczycieli:
Hanna Danielczak-Ziadi

Studio DTP:
Sławomir Kinal
Michał Sobański

Projekt okładki:
Michał Sobański/Depositphotos

Dział prenumeraty:
prenumerata@colorfulmedia.pl
tel. 61 833 63 28, 663 24 24 33

Dział reklamy:
tel. 61 833 63 28
reklama@colorfulmedia.pl

Product manager:
Karolina Mazurkiewicz
kom. 663 242 433
k.mazurkiewicz@colorfulmedia.pl

Suisse 2026 : fin de l'interdiction du double nom de famille pour les couples mariés

Depuis 2013, les couples qui se mariaient **sous le régime de la communauté suisse** ne pouvaient porter qu'un seul nom de famille. L'idée était d'**œuvrer à l'égalité** entre les sexes, par exemple **en encourageant les hommes à prendre le nom de leur épouse**. Plus d'une décennie après, le choix du nom de famille de l'homme **reste pourtant toujours la tendance majeure**. C'est entre autre pour cette raison que le **Conseil des États** a finalement accepté de **revenir sur** l'interdiction. Ainsi, depuis le mois de mars, les mariés en Suisse peuvent de nouveau choisir comme patronyme le nom de l'homme, de la femme, et **dans le cas des doubles noms, l'ordre de ces derniers**.



fin (f.) de l'interdiction du double nom de famille pour les couples mariés | koniec zakazu posiadania podwójnego nazwiska dla małżeństw

sous le régime de la communauté suisse | pod rządami szwajcarskiej wspólnoty

ne pouvoir porter qu'un seul nom de famille | móc nosić tylko jedno nazwisko

œuvrer à l'égalité entre les sexes | działać na rzecz równości płci

en encourageant les hommes à prendre le nom de leur épouse | zachęcając mężczyzn do przyjmowania nazwiska żony

plus d'une décennie après | ponad dekadę później

rester pourtant toujours la tendance majeure | pozostawać jednak wciąż głównym trendem

Conseil (m.) des États | Rada Kantonów (wyższa izba parlamentu w Szwajcarii)

revenir sur qqch. | powracać do czegoś

ainsi | w ten sposób, tak więc

dans le cas des doubles noms | w przypadku podwójnych nazwisk

ordre (m.) de ces derniers | kolejność tych ostatnich

Les vides-greniers et marchés aux puces du printemps

Avec le retour des beaux jours au printemps, les Français apprécient de passer un après-midi de weekend à chiner sur un vide grenier, un marché aux puces ou encore sur une brocante. Vêtements d'enfants, service à café ou disques vinyles oubliés dans une maison de famille, meubles anciens terriblement design après avoir reçu un coup de peinture : on peut trouver de véritables trésors, souvent pas très chers, et très originaux. Les clients marchandent les prix, pour faire la meilleure affaire possible. Pour les vendeurs, ces événements sont une bonne occasion de se débarrasser d'objets encombrants, et se faire un peu d'argent pour arrondir leurs fins de mois !



vide-grenier (m.) | wyprzedaż garażowa

marché (m.) aux puces | pchli targ

avec le retour des beaux jours au printemps | wraz z powrotem ładnej pogody wiosną

apprécier de passer un après-midi de weekend à chiner | lubić spędzać weekendowe popołudnie na szukaniu okazji/szperaniu w poszukiwaniu staroci

brocante (f.) | targ staroci

oublié, -e dans une maison de famille | zapomniany w rodzinnym domu

terriblement design après avoir reçu un coup de peinture | niesamowicie stylowy/designerski po odświeżeniu warstwą farby

trésor (m.) | skarb

marchander les prix | targować się

pour faire la meilleure affaire possible | aby zrobić jak najlepszy interes, ubić jak najlepszy interes

se débarrasser de qqch. | pozbyć się czegoś

encombrant, -e | zawadzający

se faire un peu d'argent | zarobić trochę pieniędzy

pour arrondir leurs fins de mois | aby podreperować budżet domowy, dorobić do pensji, dost. zaokrąglić końcówkę miesiąca



Le Jardin des Plantes de Paris fête ses 400 ans



ROBIERZ NAGRANIA
MP3

KOD DOSTĘPU:
g6ks
LUB ODSŁUCHAJ
NA STRONIE
francais.edu.pl

POBIERZ CZYTNIK KODÓW:
COLORFULMEDIA.PL/CZYTNIK

Créé par Louis XIII en 1626, le Jardin des Plantes de Paris fête en 2026 ses 400 ans. À l'époque de sa création, la mission d'un tel jardin était **d'abord** politique, **au service du rayonnement international du royaume qui le possède**. Mais **fidèle** à la tradition humaniste de la Renaissance, elle était aussi pédagogique et scientifique, pour **faciliter** le **progrès médical**, la classification et l'observation d'espèces végétales du monde entier. Aujourd'hui, pour célébrer l'**identité** et l'histoire de ce jardin classé monument historique en 1993, des événements festifs sont organisés toute l'année. Venez **découvrir au printemps la floraison de fleurs** inspirée de **vélins** réalisés, pour certains au XVIIème siècle, par des **peintres** fascinés par les fleurs du lieu. L'été, **quant à lui**, offrira le **fleurissement de fleurs** utilisées traditionnellement en cuisine et **phytothérapie**. Si vous **prévoyez** un voyage à Paris, n'oubliez donc pas de **passer par** le Jardin des Plantes cette année !

fêter qqch. | świętować coś
d'abord | najpierw, po pierwsze,
tu: przede wszystkim
au service du rayonnement international du royaume qui le possède | w służbie międzynarodowego znaczenia (blasku) królestwa, które go posiada
fidèle à qqch. | wierny czemuś
faciliter qqch. | ułatwiać coś
progrès (m.) médical | postęp medyczny
identité (f.) | tożsamość
venez découvrir au printemps la

floraison de fleurs | przyjdźcie/ przybądźcie odkryć wiosną kwitnienie kwiatów
vélin (m.) | welin (rodzaj bardzo cienkiego pergaminu z cięłej skóry lub wysokiej jakości papieru)
peintre (m.) | malarz
quant à lui | jeśli o nie chodzi
fleurissement (m.) de fleurs | rozkwit, kwitnienie kwiatów
phytothérapie (f.) | fitoterapia, ziołolecznictwo
prévoir qqch. | przewidywać coś, planować coś
passer par qqch. | *tu:* wpaść do czegoś, odwiedzić coś

Francophonie : le français se porte plutôt bien

Lors de la journée internationale de la Francophonie du 20 mars 2026, l'**OIF a annoncé que** le français occupait actuellement la **quatrième place** parmi les langues les plus parlées dans le monde. **Comptant presque** 400 millions de locuteurs, la langue française **s'impose derrière** l'anglais, le mandarin et l'espagnol. Les prévisions estiment que **près de 590 millions de personnes devraient même parler français d'ici 2050**. Ce chiffre s'explique essentiellement **grâce à la croissance démographique et la systématisation de l'éducation dans les pays africains**, dont nombreux possèdent déjà le français comme langue officielle.

se porter plutôt bien | mieć się całkiem dobrze, być w dość dobrej kondycji
lors de X | podczas X
l'OIF (Organisation internationale de la Francophonie) | Międzynarodowa Organizacja Frankofonii

annoncer que | ogłaszać, że/ zapowiadać, że
la quatrième place | czwarte miejsce
comptant X | liczący X, obejmujący X
presque | prawie

s'imposer derrière qqch. | plasować się za czymś, zajmować pozycję za czymś
près de 590 millions de personnes devraient même parler français d'ici 2050 | blisko 590 milionów ludzi powinno (ma) nawet mówić po francusku do 2050 roku
grâce à la croissance démographique et la systématisation de l'éducation dans les pays africains | dzięki wzrostowi demograficznemu

oraz upowszechnieniu edukacji w krajach afrykańskich
dont | *tu:* gdzie



Le camping



la tente | namiot



le barbecue | grill



la bouteille de gaz | butla z gazem



la couverture | koc



le camping-car | kamper



la lampe de camping | lampa kempingowa



le lit de camp | łózko typu kanadyjka



le sac de couchage | śpiwór



la guitare | gitara



le feu de camp | ognisko

Le marché du café est en plein développement. En Pologne également, tout naturellement ! Un rapport de 2024 d'Euromonitor montre que parmi les consommateurs de café polonais, on boit en moyenne 2,4 tasses par jour. Si on consomme surtout du café instantané ou déjà moulu, l'attrait pour l'achat de café en grains connaît une hausse de 65 % sur les 5 dernières années. C'est un fait : la Pologne aime le changement et la nouveauté ! Si la méthode d'infusion du café « à la turc » est encore pratiquée dans de nombreux foyers polonais, le pays occupe la 3^{ème} place sur le marché des ventes de machine à café, que ce soit des machines à expresso ou des cafetières à piston. L'étude montre aussi que les Polonais s'intéressent de plus en plus à de nouveaux goûts et types de café.



Le café : une graine qui change le monde

par Anne-Claire Moreau

POBIERZ NAGRANIA
MP3

KOD DOSTĘPU:
g6ks

LUB ODSŁUCHAJ
NA STRONIE
francais.edu.pl

POBIERZ CZYTNIK KODÓW:
COLORFULMEDIA.PL/CZYTNIK

graine (f.) | ziarno
changer qqn/qqch. | zmieniać kogoś/coś
monde (m.) | świat
marché (m.) du café | rynek kawy
en plein développement (m.) | w fazie pełnego rozwoju
également | również
rapport (m.) | raport
montrer que | pokazywać, że
parmi X | wśród X
consommateur (m.) | konsument
en moyenne (f.) | średnio
tasse (f.) | filiżanka

surtout | przede wszystkim
café (m.) instantané | kawa rozpuszczalna
moulu, ~e | zmielony
attrait (m.) | atrakcyjność
café (m.) en grains | kawa ziarnista
connaître une hausse de X% | wzrosnąć o X%
c'est un fait | to fakt
changement (m.) | zmiana
nouveauté (f.) | nowość, innowacja
méthode (f.) d'infusion du café | sposób parzenia kawy
à la turc | po turecku
nombre/x, ~se | liczny

foyer (m.) | dom
pays (m.) | kraj
occuper la 3ème place | zajmować trzecie miejsce
machine (f.) à café | ekspres do kawy
que ce soit X ou Y | zarówno X jak i Y
machine (f.) à espresso | ekspres ciśnieniowy
cafetière (f.) à piston | kafetiera tłokowa
s'intéresser à qqch. | interesować się czymś
de plus en plus | coraz bardziej
goût (m.) | smak

Le café de l'Antiquité à l'Europe A2-B1

L'arrivée du café en Europe ...

Si l'on parle de la **graine de caféier** dans des livres de médecine de l'Antiquité au Ier siècle, de nombreuses légendes placent l'**origine** de la consommation du café en Éthiopie. Au XVème siècle, il **traverse** les **frontières** de différents pays d'Orient **grâce aux conquêtes** du sultan Soliman le Magnifique. La graine n'arrive qu'au **XVIIème siècle en Italie**, spécialiste à cette époque du **commerce d'épices** entre l'Orient et l'Europe.

... et en France

Paris **découvre** seulement le café (boisson) en 1669 et le premier café français (local) ouvre, lui, à Marseille en 1671. Avec le roi Louis XV, des **plans de café** commencent à être **cultivés en Martinique** puis en **Guadeloupe**. Ces **îles** sont des colonies françaises avec un **climat adapté à la production de grain de café nécessaire** à la consommation du Royaume de France.

Une boisson qui attire et défie

Dès le **début**, la consommation du café a un **impact important sur l'homme**. Puissant excitant, le café est très **tôt associé**, dans la religion **musulmane** comme **chrétienne**, à l'idée d'une substance **capable d'enivrer les esprits**, comme l'alcool. Certains religieux **ont même peur du café** car ils pensent qu'**en boire risque d'éloigner les hommes de Dieu**. La boisson, comme ses lieux de consommation, sont donc **régulièrement surveillés** dans l'Histoire par les **autorités** et, parfois même, **interdits**. Mais **à la différence du vin**, cette boisson **exotique** stimule la **pensée**, et la **concentration**, et devient **vite populaire** dans les **milieux** intellectuels et de **libres penseurs**.

graine (f.) de caféier | ziarno kawowca
origine (f.) | pochodzenie
traverser qqch. | przekraczać coś, przebywać
frontière (f.) | granica
grâce à qqch. | dzięki czemuś
conquête (f.) | podbój
sultan (m.) Soliman le Magnifique | sultan Sulejman Wspaniały
La graine n'arrive qu'au XVIIème siècle en Italie | Ziarno kawy pojawia się we Włoszech dopiero w XVII wieku
à cette époque (f.) | w tamtym czasie
commerce (m.) d'épices | handel przyprawami
découvrir qqch. | odkryć coś
plans (m.pl.) de café | rośliny kawowca
cultivé, -e | uprawiany
Martinique (f.) | Martynika
Guadeloupe (f.) | Gwadelupa
île (f.) | wyspa
climat (m.) adapté à la production de grain de café | klimat odpowiedni do produkcji ziarna kawy
nécessaire à qqch. | konieczny do czegoś
boisson (f.) | napój
attirer qqn | przyciągać kogoś
défier | *tu:* budzić sprzeciw
dès le début | od początku
avoir un impact important sur qqn | mieć na kogoś ważny wpływ
homme (m.) | człowiek
tôt | wcześniej
associé, -e à qqch. | związany z czymś
musulman, -e | muzułmański
chrétien, -ne | chrześcijański
capable de faire qqch. | zdolny do zrobienia czegoś
enivrer les esprits (m.pl.) | odurzać umysły
avoir peur de qqch. | bać się czegoś
en boire risque d'éloigner les hommes de Dieu | picie jej (*tu:* kawy) może oddalać ludzi od Boga
régulièrement | regularnie
surveillé, -e | doglądany, nadzorowany
autorités (f.pl.) | władze
interdit, -e | zakazany
à la différence de qqch. | w odróżnieniu od czegoś
vin (m.) | wino
exotique | egzotyczny
pensée (f.) | myślenie
concentration (f.) | koncentracja
vite | szybko
milieux (m.pl.) | środowiska
libre penseur (m.) | wolnomysliciel



socialisation (f.) | socjalizacja
mouvement (m.) | ruch
jouer un rôle majeur dans qqch.
 | odgrywać ważną rolę w czymś
Lumières (f.pl.) | oświecenie
cabaret (m.) | knajpa
lieux (m.pl.) de débits de boisson
 | lokale serwujące napoje
policé, ~e | kulturalny, wytworny
favoriser l'échange (m.) des idées
 | sprzyjać wymianie myśli
érudit (m.) | erudyta
journaliste (m./f.) | dziennikarz
philosophe (m./f.) | filozof
écrivain (m.) | pisarz
avocat (m.) | adwokat
commerçant (m.) | handlarz
fréquenter | uczęszczać, odwiedzać
lire | czytać
débattre | debatować
prix (m.) | cena
modeste | skromny, *tu*: niski
gens (m.pl.) | ludzie
avoir accès (m.) à qqch. | mieć do czegoś
 dostęp
jusqu'à présent | dotychczas
aisé, ~e | zamożny, majątny
à partir de X | począwszy od X
ouvrier (m.) | robotnik
s'approprier qqch. | przywłaszczyć sobie
 coś
Courrier (m.) de l'Unesco | czasopismo the
 UNESCO Courier
révolte (f.) | bunt
de par | ze względu na
contestation (f.) | spór
marquant, ~e | znaczący
autour de qqch. | wokół czegoś
à la veille de | w przeddzień
se renforcer | wzmocnić się
élire domicile | przebywać
rencontrer qqn | spotykać kogoś
travailleurs (m.pl.) des usines | pracownicy
 fabryk
révoltes (f.pl.) étudiantes | protesty
 studentów
relayé, ~e | relacjonowany, przekazywany
 do wiadomości
proche de qqch. | blisko czegoś



Le café : entre lieu de consommation et de **socialisation** **B2-C1**

Le café : foyer des grands **mouvements** intellectuels

Les cafés **jouèrent** ainsi **un rôle majeur dans** la propagation, au XVIIIème siècle, des idées des **Lumières** en Europe. À la différence des **cabarets** ou des **lieux de débits de boisson**, le café cultive une atmosphère **policée** et **favorise l'échange des idées**. Des **érudits** comme des **journalistes**, **philosophes**, **écrivains**, **avocats** et même **commerçants** **fréquentent** ces lieux pour **lire**, discuter avec d'autres, **débattre**.

« Les cafés sont des catalyseurs de sociabilité »

Le **prix** relativement **modeste** d'une tasse de café permet également à des **gens** de tout horizon social d'**avoir accès** à un lieu d'activité intellectuelle, ce que les salons aristocratiques réservaient **jusqu'à présent** à une classe plus **aisée**. **À partir du** début du XXème siècle, ce sont même les **ouvriers** qui **s'approprient** le café comme lieu de rencontre et de discussion. Les cafés sont bien, comme on le lit dans le **Courrier de l'Unesco** en 2023, « des catalyseurs de sociabilité ».

Le café : théâtre des **révoltes**

De par son rôle d'incubateur intellectuel, le café devient tout naturellement le foyer des grandes **contestations**, révoltes et révolutions dans l'Histoire des pays européens. La France connaît spécialement des épisodes **marquant** dans son Histoire qui se sont joués **autour des cafés**. **À la veille de** la Révolution de 1789, beaucoup de cafés étaient le foyer de mobilisations. Des clubs révolutionnaires **se sont** développés et **renforcés** dans ces lieux de consommation. Les organisations politiques au service de la cause ouvrière du début du XXème siècle **élisent domicile** dans les cafés, lieu idéal pour **rencontrer** les **travailleurs des usines**. À Paris, les **révoltes étudiantes** de mai 68 sont elles aussi **relayées** dans les cafés du quartier Latin, **proche de** la Sorbonne...

De la cerise à la tasse A2

Arabica et Robusta

Pour **récolter** le café, on **cueille les fruits mûrs** du caféier : les cerises. **À l'intérieur**, se trouvent des graines. Il y en a deux types : l'Arabica et le Robusta. L'Arabica **représente plus de 70%** de la production de café. Il est plus **doux** et **contient moins de caféine** que le Robusta.

L'Arabica **a besoin en général de** plus de temps pour **mûrir** que le Robusta. Plus l'**altitude** est **haute**, plus **lent** est le **processus de maturation des cerises**, et plus **intense** est le goût de la graine de café : l'Arabica se cultive dans ces **conditions**. Le Robusta est, lui, cultivé en **basse** altitude.

Récolte du café : un moment stratégique

La récolte des graines de café **semble simple**, mais la technique est **en réalité délicate**. **Il faut** récolter les cerises au moment idéal : si elles sont trop ou pas assez mûres, la **qualité** de leur graine sera **différente**. Le goût et l'arôme de la boisson sera **impactée**. Le moment de la récolte **varie selon les conditions climatiques** : pour bien se développer, les cerises de caféier ont besoin de **pluie régulière** et d'une température **stable**.

Traitement des graines de café

Etape 1 : Le **dénoyautage**

On **enlève** la graine du fruit.

Etape 2 : La **fermentation** du grain

On **trempe** les graines **dans de l'eau** pour **terminer de décoller** les **morceaux** de fruits. Cette étape a un impact sur la qualité du goût.

Etape 3 : Le **séchage**

On **sèche** en général les graines de café **au soleil**, **à l'air libre**.

Les graines doivent être **conservées** dans des **endroits secs** pour **garder** leur qualité.

Voyage : préparation de la graine pour être transportée et moulue

Les graines de café sont **emballées** dans des **sacs en jute** qui permettent de bien les aérer. Elles sont généralement transportées par **bateau** et doivent rester dans des lieux secs.

La **torréfaction** : les graines sont **chauffées** à très haute température. **Pendant** cette étape, il y a une **réaction chimique** qui, ajoutée à la **caramélisation des graines**, donne le goût du café que l'on boit. Le temps de torréfaction **influence** le goût du **futur** café. La **torréfaction légère** donne un café **fruité**. La **torréfaction moyenne** produit un café plus intense, **un peu caramélisé** ou **chocolaté**. La **torréfaction foncée** offre un café **fort** et plus **amer**. **Lorsque** la graine est torréfiée, elle est **prête** à être consommée. On peut alors parler de grains de café.

cerise (f.) | wiśnia

récolter qqch. | zbierać coś

cueillir les fruits (m.pl.) | zrywać owoce

mûr, ~e | dojrzały

à l'intérieur (m.) | w środku

représenter plus de X% | stanowić ponad X%

doux, ~ce | łagodny

contenir qqch. | zawierać coś

moins de | mniej niż

caféine (f.) | kofeina

avoir besoin de qqch. | potrzebować czegoś

en général | na ogół

mûrir | dojrzewać

altitude (f.) | wysokość

haut, ~e | wysoki

lent, ~e | wolny

processus (m.) de maturation des cerises

| proces dojrzewania wiśni

intense | intensywny

conditions (f.pl.) | warunki

bas, ~se | niski

sembler | wydawać się

simple | prosty

en réalité (f.) | w rzeczywistości

délicat, ~e | delikatny

il faut | trzeba, należy

qualité (f.) | jakość

différent, ~e | inny

impacté, ~e | tu: zmieniony

varier selon qqch. | różnić się w zależności od czegoś

conditions (f.pl.) climatiques | warunki klimatyczne

pluie (f.) régulière | regularny deszcz

stable | stabilny

traitement (m.) | tu: obróbka

dénoyautage (m.) | usuwanie pestek

enlever qqch. | usuwać coś

fermentation (f.) | fermentacja

tremper qqch. dans de l'eau (f.) | zanurzyć coś w wodzie

terminer de faire qqch. | kończyć coś robić

décoller qqch. | oderwać coś

morceaux (m.pl.) | kawałki

séchage (m.) | suszenie

sécher qqch. | suszyć coś

au soleil | na słońcu

à l'air (m.) libre | na wolnym powietrzu

conservé, ~e | przechowywany

endroit (m.) | miejsce

s/ec, ~èche | suchy

garder qqch. | zachować coś

emballé, ~e | pakowany

sac (m.) en jute | worek z juty

bateau (m.) | statek

torréfaction (f.) | prażenie, palenie

chauffé, ~e | podgrzewany

pendant | podczas

réaction (f.) chimique | reakcja chemiczna

caramélisation (f.) des graines

| karmelizacja ziaren

influencer qqch. | wpływać na coś

futur, ~e | przyszły

torréfaction (f.) légère | jasne palenie kawy

fruité, ~e | owocowy

torréfaction (f.) moyenne | średnie palenie kawy

un peu | trochę

caramélisé, ~e | karmelowy

chocolaté, ~e | czekoladowy

torréfaction (f.) foncée | ciemne palenie kawy

fort, ~e | mocny

am/er, ~ère | gorzki

lorsque | podczas gdy

prêt, ~e | gotowy na coś



Le grand retour de l'art du café B2

Les principales méthodes d'infusion du café

L'infusion par percolation : c'est la préparation d'un **café filtre**. On **laisse doucement couler de l'eau** très chaude sur du café moulu, **déposé dans un filtre**. On consomme le **liquide** qui **s'écoule** de ce filtre. **Le café obtenu est assez léger en bouche**. Il a un goût fruité et même **floral**.

L'infusion par immersion : on prépare un café avec une cafetière à piston, aussi appelée french press. Le café est **déposé dans le fond** de la cafetière. On **verse de l'eau frémissante dessus**. Puis on **presse lentement avec un piston accompagné d'un filtre pour ramener le café dans le fond**. Si l'opération est réalisée **suffisamment** lentement, le liquide restant ne contient plus de **marc de café**. Le goût peut être assez **chaleureux**, mais la boisson est relativement forte.

Extraction sous pression (machine expresso) : l'infusion **a lieu** sous l'effet d'une arrivée d'eau sur le café **par forte pression**. Le processus est très **rapide** et **intensif**. Le café obtenu est donc très **puissant** et l'intensité très **élevée**.

Extraction par pression vapeur (Moka italienne) : le café préparé avec cette cafetière **dite** « italienne » **consiste à** infuser des grains moulus sous l'effet d'une **vapeur** obtenue par de l'eau qui **boue** sous le café. Le goût est plutôt **corsé**, ou même **grillé**. Ces types de boisson sont intenses, mais moins fortes que celles obtenues par machine expresso.

Le métier de barista : une nouvelle mode ?

Le barista est un métier qui connaît actuellement son heure de **gloire** dans les **pays occidentaux** et certains pays d'**Europe de l'Est**. Résultant d'une augmentation des **points de vente** de café et d'une **clientèle** aux **attentes** de plus en plus larges et **exigeantes** en la matière, **cette profession est en pleine revalorisation**. Ce métier **reflète** bien les attentes des consommateurs : une maîtrise technique de l'infusion du café, une connaissance des terroirs, une grande **créativité** dans le **choix** des boissons proposées, la qualité de l'expérience sensorielle proposée.

retour (m.) | powrót

infusion (f.) par percolation | parzenie kawy metodą perkolacji (przelewową)

laisser couler de l'eau (f.) | pozwolić wodzie przepływać

doucement | delikatnie, tagodnie

déposé, -e dans un filtre | umieszczony w filtrze

liquide (m.) | płyn, ciecz

s'écouler | przepływać

Le café obtenu est assez léger en bouche.

(f.) | Otrzymana kawa jest dość delikatna w smaku.

floral, -e | kwiatowy

infusion (f.) par immersion | parzenie kawy metodą immersji (zanurzeniową)

fond (m.) | spód

verser de l'eau (f.) frémissante | wlewać wrzącą wodę

dessus | *tu*: do środka

presser lentement avec un piston

accompagné d'un filtre | naciskać delikatnie na tłok z filtrem

pour ramener le café dans le fond | żeby oddzielić fusy i opuścić je na dno

suffisamment | wystarczająco

marc (m.) de café | fusy

chaleureux/x, -se | *tu*: bogaty (smak)

extraction (f.) sous pression | ekstrakcja pod ciśnieniem

avoir lieu | mieć miejsce

par forte pression (f.) | pod dużym ciśnieniem

rapide | szybki

intensif, -ive | intensywny

puissant, -e | mocny

élevé, -e | wysoki

extraction (f.) par pression vapeur | ekstrakcja przy użyciu pary pod ciśnieniem

dite | tak zwany

consister à qqch. | polegać na czymś

vapeur (f.) | para

bouillir | gotować się, wrzeć (o wodzie)

corsé, -e | mocny, wyrazisty

grillé, -e | palony

métier (m.) | zawód

nouv/eau, -elle | nowy

gloire (f.) | chwala

pays (m.pl.) occidentaux | kraje zachodnie

Europe de l'Est | Europa Wschodnia

point (m.) de vente | punkt sprzedaży

clientèle (f.) | klienci

attentes (f.pl.) | oczekiwania

exigeant, -e | wymagający

profession (f.) | zawód

cette profession est en pleine revalorisation (f.) | zawód ten jest coraz bardziej doceniany

refléter qqch. | odzwierciedlać coś

créativité (f.) | kreatywność

choix (m.) | wybór

Les nouvelles tendances de consommation : **B1**

RTD, boissons glacées, alternatives végétales

Les RTD (ready to drink - prêt à boire) **exploser sur les marchés européens actuels** : les **cold brew**, les ice coffee **en bouteille se vendent** avec beaucoup de dynamisme dans les supermarchés, les **épicerie de quartier** ou encore les **distributeur automatique**. Des versions végétales des **cafés lactés** apparaissent, avec l'attrait pour le **lait d'avoine**, le **lait d'amande**. Les **décaféinés progressent** également sur le marché.

Le café comme expérience multi-sensorielle

La dégustation du café ne passe plus seulement par son goût ou son arôme, mais aussi par l'**ambiance** créée autour de ce moment de consommation. L'importance de la tasse choisie pour boire son café, le design où a lieu la dégustation : ces aspects deviennent à notre époque **d'une importance capitale**. Ainsi, se développe le marché de la vaisselle d'art, de la décoration d'ambiance. On aime aussi **partager ces instants** avec notre **communauté**, et le café devient une occasion de **se raconter au travers d'un storytelling**.

Le café comme produit de culture

La **curiosité** de notre époque pour différents **thèmes** et produits **se manifeste** aussi au sujet du café. Ainsi, chacun **souhaite devenir expert**, s'y connaît, savoir en parler : être connaisseur ! Cette tendance est **visible** avec l'apparition d'articles spécialisés autour du café, de sites Internet **dédiés**, d'ateliers pour apprendre l'art de l'infusion, de dégustations guidées pour **se familiariser aux** différentes saveurs...

boisson (f.) glacée | napój mroźony
végétal, ~e | roślinny
prêt, ~e à boire | gotowy do picia
exploser sur les marchés (m.pl.) européens actuels | rozprzestrzeniać się na obecnych rynkach europejskich
cold brew (m.) | kawa parzona na zimno
en bouteille (f.) | w butelce
se vendre | sprzedawać się
épicerie (m.) de quartier | osiedlowy sklep spożywczy
distributeur (m.) automatique | automat do kawy
café (m.) lacté | kawa z mlekiem
lait (m.) d'avoine | mleko owsiane
lait (m.) d'amande | mleko migdałowe
décaféiné (m.) | *tu*: kawa bezkofeinowa
progresser | rozwijać się, robić postęp
expérience (f.) multi-sensorielle | wielozmysłowe doświadczenie
ambiance (f.) | atmosfera
d'une importance capitale | niezwykle ważny, znaczący
ainsi | w ten sposób
partager ces instants (m.pl.) | dzielić się tymi momentami
communauté (f.) | społeczność
se raconter au travers d'un storytelling | opowiedzieć coś o sobie poprzez storytelling (sztuka opowiadania historii, która nie tylko przekazuje informacje, ale przede wszystkim budzi emocje i wyobraźnię)
curiosité (f.) | ciekawość
thème (m.) | temat
se manifester à qqch. | *tu*: być widocznym w czymś
devenir expert (m.) | zostać ekspertem
visible | widoczny
dédié, ~e | dedykowany, poświęcony czemuś
se familiariser à qqch. | zaznajomić się z czymś



Ce que l'on boit vraiment B1-B2

Ce qui rend le café si **unique**, c'est **certainement** la **complexité** de sa **composition**. **10 composants se retrouvent** en effet à l'intérieur d'un grain !

• La caféine

Voici le composé le plus **célèbre** du café. **Stimulant naturel**, il **augmente** le **niveau de concentration** des individus, leur **efficacité**, leur **perspicacité**.

• Les acides chlorogéniques

Ce sont des **antioxydants** très forts. **Des études montrent qu'ils réduisent le stress**, **équilibrent la glycémie** dans l'organisme et peuvent aussi **améliorer la santé** du **cœur**. La **quantité d'acide chlorogéniques** dans les grains de café qu'on consomme **dépend souvent** du degré de torréfaction des graines. Cet acide se développe **sous l'effet des grandes chaleurs**.

• La trigonelline

C'est un composé du café qui crée son arôme. Des études montrent ses **bienfaits**

sur la santé, **par exemple** parce qu'il aide aussi à **réguler le niveau de sucre** dans l'organisme.

• Les acides

On **remarque 4 principaux** acides dans le café qui **agissent** surtout **sur sa saveur**. Les **acides citriques** donnent un petit goût citronné à la boisson. L'**acide malique** donne un goût de **pomme**. L'**acide quinique** qui se forme pendant la torréfaction **apporte de l'amertume**. L'**acide acétique** apporte une note vinaigrée.

• Les Mélanoidines

Ces composants se développent **lors de** la torréfaction. Ils donnent au grain de café sa couleur **brune**.

• Les lipides

Ces composants agissent sur la **texture** du café dans la bouche.

• Les composés volatiles

Ils sont libérés lors de l'étape de **mouture** du grain de café et de son infusion.

Les principaux sont les **furanes** (qui apportent une note sucrée), les **aldéhydes** (qui donnent une odeur **fraîche d'herbe**) et les **cétones** (qui produisent des odeurs plus **fruitées**).

• Les minéraux et les vitamines

La boisson **contient** du **magnésium**, du **potassium** et de la **niacine**. Consommée en quantité **adaptée**, elle a donc un **effet positif** sur le **bon fonctionnement** des **artères**, des **muscles** et des **nerfs**.

• Les glucides

Leur quantité influe sur le **niveau de douceur** de la boisson.

• Les composés phénoliques

Ces composés ont aussi des **propriétés anti-oxydantes**. Elles permettent de réduire les **inflammations** et **certaines maladies chroniques** (**diabète**, **problèmes cardiaques**).

vraiment | naprawdę

unique | wyjątkowy

certainement | z pewnością

complexité (f.) | złożoność

composition (f.) | skład

composant (m.) | składnik

se retrouver | znajdować się

célèbre | znany

stimulant (m.) naturel | naturalny

stymulant

augmenter qqch. | zwiększać coś

niveau (m.) de concentration | poziom

koncentracji

efficacité (f.) | skuteczność

perspicacité (f.) | bystrość

acides (m.pl.) chlorogéniques | kwasy

chlorogeniczne

antioxydant (m.) | antyoksydant

Des études (f.pl.) montrent que | Badania

pokazują, że

réduire le stress | zmniejszać poziom

stresu

équilibrer la glycémie dans l'organisme (m.)

| wyregulować poziom cukru we krwi

améliorer qqch. | poprawiać coś

santé (f.) | zdrowie

cœur (m.) | serce

quantité (f.) | ilość

dépendre de qqch. | zależeć od

czegoś

souvent | często

sous l'effet (m.) de qqch. | pod wpływem

czegoś

chaleur (f.) | ciepło

trigonelline (f.) | trigonelina

bienfaits (m.pl.) | korzyści

par exemple | na przykład

réguler le niveau de sucre dans l'organisme

(m.) | regulować poziom cukru

w organizmie

acides (m.pl.) | kwasy

remarquer qqch. | zauważać coś

principal, -e | główny

agir sur qqch. | działać na coś

saveur (f.) | smak

acide (m.) citrique | kwas cytrynowy

acide (m.) malique | kwas jabłkowy

pomme (f.) | jabłko

acide (m.) quinique | kwas chinowy

apporter de l'amertume (f.) | nadawać

gorzycy

acide (m.) acétique | kwas octowy

apporter une note vinaigrée | nadawać

octowej nuty

mélanoidines (f.pl.) | melanoidyny

lors de | w trakcie

brun, -e | brunatny, brązowy

lipides (m.pl.) | lipidy

texture (f.) | konsystencja

composé (m.) volatil | związek lotny

mouture (f.) | mielenie

furanes (m.pl.) | furany

aldéhydes (m.pl.) | aldehydy

fr/ais, -aiche | świeży

herbe (f.) | trawa

cétones (f.pl.) | ketony

fruité, -e | owocowy

contenir qqch. | zawierać coś

magnésium (m.) | magnez

potassium (m.) | potas

niacine (f.) | niacyna

adapté, -e | dostosowany

avoir un effet positif sur qqch. | mieć na coś

pozytywny wpływ

bon fonctionnement (m.) | prawidłowe

funkcjonowanie

artère (f.) | tętnica

muscle (m.) | mięsień

nerf (m.) | nerw

glucides (m.pl.) | węglowodany

niveau (m.) de douceur | poziom

łagodności

composés (m.pl.) phénoliques | związki

fenolowe

propriétés (f.pl.) anti-oxydantes

| właściwości przeciwutleniające

inflammation (f.) | zapalenie

certain, -e | pewny

maladie (f.) chronique | choroba

chroniczna

diabète (m.) | cukrzyca

problèmes (m.pl.) cardiaques | problemy

z sercem

Le café : un géant fragile B2-C1

Les fluctuations du marché

Le marché de la graine de café doit **faire face** à une **demande croissante**, mais la production est souvent **variable** et **incertaine**, notamment **du fait des transformations climatiques**. Ces **perturbations des climats entraînent** beaucoup de **perte** dans les récoltes, ce qui **ensuite** a des **conséquences** sur le prix du produit et entraîne aussi une **instabilité** sur les **chaînes logistiques mondiales**.

La dépendance des producteurs

Un autre point noir du marché du grain de café est la situation **instable** des producteurs qui, en plus d'être **esclaves** du climat, sont souvent **victimes** des prix d'achat des **matières premières imposés** par les marchés mondiaux. **De plus**, les certificats de productions et de qualité de produits souvent **exigés** par les **acheteurs**, créent des **coûts supplémentaires** aux producteurs. Ainsi, **il n'est pas rare que** la culture d'un grain même très **raffiné** et **vendu** à prix d'or au consommateur leur permettent à **peine** de vivre.

Les enjeux du commerce équitable

Cette logique commerciale veut protéger le producteur face aux **incertitudes** qui **gravitent autour de** la culture et du commerce du café. Le commerce équitable **s'engage à assurer** un salaire journalier minimum fixe au producteur. Il **se donne** aussi **pour but d'accompagner** la communauté du producteur dans son développement local (**accès** à l'éducation et aux **soins**, création d'infrastructures) ainsi que dans une production **vertueuse** du produit vendu. Le commerce équitable, **en pleine expansion**, est **perçu** par les consommateurs comme une **solution** devant être envisagée pour **assurer** le **caractère éthique** du commerce du café. •



géant (m.) | gigant
fluctuations (f.pl.) du marché | wahania na rynku
faire face à qqch. | stawiać czemuś czoła
demande (f.) | popyt
croissant, -e | rosnący
variable | zmienny
incertain, -e | niepewny
notamment | w szczególności
du fait de | z powodu
transformations (f.pl.) climatiques | zmiany klimatyczne
perturbations (f.pl.) des climats | anomalie klimatyczne
entraîner qqch. | skutkować czymś
perte (f.) | strata
ensuite | następnie
conséquences (f.pl.) | konsekwencje
instabilité (f.) | niestabilność
chaînes (f.pl.) logistiques | łańcuchy dostaw
mondial, -e | światowy
instable | niestabilny
esclaves (m.pl.) | niewolnicy
victime (f.) | ofiara
matière (f.) première | surowiec
imposé, -e | narzucony
de plus | co więcej
exigé, -e | wymagany
acheteurs (m.pl.) | kupujący
coûts (m.pl.) supplémentaires | dodatkowe koszty
il n'est pas rare que | nie jest rzadkością to, że
raffiné, -e | wyrefinowany
vendu, -e | sprzedany
à peine | ledwo
commerce (m.) équitable | sprawiedliwy handel
incertitude (f.) | niepewność
graviter autour de qqch. | krążyć wokół czegoś
s'engager à assurer qqch. | zobowiązać się zapewnić coś, zobowiązać się do zapewnienia czegoś
se donner pour but (m.) de faire qqch. | stawiać sobie za cel zrobienie czegoś
accompagner qqn | towarzyszyć komuś
accès (m.) | dostęp
soins (m.pl.) | *tu*: opieka medyczna
vertueu/x, -se | *tu*: sprawiedliwy
en pleine expansion (f.) | dynamicznie rozwijający się
perçu, -e | postrzegany
solution (f.) | rozwiązanie
assurer qqch. | zapewnić coś
caractère (m.) éthique | etyczny charakter

Vers la fin du télétravail ?

par Laurent Limousin

Depuis la **crise sanitaire**, le télétravail s'est **largement** installé dans le **quotidien** professionnel des Français, jusqu'à devenir **incontournable**. Au premier semestre 2024, plus d'un **salaire du privé** sur cinq a eu recours **au télétravail**. En 2025, cette tendance s'est encore accentuée : 63,6% des Français **travaillent en télétravail**, dont 49,1% **en mode hybride** et 14,5% **à distance à 100%**.



NAGRANIA
POBIERZ MP3



KOD DOSTĘPU:
g6ks

LUB ODSŁUCHAJ
NA STRONIE
francais.edu.pl

POBIERZ CZYTNIK KODÓW:
COLORFULMEDIA.PL/CZYTNIK



désormais | odtąd

télétravail (m.) | praca zdalna
crise (f.) sanitaire | kryzys
sanitarny
largement | na szeroką skalę
quotidien (m.) | codzienność
incontournable | nie do pominięcia
salaire (m.) du privé | pracownik
zatrudniony w sektorze
prywatnym

avoir recours au télétravail | korzystać
z możliwości pracy zdalnej
travailler en télétravail | pracować
zdalnie
dont | *tu:* z których
travailler en mode hybride | pracować
hybrydowo
travailler à distance à 100%
| pracować w 100% zdalnie

Le télétravail **fait désormais** partie des habitudes, avec une **moyenne** de 1,7 jour par semaine. Tous les travailleurs, **cependant**, ne sont pas **égaux face au** télétravail. Comme nous le verrons plus loin dans l'article, il **concerne particulièrement** les **cadres**, dont les missions sont plus **facilement réalisables à distance**. Ce mode de travail est également très présent dans les **secteurs de l'information et de la communication**, dans les activités financières et de **services** où l'on **atteint jusqu'à** 2,4 jours de télétravail par semaine.

Des pratiques qui **varient selon** les profils et les régions

Le recours au télétravail **dépend fortement** du profil des salariés. **En moyenne**, les cadres télétravaillent 1,7 jour par semaine contre 1,5 jour pour les **employés intermédiaires** et 1,4 jour pour les **ouvriers**. Ils y ont **plus souvent** recours que les femmes, **notamment lorsque** les **conditions de logement** ou l'**éloignement du lieu de travail** le permettent. On observe également des différences territoriales. L'Île-de-France et l'Occitanie sont en effet **en tête** avec 1,8 jour par semaine contre 1,2 jour seulement en Normandie. **En outre**, certaines activités comme la **construction** (1,3 jour) ou l'**industrie** (1,4 jour) **demeurent** moins **adaptées au** télétravail **pour des raisons évidentes**. Cette organisation du travail est **incompatible avec** certains secteurs d'activités comme le transport ou la restauration par exemple. **En détail**, 36,6% des télétravailleurs travaillent à distance deux jours par semaine, 26% un seul jour et 22,8% en télétravail **permanent**. Les rythmes les plus intenses, comme trois ou quatre jours, **restent minoritaires**.

Un **avantage** devenu **indispensable** pour les employés

Selon le Baromètre du recrutement et de l'emploi de l'agence Linking Talents, en 2025, 52,8% des salariés **indiquent** qu'ils ne pourraient plus **se passer du** télétravail, qui n'est plus **perçu** comme un simple confort. Les salariés se disent même **prêts à renoncer** en moyenne à 5%

de leur salaire pour **garder** deux à trois jours de télétravail par semaine. Ainsi, les réactions peuvent être fortes si le télétravail se réduit : 52,1% des salariés accepteraient cette situation **bien qu'ils ne soient pas d'accord**, mais 26,5% **envisageraient de changer de travail**. Certains secteurs sont particulièrement **touchés**, notamment l'informatique (37,5%), les **ressources humaines** (35,6%) ou la **gestion de projet** (30,8%). On s'accorde **généralement** à reconnaître que le télétravail **améliore la qualité de vie** en réduisant **sensiblement** la

1 faire partie de qqch. | być częścią czegoś
désormais | odąd
moyenne (f.) | średnia
cependant | jednak
égaux | równi
face à qqch. | wobec czegoś
concerner qqch. | dotyczyć czegoś
particulièrement | szczególnie
cadres (m.pl.) | kadry
facilement | z łatwością
réalisable à distance | taki, który może zostać wykonany zdalnie
secteurs (m.pl.) de l'information et de la communication | sektory informacji i komunikacji
services (m.pl.) | usługi
atteindre jusqu'à X | sięgnąć aż X
varier | różnić się
selon | w zależności od
dépendre de qqch. | zależeć od czegoś
fortement | w dużej mierze
en moyenne | średnio
employé (m.) intermédiaire | pracownik średniego szczebla
ouvrier (m.) | robotnik
plus souvent | częściej
notamment | szczególnie
lorsque | gdy
conditions (f.pl.) de logement | warunki mieszkaniowe
éloignement (m.) du lieu de travail | odległość od miejsca pracy
être en tête | przodować
en outre | ponadto
construction (f.) | budownictwo
industrie (m.) | przemysł
demeurer | pozostawać
adapté, ~e à qqch. | przystosowany do czegoś
pour des raisons (f.pl.) évidentes | z oczywistych względów
incompatible avec qqch. | niekompatybilny z czymś

fatigue liée aux trajets et en permettant un **meilleur équilibre entre vie professionnelle et vie personnelle**. Enfin, il **influe** même **sur** les choix d'habitation, en favorisant les **périphéries des villes**, où les logements sont plus **vastes**.

Un outil stratégique au service des entreprises

En ce qui concerne les entreprises, les avantages sont **nombreux** également. Les **données disponibles** montrent que

en détail (m.) | szczegółowo
permanent, ~e | stały
rester minoritaire | pozostawać w mniejszości
avantage (m.) | zaleta
indispensable | niezbędny
indiquer que | wskazywać, że
se passer de qqch. | obejść się bez czegoś
perçu, ~e | postrzegany
prêt, ~e | gotowy
renoncer à qqch. | zrezygnować z czegoś
2 garder qqch. | utrzymać coś
bien qu'ils ne soient pas d'accord | chociaż się nie zgadzają
envisager de faire qqch. | rozważać zrobienie czegoś
changer de travail (m.) | zmienić pracę
touché, ~e | dotknięty
ressources (f.pl.) humaines | zasoby ludzkie
gestion (f.) de projet | zarządzanie projektem
généralement | na ogół
améliorer qqch. | ulepszać coś
qualité (f.) de vie | jakość życia
sensiblement | znacznie, wyraźnie
3 fatigue (f.) | zmęczenie
lié, ~e à qqch. | związany z czymś
trajet (m.) | droga, podróż
meilleur, ~e | lepszy
équilibre (m.) entre vie professionnelle et vie personnelle | równowaga między życiem zawodowym i prywatnym
influer sur qqch. | mieć na coś wpływ
périphéries (f.pl.) des villes | przedmieścia miast
vaste | *tu:* liczny
en ce qui concerne les entreprises (f.pl.) | w przypadku firm
nombreux/x, ~se | liczny
données (f.pl.) disponibles | dostępne dane

88,3% des employeurs observent une **amélioration du bien-être des salariés**. Par ailleurs, 50% constatent une **augmentation** du nombre de candidatures, 29% une **diminution** du turnover et 28,1% une amélioration des **performances**.

Ainsi, **contrairement** à certaines idées reçues, le télétravail n'a pas d'**impact** négatif global sur la productivité. Les journées en télétravail permettent souvent de travailler **plus longtemps** et dans un **environnement plus calme**. Les effets négatifs tels qu'une **baisse** de créativité **collective** ou des difficultés d'intégration des nouveaux employés sont **rattrapés** dans les modèles de travail hybrides. Des **études** internationales montrent d'ailleurs que le travail hybride, **auquel sont passés environ 30% des salariés dans le monde**, est **bénéfique à la fois** pour les entreprises et les employés.

Le retour au bureau : un pari risqué pour les entreprises

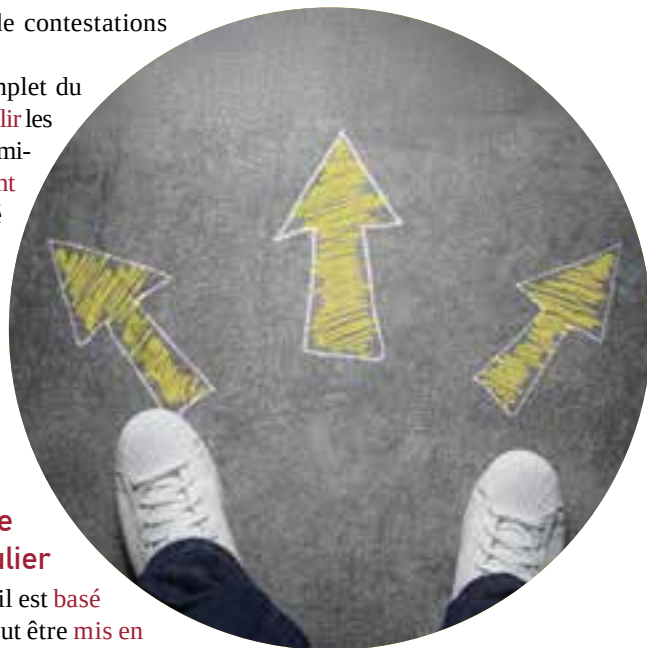
Certaines grandes **multinationales** ont essayé d'**imposer** un retour **massif** au bureau, jusqu'à cinq jours par semaine **parfois**. Ces décisions ont souvent **généré** des **tensions**, qu'il s'agisse d'une hausse du turnover, d'une baisse

de la motivation ou de contestations internes.

En France, l'arrêt complet du télétravail pourrait **affaiblir** les entreprises. En effet, diminuer le télétravail **revient** à réduire son attractivité et elle risque de perdre des talents, dans un contexte où ce mode d'organisation est devenu un **critère de choix important** pour les salariés.

Un cadre juridique et culturel particulier

En France, le télétravail est **basé sur le volontariat**. Il peut être **mis en place par accord collectif, charte ou avenant au contrat**, mais le salarié doit toujours **donner son accord, sauf en cas de circonstances exceptionnelles** comme une crise sanitaire. La France n'a pas, historiquement, une forte culture du télétravail. **Avant** la pandémie, **seul** 7% des salariés y avaient recours contre environ 30% aux **États-Unis**. Cette différence **tient** notamment à une conception plus traditionnelle



du **rapport de subordination** qui lie l'employeur et le salarié. **Aujourd'hui**, diminuer fortement, **voire supprimer**, le télétravail serait donc un pari risqué. **Il ne s'agit plus de choisir** entre télétravail ou **présentiel**, mais de **trouver un équilibre durable**. **Aujourd'hui**, le modèle hybride **se révèle** être la **solution** la plus adaptée, **conciliant efficacité** économique et qualité de vie. •

4 amélioration (f.) du bien-être des salariés

| poprawa samopoczucia pracowników
par ailleurs | ponadto
constater qqch. | stwierdzać coś
augmentation (f.) | zwiększenie
diminution (f.) | zmniejszenie
turnover (m.) | ang. rotacja (tu: pracowników)
performances (f.pl.) | wyniki pracy
contrairement à qqch. | w przeciwieństwie do czegoś
impact (m.) | wpływ
plus longtemps | dłużej
environnement (m.) | środowisko
calme | spokojny
tels que | takie jak
baisse (f.) | spadek
collectif, -ive | zbiorowy
rattrapé, -e | nadrobiony
études (f.pl.) | tu: badania
auquel sont passés environ 30% des salariés dans le monde | na którą (tu: pracę) przestawiono się około 30% pracowników na świecie
bénéfique | korzystny

4

à la fois | jednocześnie

retour (m.) au bureau | powrót do biur

pari (m.) risqué | ryzykowny krok

(dostownie: ryzykowny zakład)

multinationale (f.) | międzynarodowa korporacja

imposer qqch. | narzucić coś

massif, -ive | masowy

parfois | czasami

générer qqch. | generować coś

tension (f.) | napięcie

qu'il s'agisse de | zarówno jeśli chodzi o

compl/et, -ète | całkowity

5 affaiblir qqch.

| osłabić coś
revenir à qqch. | tu: oznaczać coś, wiązać się z czymś

critère (m.) de choix | kryterium wyboru

important, -e | ważny

cadre (m.) juridique | ramy prawne

particulier, -ère | szczególny

basé, -e sur qqch. | oparty na czymś

volontariat (m.) | dobrowolność

mis, -e en place | wprowadzony w życie

accord (m.) collectif | umowa zbiorowa

5

charte (f.) | statut

avenant (m.) au contrat | aneks do umowy

donner son accord (m.) | wyrazić zgodę

sauf en cas de circonstances (f.pl.)

exceptionnelles | za wyjątkiem sytuacji wyjątkowych

avant | przed

seul | tu: jedynie, zaledwie

États-Unis (m.pl.) | Stany Zjednoczone

tenir à qqch. | tu: wynikać z czegoś

6 rapport (m.) de subordination

| stosunek

zależności

lier X et X | łączyć X i Y

aujourd'hui | dziś, obecnie

voire | nawet

supprimer qqch. | zlikwidowanie czegoś

il ne s'agit plus de | nie chodzi już o

présentiel (m.) | tu: praca stacjonarna

trouver un équilibre | znaleźć równowagę

durable | trwały, stały

se révéler | okazywać się

solution (f.) | rozwiązanie

concilier X et Y | pogodzić X z Y

efficacité (f.) | skuteczność

6

Dépollution de la Seine à Paris – un fleuve redevenu baignable

par Krzysztof Przeździecki

Pendant plus d'un siècle, la Seine a été à la fois symbole de Paris et fleuve interdit à la baignade. Jusqu'en 1923, il n'était pas rare que les Parisiens se baignent dans ses eaux malgré la pollution croissante issue des rejets industriels, des eaux usées et du ruissellement urbain. Mais la combinaison de la pollution, des navires fluviaux, des courants forts, et de l'absence de plages aménagées a progressivement rendu la baignade trop dangereuse et illégale. Le fleuve, vital pour la navigation et le transport, a perdu également progressivement sa qualité écologique, ce qui a conduit à l'interdiction de la baignade pendant plus d'un siècle.



dépollution (f.) | usuwanie zanieczyszczeń

Seine (f.) | Sekwana

fleuve (m.) | rzeka

redevenu, -e baignable | została

(tu: Sekwana) ponownie otwarta dla kąpielowiczów

pendant plus d'un siècle | przez ponad wiek

à la fois | jednocześnie

interdit, -e à qqch. | zabroniony, zamknięty dla czegoś

baignade (f.) | kąpiel

jusqu'en X | aż do roku X

rare | rzadki

eaux (f.pl.) | wody

malgré qqch. | pomimo czegoś

pollution (f.) | zanieczyszczenie

croissant, -e | rosnący

issu, -e de qqch. | pochodzący z czegoś

rejets (m.pl.) industriels | odpady

przemysłowe

eaux (f.pl.) usées | ścieki miejskie

ruissellement (m.) urbain | sptyw wody w mieście

navires (m.pl.) fluviaux | statki rzeczne

courants (m.pl.) forts | silne prądy

aménagé, -e | zagospodarowany

progressivement | stopniowo

dangereu/x, -se | niebezpieczny

illégal, -e | nielegalny

vital, -e | niezbędny

navigation (f.) | żegluga

également | również

qualité (f.) | jakość

ce qui a conduit à | co doprowadziło do

interdiction (f.) | zakaz



POBIERZ NAGRANIA MP3

KOD DOSTĘPU:
g6ks
LUB ODSŁUCHAJ
NA STRONIE
francais.edu.pl

POBIERZ CZYTNIK KODÓW:
COLORFULMEDIA.PL/CZYTNIK



L'un des **tournants majeurs** vers la **reconquête** de la Seine s'est produit avec l'**attribution** des Jeux Olympiques à Paris en 2024. Parmi les **promesses affichées** par la ville figurait la transformation du fleuve **pour qu'il soit propre, sûr et utilisable** pour des **compétitions de natation en eau libre** et de triathlon. **Pour ce faire**, plus d'1,4 milliard d'euros ont été investis depuis 2016 dans des infrastructures **essentielles** : modernisation des **stations d'épuration**, **raccordement** de **milliers** de logements au **réseau d'assainissement**, construction de **bassins de rétention d'eaux pluviales** **pour éviter que** les **égouts débordent** dans la Seine **lors de** fortes pluies. Pendant les Jeux, le fleuve a été utilisé comme **lieu de compétition** : les **épreuves**

1

de natation en eau libre et de triathlon **ont eu lieu** dans la Seine, **faisant revivre** une tradition qui n'avait pas été pratiquée officiellement depuis plus de 100 ans.

1 tournant (m.) majeur | punkt zwrotny
reconquête (f.) | odzyskanie, *tu*: ponowne otwarcie
attribution (f.) | przyznanie czegoś
parmi X | wśród X
promesse (f.) | obietnica
affiché, ~e | ogłoszony
pour qu'il soit | *tu*: aby (rzeka) była
propre | czysty
sûr, ~e | pewny
utilisable | nadający się do użytku
compétitions (f.pl.) de natation en eau libre | zawody pływackie na wodach otwartych
pour ce faire | w tym celu

2

essentiel, ~le | niezbędny, ważny
station (f.) d'épuration | oczyszczalnia ścieków
raccordement (m.) | przyłączenie
milliers (m.pl.) | tysiące
réseau (m.) d'assainissement | sieć kanalizacyjna
bassin (m.) de rétention d'eaux pluviales | zbiornik retencyjny na deszczówkę
pour éviter que | aby zapobiec czemuś
égouts (m.pl.) | ścieki
déborder | przelewać się
lors de X | podczas X
lieu (m.) de compétition | miejsce odbywania się zawodów
épreuves (f.pl.) | zawody
2 ont eu lieu | miały miejsce
faisant revivre qqch. | przyczyniając się do powrotu czegoś

Depuis l'été 2025, la Seine a franchi une nouvelle étape : la ville de Paris a officiellement rouvert des **zones de baignade** au public **pour la première fois depuis 1923**. Trois zones de baignade **gratuites** et **surveillées** ont été installées **le long du fleuve** : une près de la cathédrale Notre-Dame, une autre près de la tour Eiffel (sur l'île aux Cygnes) et une troisième dans l'est de Paris. Ces zones sont **équipées de vestiaires, douches, maîtres-nageurs** et **mobilier de type « plage urbaine »** pour **accueillir** des centaines de baigneurs **chaque jour**.

- 3 zone (f.) de baignade** | strefa kąpielni
pour la première fois depuis X | pierwszy raz od roku X
gratuit, -e | darmowy
surveillé, -e | nadzorowany
le long du fleuve | wzdłuż rzeki
équipé, -e de qqch. | wyposażony w coś
vestiaire (m.) | szatnia
douche (f.) | prysznic
maître-nageur (m.) | ratownik
mobilier (m.) de type « plage urbaine » | wyposażenie typowe dla plaży miejskiej
accueillir qqn | przyjąć kogoś
chaque jour (m.) | każdego dnia
- 4 dans le cadre de X** | w ramach X
estival, -e | letni
espaces (m.pl.) de loisirs | miejsca wypoczynku
quotidiennement | codziennie
drapeau (m.) indicateur | flaga ostrzegawcza
sécurité (f.) sanitaire | bezpieczeństwo sanitarne
maritime | nadmorski
véritable | prawdziwy
- 5 rêve (m.)** | marzenie
plonger | nurkować
à quelques pas (m.pl.) de X | kilka kroków od X
emblématique | *tu*: znany
devenu, -e réalité | spełniło się (o marzeniu)
bien que | pomimo
occasionnellement | od czasu do czasu
entraîner qqch. | spowodować coś
fermeture (f.) temporaire | tymczasowe zamknięcie
victoire (f.) | zwycięstwo
reconnexion (f.) | ponowne połączenie
atout (m.) touristique | atrakcja turystyczna
majeur, -e | *tu*: ważny, główny
héritage (m.) | dziedzictwo

Les baignades sont gratuites et ouvertes au public de début juillet à fin août (souvent jusqu'au 31 août), **dans le cadre de** l'événement Paris Plages – une saison **estivale** où la ville recrée des **espaces de loisirs** le long de l'eau. La qualité de l'eau est testée **quotidiennement** et un système de **drapeaux indicateurs** informe les baigneurs de la **sécurité sanitaire**, comme sur les plages **maritimes**. Aujourd'hui, nager dans la Seine est un **véritable** privilège pour les Parisiens et les

touristes : le **rêve** de **plonger à quelques pas de monuments emblématiques** comme Notre-Dame ou la tour Eiffel est **devenu réalité**. **Bien que** des épisodes de pluie puissent **occasionnellement entraîner** une **fermeture temporaire** des zones pour des raisons sanitaires, l'ouverture du fleuve à la baignade représente une **victoire** écologique, sociale et culturelle : c'est la **reconnexion** des habitants à leur fleuve, un **atout touristique majeur** et un **héritage** concret des Jeux Olympiques de Paris. •

Les conseils

Pour **profiter d'**une baignade en toute sécurité et avec confort, **il est conseillé d'apporter** quelques objets **essentiels**.

Les **indispensables** :

- une **serviette à séchage rapide – légère** et facile à transporter, elle **sèche** beaucoup plus vite qu'une serviette classique ;
- une **natte** ou un **tapis en mousse souple** – idéal pour **s'asseoir** ou **se reposer au bord de l'eau** ;
- une **crème solaire résistante à l'eau** – elle **protège** la peau **même** après la baignade.
- une **bouée** – elle peut être gonflée avant d'entrer dans l'eau et sert de **support de flottaison en cas de fatigue**.
- une **gourde d'eau** – pour rester bien **hydraté** pendant la journée
- un **sac étanche** – pratique pour protéger le téléphone et les objets personnels.

profiter de qqch. | korzystać z czegoś
il est conseillé d'apporter qqch. | zaleca się przynieść coś

essentiel, -le | ważny, istotny
indispensables (m.pl.) | rzeczy niezbędne

serviette (f.) à séchage rapide | szybko schnący ręcznik

léger, -ère | lekki

sécher | wysychać

natte (f.) | mata plażowa

tapis (m.) en mousse souple | mata piankowa

s'asseoir | siadać

se reposer | odpoczywać

au bord de l'eau | nad wodą

crème (f.) solaire résistante à l'eau | wodoodporny krem do opalania

protéger qqch. | chronić coś

même | nawet

bouée (f.) | dmuchane koło ratunkowe

support (m.) de flottaison | pomagający

utrzymać się na wodzie

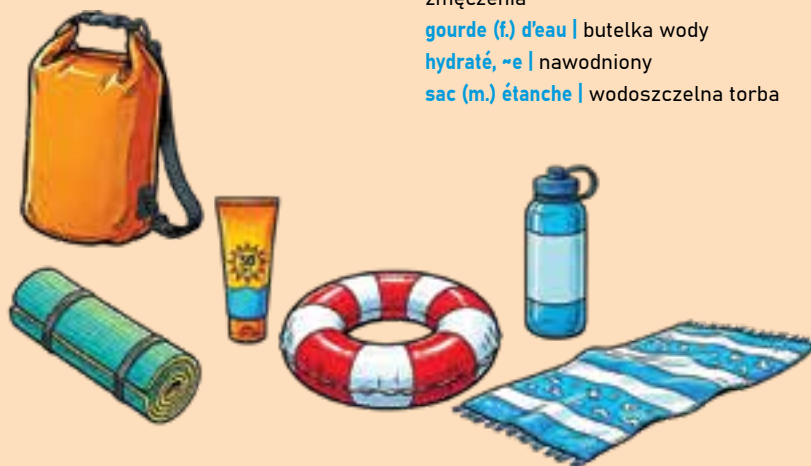
en cas (m.) de fatigue | na wypadek

zmęczenia

gourde (f.) d'eau | butelka wody

hydraté, -e | nawodniony

sac (m.) étanche | wodoszczelna torba



Le **ragondin** – un visiteur d'Amérique du Sud

par Hanna Danielczak-Ziadi

Nous vous invitons à **découvrir** « Nutriowisko », le seul centre en Pologne qui **se consacre exclusivement aux** ragondins. Le rôle de Nutriowisko est **crucial, car il sauve** cette **espèce de l'extermination**. La situation du ragondin en Pologne nous est présentée par Agnieszka Kułakowska, **fondatrice** de Nutriowisko et présidente de la fondation « Łapa i Las » (Patte et Forêt), une fondation créée sur la base des **activités** de Nutriowisko.

ragondin (m.) | nutria

découvrir qqch. | zapoznać się z czymś, odkryć coś

se consacrer à qqch./qqn | poświęcać się czemuś/komuś

exclusivement | wyłącznie

crucial, -e | ważny, istotny

car | ponieważ

sauver qqch./qqn de qqch. | ratować coś/kogoś przed czymś

espèce (f.) | gatunek

extermination (f.) | zagłada, eksterminacja

fondatrice (f.) | założycielka

activités (f.pl.) | działalność

FP : Quand et dans quel contexte Nutriowisko a-t-il été créé ? Qui en est le fondateur ?

Nutriowisko : Nous avons **commencé** notre activité en octobre 2024, **dans des circonstances dramatiques liées à l'abattage** des ragondins en Silésie. **Depuis des années**, nous étions **passionnés par** ces animaux – nous leur rendions souvent visite **au bord de la rivière** Nacyna pour observer leur **vie**. Lorsque nous avons appris qu'ils allaient être abattus, nous ne pouvions pas l'accepter. Comme nous **possédions** un **morceau de jardin**, nous avons décidé d'offrir à ces animaux un **espace sécurisé**. Quand il est apparu qu'aucun centre n'était créé à Rybnik et que l'abattage allait commencer, nous avons **pris les choses en main**, **lancé une collecte de fonds** et avons **solicité les autorisations nécessaires** auprès de la **Direction Générale de la Protection de l'Environnement (GDOŚ)**. **Grâce à l'immense soutien** des **donateurs** et de la **communauté locale**, nous avons réussi à construire une installation et à

obtenir tous les accords formels en seulement 16 jours.

Les premiers ragondins sont arrivés à Nutriowisko le 24 octobre 2024 – une **femelle**, Agata, avec ses petits, **ainsi que** deux autres **capturées près de** la Nacyna. **Dans les semaines qui ont suivi**, des frères et sœurs venus d'un autre **site** nous ont **rejoints**, ainsi que Filip – un **mâle** qui, **en plein hiver et dans un acte de désespoir**, a **sauté sur mes genoux** et est resté avec nous depuis. **C'était une course contre la montre** : le premier à **capturer l'animal** décidait de son **sort**. Grâce à l'**engagement** de nombreuses personnes, nous avons pu sauver la vie d'**une quinzaine de** ragondins. En 2025, nous avons **accueilli** près de 70 autres animaux capturés en Silésie et **dans les environs de Łódź**. **Aujourd'hui**, nous **nous occupons de** près de 90 animaux. Leur **entretien engendre**, depuis le début, **des coûts énormes**. Les ragondins consomment **chaque jour jusqu'à un quart de leur poids corporel** – pour un animal de 6 kg, cela **représente** environ 1,5 kg de

nourriture, et pour un de 10 kg, déjà 2 kg. **À cela s'ajoute la fourniture d'eau propre** (pompes, filtres, remplacement régulier), ainsi que le **chauffage**, l'**éclairage** et les **soins vétérinaires**. C'est pourquoi des collectes ont été lancées **immédiatement**, permettant **non seulement de bâtir** Nutriowisko, **mais aussi d'assurer les soins quotidiens**.

L'idée d'**élargir** nos activités s'est **vite** imposée, comme celle de **combiner** les soins aux animaux **avec** des actions sociales et éducatives. C'est ainsi qu'en février 2025 a été créée la Fondation « Łapa i Las » (Patte et Forêt). Ma famille et moi en sommes les fondateurs, qui avons **donné un foyer aux** ragondins et qui, depuis le début, **veillons sur** leur sort.

FP : Pourriez-vous présenter le ragondin à nos lecteurs ? D'où vient-il, quels milieux habite-t-il, de quoi se nourrit-il et quel est son rôle dans l'écosystème ?

Nutriowisko : Le ragondin est un rongeur **originaire d'Amérique du Sud**. Il est arrivé en Europe il y a environ 100 ans, importé

1 fondateur (m.) | założyciel
commencer qqch. | zacząć coś
dans des circonstances (f.pl.) dramatiques | w dramatycznych okolicznościach
lié, ~e à qqch. | związany z czymś
abattage (m.) | odstrzał, ubój
depuis des années (f.pl.) | od lat
être passionné, ~e par qqch. | być pasjonatem/mitośnikiem czegoś
au bord (m.) de la rivière | nad rzeką
vie (f.) | życie
posséder qqch. | posiadać coś
morceau (m.) de jardin | kawałek ogrodu
espace (m.) sécurisé | bezpieczna przestrzeń
prendre les choses (f.pl.) en main | brać sprawy w swoje ręce
lancer une collecte de fonds (m.pl.) | założyć zbiórkę
soliciter les autorisations (f.pl.) nécessaires | wystąpić o niezbędne zezwolenia
Direction (f.) Générale de la Protection de l'Environnement (GDOŚ) | Generalna Dyrekcja Ochrony Środowiska
grâce à qqch. | dzięki czemuś
immense | ogromny
soutien (m.) | wsparcie
donateur (m.) | darczyńca
communauté (f.) | społeczność

2 obtenir tous les accords (m.pl.) formels | uzyskać wszystkie formalne zgody
en seulement X jours (m.pl.) | w zaledwie X dni
femelle (f.) | samica
ainsi que | jak również
capturé, ~e | tu: odłowiony
près de X | blisko X
dans les semaines (f.pl.) qui ont suivi | w kolejnych tygodniach
site (m.) | miejsca, lokalizacja
rejoindre qqn | dołączyć do kogoś
mâle (m.) | samiec
en plein hiver (m.) | w środku zimy
dans un acte de désespoir | w akcie desperacji
sauter | tu: wskoczyć
genoux (m.pl.) | kolana
c'était une course contre la montre | to był wyścig z czasem
capturer l'animal (m.) | odłowić zwierzę
sort (m.) | los
engagement (m.) | zaangażowanie
une quinzaine de | blisko siedemdziesiąt
accueillir qqn | przyjąć kogoś
dans les environs (m.pl.) de X | w okolicach X
aujourd'hui | dziś, obecnie
s'occuper de qqch./qqn | zajmować się czymś/kimś

entretien (m.) | utrzymanie
engendrer qqch. | wiązać się z czymś
coûts (m.pl.) énormes | ogromne koszty
chaque jour (m.) | każdego dnia
jusqu'à un quart de leur poids (m.) corporel | nawet jedną czwartą swojej masy ciała
représenter | stanowić
3 nourriture (f.) | pożywienie
à cela s'ajoute | do tego dochodzi
fourniture (f.) d'eau propre | zapewnienie czystej wody
chauffage (m.) | ogrzewanie
éclairage (m.) | oświetlenie
soins (m.pl.) vétérinaires | opieka weterynaryjna
immédiatement | od razu
non seulement X mais aussi Y | nie tylko X, ale też Y
bâtir qqch. | zbudować coś
assurer qqch. | zapewnić coś
soins (m.pl.) quotidiens | codzienna opieka
élargir qqch. | poszerzyć coś
vite | szybko
combiner qqch. avec qqch. | połączyć coś z czymś
donner un foyer à qqn | dać komuś dom
veiller sur qqch. | troszczyć się o coś
milieux (m.pl.) | środowiska
originaire de X | pochodzący z X



pour l'élevage, principalement pour l'industrie de la fourrure. Dans les années 70 et 80, la Pologne était une puissance mondiale dans ce domaine, produisant des millions de peaux par an.

Le ragondin mesure entre 50 et 70 cm de long (plus la queue) et son poids peut atteindre 10 kg. Il possède des incisives orange caractéristiques. C'est un animal semi-aquatique : il nage et plonge à merveille, pouvant rester sous l'eau plusieurs minutes. Ses pattes arrière sont palmées. Dans la nature, il se nourrit de végétation — herbes et rhizomes ; dans notre refuge, il mange des légumes, des fruits, des branches d'arbres et, en hiver, des flocons d'avoine pour un apport calorique supplémentaire. Les ragondins sont à la fois grégaires et territoriaux. Ils savent jouer — ils organisent des luttes et des courses-poursuites, et un individu dominant émerge souvent au sein des groupes de mâles. Ils ont une vue assez faible, mais une ouïe et un odorat excellents, ce qui leur permet de reconnaître les gens à leur voix. Quand j'entre et que je commence à parler, les museaux des animaux curieux pointent immédiatement hors de leurs abris.

Dans l'écosystème, les ragondins ne représentent pas une menace directe pour les autres animaux car ils sont herbivores. Cependant, les grands groupes peuvent

dévorer la végétation côtière, affaiblir la biodiversité et déstabiliser les berges des rivières en creusant des terriers complexes.

4 élevage (m.) | hodowla
principalement | głównie
industrie (f.) de la fourrure | przemysł futrzarski
puissance (f.) mondiale | potęga światowa
peau (f.) | *tu*: skóra zwierzęca
par an (m.) | rocznie
mesurer | mierzyć
queue (f.) | ogon
atteindre X kg | osiągnąć X kg
incisives (f.pl) orange | pomarańczowe siekacze
animal (m.) semi-aquatique | zwierzę wodno-łądowe
nager | pływać
plonger | nurkować
à merveille | świetnie, fenomenalnie
ses pattes (f.pl) arrière sont palmées | jego tylne łapy mają błony pławne
se nourrir de végétation (f.) | żywić się roślinnością
herbes (f.pl.) | trawy
rhizomes (m.pl.) | kłącza
refuge (m.) | azyl, schronienie
légumes (m.pl.) | warzywa
fruits (m.pl.) | owoce
branches (f.pl.) d'arbres | gałązki drzew
flocons (m.pl.) d'avoine | płatki owsiane

apport (m.) calorique | spożycie kalorii
supplémentaire | dodatkowy
à la fois | jednocześnie
grégaire | stadny
territoriaux | terytorialne
luttes (f.pl.) | zapasy
courses-poursuites (f.pl.) | gonitwy
émerger | wyłaniać się
au sein de | wśród
vue (f.) | wzrok
assez | dość
faible | słaby
ouïe (f.) | węch
odorat (m.) | zapach
reconnaître les gens (m.pl.) à leur voix | rozpoznawać ludzi po głosie
museau (m.) | pyszczek
curieux/x, -se | zaciekawiony
pointer | *tu*: wychylić
hors de qqch. | na zewnątrz czegoś
abris (m.) | schronienie, *tu*: domek
menace (f.) | zagrożenie
direct, -e | bezpośredni
herbivore | roślinożerny
cependant | jednakże
5 dévorer qqch. | pożerać, wyjadać coś
végétation (f.) côtière | roślinność przybrzeżna
affaiblir qqch. | osłabiać coś
berges (f.pl.) des rivières | brzegi rzek
en creusant | kopiąc
terriers (m.pl.) complexes | rozbudowane nory

C'est pour cette raison qu'ils ont été classés comme **espèce exotique envahissante** au sein de l'Union européenne.

FP : Le ragondin est-il considéré comme une espèce exotique envahissante (EEE) en Pologne ?

Nutriowisko : Oui. Comme la Pologne fait partie de l'Union européenne, les **réglementations communautaires concernant** le ragondin s'y appliquent. Cette espèce a été reconnue comme envahissante **au niveau de** toute l'Union. De plus, **étant donné que** les populations de ragondins en Pologne sont relativement peu nombreuses et instables, l'espèce a été classée comme nécessitant une élimination **immédiate** — non pas tant en raison d'une « **nuisibilité exceptionnelle** », mais parce qu'il existe une chance réelle de l'éliminer complètement de l'**environnement naturel**.

En pratique, il existe deux **voies d'élimination** : la **mise à mort** (par exemple, par abattage ou euthanasie) ou la **capture** et l'isolation dans un centre spécialisé. Nous **promouvons** cette seconde voie — une élimination sans mise à mort : la capture et la garantie de soins aux animaux jusqu'à leur **mort naturelle**.

FP : Est-il possible de détenir un ragondin chez soi ? Par exemple, si l'on possède un terrain verdoyant à côté de sa maison ?

Nutriowisko : Oui et non. Le ragondin est une espèce envahissante et est donc soumis à des réglementations **strictes**. La possibilité de détenir un ragondin **dépend de l'obtention d'une autorisation appropriée**. L'installation doit être extrêmement **bien sécurisée : de manière à ce que** le ragondin ne puisse pas **s'échapper dans la nature** et qu'aucune **reproduction** ne puisse **avoir lieu**. Des mesures sont exigées, notamment une **isolation par le bas, les côtés et le haut**, ainsi que des **sas de sécurité** (doubles portes).

Les animaux doivent être identifiés et castrés. **Il ne s'agit pas d'un élevage**, mais d'un lieu où les individus peuvent **finir leurs jours**, sans jamais pouvoir retourner dans l'environnement naturel. Les ragondins ne quittent l'installation que pour être transportés vers une **clinique vétérinaire**.

FP : Où trouve-t-on généralement les ragondins ? Dans quelles régions de Pologne sont-ils présents ?

Nutriowisko : On les trouve **le plus souvent** en ville. D'abord parce qu'ils y sont bien **visibles**, et ensuite parce qu'ils y sont **parfois** nourris, ce qui leur permet de **survivre** à l'hiver et **favorise** leur **multiplication**. Comme ce sont des animaux semi-aquatiques, on les rencontre près des

rivières et des **étangs**. En Pologne, le plus grand nombre de cas a été **recensé** notamment en Silésie, dans la région de Rybnik, mais aussi dans d'autres parties du pays. Le succès de la survie du ragondin dépend **en grande partie du facteur humain**.

FP : Êtes-vous le seul centre de ce type en Pologne ?

Nutriowisko : Le Nutriowisko est le seul centre en Pologne à se consacrer exclusivement aux ragondins. **Outre** notre **établissement**, il existe quelques refuges multi espèces qui s'occupent de **divers** animaux, **y compris** des ragondins. Chez nous, **dès le début**, tout a été conçu spécifiquement pour **répondre aux besoins** de cette seule espèce.

FP : À quelle fréquence recevez-vous de nouveaux animaux et de quelle manière arrivent-ils chez vous ?

Nutriowisko : Les animaux arrivent **à la suite de** nos **propres** captures dans la nature, ou bien nous les recevons d'autres personnes ou institutions qui les ont capturés ou **pris en charge** suite à une intervention. En 2025, nous avons accueilli près de 70 nouveaux animaux. Nous savons que cette année, **au moins quelques-uns attendent** encore d'être sauvés. Si nous ne leur trouvons pas de place, la mort les attend.

6 c'est pour cette raison que | z tego względu
 espèce (f.) exotique envahissante
 | inwazyjny gatunek obcy
 faire partie de qqch. | być częścią czegoś
 réglementations (f.pl.) communautaires
 | przepisy wspólnotowe (unijne)
 concernant qqch. | dotyczący czegoś
 au niveau de qqch. | na poziomie czegoś
 étant donné que | biorąc pod uwagę
 immédiat, -e | natychmiastowy
 nuisibilité (f.) exceptionnelle | wyjątkowa
 szkodliwość
 environnement (m.) naturel | środowisko
 naturalne
 en pratique (f.) | w praktyce
 voie (f.) d'élimination | droga eliminacji
 mise (f.) à mort | uśmiercenie
 capture (f.) | tu: odtów
 promouvoir qqch. | promować coś
 mort (f.) naturelle | naturalna śmierć
 détenir un ragondin chez soi | trzymać
 nutrie w domu
 terrain (m.) verdoyant | teren zielony
 à côté de qqch. | obok

6

maison (f.) | dom
 7 strict, -e | ścisły, surowy
 dépendre de qqch. | zależeć od czegoś
 obtention (f.) d'une autorisation appropriée
 | uzyskanie stosownej zgody
 bien sécurisé, -e | dobrze zabezpieczony
 de manière à ce que | tak, by
 s'échapper dans la nature | wydostać się
 do środowiska
 reproduction (f.) | rozmnażanie
 avoir lieu | mieć miejsce
 isolation (f.) par le bas, les côtés et le haut
 | izolacja od dołu, boków i góry
 sas (m.pl.) de sécurité | służy
 bezpieczeństwu
 il ne s'agit pas de | to nie tylko, nie
 chodzi o
 finir ses jours (m.pl.) | dożyć swoich
 dni
 clinique (f.) vétérinaire | klinika
 weterynaryjna
 le plus souvent | najczęściej
 visible | widoczny
 parfois | czasem

7

survivre | przetrwać
 favoriser qqch. | sprzyjać czemuś
 multiplication (f.) | rozmnażanie
 8 rivière (f.) | rzeka
 étang (m.) | staw
 recenser qqch. | odnotować coś
 en grande partie (f.) | w dużej mierze
 facteur (m.) humain | czynnik ludzki
 outre | oprócz
 établissement (m.) | placówka
 divers | różne
 y compris | w tym
 dès le début | od początku
 répondre aux besoins (m.pl.) de qqn
 | sprostać czyimś potrzebom
 à quelle fréquence (f.) | jak często
 de quelle manière (f.) | w jaki sposób
 à la suite de qqch. | w wyniku czegoś
 propre | tu: własny
 prendre qqch./qqn en charge | przyjąć coś/
 kogoś
 au moins | przynajmniej
 quelques-uns | tu: kilka (z nich)
 attendre | czekać

8

FP : Comment peut-on soutenir vos activités ?

Nutriowisko : Il existe de nombreuses façons de nous aider. La plus simple est le **soutien financier** – via un virement PayPal : paypal.me/fundacjalapailas (e-mail : fundacjalapailas@gmail.com). Nous vous **encourageons** également à **suivre** notre profil NUTRIOWISKO sur Facebook, sur lequel nous postons **régulièrement** des informations au sujet de nos actions, sur ce dont nous avons besoin et comment il est possible de nous soutenir. Sur notre site nutriowisko.pl, vous trouverez une petite **boutique** proposant des **sacs** avec des graphismes originaux, des **mugs** avec notre logo ainsi qu'un e-book de **contes thérapeutiques** inspirés par les histoires de nos **pensionnaires**.

Nous acceptons aussi les **dons en nature** (légumes, flocons d'avoine, **outils électriques**, matériaux de construction) et nous recherchons des **bénévoles** pour nous **seconder** dans certaines de nos **tâches** (**travaux de nettoyage**, de construction, transport, mais aussi aide à la promotion). Il est également très important de parler de Nutriowisko et de **partager** nos informations. Une **collaboration sous forme de mécénat ou de parrainage** est également possible.

FP : Auriez-vous un message final à transmettre à nos lecteurs ?

Nutriowisko : Nous aimerions **attirer l'attention sur** la manière dont nous percevons les espèces exotiques envahissantes. Les ragondins ne sont pas arrivés



ragondin (m.) | nutria

ici tout seuls – l'homme les a importés, puis les a abandonnés ou n'a pas su **gérer** les élevages. Si nous parlons donc d'un problème, **il est essentiel de se souvenir de la responsabilité humaine**

Notre mission est de **retirer les ragondins de l'environnement** — car ils peuvent être **nuisibles** — mais nous le faisons **avec respect** pour leur vie : par la capture et en leur offrant un lieu de vie sécurisé,

et non par la mise à mort. Nous sommes également convaincus que l'observation de ces animaux **enseigne l'empathie** et la **responsabilité**.

Nutriowisko et la Fondation « Łapa i Las » (Patte et Forêt) ne vivent que de dons et de **soutiens privés**. Chaque **paiement**, chaque partage et chaque **mot d'encouragement** ont une **réelle importance**. Nous ne recevons aucun **fonds public**. •

9 soutenir qqch. | wspierać coś
soutien (m.) financier | wsparcie finansowe
encourager qqn à faire qqch. | zachęcać kogoś do zrobienia czegoś
suivre qqch. | śledzić coś
régulièrement | regularnie
boutique (f.) | sklep
sac (m.) | torba
mug (m.) | kubek
contes (m.pl.) thérapeutiques | bajki terapeutyczne
pensionnaire (m./f.) | mieszkaniec
dons (m.pl.) en nature | darowizny rzeczowe
outils (m.pl.) électriques | elektronarzędzia
bénévole (m./f.) | wolontariusz

9

seconder qqn | pomagać komuś
tâche (f.) | zadanie
travaux (m.pl.) de nettoyage | prace porządkowe
partager qqch. | dzielić się czymś, udostępniać coś
collaboration (f.) sous forme de mécénat ou de parrainage | współpraca sponsorska
transmettre qqch. | przekazać coś
attirer l'attention (f.) sur qqch. | zwrócić uwagę na coś
10 gérer qqch. | zajmować się czymś, zarządzać czymś
il est essentiel de | ważne jest, aby
se souvenir de qqch. | pamiętać o czymś
responsabilité (f.) humaine | ludzka odpowiedzialność

10

retirer les ragondins (m.pl.) de l'environnement | usuwać nutrie ze środowiska
nuisible | szkodliwy
avec respect (m.) | z szacunkiem
11 enseigner qqch. | uczyć czegoś
empathie (f.) | empatia
responsabilité (f.) | odpowiedzialność
soutiens (m.pl.) privés | wsparcie prywatne
paiement (m.) | wpłata
mot (m.) d'encouragement | słowo wsparcia, dobre słowo
réel, ~le | realny
importance (f.) | znaczenie
fonds (m.) public | pieniądze publiczne

11

Une monnaie sauvage : des déchets transformés en tokens à Marseille

par Krzysztof Przeździecki

Et si une simple **bouteille en plastique** trouvée sur une plage pouvait **se transformer** en café ou en **bière** ? À Marseille, une initiative originale appelée « monnaie sauvage » propose **justement** de **donner une nouvelle valeur** aux déchets. Les plastiques **collectés** dans la ville ou **au bord de la mer** sont recyclés et transformés en **tokens uniques**, que les **habitants** peuvent **ensuite utiliser** dans des **commerces partenaires**. **À la fois** écologique, sociale et symbolique, cette initiative illustre concrètement les **principes** de **l'économie circulaire** et du **mouvement zéro déchet**.

monnaie (f.) sauvage | dzika waluta
déchets (m.pl.) | odpady
transformé, ~e en qqch. | przekształcony w coś
token (m.) | token
bouteille (f.) en plastique | plastikowa butelka
se transformer en qqch. | zmieniać się w coś
bière (f.) | piwo
justement | właśnie
donner une nouvelle valeur à qqch. | nadawać czemuś nową wartość
collecté, ~e | zebrany
au bord de la mer | nad brzegiem morza
unique | unikatowy
habitants (m.pl.) | mieszkańcy
ensuite | następnie
utiliser qqch. | używać czegoś
commerce (m.) partenaire | partnerski punkt sprzedaży
à la fois | jednocześnie
principe (m.) | zasada
économie (f.) circulaire | gospodarka o obiegu zamkniętym
mouvement (m.) zéro déchet | ruch zero waste



POBIERZ
NAGRANIA
MP3

KOD DOSTĘPU:
g6ks

LUB ODSŁUCHAJ
 NA STRONIE
francais.edu.pl

POBIERZ CZYTNIK KODÓW:
COLORFULMEDIA.PL/CZYTNIK

Des tokens uniques fabriqués à partir de plastique recyclé

Les tokens de la monnaie sauvage ne ressemblent pas à des pièces ordinaires. Ils sont fabriqués à partir de plastique recyclé – notamment des bouteilles, des bouchons ou d'autres fragments d'emballages récupérés lors d'opérations de nettoyage. Le plastique est trié, fondu puis moulé pour produire des jetons colorés et durables. Chaque token possède un caractère unique. Les variations de couleur et de texture dépendent du mélange de plastiques recyclés utilisés lors de la fabrication. Les créateurs vont plus loin dans l'originalité : certains tokens portent des gravures représentant la Méditerranée, des vagues, ou d'autres motifs marins. Leur forme rappelle souvent celle des jetons de jeux de société, et chaque pièce présente des couleurs uniques et éclatantes qui la rendent immédiatement reconnaissable et presque « collectionnable ». Au-delà de leur fonction pratique, ces tokens deviennent ainsi des objets design, originaux et symboliques, qui racontent l'histoire de la transformation d'un déchet en ressource précieuse.

Une monnaie utilisable dans les commerces partenaires

Le principe de la monnaie sauvage est simple : les citoyens qui participent à la collecte des déchets ou aux actions de nettoyage reçoivent des tokens en récompense.

Ces jetons peuvent ensuite être utilisés dans plusieurs commerces partenaires de la ville. Dans certains cafés, bars ou épiceries, ils permettent par exemple d'obtenir un café, une bière, un fromage ou une réduction sur un produit. Ainsi, les tokens circulent dans l'économie locale comme une petite monnaie alternative. Ils relient directement les habitants, les associations et les commerçants autour d'une même initiative écologique.

Encourager l'économie circulaire

Au-delà de la récompense symbolique, la monnaie sauvage vise à encourager le développement d'une véritable économie



1 fabriqué, ~e à partir de qqch.

| produkowany z czegoś
ressembler à qqch. | przypominać coś
pièce (f.) ordinaire | zwyczajna moneta
notamment | w szczególności
bouchon (m.) | korek
emballages (m.pl.) récupérés | opakowania pochodzące z recyklingu
opération (f.) de nettoyage | akcja sprzątnia
trié, ~e | segregowany
fondu, ~e | topiony
moulé, ~e | formowany
jeton (m.) | żeton
coloré, ~e | kolorowy
durable | trwały
chaque | każdy
posséder qqch. | posiadać
caractère (m.) | charakter
texture (f.) | konsystencja
dépendre de qqch. | zależeć od czegoś
mélange (m.) | połączenie, mieszanka
lors de la fabrication | w trakcie produkcji
aller plus loin | iść jeszcze dalej
porter qqch. | *tu:* mieć na sobie
gravure (f.) | grawer
Méditerranée (f.) | Morze Śródziemne
vague (f.) | fala
marin, ~e | morski
rappeler qqch. | przypominać coś
jeux (m.pl.) de société | gry planszowe
éclatant, ~e | widoczny
immédiatement | od razu
reconnaisable | rozpoznawalny
presque | prawie



bouchon (m.) | korek, nakrętka

collectionnable | kolekcjonerski
au-delà de | oprócz
devenir | stać się
ainsi | w ten sposób
raconter l'histoire (f.) de qqch. | opowiadać historię czegoś
ressource (f.) précieuse | cenny zasób
utilisable | nadający się do użytku
citoyens (m.pl.) | obywatele
participer à qqch. | brać w czymś udział
collecte (f.) des déchets | zbieranie odpadów
nettoyage (m.) | sprzątnięcie
recevoir qqch. en récompense | otrzymać coś w nagrodę
plusieurs | kilka
épicerie (f.) | sklep spożywczy
obtenir qqch. | dostać coś
fromage (m.) | ser
réduction (f.) sur un produit | zniżka na produkt
circuler | być w obiegu
relier | łączyć
association (f.) | stowarzyszenie
commerçant (m.) | handlowiec
autour de qqch. | wokół czegoś
encourager qqch. | wspierać coś
viser à faire qqch. | mieć na celu zrobienie czegoś
véritable | prawdziwy

circulaire. Le projet **cherche à montrer que** les déchets peuvent **redevenir** des ressources et participer à un nouveau **cycle de production**. Cette logique **s'inscrit dans** la philosophie du zéro déchet, qui encourage la réduction, la réutilisation et le recyclage des matériaux. En transformant le plastique en tokens, l'initiative **rend visible** ce processus de transformation et **sensibilise** les citoyens à la valeur des matériaux recyclés. Dans une ville maritime comme Marseille, cet **enjeu** est **particulièrement important**. **Chaque année**, des **quantités importantes** de plastique **se retrouvent** dans la mer Méditerranée, ce qui **menace** les écosystèmes marins et la biodiversité.

- 2 chercher à montrer que** | mieć na celu pokazanie, że
redevenir | stać się na nowo
cycle (m.) de production | cykl produkcyjny
s'inscrire dans qqch. | wpisywać się w coś
rendre visible qqch. | sprawiać, że coś staje się widoczne
sensibiliser qqn à qqch. | uwrażliwić kogoś na coś
enjeu (m.) | *tu*: kwestia
particulièrement | szczególnie
important, -e | ważny
chaque année (f.) | każdego roku
quantités (f.pl.) importantes | ogromne ilości
se retrouver | znajdować się
menacer qqch. | zagrażać czemuś
- 3 bénévole (m.)** | wolontariusz
retirer qqch. | usuwać coś
certaines (f.pl.) | setki
littoral (m.) | linia brzegowa
réintroduit, -e | ponownie wprowadzony
sous forme de X | w formie X
vitrine (f.) marketing | wizytówka marketingowa
outil (m.) de communication | narzędzie komunikacji
engagé, -e dans la transition écologique | zaangażowany w transformację ekologiczną
- 4 manière (f.)** | sposób
engagement (m.) environnemental | zaangażowanie w środowisko
attirer qqn | przyciągnąć kogoś
clientèle (f.) | klienci
sensible à qqch. | wrażliwy na coś
question (f.) | *tu*: kwestia
représenter qqch. | stanowić coś

Les actions de collecte organisées par des associations et des **bénévoles** permettent de **retirer** des **certaines** de kilos de déchets des plages et du **littoral**. Une partie de ces déchets peut ensuite être recyclée et **réintroduite** dans l'économie locale **sous forme de** tokens.

Une vitrine écologique et marketing pour la ville

La monnaie sauvage est aussi devenue un **outil de communication** pour la ville et pour les acteurs locaux **engagés dans la transition écologique**.

ville (f.) portuaire | miasto portowe
développer des solutions (f.pl.) | stworzyć rozwiązania
lutter contre qqch. | walczyć z czymś

Pour les commerçants partenaires, accepter ces tokens est une **manière** de montrer leur **engagement environnemental** et d'**attirer** une **clientèle sensible aux questions écologiques**.

Pour la ville de Marseille, cette initiative **représente** également une véritable vitrine marketing. Elle montre qu'une grande **ville portuaire** peut **développer des solutions créatives** pour **lutter contre** la pollution plastique **tout en mobilisant les habitants**. Ainsi, un simple jeton fabriqué à partir de plastique recyclé raconte une histoire plus **large**: celle d'une ville qui transforme ses déchets en ressources et qui construit, **pas à pas**, une économie plus circulaire. •

tout en mobilisant les habitants (m.pl.) | angażując przy tym mieszkańców miasta
large | szeroki
pas à pas | krok po kroku

Plastique en Méditerranée en chiffres

- Chaque année, environ 230 000 tonnes de plastique se retrouvent dans la mer Méditerranée.
- Cela correspond à environ 164 millions de voitures particulières pesant chacune 1,4 tonne.
- En moyenne, cela représente près de 630 tonnes de plastique par jour qui finissent dans la mer.
- Le plastique représente environ 80–90 % de tous les déchets marins dans la région.
- Sans mesures ambitieuses, cette pollution pourrait presque doubler pour atteindre environ 500 000 tonnes par an d'ici à 2040.

en chiffres (m.pl.) | w liczbach
correspondre à X | odpowiadać X
voiture (f.) particulière | samochód osobowy
peser | ważyć
en moyenne | średnio
près de X | blisko X
par jour (m.) | dziennie

déchets (m.pl.) marins | odpady morskie
sans mesures (f.pl.) ambitieuses | bez ambitnych działań
presque | niemal, prawie
doubler | podwoić się
atteindre | sięgnąć
par an (m.) | rocznie
d'ici à X | do roku X



Nouvelle-Calédonie

par Frédéric Perrot

Ils avaient décidé ce voyage comme on décide de se redire « je t'aime » quand la vie quotidienne a mis de la poussière sur les gestes simples. Les Perrot, cinq silhouettes encore blanches d'hiver, sortirent de l'aéroport de Nouméa avec la sensation de débarquer sur une autre planète.

NAGRANIA
MP3



POBIERZ

KOD DOSTĘPU:
g6ks

LUB ODSŁUCHAJ
NA STRONIE
francais.edu.pl

POBIERZ CZYTNIK KODÓW:
COLORFULMEDIA.PL/CZYTNIK



dou/x, ~ce | łagodny, delikatny

voyage (m.) | podróż
se redire | powiedzieć sobie jeszcze raz
vie (f.) quotidienne | życie codzienne
poussière (f.) | kurz
gestes (m.pl.) simples | proste gesty
silhouette (f.) | sylwetka
aéroport (m.) | lotnisko
sensation (f.) | odczucie
débarquer sur une autre planète
 | wylądować na innej planecie

L'air portait un parfum salé et végétal, les voix autour d'eux avaient cette musique douce des îles, et pourtant Frédéric serrait son passeport français dans la poche de son short. « On est loin de la métropole, très loin, dit-il, mais on reste en France. » Agnieszka acheta quelques bouteilles d'eau et, à la caisse, découvrit des pièces colorées qu'elle n'avait jamais vues. « Le franc Pacifique », expliqua la caissière avec un sourire. Kuba, seize ans, fit tourner une pièce entre ses doigts comme un talisman. Sa sœur Iga, treize ans, observait chaque détail avec la précision d'une exploratrice. Jules, deux ans et neuf mois, battait des mains au moindre bruit. Les deux grands portaient dans leurs traits l'histoire de leur naissance : leur père biologique était tibétain, et Agnieszka, leur mère, leur avait transmis la douceur

de ses racines polonaises. Frédéric, mari et père de cœur, les avait élevés comme ses propres enfants. Et Jules, le petit dernier, était le fruit de l'amour de Frédéric et Agnieszka, lien vivant et joyeux qui cimentait leur famille cousue de fils multiples, bigarrée, solide.

Ils commencèrent par Nouméa. Le centre culturel Tjibaou, avec ses immenses cases en bois élancées comme des voiles prêtes à s'envoler, les impressionna profondément. Le vent s'y engouffrait, sifflant doucement comme une respiration ancienne. Un médiateur leur expliqua que la coutume kanake commençait toujours par un geste : offrir une parole, un objet, une présence avant toute demande. Iga nota dans son carnet : « Ici, on dit qui l'on est avant de dire ce que l'on veut. » Kuba, songeur, pensa à son grand-père tibétain qu'il n'avait pas connu et se demanda si,

là-bas aussi, on plaçait les gestes avant les mots. Le marché de Port Moselle, bruyant et coloré, fut leur premier choc sensoriel. Les odeurs de vanille, de café grillé, de poissons fraîchement pêchés s'y mélangeaient. Jules éternua bruyamment dans un bouquet de basilic, déclenchant un éclat de rire général. Frédéric expliqua aux enfants que la Nouvelle-Calédonie avait son propre président du gouvernement, ses institutions, sa monnaie, et qu'elle restait pourtant française. Le soir, sur l'Anse Vata, ils firent un pacte : « Pas d'écrans au coucher du soleil », dit Agnieszka. « Et chacun raconte son moment préféré de la journée », ajouta Frédéric. Kuba parla des cases, Iga du collier en coquillages qu'elle avait acheté, Jules désigna la mer et cria « l'eau ! », ce qui fit rire tout le monde. Le lendemain, ils embarquèrent pour l'îlot Maître. L'eau y avait la transparence

1 l'air (m.) portait un parfum salé et végétal

| w powietrzu unosił się słony i roślinny zapach

voix (f.pl.) | głosy

autour de qqch. | wokół czegoś

dou/x, -ce | łagodny, delikatny

île (f.) | wyspa

pourtant | jednak

serrer qqch. | ścisnąć coś

poche (f.) | kieszeń

short (m.) | szorty

loin de X | daleko od X

métropole (f.) | tu: Francja kontynentalna

bouteille (f.) d'eau | butelka wody

caisse (f.) | kasa

pièces (f.pl.) colorées | kolorowe monety

franc (m.) Pacifique | Frank CFP

(od Colonies Françaises du Pacifique – Francuskie Kolonie na Pacyfiku), waluta używana w Nowej Kaledonii

caissière (f.) | kasjerka

sourire (m.) | uśmiech

faire tourner qqch. | obrócić coś

doigts (m.pl.) | palce

détail (m.) | szczegół

exploratrice (f.) | badaczka

battre des mains (f.pl.) | klaskać w dłonie

au moindre bruit (m.) | na każdy

najmniejszy dźwięk

traits (m.pl.) | cechy charakteru

naissance (f.) | narodziny

père (m.) biologique | biologiczny ojciec

tibétain (m.) | Tybetańczyk

douceur (f.) | łagodność, delikatność

1

2 racines (f.pl.) polonaises | polskie korzenie

les avait élevés comme ses propres enfants

| wychował je jak swoje własne dzieci

derni/er, -ère | ostatni

fruit (m.) de l'amour | owoc miłości

vivant, -e | żywy

joyeu/x, -se | radosny

cimenter qqch. | cementować coś

cousu, -e de qqch. | szyty czymś

bigarré, -e | wielobarwny

fil (m.) | nić

multiple | wieloraki

immense | ogromny

cases (f.pl.) en bois | tu: pawilony

inspirowane tradycyjnymi drewnianymi chatami

élané, -e | tu: wzbijający się

comme des voiles (f.pl.) prêtes à s'envoler

| niczym żagle gotowe unieść się na wietrze

impressionner qq | imponować komuś

profondément | głęboko

vent (m.) | wiatr

engouffrer | wpadać w coś

siffler | gwizdać

doucement | łagodnie

respiration (f.) | oddech

expliquer que | wyjaśniać, że

coutume (f.) kanake | zwyczaj Kanaków (rdzenni mieszkańcy Nowej Kaledonii)

parole (f.) | słowo

demande (f.) | prośba

carnet (m.) | notes

Ici, on dit qui l'on est avant de dire ce que

2

l'on veut | Tutaj najpierw mówi się, kim się jest, a dopiero potem, czego się chce.

songeur | zamyślony

penser à qq | pomyśleć o kimś

3 là-bas | tam

aussi | też

mots (m.pl.) | słowa

bruyant, -e | głośny

sensoriel, -le | sensoryczny

odeur (f.) | zapach

poissons (m.pl.) fraîchement pêchés

| świeżo złowione ryby

mélanger | mieszać się

éternuer | kichać

bruyamment | głośno

bouquet (m.) de basilic | bukiet bazylii

déclenchant un éclat de rire | wywołując

wybuch śmiechu

propre | tu: własny

monnaie (f.) | waluta

pas d'écrans (m.pl.) au coucher du soleil

| zakaz patrzenia w ekran przy zachodzie słońca

chacun, -e | każdy

raconter son moment préféré de la journée

| opowiedzieć o swoim najlepszym

momencie minionego dnia

collier (m.) en coquillages | naszyjnik z muszli

ce qui fit rire tout le monde | co wszystkich rozśmieszyło

le lendemain | nazajutrz

embarquer pour X | wsiąść na statek

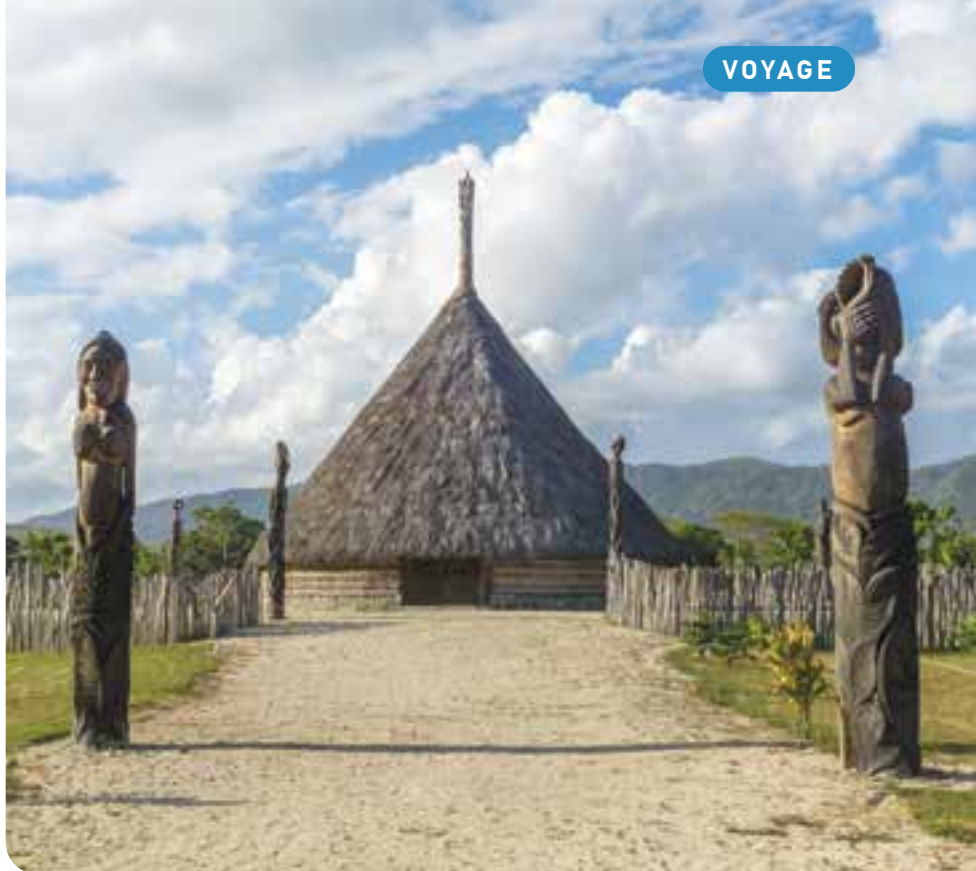
w kierunku X

transparence (f.) | przejrzystość

3

d'un **crystal vivant**. Jules, installé dans une **bouée**, agitait ses mains en répétant « poisson, poisson », et, **à chaque fois**, des **bancs argentés** semblaient répondre. Iga, un peu **anxieuse au début**, finit par **rire aux éclats** en voyant passer une **raie pastenague**. Frédéric, **masque vissé sur le visage**, montrait les **coraux** à Kuba, fasciné par les **nuances de bleu**. **Plus tard**, ils se rendirent au **phare Amédée**. L'**escalier métallique grinçait sous leurs pas**. Jules, sur l'**épaule** de son père, **comptait à sa manière** : « un, deux, beaucoup ! » **En haut**, l'horizon s'ouvrit **sans fin**, et tous restèrent **silencieux, écrasés par la beauté**. « On est petits et pourtant **ça suffit** », dit Iga. « On est **ensemble** et **c'est assez** », répondit Agnieszka. Ils pique-niquèrent sur le **sable chaud**. Kuba improvisa un **terrain de foot** avec deux **tongs**, Iga **dessinait des soleils** avec un **bâton**, et Jules **lançait du sable** sur les **jambes** de son frère en riant aux éclats. Le sud les attira ensuite. Dans le parc de la Rivière Bleue, ils **enfourchèrent des VTT**. Frédéric avait installé un **siège** pour Jules, qui commentait le monde en **nommant** chaque **arbre**, chaque **oiseau**, chaque **rocher**. Ils croisèrent un **cagou**, oiseau **emblématique**, qui **trottinait tranquillement**, **indifférent à leur présence**. À la **passerelle suspendue**, Iga **serra fort la main** de son frère. « **J'ai peur** », avoua-t-elle. « **Moi aussi** », répondit Kuba, mais tous deux traversèrent. Ils longèrent ensuite le **lac** de Yaté, **vaste** et **calme** comme un **miroir**. Aux **chutes** de la Madeleine, Iga entra dans l'eau **glacée**, ressortit en criant puis revint se jeter dans les bras de sa mère. Dans la **baie** de Prony, ils virent passer l'**ombre mystérieuse** d'un **dugong**. « Une apparition », **murmura** Kuba. Aux sources chaudes, Jules **éclaboussait** tout le monde, **ravi de sa propre force**. Au **cap**

4 cristal (m.) | kryształ
vivant, ~e | żywy
bouée (f.) | koto ratunkowe
à chaque fois | za każdym razem
banc (m.) | ławka
argenté, ~e | srebrny
sembler | wydawać się
anxieu/x, ~se | niespokojny
au début | na początku
rire aux éclats (m.pl.) | pękać ze śmiechu
raie (f.) pastenague | płaszczka



masque vissé sur le visage

| z przylegającą do twarzy maską

coraux (m.pl.) | rafy koralowe

nuances (f.pl.) de bleu | odcienie niebieskiego

plus tard | później

phare (m.) | latarnia morska

l'escalier métallique grinçait sous leurs pas

| metalowe schody skrzypiały pod ich stopami

épaule (f.) | ramię

compter à sa manière | liczyć po swojemu/na swój sposób

en haut | wysoko

sans fin (f.) | bez końca

silencieu/x, ~se | cichy, milczący

écrasé, ~e par la beauté | oszołomiony pięknem

ça suffit | wystarczy

ensemble | razem

c'est assez | to wystarczy

sable (m.) | piasek

chaud, ~e | ciepły

terrain (m.) de foot | boisko do piłki nożnej

tongs (f.pl.) | japonki

dessiner qqch. | rysować coś

soleil (m.) | słońce

bâton (m.) | patyk

lancer de sable | rzucać piaskiem

jambe (f.) | noga

enfourcher des VTT (m.pl.) | wsiąść na rowery górskie

siège (m.) | siodełko

nommer qqch. | nazywać coś

arbre (m.) | drzewo

oiseau (m.) | ptak

rocher (m.) | skała

cagou (m.) | kagu (gatunek ptaka zamieszkującego Nową Kaledonię)

emblématique | symboliczny

trottiner | dreptać

tranquillement | spokojnie

indifférent, ~e à qqch. | obojętny na coś

présence (f.) | obecność

passerelle (f.) | kładka

suspendu, ~e | wiszący, zawieszony

serrer fort la main de qqn | ścisnąć mocno

czyjąs rękę

j'ai peur | boję się

lac (m.) | jezioro

vaste | rozległy

calme | spokojny

miroir (m.) | lustro

chutes (f.pl.) | wodospady

glacé, ~e | lodowaty

baie (f.) | zatoka

ombre (f.) | cień

mystérieu/x, ~se | tajemniczy

dugong (m.) | diugon (ssak morski)

murmurer | szeptać

éclabousser qqn | ochlapać kogoś

ravi, ~e de qqch. | zadowolony z czegoś

force (f.) | siła

cap (m.) | przylądek

N'Dua, le soir venu, ils s'allongèrent pour compter les étoiles. Jules s'endormit sur le ventre de sa mère, le sourire encore accroché aux lèvres.

À Bourail, ils explorèrent le domaine de Deva à vélo. Kuba chuta légèrement, s'écorcha le genou, et Agnieszka, amusée, le soigna comme quand il était petit. À Poé, ils firent du paddle par marée basse. Jules, assis entre les jambes de son père, scandait « ohé, ohé » comme un capitaine miniature. Une pluie tropicale s'abattit soudain. Ils coururent sous les filaos, trempés et hilares. Au marché de Farino, ils goûtèrent un miel sombre et un café parfumé. Au fort Teremba, ils parcoururent les couloirs chargés d'histoire coloniale. « Voyager, c'est aussi apprendre la douleur des autres », dit doucement Agnieszka.

À Sarraméa, dans le parc des Grandes Fougères, la pluie revint. Jules, calé dans le porte-bébé, ouvrait la bouche pour avaler les gouttes. Kuba protégea Iga d'un sac à dos, Frédéric déplia un poncho, et tous

éclatèrent de rire, trempés et heureux. Ils déjeunerent ensuite en tribu, découvrant le bougna cuit sous terre. Iga apprit à tresser une natte de pandanus, aidée par une femme qui guida ses gestes avec patience. Jules, lui, s'endormit sur les genoux de sa mère, la bouche tachée de taro.

La côte est fut une découverte. À Thio, les mines de nickel coloraient les montagnes d'un rouge éclatant. « Est-ce que la terre souffre ? » demanda Iga. Frédéric parla d'équilibre et de responsabilités. À Houailou, Kuba aida un vieil homme à porter une caisse de fruits. Celui-ci leur offrit des mangues sucrées. À Poindimié, ils assistèrent à une projection du festival Ânû-rû Âboro. Iga demanda si filmer sa mère en train de cuisiner pouvait être un documentaire. « Filmez ce que vous aimez, toujours », répondit le réalisateur. Le soir, ils dormirent en tribu. On leur montra le geste de la coutume. Kuba s'initia à un instrument de bambou, trouvant un rythme grave. Iga ouvrit une noix de coco

sous les rires. Le partage du bougna scella la rencontre. « Nous avons notre président, notre monnaie, nos coutumes », dit leur hôte, « mais la même lune nous éclaire. » À Koné, un petit avion les emmena au-dessus du Cœur de Voh. L'image parfaite les saisit. Frédéric posa discrètement sa main sur la cuisse d'Agnieszka. À Tiébaghi, ils explorèrent le village minier abandonné. À Poingam, Jules poursuivit des crabes, vexé de perdre. Iga traça des lignes dans le sable pour lui dire que c'étaient des rails pour ses « trains de mer ».

À Hienghène, ils naviguèrent en kayak. Jules applaudissait chaque héron qui s'envolait. Dans la grotte de Lindéralique, Kuba toucha la roche humide, ému. Au bac de la Ouaième, la barge grinçante les fit traverser lentement, comme suspendus hors du temps.

À Koumac, ils explorèrent une grotte scintillante. Jules l'appela « grotte aux étoiles ». À Poum, ils participèrent à une pêche traditionnelle. Aucun poisson ne

5 le soir venu | gdy nadszedł wieczór
s'allonger | położyć się
compter les étoiles (f.pl.) | liczyć gwiazdy
s'endormir | zasnąć
ventre (m.) | brzuch
le sourire (m.) encore accroché aux lèvres | z widocznym jeszcze na twarzy uśmiechem
à vélo (m.) | na rowerze
légèrement | delikatnie, łagodnie
s'écorcher le genou | zedrzeć sobie kolano
soigner qqn | *tu*: zaopiekować się kimś
marée (f.) basse | odpływ
scander | skandować
pluie (f.) tropicale | deszcz tropikalny
s'abattre | *tu*: zerwać się
soudain | nagle
filao (m.) | rzewnia skrzypolistna
trempé, ~e | mokry, przemoczony
hilar | rozbawiony
miel (m.) sombre | ciemny miód
couloir (m.) | korytarz
chargé, ~e de qqch. | *tu*: przepętniony czymś
douceur (f.) | łagodność
autres | inni
calé, ~e dans le porte-bébé | włożony w nosidetko
aval qqch. | potykać coś
goutte (f.) | kropla

sac (m.) à dos | plecak
déplier qqch. | rozłożyć coś
6 heureux/x, ~se | szczęśliwy
tribu (f.) | plemię
bougna (m.) | tradycyjna potrawa z rybą lub mięsem gotowana w liściach bananowca
tresser une natte de pandanus | splatać matę z liści pandarus
avec patience (f.) | cierpliwie
la bouche tachée de taro | z buzią ubrudzoną taro
découverte (f.) | odkrycie
mine (f.) de nickel | kopalnia niklu
montagne (f.) | góra
rouge (m.) éclatant | intensywnie czerwony
terre (f.) | ziemia
souffrir | cierpieć
équilibre (m.) | równowaga
responsabilité (f.) | odpowiedzialność
vieil homme (m.) | starzec
porter qqch. | nieść coś
caisse (f.) de fruits | skrzynia z owocami
mangue (f.) sucrée | słodkie mango
assister à qqch. | uczestniczyć w czymś
en train de cuisiner | w trakcie gotowania
réalisateur (m.) | reżyser
coutume (f.) | obyczaj

s'initier à qqch. | zapoznawać się z czymś, stawiać pierwsze kroki w nauce czegoś
bambou (m.) | bambus
noix (f.) de coco | kokos
7 partage (m.) | dzielenie się
sceller la rencontre | zwiędzić spotkanie
lune (f.) | księżyc
avion (m.) | samolot
au-dessus de qqch. | powyżej czegoś
parfait, ~e | idealny
discrètement | dyskretnie
cuisse (f.) | udo
village (m.) minier | wioska górnicza
abandonné, ~e | opuszczony
vexé, ~e | zdenerwowany
rails (m.pl.) | szyny
naviguer en kayak | płynąć kajakiem
applaudir | bić brawo
héron (m.) | czapla
humide | wilgotny
ému, ~e | wzruszony
barge (f.) grinçante | skrzypiąca barka
lentement | powoli
hors du temps | poza czasem, ponadczasowy
scintillant, ~e | migoczący, błyszczący
participer à qqch. | brać w czymś udział
pêche (f.) | rybotwstwo
aucun poisson (m.) ne fut pris | nie złapała się żadna ryba

fut pris, mais les rires valaient plus qu'un filet plein.

Ils quittèrent la Grande Terre pour les îles Loyauté. À Lifou, la baie de Jinek brillait de mille poissons. Un vieil homme leur apprit à protéger les coraux. Iga tressa une natte en pandanus qu'elle offrit à sa mère. À Ouvéa, la plage blanche s'étendait à l'infini. Kuba courut, s'arrêta, silencieux devant la beauté. Jules construisit son premier château de sable. À Maré, ils descendirent jusqu'à la grotte de Pethoen. Jules cria son prénom, l'écho le lui rendit, et il éclata de rire.

L'île des Pins fut le bouquet final. Dans la piscine naturelle d'Oro, Iga flotta, bras ouverts, les yeux fermés. Kuba nagea plus loin et revint sûr de lui. Jules poussait des « oh ! » ronds à chaque poisson. En pirogue sur la baie d'Upi, la voile glissait sans bruit. Frédéric murmura à Agnieszka : « On n'a pas fini de commencer. » Ils montèrent le Pic N'ga. Frédéric porta Jules sur les derniers mètres. En haut, la vue les fit se taire longtemps.

De retour à Nouméa, ils visitèrent l'aquarium des lagons pour Jules, qui réclamait « poissons maison ». Agnieszka acheta un porte-monnaie pour y glisser une pièce de 100 francs CFP. « Pour se souvenir que la distance a des visages », dit-elle. Le dernier soir, au restaurant, chacun avoua ses agacements et ses joies. Frédéric leva son verre : « On ramène la coutume à la maison. » Agnieszka posa sa tête sur son épaule. Kuba sourit sans ironie. Iga regarda son frère avec tendresse. Jules déclara :

8 les rires (m.pl.) valaient plus qu'un filet

plein | śmiech liczył się bardziej niż sieć pełna ryb

quitter qqch. | opuszczać coś

briller | świecić się, mienić się

protéger qqch. | chronić coś

s'étendre à l'infini | rozciągając się w nieskończoność

château (m.) de sable | zamek z piasku

prénom (m.) | imię

bras (m.pl.) ouverts | z otwartymi ramionami

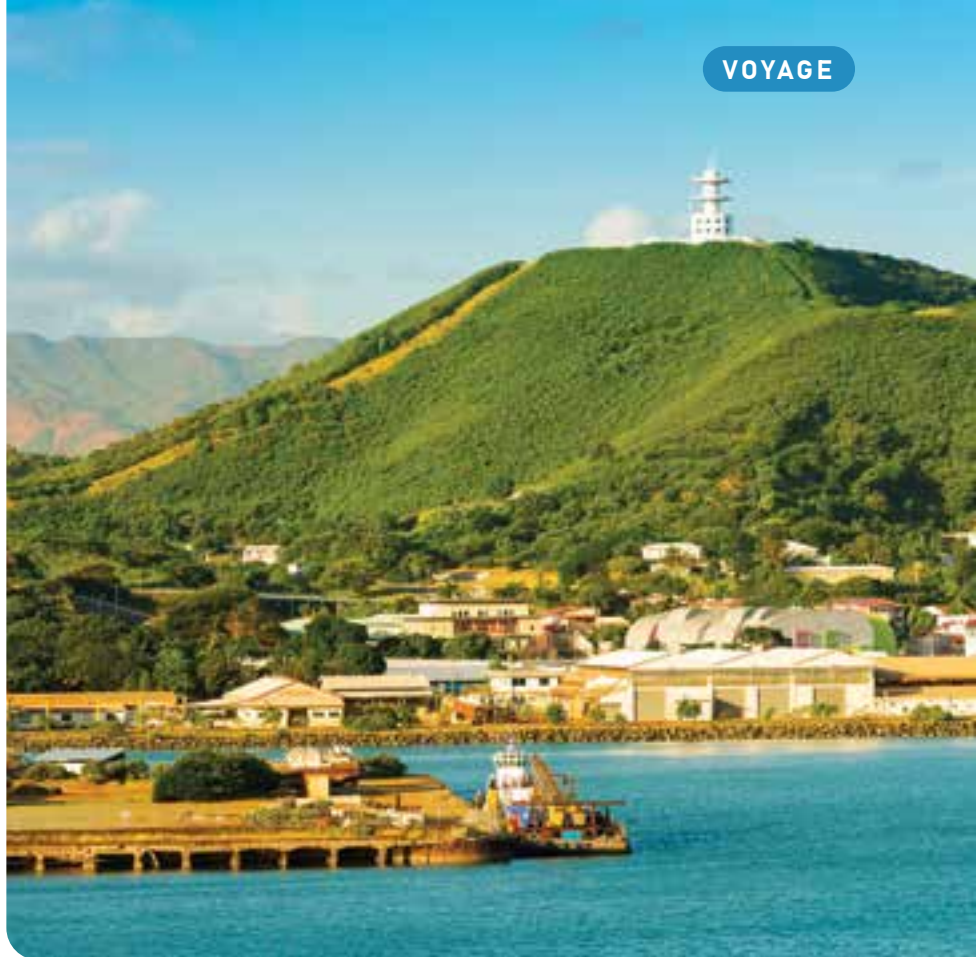
pirogue (f.) | piroga (w Nowej Kaledonii to tradycyjna, długa łódź z białym żaglem)

glisser | ślizgać się

sans bruit (m.) | bezszelestnie

vue (f.) | widok

8



« Moi, je veux encore l'eau demain. » Et tout le monde éclata de rire.

Dans l'avion, la métropole n'était plus lointaine, juste différente. Kuba relut ses notes et écrivit « gratitude » et « patience ». Iga pensa aux danses de tribu, aux goussets de vanille. Frédéric ferma les yeux, revit le Cœur de Voh. Agnieszka serra la main de Jules, qui rêvait tout haut du « poisson à lunettes ». Tous savaient qu'ils rapportaient

se taire | milknąć

longtemps | długo

de retour (m.) | z powrotem

réclamer qqch. | upominać się o coś

porte-monnaie (m.) | portmonetka

avouer qqch. | przyznać coś

agacement (m.) | zdenerwowanie

joie (f.) | radość

On ramène la coutume à la maison

| dost. przywozimy zwyczaj do domu

(w nawiązaniu do utworu Ramenez la

coupe à la maison (Przywieźcie puchar

do ojczyzny), który zyskał ogromną

popularność we Francji po zwycięstwie

Francji w Mistrzostwach Świata w Piłce

Nożnej w 2018 roku

avec tendresse (f.) | czule

9 **demain** | jutro

9

plus que des photos : une boule de chaleur qu'on appelle bonheur, et qui avait pris la forme d'un archipel. Quand la lumière d'atterrissage s'alluma, ils se promirent de garder ce qu'ils avaient trouvé : la preuve qu'on peut être plusieurs choses à la fois, français et océanique, tibétain et polonais, métropolitain et calédonien de cœur et que c'est dans cet entre-deux que grandissent les amours qui durent. •

lointain, -e | odległy

gratitude (f.) | wdzięczność

patience (f.) | cierpliwość

gousse (f.) de vanille | laska wanilii

rêver de qqch. | marzyć o czymś

rapporter qqch. | przywieźć coś

10 **boule (f.)** | kula

chaleur (f.) | ciepło

bonheur (m.) | szczęście

atterrissage (m.) | lądowanie

s'allumer | zaświecić się

garder qqch. | zatrzymać coś

preuve (f.) | dowód

plusieurs | kilka

à la fois | jednocześnie

entre-deux (m.) | coś pomiędzy

grandir | wyrastać

durer | trwać

10

Comment préparer des châtaignes grillées à la provençale : tout ce dont vous avez besoin

par Krzysztof Przeździecki

Les châtaignes grillées sont une **spécialité** traditionnelle que l'on retrouve souvent dans les **marchés** et **fêtes** de Provence, **surtout** à l'automne et en hiver. Leur **savoir douce** et **légèrement sucrée**, **associée aux herbes** et aux **épices** provençales, **en fait une gourmandise incontournable** pour les **amateurs** de cuisine locale. Préparer des châtaignes grillées à la maison est **assez simple**, mais pour obtenir un résultat **savoureux**, il est important de bien se préparer et de **rassembler** tous les **ingrédients** et accessoires **nécessaires**, **hormis** les châtaignes elles-mêmes et la **poêle**, que vous possédez déjà.

châtaignes (f.pl.) grillées à la provençale

| grillowane kasztany po prowansalsku

spécialité (f.) | specjalność

marché (m.) | targ

fête (f.) | święto

surtout | zwłaszcza

savoir (f.) | smak

dou/x, ~ce | łagodny

légèrement | delikatnie

sucré, ~e | słodki

associé, ~e à qqch. | w połączeniu

z czymś

herbes (f.pl.) | zioła

épices (f.pl.) | przyprawy

en fait une gourmandise incontournable

| czynią je smakołykiem, którego trzeba

koniecznie spróbować

amateur (m.) | miłośnik

assez | dość, całkiem

simple | prosty, łatwy

savoureux/x, ~se | smaczny

rassembler qqch. | zgromadzić coś

ingrédients (m.pl.) | składniki

nécessaire | potrzebny

hormis | z wyjątkiem

poêle (f.) | patelnia



Tout d'abord, vous aurez besoin d'un couteau bien aiguisé pour entailler les châtaignes. Cette étape est cruciale, car elle permet à la vapeur de s'échapper pendant la cuisson et empêche les châtaignes d'éclater. Chaque fruit doit être fendu sur le côté plat en formant une petite croix ou une fente suffisamment profonde pour atteindre la chair intérieure. Si vous sautez cette étape, vos châtaignes risquent de se fissurer de manière irrégulière et de brûler partiellement.

Ensuite, préparez un grand saladier d'eau froide. Plonger les châtaignes dans l'eau pendant une vingtaine de minutes avant la cuisson permet de les humidifier et facilite l'épluchage après grillage. L'eau peut être légèrement salée pour ajouter un peu de goût dès le départ. Cette technique est utilisée depuis longtemps dans les cuisines provençales pour améliorer la texture et la saveur des fruits secs.

Pour parfumer vos châtaignes, il est recommandé d'avoir quelques herbes et aromates typiques de Provence, comme le

thym, le romarin ou la sauge. Vous pouvez les utiliser soit directement dans la poêle, soit en les enveloppant dans un morceau de papier aluminium avec les châtaignes. L'ail et un filet d'huile d'olive ajoutent également beaucoup de goût et renforcent l'arôme méditerranéen. Pour ceux qui aiment une touche légèrement épicée, une pincée de paprika ou de piment doux peut également être ajoutée. Une cuillère à soupe d'huile d'olive de bonne qualité est nécessaire pour badigeonner légèrement les châtaignes avant la

- 1 tout d'abord** | na początku
couteau (m.) | nóż
bien aiguisé, ~e | dobrze naostrzony
entailler qqch. | naciąć coś
crucial, ~e | istotny
permettre à qqch. de faire qqch. | pozwolić, umożliwić czemuś zrobienie czegoś
vapeur (f.) | para
s'échapper | uciekać
cuisson (f.) | gotowanie, pieczenie
empêcher qqch. de faire qqch. | zapobiegać
éclater | pękać

fendu, ~e | nacięty
sur le côté plat | po płaskiej stronie
croix (f.) | krzyżyk
fente (f.) | nacięcie
suffisamment | wystarczająco
profond, ~e | głęboki
pour atteindre la chair inférieure | aż do miąższu w środku
sauter qqch. | tu: pominąć coś
châtaignes (f.pl.) risquent de se fissurer de manière irrégulière | kasztany mogą popękać w nieregularny sposób
brûler | przypalić się
partiellement | częściowo
ensuite | następnie
saladier (m.) | salaterka
froid, ~e | zimny
plonger qqch. | zanurzyć coś
pendant une vingtaine de minutes | przez około dwadzieścia minut
cuisson (f.) | gotowanie, pieczenie
humidifier qqch. | zwilżyć coś
faciliter qqch. | ułatwiać coś
épluchage (m.) | obieranie
grillage (m.) | prażenie, pieczenie
salé, ~e | posolony
pour ajouter un peu de goût (m.) | żeby nadać trochę smaku
dès le départ | od samego początku
depuis longtemps | od dawna
améliorer qqch. | ulepszyć coś
texture (f.) | konsystencja
fruits (m.pl.) secs | suszone owoce
parfumer qqch. | nadać czemuś aromatu
il est recommandé de | zaleca się

- 2 thym (m.)** | tymianek
romarin (m.) | rozmaryn
sauge (f.) | szatwia
utiliser qqch. | używać czegoś
soit X soit Y | albo X albo Y
directement | bezpośrednio
en les enveloppant | owijając je
morceau (m.) de papier aluminium | kawałek folii aluminiowej
ail (m.) | czosnek
un filet d'huile d'olive | odrobina oliwy z oliwek
également | również
renforcer qqch. | wzmacniać coś
méditerranéen, ~ne | śródziemnomorski
une touche légèrement épicée | lekko pikantny akcent
une pincée de paprika | szczypta papryki
piment (m.) doux | słodka papryka
cuillère (f.) à soupe | łyżka stołowa
de bonne qualité (f.) | dobrej jakości
badigeonner qqch. | posmarować coś



 **épices (f.pl.)** | przyprawy

cuisson. L'huile protège la chair contre le **dessèchement** et donne une belle couleur **dorée uniforme**. Vous pouvez également préparer un petit **pinceau de cuisine** pour **étaier** l'huile sur chaque châtaigne de **manière homogène**.

Pendant la cuisson, il est important de **remuer** les châtaignes **régulièrement** pour **éviter** qu'elles ne brûlent d'un côté. Pour cela, un **ustensile de cuisine résistant à la chaleur**, comme une **spatule en bois** ou une cuillère en bois, est **indispensable**. Les châtaignes grillées à la provençale nécessitent une cuisson douce et régulière pendant **environ** 15 à 20 minutes, **selon leur taille et leur fraîcheur**. La poêle doit être **bien chaude** avant d'y **déposer** les fruits, mais **pas au point de fumer**.

Après la cuisson, vous aurez besoin d'un **torchon propre** ou d'un **linge de cuisine** pour envelopper les châtaignes encore chaudes. Cette étape permet de **conserver** l'**humidité** et de faciliter l'épluchage. Laissez-les **reposer** cinq à dix minutes avant de

les **peler**. Vous pouvez également utiliser un **bol** ou un **réceptier** pour **recueillir** les châtaignes épluchées, afin de les **servir directement à table**.

Enfin, il est agréable de préparer une assiette ou un **plat de service** pour présenter vos châtaignes grillées. Vous pouvez les décorer avec **quelques brins de thym frais**, une **pincée de sel** ou un **filet supplémentaire d'huile d'olive**. Servies chaudes, elles sont **délicieuses en entrée, en accompagnement** ou simplement comme **en-cas lors d'une promenade** en automne.

Avec ces quelques accessoires et ingrédients, en dehors des châtaignes et de la poêle, vous êtes parfaitement **équipé(e) pour réussir** des châtaignes grillées à la provençale **dignes** des marchés traditionnels de Provence. Cette **recette** simple mais savoureuse permet de **découvrir** un goût authentique du sud de la France, **tout en profitant d'**une activité culinaire **conviviale** à la maison. Les arômes des herbes, de l'ail et de l'huile d'olive **se mélangent**

parfaitement au parfum sucré des châtaignes, offrant une expérience **gustative** chaleureuse et **réconfortante**, idéale pour les journées **fraîches** d'automne ou d'hiver. •



Le châtaignier comestible

Floraison : Le châtaignier fleurit en juin–juillet avec des fleurs longues et parfumées, légèrement sucrées. **Parfum :** Les fleurs dégagent un arôme doux et subtil, typique des forêts méridionales.

Maturation des fruits :

- Les châtaignes mûrissent fin septembre à novembre.
- Dans le sud de la France, elles arrivent à maturité plus tôt, tandis que dans le nord, la **récolte** est plus tardive.

Faits pratiques :

- Les fruits doivent tomber naturellement ou être facilement détachés.
- Choisir les châtaignes fermes et brunes pour la récolte.

comestible | jadalny
floraison (f.) | kwitnienie
long, ~ue | długi
dégager qqch. | uwalniać coś
subtil, ~e | subtelny, delikatny
forêts (f.pl.) méridionales | lasy południowe
maturation (f.) | dojrzewanie
arriver à maturité (f.) | dojrzeć
plus tôt | wcześniej
récolte (f.) | zbiór
plus tardif, ~ve | późniejszy
tomber naturellement | opadać naturalnie
facilement | łatwo
détaché, ~e | oddzielony
ferme | *tu:* twardy
brun, ~e | brązowy, brunatny

3 dessèchement (m.) | wysychanie

dorée | złoty

uniforme | jednolity

pinceau (m.) de cuisine | pędzelek kuchenny

étaier qqch. | rozprowadzić coś

de manière (f.) homogène | jednolicie

remuer qqch. | mieszać coś

régulièrement | regularnie

pour éviter qu'elles ne brûlent d'un côté

| żeby nie przypaliły się z jednej strony

pour cela | w tym celu

ustensile (m.) de cuisine résistant à la

chaleur | naczynie żaroodporne

spatule (f.) en bois | drewniana szpatułka

indispensable | niezbędny

environ | około

selon leur taille (f.) et leur fraîcheur (f.)

| w zależności od ich kształtu i świeżości

bien chaud, ~e | dobrze nagrany

déposer qqch. | rozkładać coś

pas au point de fumer | żeby się nie

przypalał/a

torchon (m.) | szmatka

propre | czysty

linge (m.) de cuisine | ścierka kuchenna

conserver qqch. | zachować coś

humidité (f.) | wilgotność

reposer | odpocząć

4 peler qqch. | obierać coś

bol (m.) | miska

réceptier (m.) | pojemnik

recueillir qqch. | zebrać coś, zgromadzić

coś

servir qqch. directement à table | podać

coś bezpośrednio do stołu

enfin | wreszcie

il est agréable de | dobrze jest (coś zrobić)

plat (m.) de service | półmisek

quelques brins (m.pl.) de thym frais | kilka

gałązek świeżego tymianku

une pincée de sel | szczypta soli

supplémentaire | dodatkowy

délicieu/x, ~se | pyszny

en entrée (f.) | jako przystawka

en accompagnement (m.) | jako dodatek

en-cas (m.) | przekąska

lors d'une promenade | podczas spaceru

équipé, ~e pour réussir qqch. | odpowiednio

przygotowany, żeby coś przyrządzić

digne de qqch. | godny czegoś

recette (f.) | przepis

découvrir qqch. | odkrywać coś

tout en profitant de qqch. | jednocześnie

korzystając z czegoś

convivial, ~e | przyjazny

se mélanger parfaitement à qqch. | łączyć

się idealnie z czymś

5 parfum (m.) | zapach, aromat

gustati/f, ~ve | smakowy

réconfortant, ~e | pokrzepiający

fraîs, ~îche | świeży

Dialogues – chez le dentiste

par Agnieszka Polakowska



tartre (m.) | kamień nazębny

POBIERZ **NAGRANIA**
MP3

KOD DOSTĘPU:
g6ks

LUB ODSŁUCHAJ
NA STRONIE
francais.edu.pl

POBIERZ CZYTNIK KODOWY:
COLORFULMEDIA.PL/CZYTNIK

UN TEST

pour les professeurs
est disponible sur

francais.edu.pl



De **nombreuses** personnes se disent **anxieuses** à l'idée d'aller chez le dentiste. D'autres **se rendent** au **cabinet dentaire** pour des motifs **purement** esthétiques. **Quelles que soient les raisons d'une consultation**, une chose est **claire** : des visites **régulières** sont **essentiels** pour **maintenir une bonne santé bucco-dentaire**. Voici quelques dialogues autour de ce sujet.

nombre/x, ~se | liczny
anxiu/x, ~se | zaniepokojony,
zdenerwowany
à l'idée (f.) de faire qqch. | na myśl
o zrobieniu czegoś
se rendre | udać się gdzieś
cabinet (m.) dentaire | gabinet dentystyczny
purement | czysto
**quelles que soient les raisons (f.pl.) d'une
consultation** | bez względu na to, jakie są
przyczyny konsultacji
clair, ~e | jasny
réguli/er, ~ère | regularny
essentiel, ~le | ważny
maintenir une bonne santé bucco-dentaire
| utrzymać zdrowie jamy ustnej

Dialogue 1 : Chez le dentiste

– Blanchiment des dents

Dentiste : Bonjour Madame, comment puis-je vous aider ?

Patient : Bonjour docteur. Je voudrais me faire blanchir les dents. Je les trouve un peu jaunes.

Dentiste : Depuis quand trouvez-vous vos dents plus jaunes ?

Patient : Depuis quelques années déjà.

Dentiste : Vous fumez ou buvez du café ?

Patient : Je n'ai jamais fumé. Par contre, je bois beaucoup de café et de thé !

Dentiste : Je vois. Le café et le thé peuvent colorer les dents, surtout si on en consomme tous les jours. C'est peut-être pour ça que vos dents jaunissent.

Patient : Oui, c'est possible.

Dentiste : Je vais d'abord examiner vos dents pour voir si le blanchiment est possible. Ouvrez la bouche, s'il vous plaît... Très bien. Vos dents sont en bonne santé. Nous pouvons donc faire un blanchiment sans problème.

Patient : Comment ça se passe ?

Dentiste : D'abord, on protège les gencives avec du gel spécial. Ensuite, on

applique un produit blanchissant sur les dents. C'est un produit contenant des agents oxydants qui pénètrent dans l'émail et la dentine pour casser les pigments responsables de la coloration. On utilise aussi une lampe spéciale pour activer le produit et accélérer le processus de blanchiment.

Patient : Et ça dure combien de temps ?

Dentiste : La séance dure environ une heure... mais il faut parfois deux séances, selon le résultat souhaité.

Patient : Est-ce que ça fait mal ?

Dentiste : Non, généralement ce n'est pas douloureux. Mais certaines personnes peuvent ressentir une légère sensibilité pendant quelques jours.

Patient : Et après le traitement, je dois faire attention à quelque chose ?

Dentiste : Oui, pendant 48 heures, il faut éviter le café, le thé, le vin rouge et les aliments colorés.

Patient : Très bien. Tout est clair.

Dentiste : Parfait ! Nous pouvons fixer un rendez-vous pour la semaine prochaine.

blanchiment (m.) des dents | wybielanie zębów

depuis quand | od kiedy

fumer | palić papierosy

boire du café | pić kawę

colorer les dents (f.pl.) | barwić zęby

consommer qqch. | spożywać coś

tous les jours (m.pl.) | codziennie

examiner qqch. | zbadać coś, sprawdzać coś

ouvrez la bouche, s'il vous plaît | proszę otworzyć buzię

en bonne santé (f.) | zdrowy

protéger les gencives (f.pl.) avec du

gel spécial | zabezpieczyć dziąsła

specjalnym żelem

appliquer un produit blanchissant sur les

dents (f.pl.) | nakładać na zęby preparat

wybielający

contenant | zawierający

agents (m.pl.) oxydants | utleniacze

pénétrer dans l'émail (m.) et la dentine

| przenikać do szkliwa i zębiny

casser les pigments (m.pl.) responsables

de la coloration | rozbijać pigmenty

odpowiedzialne za przebarwienia

utiliser qqch. | używać czegoś

activer le produit et accélérer le

processus de blanchiment | aktywować

produkt i przyspieszać proces

wybielania

durer | trwać

selon le résultat souhaité | w zależności

od oczekiwanego efektu

est-ce que ça fait mal ? | czy to boli?

douloureux/x, -se | bolesny

ressentir une légère sensibilité

| odczuwać lekką wrażliwość

éviter qqch. | unikać czegoś

vin (m.) rouge | czerwone wino

aliments (m.pl.) colorés | produkty

barwiące

fixer un rendez-vous | umówić wizytę

Dialogue 2 :

Chez le dentiste

– Visite de routine

Dentiste : Bonjour Madame, comment allez-vous aujourd'hui ?

Patient : Bonjour docteur, je vais bien, merci. Je viens pour une visite de routine.

Dentiste : Très bien. Depuis combien de temps n'avez-vous pas fait de contrôle ?

Patient : Je pense que cela fait environ un an.

Dentiste : D'accord. Avez-vous des douleurs ou une sensibilité particulière ?

Patient : Non, pas vraiment. Tout va bien.

Dentiste : Parfait. Ouvrez la bouche, s'il vous plaît... Je vais examiner vos dents et vos gencives... Très bien... Dans l'ensemble, vos dents sont en bonne santé.

Patient : C'est une bonne nouvelle.

Dentiste : Oui. Par contre, je remarque un peu de tartre, surtout derrière les dents du bas. Je vous recommande donc un nettoyage complet.

Patient : Qu'est-ce que cela comprend exactement ?

Dentiste : D'abord, je vais faire un détartrage pour enlever le tartre et la plaque accumulés. Cela permet de prévenir les caries et les problèmes de gencives. Ensuite, je vais faire un polissage pour éliminer les petites taches. Après le polissage, je vais appliquer du fluor sur l'ensemble des dents. Le fluor renforce l'émail et protège contre les caries.

Patient : Est-ce que c'est douloureux ?

Dentiste : Non, pas du tout. Vous pouvez simplement ressentir une légère sensibilité pendant le détartrage, mais c'est généralement très supportable.

Patient : D'accord.

Dentiste : Utilisez-vous régulièrement du fil dentaire ?

Patient : Non, pas vraiment...

Dentiste : Je vous conseille de commencer, alors. Utiliser du fil dentaire est essentiel pour éliminer les débris alimentaires inaccessibles à la brosse à dents. Vous vous lavez les dents avec une brosse électrique ou manuelle ?

Patient : J'utilise une brosse manuelle.

Dentiste : Bien. Après le nettoyage, je vais vous montrer comment vous brosser les dents correctement.

Patient : Parfait !



visite (f.) de routine | wizyta rutynowa
particuli/er, -ère | szczególnie
dans l'ensemble (m.) | ogólnie rzecz biorąc
c'est une bonne nouvelle | to dobra wiadomość
tartre (m.) | kamień nazębny
derrière les dents (f.pl.) du bas | za dolnymi zębami
nettoyage (m.) | higienizacja
comprendre | *tu:* obejmować
faire un détartrage | odkamieniać zęby
enlever le tartre et la plaque accumulés | usuwać nagromadzony kamień i płytkę nazębną
prévenir les caries (f.pl.) | zapobiegać powstawaniu próchnicy
faire un polissage | polerować zęby
éliminer les petites taches (f.pl.) | usunąć drobne plamki
appliquer du fluor (m.) | nałożyć fluor
renforcer l'émail (m.) | wzmocnić szkliwo
protéger contre les caries (f.pl.) | zapobiegać powstawaniu próchnicy
généralement | na ogół
supportable | do wytrzymania
fil (m.) dentaire | nić dentystyczna
éliminer les débris (m.pl.) alimentaires | usunąć resztki jedzenia, do których nie sięga szczoteczka do zębów
brosse (f.) électrique | szczoteczka elektryczna
brosse (f.) manuelle | szczoteczka manualna
se brosser les dents (f.pl.) correctement | poprawnie szczotkować zęby

Dialogue 3 : Chez le dentiste – Traitement de canal

Dentiste : Bonjour Monsieur, qu'est-ce qui vous amène aujourd'hui ?

Patient : Bonjour docteur. J'ai très mal à une dent depuis quelques jours. Là, en haut...

Dentiste : Est-ce que la dent est sensible au chaud ou au froid ?

Patient : Oui, la douleur augmente surtout quand je mange quelque chose de chaud.

Dentiste : Ouvrez grand la bouche, s'il vous plaît... Est-ce que ça fait mal ici ?

Patient : Oui !

Dentiste : Vous avez une carie profonde. Il faudra dévitaliser la dent.

Patient : Qu'est-ce que ça veut dire exactement ?

Dentiste : On commence par faire une anesthésie locale. Ensuite, on ouvre la

dent pour accéder à sa portion centrale où se trouvent les nerfs. Puis, on retire la pulpe infectée de l'intérieur et on nettoie soigneusement les canaux radiculaires avec des instruments très fins. Une fois les canaux bien nettoyés et désinfectés, on les remplit avec un matériau spécial pour éviter une nouvelle infection.

Patient : Je vois. Combien de temps dure la procédure ?

Dentiste : Entre une heure et une heure et demie.

Patient : Est-ce que j'aurai mal après le traitement ?

Dentiste : Il peut y avoir une légère douleur pendant quelques jours, mais je vous prescrirai des antidouleurs si nécessaire.

Patient : D'accord.

traitement (m.) de canal | leczenie kanałowe

j'ai très mal à une dent | bardzo boli mnie ząb

sensible au chaud ou au froid | wrażliwy na ciepło lub zimno

augmenter | zwiększać coś

surtout | zwłaszcza

ouvrez grand la bouche, s'il vous plaît | proszę otworzyć buzię szeroko

carie (f.) profonde | zaawansowana próchnica

il faudra dévitaliser la dent | trzeba będzie przeprowadzić leczenie kanałowe zęba

faire une anesthésie locale | wykonać miejscowe znieczulenie

ouvrir la dent pour accéder à sa portion centrale où se trouvent les nerfs (m.pl.) | otwierać ząb, aby dostać się do jego centralnej części, w której znajdują się nerwy

retirer la pulpe infectée de l'intérieur (m.) | usuwać zainfekowaną miazgę ze środka zęba

nettoyer soigneusement les canaux (m.pl.) radiculaires avec des instruments très fins | płucać dokładnie kanały korzeniowe za pomocą bardzo cienkich narzędzi

remplir qqch. | wypełniać coś

prescrire des antidouleurs (m.pl.) | przepisać leki przeciwbólowe

si nécessaire | w razie potrzeby

Mots croisés

Chers Lecteurs, cette fois-ci, nous vous invitons à vous amuser avec une grille de mots fléchés portant sur le vocabulaire lié au café.

HORIZONTALEMENT

3. Nom féminin : synonyme de développement.
5. Nom masculin : machine pour préparer le café **à l'aide d'un filtre**.
8. Nom féminin : liquide qui se boit et se construit linguistiquement **à partir du** verbe BOIRE.
9. Nom féminin : petit **noyau** qui se trouve, par exemple, dans les fruits. Plantés dans la terre, certains deviennent des arbres, des fleurs...
12. Nom masculin : petit arbre qui **pousse** dans les régions tropicales, dont la **graine** sert à produire le café.

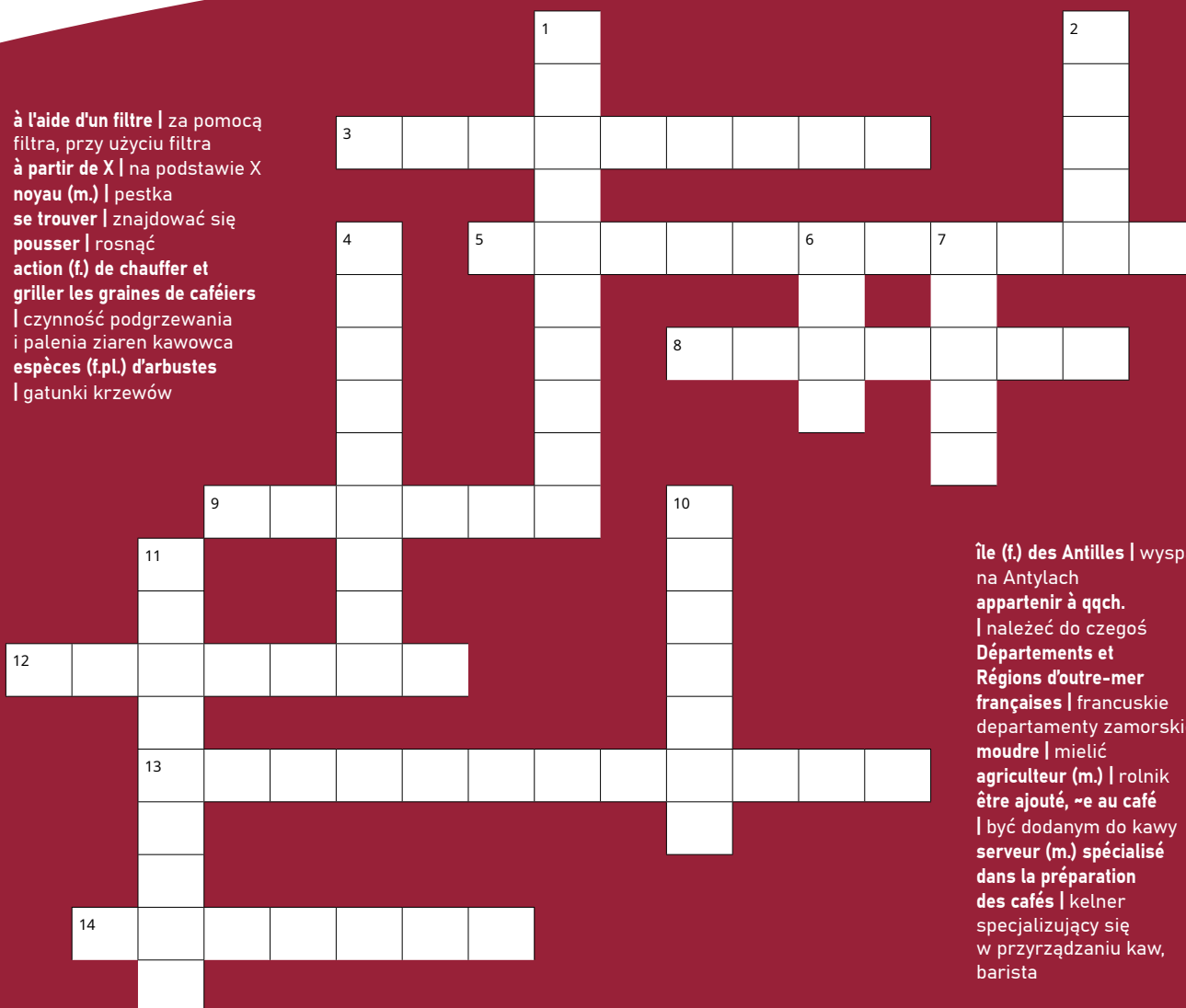
13. Nom féminin : **action de chauffer et griller les graines de caféiers** pour les transformer en grain à consommer.
14. Nom masculin : une des deux **espèces d'arbustes** cultivée pour produire du café.

VERTICALEMENT :

1. Nom féminin : **île des Antilles** qui **appartient aux Départements et Régions d'outre-mer françaises**.
2. Adjectif : qualifie du café qui n'est pas en grain. L'adjectif se construit à partir du verbe **MOUDRE**.

4. Adjectif : qualifie un type de commerce qui protège financièrement les producteurs ou **agriculteurs**, souvent dans le secteur du café ou du chocolat.
6. Nom masculin : liquide blanc, produit par exemple par les vaches, qui peut **être ajouté au café**.
7. Nom féminin : objet utilisé pour boire, par exemple, du café ou du thé.
10. Personne qui travaille comme **serveur spécialisé dans la préparation des cafés**.
11. Nom féminin : nom général pour désigner un appareil qu'on utilise pour préparer le café.

à l'aide d'un filtre | za pomocą filtra, przy użyciu filtra
à partir de X | na podstawie X
noyau (m.) | pestka
se trouver | znajdować się
pousser | rosnąć
action (f.) de chauffer et griller les graines de caféiers | czynność podgrzewania i palenia ziaren kawowca
espèces (f.pl.) d'arbustes | gatunki krzewów



île (f.) des Antilles | wyspa na Antylach
appartenir à qqch. | należeć do czegoś
Départements et Régions d'outre-mer françaises | francuskie departamenty zamorskie
moudre | mielić
agriculteur (m.) | rolnik
être ajouté, ~e au café | być dodanym do kawy
serveur (m.) spécialisé dans la préparation des cafés | kelner specjalizujący się w przyrządzaniu kaw, barista

8 Rue de l'Humanité

par Hanna Danielczak-Ziadi

8 Rue de l'Humanité (2021) est une comédie française à l'atmosphère spécifique et légèrement grotesque, qui fait pourtant référence à des événements sérieux – la période



de la pandémie. La production présente la vie quotidienne des habitants d'un immeuble parisien pendant le Covid.

Dans les rôles principaux, on retrouve notamment Dany Boon, Laurence Arné, Yvan Attal, François Damiens et Jorge Calvo. Le film a été réalisé par Dany Boon.

Doucement	Spokojnie.
On se change, je vais faire une machine	Przeberzmy się, włączę pralkę.
Martin, on ne va pas se changer. On était sur le balcon.	Martin, nie trzeba się przebierać. Byliśmy na balkonie.
Le virus circule dans l'air	Wirus krąży w powietrzu.
Ah bon ? Qui t'a dit ça ?	Tak? Kto ci to powiedział?
Notre médecin traitant, et il l'a eu.	Nasz lekarz, i zaraził się.
Il est en contact avec les malades.	On ma kontakt z chorymi.
Si mon médecin meurt, je meurs.	Jeśli mój lekarz umrze, umrę (w znaczeniu: nigdy się z tym nie pogodzę).
Il peut guérir aussi.	Może wyzdrowieć.
Il n'y a qu'un pour cent de décès.	Umiera tylko jeden procent chorych.
Tu dis ça avec une telle froideur ?	Mówisz to tak obojętnie?
Vous vous écarterez qu'on puisse descendre ?	Może pan się odsunąć, żebyśmy mogli zejść?
On est trop proches, c'est très dangereux.	Za blisko, to niebezpieczne.
Je vais devoir tous vous tester.	Muszę zrobić wszystkim test.
Le virus tient sur les objets ?	Wirus zostaje na przedmiotach?
On sait pas vraiment.	Nie wiadomo.
Bon, magnez-vous de trouver le vaccin. Je dois rouvrir mon bistro.	No dobrze, niech się pan śpieszy ze szczepionką. Muszę ponownie otworzyć bistro.

Qu'avez-vous appris en lisant ce numéro de *Français Présent* ?

1. Que signifie « le ragondin » ?

- bóbr
- nutria
- rosomak

2. « Les déchets » (m.pl.) veut dire :

- obowiązki
- zakupy
- odpady

3. « Le bouchon » veut dire :

- korek, nakrętka
- butelka
- plastikowa torebka

4. Jak powiedzieć po francusku „śpiwór”?

- le sac de couchage
- le sac de couverture
- le sac de couvrir

5. « Le lait d'avoine » c'est :

- mleko migdałowe
- mleko odtłuszczone
- mleko owsiane

6. En 2026, Le Jardin des Plantes de Paris fête ses :

- 400 ans
- 200 ans
- 100 ans

1.b, 2.c, 3.a, 4.a, 5.c, 6.a
Réponses :

Prenumerata

Oszczędzasz i otrzymujesz każdy numer prosto do domu!

Korzyści:

- niższa cena za egzemplarz,
- wysyłka gratis,
- gwarancja, że każdy numer czasopisma trafi w Twoje ręce.

Jak zamówić?

Wybierz najwygodniejszy dla Ciebie sposób:

- **przez Internet**
wejdź na stronę: kiosk.colorfulmedia.pl
- **telefonicznie**
61 833 63 28 lub 663 24 24 33
- **e-mailem**
wyślij nam wiadomość:
prenumerata@colorfulmedia.pl
- **przelew na konto**
dokonaj wpłaty – szczegóły poniżej

Dane do przelewu

nr konta:

18 1140 2004 0000 3702 4405 7031

adres:

Colorful Media
ul. Lednicka 23, 60-413 Poznań

nr BIC dla przelewów
zagranicznych:
BREXPLPWMBK

tytuł przelewu:

- Opisz prawidłowo przelew, podaj następujące informacje:
1. nazwa magazynu w skrócie (FP – Français Présent)
 2. numer, od którego ma zaczynać się prenumerata
 3. imię i nazwisko oraz adres do wysyłki

przykładowy tytuł przelewu:

FP71, Jan Kowalski, ul. Przykładowa 1, 80-123 Gdańsk

Prosimy o kontakt po dokonaniu wpłaty, w celu upewnienia się, że otrzymaliśmy wszystkie potrzebne dane.

Kontakt

@ prenumerata@colorfulmedia.pl

tel. 61 833 63 28, 663 24 24 33

www.colorfulmedia.pl

Cennik prenumeraty



dla 1 osoby

6 wydań, co 3 miesiące

131,90 zł



dla grup – dla 2 osób i więcej

6 wydań, co 3 miesiące

121,90 zł/osobę

Łączną kwotę obliczysz, mnożąc
121,90 zł przez liczbę osób.



zagraniczna dla 1 osoby

6 wydań, co 3 miesiące



list zwykły **221,90 zł**

list polecony **287,90 zł**

Wszystkie ceny zawierają podatek 8% VAT.

Jeśli potrzebna Ci faktura, prosimy o kontakt.

Prenumerata realizowana jest za pośrednictwem
Poczty Polskiej.

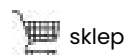
Zamawiając prenumeratę, wyrażasz zgodę na
warunki zawarte w regulaminie dostępnym pod
adresem www.colorful.pl/regulamin.html



Informacja o przetwarzaniu danych osobowych

Podane dane osobowe będą przetwarzane przez administratora – firmę Colorful Media s.c. z siedzibą w Poznaniu, ul. Lednicka 23, NIP 781-173-49-69 w celu realizacji prenumeraty. Każdemu prenumeratorem przysługuje prawo wglądu do swoich danych osobowych, ich zmiany, poprawiania oraz usunięcia. Podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne do realizacji prenumeraty. Pytania dotyczące administrowania danymi osobowymi prosimy kierować na adres e-mail: biuro@colorfulmedia.pl

Przydatne adresy



sklep



regulamin



newsletter



Magazyn kupisz także w salonach EMPIK oraz w wybranych salonikach prasowych KOLPORTER, INMEDIO i RELAY.

Numery archiwalne Français

PRÉSENT

nr 76



nr 75



nr 74



nr 73



nr 72



nr 71



nr 70



nr 69



nr 68



nr 67



nr 66



nr 65



nr 64



nr 63



nr 62



nr 61



nr 60



nr 59



nr 58



nr 57



Wydania specjalne



Tu kupisz:

Numer aktualny:
EMPIK, saloniki prasowe
KOLPORTER,
INMEDIO i RELAY.

Numery archiwalne, wydania
specjalne:
kiosk.colorfulmedia.pl



Językowo najlepsi!

ANGIELSKI



ANGIELSKI BIZNESOWY



NIEMIECKI



FRANCUSKI



WŁOSKI



HISZPAŃSKI



ANGIELSKI DLA DZIECI



kiosk.colorfulmedia.pl

KUP TERAZ

