



CALIFICACIÓN	REVISIÓN	REVISIÓN
Inicial	2ª Corrección	3ª Corrección
Firma	Firma	Firma

ESPACIO  
RESERVADO  
PARA LA  
UNIVERSIDAD

Después de leer atentamente el examen, elija uno de los textos y responda a las preguntas sobre el texto elegido de la siguiente forma:

Responda EN FRANCÉS a las preguntas 1 (preguntas de comprensión con respuesta de opción múltiple) y 2 (pregunta de comprensión mediante opción verdadero o falso más justificación de respuesta), del texto elegido.

Responda EN FRANCÉS a las preguntas 3 y 4, del texto elegido, escogiendo en cada una de ellas una opción de entre las dos planteadas.

TIEMPO Y CALIFICACIÓN: 90 minutos. Las preguntas 1ª, 2ª y 3ª se calificarán con un máximo de 2 puntos. La pregunta 4ª se calificará con un máximo de 4 puntos.

Cada estudiante deberá indicar la agrupación de preguntas que responderá. La selección de preguntas deberá realizarse conforme a las instrucciones planteadas, no siendo válido seleccionar preguntas que sumen más de 10 puntos, ni agrupaciones de preguntas que no coincidan con las indicadas, lo que puede conllevar la anulación de alguna pregunta que se salga de las instrucciones.

### TEXTO 1

#### Coronavirus et santé mentale

La santé mentale des Français inquiète le gouvernement, en pleine crise sanitaire et économique depuis plus d'un an. Il lance ce mardi une campagne grand public pour nous inciter à « parler » de notre état psychologique, et pour rappeler l'existence d'aides par téléphone et Internet, trop peu connues.

« En parler c'est déjà se soigner », assure cette campagne, organisée par Santé publique France et le ministère de la Santé, pour souligner qu'il est primordial de détecter les troubles psychologiques et psychiatriques « afin de permettre une prise en charge adaptée ».

Présente sur Internet et à la radio avec trois séquences vidéo, elle sera complétée « par un spot diffusé à la télévision » et en vidéo en ligne « à partir du 20 avril », explique Santé publique France dans un communiqué. « L'objectif de la campagne est de favoriser la reconnaissance des principaux symptômes anxieux (irritabilité, sensation de panique) et dépressifs (tristesse, perte d'intérêt, d'énergie) ainsi que des problèmes de sommeil (souvent associés aux états anxieux et dépressifs) à travers des scènes de la vie quotidienne », détaille l'agence sanitaire.

« Bien que la question de la santé mentale ait beaucoup émergé ces derniers mois du fait de la crise sanitaire, ce sujet reste encore méconnu et tabou pour de nombreux Français », constate-t-elle.

« Sans banalisation ni dramatisation excessive du sujet », avec un ton « bienveillant », la campagne incite à « parler à son entourage ou à son professionnel de santé (...) dès lors que ces symptômes sont intenses, s'installent dans la durée et nous empêchent de réaliser nos activités de la vie quotidienne ».

31 % des Français rapportent des états anxieux ou dépressifs, un niveau élevé qui persiste depuis plusieurs mois, selon la dernière enquête que Santé publique France mène régulièrement depuis un an.

20 Minutes avec AFP 06/04/21

Gabrielle CEZARD

#### Questions

1. Cochez la bonne réponse. (0,5 por cada respuesta correcta, las respuestas erróneas no restan puntos)

a) Le gouvernement a lancé, d'après ce texte, une campagne de communication

- pour améliorer la crise sanitaire et économique.
- qui prétend provoquer l'usage du téléphone et d'Internet.
- invitant les Français à parler de leurs problèmes de stabilité mentale.

b) Les moyens de communication utilisés comme support de la campagne

- seront Internet et la radio.
- touchent au début seulement les ondes et Internet mais impliquent ensuite la télé.
- sont déjà tous les médias possibles.

c) Le texte attribue le caractère de peu connue ou même de tabou

- aux maladies et aux troubles de l'équilibre mental.
- à la santé personnelle de chacun.
- à la crise sanitaire.

d) La tristesse et le manque d'énergie seraient, d'après le texte

- des signes associés à l'anxiété.
- des indices d'une possible dépression.
- une conséquence de l'insomnie.

2. Cochez VRAI ou FAUX et justifiez votre réponse en citant un passage du texte. (0,5 punto cada pregunta si la elección V/F y la justificación son correctas, si no, 0 puntos)

a) Le texte signale que jusqu'à présent il n'y avait aucun moyen pour demander du secours en cas de problème mental. <b>Justification :</b>	V	F
b) Le slogan de la campagne identifie thérapie et communication. <b>Justification :</b>	V	F
c) La campagne incite à visiter le médecin aussitôt qu'un signe d'anxiété ou de dépression puisse apparaître. <b>Justification :</b>	V	F
d) Presque un tiers des Français reconnaissent avoir des problèmes de santé mentale. <b>Justification :</b>	V	F

3. Répondez, sans transcrire littéralement les termes du texte, à une de ces deux questions. (2 points)

3.A. Comment la campagne va-t-elle illustrer les symptômes des troubles mentaux ? Avec des explications techniques précises ?

3.B. Quel est le niveau d'alerte prétendu dans la campagne d'information ? Alerte intense ou ton tranquille ?

4. Choisissez un de ces deux sujets de rédaction (100-120 mots). (4 points)

4.A. L'explication des causes de la campagne publicitaire fait référence à la pandémie Covid. Dans quelle mesure cette crise peut-elle exercer une influence ? Qu'est-ce que vous en pensez ?

4.B. Les maladies mentales ont mauvaise presse. On tend à les cacher et à ne pas en parler. Pourquoi ? Quel est votre avis sur ces réserves ?

## TEXTO 2

### À quelle fréquence faut-il laver son pyjama ?

Peut-on porter le même pyjama durant une semaine ? À partir de quand doit-il se diriger vers la machine à laver ? Un médecin hygiéniste et une dermatologue donnent la fréquence idéale.

Vous portez probablement le même pyjama depuis une semaine et le gardez peut-être même parfois quelques jours de plus avant d'en changer. En 2015, un sondage anglais montrait que les femmes attendaient en moyenne 17 jours pour laver la tenue contre 13 jours pour les hommes. Selon Pierre Parneix, médecin hygiéniste au CHU de Bordeaux, « cela commence à faire long ». Alors quelle est la règle à respecter pour se garantir des nuits propres ?

Si l'on recherche une sensation et une odeur de propre dégagées par son pyjama, rien n'empêche, évidemment, d'en enfiler un nouveau chaque soir. Pour éviter que la panier à linge ne déborde, « on peut plutôt en changer une fois par semaine, estime le médecin hygiéniste, si l'on prend sa douche le soir et si l'on ne transpire pas trop ». La transpiration de la nuit peut en effet provoquer ainsi de mauvaises odeurs.

La dermatologue Catherine Laverdet est un peu plus stricte sur le calendrier, et recommande de changer de pyjama tous les deux jours. Selon la médecin, tout dormeur portant un legging ne devrait pas le garder plus d'une nuit. Un pyjama sale est une réserve de peaux mortes, d'acariens ou de poussières.

Il est certain que le dormeur qui ne porte rien sur lui réduit drastiquement les risques de développement de bactéries. « Tout dépend des habitudes de chacun, mais on s'est aperçu qu'en dormant nu, on était plus au frais et que le sommeil était de meilleure qualité, indique la dermatologue Catherine Laverdet ». Attention, en revanche, à veiller à l'hygiène de ses draps et à penser à les changer plus fréquemment.

D'après *madame.lefigaro.fr*, le 19/11/2020

### Questions

1. Cochez la bonne réponse. **(0,5 por cada respuesta correcta, las respuestas erróneas no restan puntos)**

- a) D'après le médecin hygiéniste, les habitudes montrées par le sondage
- ne seraient pas acceptables.
  - devraient être maintenues.
  - devraient être adoptées dans d'autres pays.
- b) Selon le médecin hygiéniste, il serait bon de changer le pyjama
- lorsqu'il serait sale.
  - toutes les semaines.
  - tous les deux jours.
- c) Il est nécessaire de renouveler plus régulièrement le pyjama si
- on vit avec des personnes vulnérables.
  - on transpire beaucoup.
  - on prend la douche le soir.
- d) Si on dort en legging, c'est mieux de le changer
- tous les jours.
  - tous les deux jours.
  - toutes les semaines.

2. Cochez VRAI ou FAUX et justifiez votre réponse en citant un passage du texte. **(0,5 punto cada pregunta si la elección V/F y la justificación son correctas, si no, 0 puntos)**

a) D'après une étude britannique, le rythme de changement de pyjama s'intensifie chez les femmes par rapport aux hommes. <b>Justification :</b>	V	F
b) Le médecin hygiéniste interviewé propose de changer le pyjama plus souvent que la dermatologue. <b>Justification :</b>	V	F
c) Un pyjama sale représente une source de contamination importante. <b>Justification :</b>	V	F
d) Si on songe à changer le pyjama contre la nudité, les draps aussi doivent être régulièrement lavés. <b>Justification :</b>	V	F

3. Répondez, sans transcrire littéralement les termes du texte, à une de ces deux questions. **(2 points)**

3A. Quels sont les bienfaits à dormir complètement nu ?

3B. Quel serait l'inconvénient de changer trop fréquemment le pyjama ?

4. Choisissez un de ces deux sujets de rédaction (100-120 mots). **(4 points)**

4.A. Pour se sentir en forme, il faut bien dormir. Êtes-vous d'accord avec cette affirmation ? Faites-vous attention à la qualité de votre sommeil ? Comment aimez-vous dormir ?

4.B. Les jeunes âgés de 15 à 24 auraient besoin de dormir davantage. Quel est l'impact sur vous du manque de sommeil ? Si vous êtes en manque de sommeil, comment vous tenez le coup ?