

# **HOME HELP NANNIES**



## PREFACE

### SECTION 1: CULTURE

#### Module 1: introduction

- African culture
- Common sentences

#### Module 2: At the Supermarket

- General terms
- Departments
- Snacks items
- Food items
- Quantities and Measurements
- Common Phrases
- Other useful Vocabulary

#### Module 3: Expressions with elevator

- Before taking the elevator
- In the elevator
- Some expressions

#### Module 4: At the Pharmacy

- General terms
- Health conditions
- Other useful Vocabulary

#### Module 5: Care Assistant's duty

- Common sentences for a care assistant
- Meal assistance
- Medication
- Household tasks
- Companionship
- Emergency or safety

## Module 1: Human Body

- Upper Body
- Chest and abdomen
- Lower body
- Internet organs
- Other

## Module 2: Emergency

- General terms
- Types of injuries
- First Aid Equipment

## Module 3: Actions and Instructions

- Intervention
- Symptoms
- Example sentences

# SECTION 1 : CULTURES

## MODULE 1 : AFRICAN CULTURES



African culture is rich and diverse, with various traditions, languages, beliefs, and practices across the continent. If you're preparing to work as an aide in the United States, here are some aspects of African culture you should know, particularly in terms of communication, values, and behaviors:

### Cultural Diversity

Africa is a continent with over 50 countries, each having its own languages, customs, and beliefs.

Major linguistic groups include Bantu, Nilo-Saharan, and Afro-Asiatic languages. English, French, Arabic, and Swahili are commonly spoken.

### Respect and Hierarchy

In many African cultures, respect for elders and authority figures is very important. It is common to address older individuals with honorific titles.

Family and community relationships are often very strong, with extended family playing a central role.

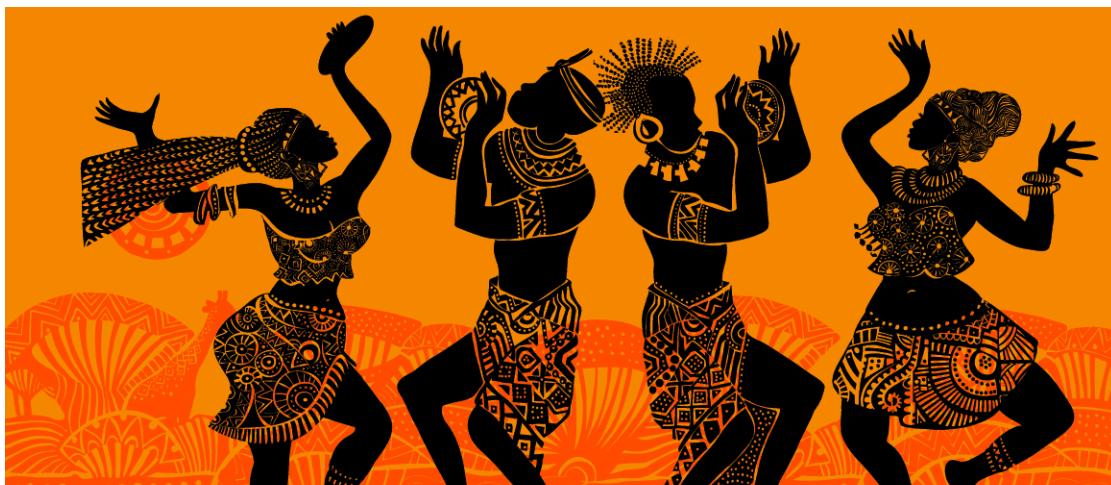
### 3. Communication

Communication can be indirect, especially when discussing sensitive topics or giving

criticism. Non-verbal cues and body language are important.

Eye contact can be perceived differently across cultures. In some regions, direct eye contact may be seen as a challenge, while in others, it is a sign of respect.

#### 4. Spiritual Beliefs and Practices



Many Africans follow religions such as Christianity, Islam, or traditional African religions that honor ancestors and spirits of nature.

Cultural practices like dances and ceremonies are often tied to religious events or rites of passage (e.g., marriage, birth, initiation).

#### Relations with Other Cultures

Africans living in the United States may experience a blend of two cultures: their original culture and that of their host country. This can be reflected in how they celebrate certain holidays or interact with people from other cultural groups.

#### Community Values

The concept of "Ubuntu," which means "I am because we are," is significant in many African cultures. It emphasizes solidarity, mutual aid, and interconnectedness between individuals.

Sharing is a key value, and it is common for resources to be shared among neighbors or community members.

#### Food Habits

Food habits vary, but staples include rice, maize, tubers (such as yams and sweet potatoes), as well as local vegetables and fruits.

Meals are often a time for bonding, and guests are welcomed with specially prepared food.

#### Events and Festivities

Festivals and celebrations are central to African culture. These events, such as

weddings, births, or religious holidays, are often accompanied by dancing, music, and communal meals.

### Challenges as a care assistant

When working with Africans in the U.S., be aware of the challenges they might face in adjusting to a new culture. Integration into American society can be difficult for some individuals, especially those who have recently immigrated.

A respectful and empathetic approach, combined with a willingness to learn and understand cultural challenges, is essential for building trust and rapport.

### Conclusion

On the whole, understanding and respecting the cultural diversity of Africa will not only help you better interact with your colleagues and clients but will also enable you to offer more appropriate and culturally sensitive support.

## MODULE 2 : AMERICAN CULTURE



If you're preparing to work as an aide in the United States, understanding some key aspects of American culture can help you navigate your role effectively. Here are some important cultural elements to consider:

### Individualism

American culture tends to emphasize individualism, where personal freedom and independence are highly valued. People often make decisions based on personal preferences and interests.

This can also reflect in how people approach their jobs, relationships, and responsibilities. Individuals often take pride in personal achievements.

### Direct Communication

Americans generally value clear and direct communication. People are often encouraged to express their thoughts and opinions openly.

While politeness is important, being straightforward is often seen as respectful and efficient. Indirect communication might be misinterpreted as evasive or unclear.

### Punctuality

Time is viewed as a valuable resource, and punctuality is generally important. Arriving on time for appointments, meetings, or work is expected.

Being late is often seen as disrespectful, though there is some flexibility depending on the context (e.g., in casual settings or between close friends).

## Work Ethic

Americans are often seen as having a strong work ethic, valuing productivity, efficiency, and achievement. Many people take their jobs seriously and are committed to performing well.

There is also a focus on work-life balance, but this can vary greatly depending on the industry and the individual.



## Respect for Diversity

The U.S. is a very diverse country, with people from a wide range of ethnic, cultural, religious, and racial backgrounds. Respect for diversity and inclusion is highly emphasized.

You may encounter different customs, beliefs, and practices, and it's important to be open-minded and considerate of others' differences.

## Informality and Friendliness

American culture is relatively informal compared to other cultures. People commonly use first names even in professional settings, and casual attire is often acceptable, depending on the work environment.

People are generally friendly and approachable, and casual conversation is a common way to establish rapport.

## Privacy and Personal Space

Privacy is highly valued in American culture. People typically prefer to keep personal matters private and may not openly share details about their personal lives unless they

feel comfortable.

### **Informality and Friendliness**

American culture is relatively informal compared to other cultures. People commonly use first names even in professional settings, and casual attire is often acceptable, depending on the work environment.

People are generally friendly and approachable, and casual conversation is a common way to establish rapport.

### **Privacy and Personal Space**

Privacy is highly valued in American culture. People typically prefer to keep personal matters private and may not openly share details about their personal lives unless they feel comfortable.

Personal space is also important. Americans tend to prefer a certain amount of physical distance during interactions. It's common to shake hands in professional settings but avoid excessive physical contact.

### **Healthcare Attitudes**

The U.S. healthcare system is complex, with both public and private options. People are generally responsible for their own health insurance, and there may be differences in access to care depending on a person's background and employment status.

It's important to be sensitive when discussing health-related topics, as some individuals may have specific healthcare needs or preferences.

### **Holidays and Celebrations**

Americans celebrate various holidays, both secular (such as Independence Day on July 4th) and religious (like Christmas and Thanksgiving).

Thanksgiving is a particularly important holiday, usually celebrated with a family meal and expressions of gratitude.

### **Social Norms in Helping Professions**

In healthcare or assistance roles, there's a strong emphasis on patient autonomy and respect for the choices of individuals, even in caregiving situations.

It's important to approach people with kindness and to respect their preferences and boundaries, particularly when it comes to personal care.

### **Casual Conversations and Small Talk**

Americans often engage in "small talk"—casual conversation that might involve discussing the weather, sports, or recent events. This is seen as a way to build rapport and connect with others.

People generally appreciate a friendly demeanor and may expect a smile or polite greeting when interacting.

### **Customer Service Focus**

American culture places a high value on customer service, and people are generally used to being treated with courtesy and respect in service situations.

If you're working as an aide, be prepared for people to express their preferences clearly, and ensure you respond to their needs in a helpful and accommodating manner.

### Celebration of Success

Success, especially in the workplace, is often celebrated. Acknowledging achievements, whether big or small, is common in American culture.

People may feel motivated by praise or recognition for their hard work.

### Legal and Ethical Considerations

Americans are highly aware of legal rights, especially when it comes to personal freedoms, privacy, and healthcare. It is essential to be familiar with any relevant laws or regulations in your role as an aide (e.g., confidentiality rules, consent).

Ethical behavior, including honesty, respect for others' rights, and fairness, is highly valued.

### Adaptability to Change

The U.S. is a country that is always evolving, particularly in terms of technology, social trends, and workplace practices. People tend to be adaptable and open to new ideas and innovations.

### Conclusion

In summary, American culture places a strong emphasis on individualism, clear communication, diversity, and respect for privacy. Understanding these aspects will help you navigate your role as a care assistant and build positive, effective relationships with the people you work with.

## SECTION 2 : TAKING CARE OF BABIES AND TODDLERS

### MODULE 1 : Vocabulary Babies

1. **Diaper** - Couche
2. **Baby bottle** - Biberon
3. **Pacifier / Soother** - Tétine / Sucette
4. **Baby blanket** - Couverture pour bébé
5. **Onesie** - Barboteuse
6. **Crib / Cot** - Lit pour bébé
7. **Baby monitor** - Moniteur pour bébé
8. **Highchair** - Chaise haute
9. **Stroller / Pram** - Poussette
10. **Car seat** - Siège auto
11. **Changing table** - Table à langer
12. **Baby wipes** - Lingettes pour bébé
13. **Diaper bag** - Sac à couches
14. **Breast pump** - Tire-lait
15. **Teething ring** - Anneau de dentition
16. **Swaddle blanket** - Couverture d'emmaillotage
17. **Baby lotion** - Lotion pour bébé
18. **Baby shampoo** - Shampooing pour bébé
19. **Rattle** - Hochet
20. **Soft toy / Stuffed animal** - Jouet en peluche



### Toddlers and Kids : tout – petits et enfants

1. **Toy** - Jouet
2. **Playpen** - Parc pour bébé
3. **Tricycle** - Tricycle
4. **Learning table** - Table d'éveil
5. **Drawing book** - Livre de dessin
6. **Building blocks** - Blocs de construction
7. **Scooter** - Trottinette



8. **Play-dough** - Pâte à modeler
9. **Bicycle** - Vélo
10. **Puzzle** - Puzzle
11. **Teddy bear** - Ours en peluche
12. **Action figures** - Figurines d'action
13. **Storybook** - Livre d'histoire
14. **Crayons** - Crayons de couleur
15. **Art supplies** - Fournitures artistiques
16. **Board games** - Jeux de société
17. **Jump rope** - Corde à sauter
18. **Sandcastle set** - Set de construction de château de sable
19. **Backpack** - Sac à dos
20. **Lunchbox** - Boîte à déjeuner

## MODULE 2 : CARE ASSISTANT'S DUTIES



### **UNDERSTANDING BABY'S NEED (Comprendre les besoins du bébé)**

**Feeding:** Babies need to be fed every few hours. Breastfeeding or formula feeding is essential for their growth. (Alimentation : Les bébés doivent être nourris toutes les quelques heures. L'allaitement ou le lait maternisé est essentiel pour leur croissance.)

**Sleep:** Babies need a lot of sleep for their development. They often sleep between 14 to 17 hours a day in the first months. (Sommeil : Les bébés ont besoin de beaucoup de sommeil pour leur développement. Ils dorment souvent entre 14 et 17 heures par jour durant les premiers mois.)

**Diapering:** Change their diaper regularly to avoid rashes and discomfort.

Changement de couche : Changez régulièrement la couche de bébé pour éviter les éruptions cutanées et l'inconfort.

### **Creating a Safe Environment for Toddlers (Créer un environnement sécurisé pour les tout-petits)**

**Childproofing :** Secure furniture, outlets, and sharp objects to ensure safety.

Sécurisation : Fixez les meubles, les prises électriques et les objets tranchants pour garantir la sécurité.

**Supervision :** Always supervise toddlers, especially when they explore or play outside.

Surveillance : Surveillez toujours les tout-petits, surtout lorsqu'ils explorent ou jouent à l'extérieur.

### **Effective Communication with Children (Communication efficace avec les enfants)**

**Listening:** Pay attention to their needs and feelings, even when they can't express them clearly. (Écouter : Faites attention à leurs besoins et émotions, même s'ils ne peuvent pas les exprimer clairement.)

**Positive Reinforcement:** Encourage good behavior with praise and rewards.(Renforcement positif : Encouragez les bons comportements avec des éloges et des récompenses.)

**Handling Behavioral Issues** (Gérer les problèmes de comportement)

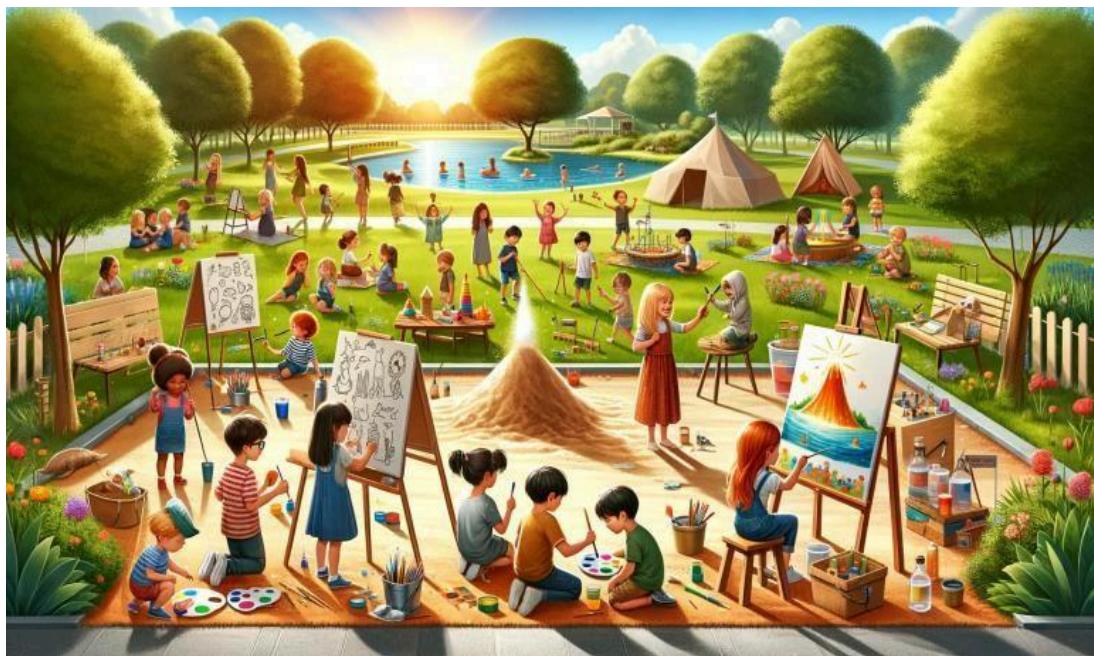
**Consistency:** Be consistent with rules and consequences to create a sense of security.

(Cohérence : Soyez cohérent avec les règles et les conséquences pour créer un sentiment de sécurité.)

**Timeouts :** Use timeouts to help children reflect on their behavior in a calm setting.

(Séparation : utilisez les temps de pause pour aider les enfants à réfléchir à leur comportement dans un endroit calme.

## MODULE 3 :Engaging Activities for Kids (Activités ludiques pour les enfants)



**Creative Play:** Encourage arts and crafts, drawing, and building toys for imagination development. (Jeu créatif : Encouragez les activités artistiques et l'utilisation de jouets de construction pour développer l'imagination.)

**Outdoor Play:** Physical activity like running, playing ball, and walking helps to build strength and coordination. (Jeux extérieurs : L'activité physique comme courir, jouer au ballon et marcher aide à renforcer et coordonner leur corps.)

### Drawing and Coloring (Dessin et coloriage)

Let the children use crayons, markers, and colored pencils to create their own artwork. (Laissez les enfants utiliser des crayons, des marqueurs et des crayons de couleur pour créer leurs propres œuvres d'art.)

### Building with Blocks (Construire avec des blocs)

Use building blocks (like LEGO) to encourage creativity and problem-solving skills.

Utilisez des blocs de construction (comme des LEGO) pour encourager la créativité et les compétences en résolution de problèmes.

### Playing Hide and Seek (Jouer à cache-cache)

A classic game where one child hides and others try to find them.

Un jeu classique où un enfant se cache et les autres essaient de le trouver.

### **Treasure Hunt (Chasse au trésor)**

Hide small toys or treats around the house or yard and give clues to find them.

(Cachez de petits jouets ou friandises dans la maison ou dans le jardin et donnez des indices pour les trouver.)

### **Simon Says (Jacques a dit)**

A fun game where children follow commands only if the phrase "Simon says" is used.

(Un jeu amusant où les enfants suivent les instructions seulement si l'expression "Jacques a dit" est utilisée.)

### **Dance Party (Fête dansante)**

Play music and encourage the children to dance, jump, and move to the beat.

(Mettez de la musique et encouragez les enfants à danser, sauter et bouger au rythme.)

### **Scavenger Hunt (Chasse au trésor (recherche d'objets)**

Create a list of items for the kids to find around the house or outdoors.

(Créez une liste d'objets que les enfants doivent trouver dans la maison ou à l'extérieur.)

### **Play Dough Fun (Pâte à modeler)**

Use play dough to make shapes, animals, or even little houses.

Utilisez de la pâte à modeler pour faire des formes, des animaux ou même de petites maisons.

### **Bubble Blowing (Souffler des bulles)**

Blow bubbles and have fun catching or popping them.

(Soufflez des bulles et amusez-vous à les attraper ou à les éclater.)

### **Painting (Peinture)**

Let children use watercolors or finger paints to express their creativity.

(Laissez les enfants utiliser de la peinture à l'eau ou des peintures pour les doigts pour exprimer leur créativité.)



### **Crafting with Paper (Création avec du papier)**

Create paper animals, flowers, or cards with scissors, glue, and colored paper.

(Créez des animaux en papier, des fleurs ou des cartes avec des ciseaux, de la colle et du papier coloré.)

### **Building a Fort (Construire un fort)**

Use blankets, pillows, and furniture to build an indoor fort.

(Utilisez des couvertures, des oreillers et des meubles pour construire un fort à l'intérieur.)

### **Obstacle Course (Parcours d'obstacles)**

Set up a simple obstacle course with cushions, chairs, and toys for kids to navigate.

(Installez un parcours d'obstacles simple avec des coussins, des chaises et des jouets pour que les enfants puissent les franchir.)

### **Balloon Volleyball (Volley-ball avec un ballon)**

Use a balloon to play volleyball inside without worrying about breaking anything.

Utilisez un ballon pour jouer au volley-ball à l'intérieur sans craindre de casser quoi que ce soit.

### **Animal Charades (Charades avec des animaux)**

Act out different animals and have the children guess which one it is. (Mimez différents animaux et laissez les enfants deviner lequel c'est.)

### **Obstacle Course (Parcours d'obstacles)**

Set up a simple obstacle course with cushions, chairs, and toys for kids to navigate.

(Installez un parcours d'obstacles simple avec des coussins, des chaises et des jouets pour que les enfants puissent les franchir.)

### **Balloon Volleyball (Volley-ball avec un ballon)**

Use a balloon to play volleyball inside without worrying about breaking anything.

Utilisez un ballon pour jouer au volley-ball à l'intérieur sans craindre de casser quoi que ce soit.

### **Animal Charades (Charades avec des animaux)**

Act out different animals and have the children guess which one it is. (Mimez différents animaux et laissez les enfants deviner lequel c'est.)

## MODULE 4 : Accompanying Children to School (Accompagner les enfants à l'école)

### Getting Ready for School : Se préparer pour l'école "Let's get ready for school!"

Préparons-nous pour l'école !

**"Did you pack your lunch?"**

As-tu préparé ton déjeuner ?

**"Don't forget your backpack!"**

N'oublie pas ton sac à dos !

**"Put on your shoes and jacket."**

Mets tes chaussures et ta veste. **"Is your homework in your bag?"**

Est-ce que tes devoirs sont dans ton sac ?



### Leaving the House (Quitter la maison) "It's time to go to school!"

Il est temps d'aller à l'école !

**"Let's go, we don't want to be late!"**

Allons-y, on ne veut pas être en retard ! **"Is everyone ready?"**

Tout le monde est prêt ?

**"Get in the car/bus."**

Monte dans la voiture/dans le bus.

**"Hold my hand while we cross the street."**

Tiens ma main quand on traverse la rue.



### At School Drop-Off : arrivé à l'école "Have a great day at school!"

Passe une bonne journée à l'école

**"Do you have everything?"**

As-tu tout ce qu'il te faut ?

**"I'll pick you up after school."**

Je viendrai te chercher après l'école.

**"Give me a hug before you go."**

Donne-moi un câlin avant de partir.

### **Picking Children Up from School (Récupérer les enfants à l'école)**

1. **Waiting for Pick-Up (Attente pour récupérer les enfants)**

**"I'm here to pick you up!"**

Je suis là pour te chercher !

**"Are you ready to go home?"**

Es-tu prêt(e) à rentrer à la maison ?

**"How was your day at school?"**

Comment s'est passée ta journée à l'école ?

**"Did you have a good lunch?"**

As-tu bien déjeuné ?

**"Let's go home and relax."**

Allons à la maison et détendons-nous.

1. **On the Way Home (En chemin pour la maison)**

**"What did you learn today?"**

Qu'as-tu appris aujourd'hui ?

**"Do you want to talk about your day?"**

Tu veux parler de ta journée ?

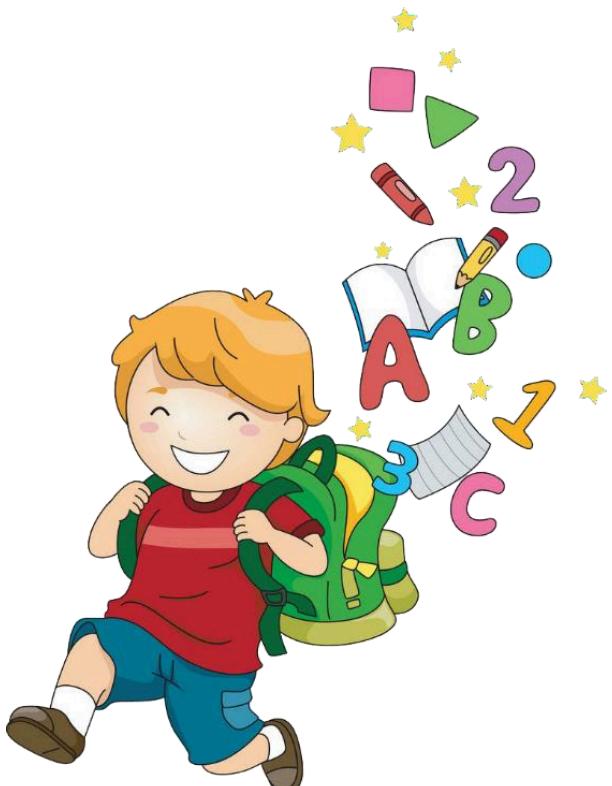
**"Let's get a snack when we get home."**

On va prendre un goûter quand on rentre à la maison.

As-tu des devoirs ?

1. **Arriving Home (arrivée à la maison)**

**"We're home!"**



Nous sommes à la maison !

**"Let's take off your school shoes."**

Enlève tes chaussures d'école.

**"Go wash your hands before dinner."**

Va te laver les mains avant le dîner.

**"Do you want to play or do your homework first?"**

Tu veux jouer ou faire tes devoirs en premier ?

## MODULE 2 : COMMUNICATION

### Farewells



**"Hello, I hope you're doing well. I wanted to speak with you about [child's name]."**

"Bonjour, j'espère que vous allez bien. Je voulais vous parler de [nom de l'enfant]."

**"Could we arrange a time to talk about [child's name]?"**

"Pouvons-nous organiser un moment pour parler de [nom de l'enfant] ?"

**"I would like to discuss some matters regarding your child's progress."**

"J'aimerais discuter de certains points concernant les progrès de votre enfant."

### Asking for Help (Demander de l'aide)

**"Would you be able to help [child's name] with [homework/behavior/reading] at home?"**

"Seriez-vous en mesure d'aider [nom de l'enfant] avec [les devoirs/le comportement/la lecture] à la maison ?"

**"Could you please remind [child's name] about [specific behavior or task]?"**

"Pourriez-vous rappeler à [nom de l'enfant] de [comportement ou tâche spécifique] ?"

**"It would be helpful if you could encourage [child's name] to [activity]."**

"Ce serait utile si vous pouviez encourager [nom de l'enfant] à [activité]."

**"If you notice any challenges at home, please let me know."**

"Si vous remarquez des difficultés à la maison, merci de me le faire savoir."

### **Giving Feedback (Donner des retours)**

**"I wanted to let you know that [child's name] has been doing really well with [specific task]."**

"Je voulais vous informer que [nom de l'enfant] a bien progressé avec [tâche spécifique]."

**"[Child's name] has shown improvement in [area], which is great!"**

"[Nom de l'enfant] a montré des progrès dans [domaine], ce qui est super !"

**"I've noticed some challenges with [specific behavior/task], and it might help if we work together."**

"J'ai remarqué quelques difficultés avec [comportement/tâche spécifique], et cela pourrait aider si nous travaillons ensemble."

### **Discussing Concerns (Discuter des préoccupations)**

**"I wanted to discuss a concern I have regarding [child's name] and [specific issue]."**

"Je voulais discuter d'une préoccupation que j'ai concernant [nom de l'enfant] et [problème spécifique]."

**"We need to work together to support [child's name] with [specific difficulty]."**

"Nous devons travailler ensemble pour soutenir [nom de l'enfant] avec [difficulté spécifique]."

**"It seems that [child's name] is struggling with [activity or subject]. Would you be able to help at home?"**

"Il semble que [nom de l'enfant] ait des difficultés avec [activité ou matière]. Seriez-vous en mesure d'aider à la maison ?"



### Clarifying Information (Clarification des informations)

"**Could you clarify if [child's name] needs any extra support with [activity/task]?**"

"Pourriez-vous clarifier si [nom de l'enfant] a besoin d'un soutien supplémentaire avec [activité/tâche] ?"

**"Please let me know if there is anything specific you'd like us to focus on in class."**

"Merci de me faire savoir s'il y a quelque chose de spécifique sur lequel vous aimeriez que nous nous concentrions en classe."

**"Is there anything you'd like to share about [child's name] that would help me support them better?"**

"Y a-t-il quelque chose que vous aimeriez partager à propos de [nom de l'enfant] qui m'aiderait à mieux le soutenir ?"

### End of the Day Communication (Communication à la fin de la journée)

**"Thank you for your cooperation today. I look forward to continuing to work together."**

"Merci pour votre coopération aujourd'hui. J'ai hâte de continuer à travailler ensemble."

**"Please don't hesitate to contact me if you have any questions or concerns."**

"N'hésitez pas à me contacter si vous avez des questions ou des préoccupations."

**"I'll be sure to keep you updated on [child's name]'s progress."**

"Je vous tiendrai informé(e) des progrès de [nom de l'enfant]."





## MODULE 1: INTRODUCTION TO HOME

### HOME (glossary – lexique)

1. **Apartment** – Appartement
2. **Living room** – Salon
3. **Bedroom** – Chambre
4. **Kitchen** – Cuisine
5. **Bathroom** – Salle de bain
6. **Dining room** – Salle à manger
7. **Hallway** – Couloir
8. **Balcony** – Balcon
9. **Closet** – Placard
10. **Furnishing** – Ameublement
11. **Sofa / Couch** – Canapé
12. **Coffee table** – Table basse
13. **Armchair** – Fauteuil
14. **Bed** – Lit
15. **Dresser** – Commode
16. **Nightstand** – Table de chevet
17. **Refrigerator** – Réfrigérateur
18. **Oven** – Four
19. **Stove** – Cuisinière
20. **Microwave** – Micro-ondes
21. **Dishwasher** – Lave-vaisselle
22. **Sink** – Évier
23. **Shower** – Douche
24. **Bathful** – Baignoire



- 25. **Toilet** – Toilette
- 26. **Laundry room** – Buanderie
- 27. **Window** – Fenêtre
- 28. **Curtains** – Rideaux
- 29. **Floor** – Sol
- 30. **Ceiling** – Plafond
- 31. **Wall** – Mur
- 32. **Light fixture** – Luminaire
- 33. **Air conditioner** – Climatisation
- 34. **Heater** – Chauffage
- 35. **Rent** – Loyer
- 36. **Lease** – Contrat de location
- 37. **Tenant** – Locataire
- 38. **Landlord** – Propriétaire
- 39. **Security deposit** – Caution
- 40. **Utilities** – Charges (eau, électricité, etc.)
- 41. **Parking space** – Place de parking
- 42. **Storage** – Stockage
- 43. **Balcony** – Balcon
- 44. **Elevator** – Ascenseur
- 45. **Stairs** – Escalier
- 46. **Upstairs** – En haut
- 47. **Downstairs** – Rez de chaussée ou en bas
- 48. **Floor**: étage



## COMMONS SENCES

1. **Could you help me with the cleaning?** – Peux-tu m'aider à nettoyer ?
2. **Please, could you vacuum the floor ?** – Peux-tu passer l'aspirateur, s'il te plaît ?
3. **Could you wash the dishes?** – Peux-tu laver la vaisselle ?
4. **Please could you mop the floor ?** – Peux-tu passer la serpillière, s'il te plaît ?
5. **Could you dust the furniture?** – Peux-tu dépoussiérer les meubles ?
6. **I need you to clean the windows.** – J'ai besoin que tu nettoies les fenêtres.
7. **Please, could you make the bed ?** – Peux-tu faire le lit, s'il te plaît ?
8. **Could you organize the closet?** – Peux-tu organiser le placard ?
9. **Please, could you take out the trash ?** – Peux-tu sortir les poubelles, s'il te plaît ?
10. **Can you fold the laundry?** – Peux-tu plier le linge ?
11. **Please, could you clean the bathroom ?** – Peux-tu nettoyer la salle de bain, s'il te plaît ?
12. **Could you water the plants?** – Peux-tu arroser les plantes ?
13. **Please, could you change the bed sheets ?** – Peux-tu changer les draps, s'il te plaît ?
14. **Can you prepare the dinner?** – Peux-tu préparer le dîner ?
15. **Could you help with the groceries?** – Peux-tu m'aider avec les courses ?
16. **Please, could you tidy up the living room.** – Peux-tu ranger le salon, s'il te plaît ?
17. **Can you clean the kitchen?** – Peux-tu nettoyer la cuisine ?
18. **Please, could you sweep the floor ?** – Peux-tu balayer le sol, s'il te plaît ?
19. **Could you iron the clothes?** – Peux-tu repasser les vêtements ?
20. **I need you to take care of the laundry.** – J'ai besoin que tu t'occupes de la lessive.

## MODULE 2: AT THE SUPERMARKET (au supermarché)

### General Terms (Termes généraux):

**Supermarket** - Supermarché

**Grocery store** - Épicerie

**Shopping cart** - Chariot

**Shopping basket** - Panier

**Checkout** - Caisse

**Receipt** - Ticket de caisse

**Cashier** - Caissier/caissière

**Price tag** - Étiquette de prix

**Sale** - Promotion

**Discount** - Réduction

**Brand** - Marque



### Departments (Rayons) :

**Produce (Fruits and Vegetables)** - Fruits et légumes

**Dairy** - Produits laitiers

**Meat** - Viande

**Bakery** - Boulangerie

**Frozen foods** - Produits surgelés

**Canned goods** - Produits en conserve

### Snacks items (Snacks)

**Beverages** - Boissons

**Household products** - Produits ménagers

**Health & beauty** - Santé et beauté

## Food Items (Produits alimentaires):

**Bread** - Pain

**Milk** - Lait

**Eggs** - Œufs

**Cheese** - Fromage

**Yogurt** - Yaourt

**Butter** - Beurre

**Cereal** - Céréales

**Rice** - Riz

**Pasta** - Pâtes

**Juice** - Jus

**Meat (Beef, Chicken, Pork)** - Viande (Bœuf, Poulet, Porc)



## Quantities and Measurements (Quantités et mesures):

**Kilo** - Kilo

**Liter** - Litre

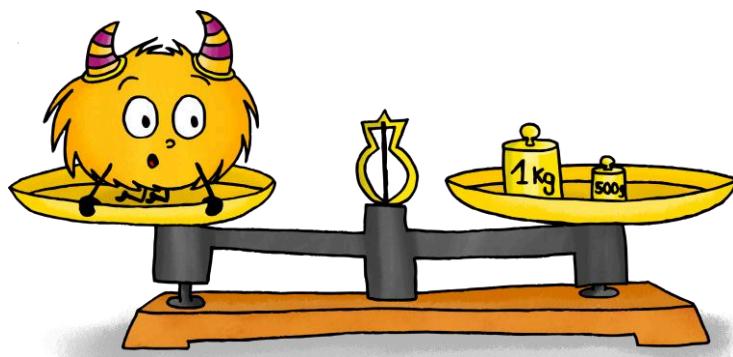
**Pack** - Paquet

**Box** - Boîte

**Bag** - Sac

**Can** - Boîte (de conserve)

**Slice** - Tranche



## Verbs (Verbes):

**To buy** - Acheter

**To pay** - Payer

**To shop** - Faire les courses

**To check out** - Passer à la caisse

**To choose** - Choisir

**To compare prices** - Comparer les prix

**To pack** - Emballer

**To scan** - Scanner

**To try** - Essayer

### Common Phrases (Phrases courantes):

**Where is the dairy section?** - Où est le rayon des produits laitiers ?

**How much is this?** - Combien ça coûte ?

**Can I pay by card?** - Puis-je payer par carte ?

**I'm looking for bread.** - Je cherche le pain.

**Do you have any sales?** - Avez-vous des promotions ?

**I need a bag.** - J'ai besoin d'un sac.

**I will pay in cash.** - Je vais payer en espèces.

### Other Useful Vocabulary (Autres vocabulaire utile):

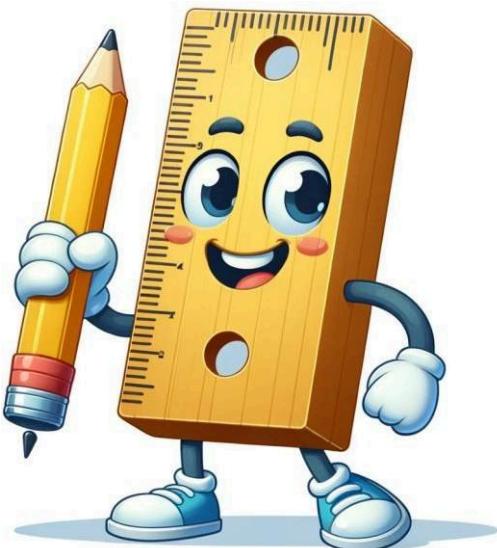
**Organic** - Bio

**Fresh** - Frais

**Expired** - Expiré

**Full** - Plein

**Out of stock** - En rupture de stock



## MODULE 3: EXPRESSIONS WITH ELEVATOR

### Before taking the elevator

1. "Let's take the elevator :" (Prenons l'ascenseur.)
2. "Is this the elevator to the [floor]?" (Est-ce l'ascenseur pour le [étage] ?)
3. "Which floor are you going to?" (À quel étage allez-vous ?)
4. "Do you want to take the elevator or the stairs?" (Vous voulez prendre l'ascenseur ou les escaliers ?)
5. "I'm waiting for the elevator." (J'attends l'ascenseur.)
6. "I need to get to the [floor] by elevator." (Je dois aller au [étage] en ascenseur.)

### In the elevator

1. "What floor?" (Quel étage ?)
2. "Push the button for [floor]." (Appuie sur le bouton pour le [étage].)
3. "Which floor are you going to?" (À quel étage allez-vous ?)
4. "I'll get off at [floor]." (Je descends au [étage].)
5. "Can you press [floor] for me?" (Peux-tu appuyer sur le bouton pour le [étage] ?)
6. "Please hold the door." (Tenez la porte, s'il vous plaît.)
7. "Is this the express elevator?" (C'est l'ascenseur express ?)

### Some expressions

1. "The elevator is on its way up." (L'ascenseur monte.)
2. "The elevator's out of order." (L'ascenseur est hors service.)
3. "This elevator is really slow." (Cet ascenseur est vraiment lent.)
4. "This is a crowded elevator." (C'est un ascenseur bondé.)
5. "I got off on the wrong floor." (Je suis descendu au mauvais étage.)

## MODULE 4: AT THE PHARMACY

### General Terms (Termes généraux)

**Pharmacy** - Pharmacie

**Pharmacist** - Pharmacien(ne)

**Medicine** - Médicament

**Prescription** - Ordonnance

**Over-the-counter (OTC)** - En vente libre

**Pain reliever** - Analgésique

**Cough syrup** - Sirop contre la toux

**Antibiotics** - Antibiotiques

**Vitamins** - Vitamines

**First aid kit** - Trousse de premiers secours

**Syringe** - Seringue

**Bandage** - Pansement

**Tablet / Pill** - Comprimé / Pilule



### Health Conditions (Conditions de santé)

**Cold** - Rhume

**Flu** - Grippe

**Headache** - Mal de tête

**Cough** - Toux

**Sore throat** - Mal de gorge

**Stomach ache** - Mal de ventre

**Allergy** - Allergie

**Fever** - Fièvre

**Infection** - Infection

**Burn** - Brûlure



## Other Useful Vocabulary (Autres vocabulaire utile)

**Doctor** - Médecin

**Clinic** - Clinique

**Prescription medicine** - Médicament sur ordonnance

**Side effects** - Effets secondaires

**Expired** - Expiré

**Dosage** - Posologie

**Directions** - Instructions

**Symptoms** - Symptômes

**To treat** - Traiter

**To cure** - Guérir

**To take (medicine)** - Prendre (un médicame



## **MODULE 5: CARE ASSISTANT'S DUTY**

**A home care assistant is a person who provides help and support to individuals who need assistance with daily activities, typically in their own home. This help is often for elderly people, people with disabilities, or those recovering from illness or surgery.**

(Un assistant de soins à domicile est une personne qui fournit de l'aide et du soutien aux individus ayant besoin d'assistance pour les activités quotidiennes, généralement à leur domicile. Cette aide est souvent destinée aux personnes âgées, aux personnes handicapées, aux enfants ou à celles en convalescence après une maladie ou une opération.)



**A home care assistant may help with tasks such as:**

(Un assistant de soins à domicile peut aider avec des tâches telles que : **Personal care: Helping with bathing, dressing, grooming, and toileting.**

Soins personnels : aider à se laver, s'habiller, se coiffer et utiliser les toilettes.

**Meal preparation: Making meals or assisting with eating.**

Préparer les repas ou aider à manger

**Medication reminders: Ensuring the person takes their medicine on time.** Rappels de médicaments : s'assurer que la personne prend ses médicaments à l'heure

**Household tasks: Light cleaning, laundry, and organizing.**

Faire le ménage, la lessive et l'organisation.

Home care assistants may work full-time or part-time, depending on the needs of the person they are caring for. They often help individuals stay independent and comfortable in their own home.

## Common sentences for a care assistant (Phrases pratiques pour une aide assistante à domicile)

### 1. Personal Care (Soins personnels):

"May I help you get dressed?"

"Puis-je vous aider à vous habiller ?"

"Would you like me to help you with your bath?"

"Voulez-vous que je vous aide pour votre bain ?" "Let

**me assist you with brushing your teeth.**"

"Laissez-moi vous aider à vous brosser les dents." "**Do**

**you need help getting in or out of bed?**"

"Avez-vous besoin d'aide pour monter ou descendre du lit ?"

### Meal Assistance (Assistance pour les repas):

"What would you like to eat today?"

"Que souhaitez-vous manger aujourd'hui ?"

**"I will prepare your meal now."**

"Je vais préparer votre repas maintenant."

**"Here is your food. Would you like some water?"**

"Voici votre repas. Voulez-vous de l'eau ?"

**"Can I help you with feeding?"**

"Puis-je vous aider à manger ?"



### Medication (Médicaments):

**"It's time to take your medicine."**

"Il est temps de prendre vos médicaments."

**"Do you need help with your medications?"**

"Avez-vous besoin d'aide avec vos médicaments ?"

**"Here are your pills. Do you want to take them now?"**

"Voici vos pilules. Voulez-vous les prendre maintenant ?"

**"Have you taken your medication today?"**

"Avez-vous pris vos médicaments aujourd'hui ?"

### Household Tasks (Tâches ménagères):

**"I am going to clean the kitchen."**

"Je vais nettoyer la cuisine maintenant."

**"Would you like me to make your bed?"**

"Voulez-vous que je fasse votre lit ?"

**"I will do the laundry for you."**

"Je vais faire la lessive pour vous."

**"Let me tidy up the living room."**

"Laissez-moi ranger le salon."



### Companionship (Compagnie):

**"How are you feeling today?"**

"Comment vous sentez-vous aujourd'hui ?"

**"I'm here if you need anything."**

"Je suis ici si vous avez besoin de quelque chose."

**"Do you want to go for a walk or stay inside?"**

"Voulez-vous aller vous promener ou rester à l'intérieur"



## SECTION 2 : FIRST AID's

### TRAINING MODULE 1: HUMAN

#### BODY

**Head** – Tête

**Hair** – Cheveux

**Forehead** – Front

**Eyes** – Yeux

**Eyelashes** – Cils

**Eyebrows** – Sourcils

**Nose** – Nez

**Mouth** – Bouche

**Teeth** – Dents

**Tongue** – Langue

**Chin** – Menton

**Cheeks** – Joues

**Ears** – Oreilles

**Neck (Cou) Neck**

– Cou Throat –

Gorge



#### Upper Body (Haut du corps)

**Shoulders** – Épaules

**Arms** – Bras

**Elbows** – Coudes

**Wrists** – Poignets

**Hands** – Mains

**Finger** – Doigt

**Thumb** – Pouce

**Nails** – Ongles

### Chest and Abdomen (Poitrine et abdomen)

**Chest** – Poitrine

**Breasts** – Poitrine (femmes)

**Stomach** – Estomac

**Belly** – Ventre

**Back** – Dos

**Spine** – Colonne vertébrale

**Ribs** – Côtes

### Lower Body (Bas du corps)

**Hips** – Hanches

**Waist** – Taille

**Pelvis** – Bassin

**Thighs** – Cuisses

**Knees** – Genoux

**Calves** – Mollets

**Ankles** – Chevilles

**Feet** – Pieds

**Toes** – Orteils

**Heel** – Talon

**Soles** – Plantes des pieds

## **Internal Organs (Organes internes)**

**Heart – Cœur**

**Lungs – Poumons**

**Liver – Foie**

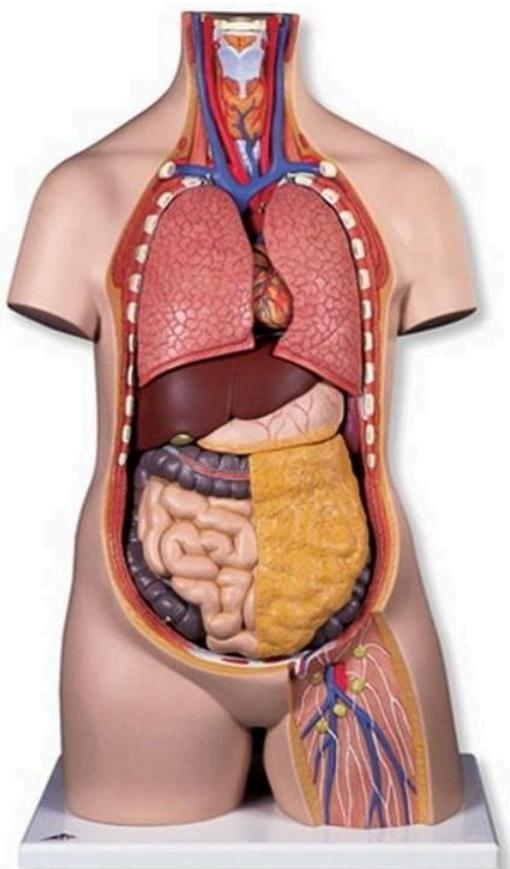
**Kidneys – Reins**

**Stomach – Estomac**

**Intestines – Intestins**

**Bladder – Vessie**

**– Cerveau**



## **Other (Autres)**

**Skin – Peau**

**Blood – Sang**

**Bones – Os**

**Muscles – Muscles**

## MODULE 2 : EMERGENCY (urgence)



### GENERAL TERMS (Termes généraux)

**First aid** - Premiers secours

**Injury** - Blessure

**Accident** - Accident

**Help** - Aide

**Doctor** - Médecin

**Nurse** - Infirmier/infirmière

**Ambulance** - Ambulance

**Rescue** - Secours

**CPR (Cardiopulmonary resuscitation)** - RCP (Réanimation cardio-pulmonaire)

### Types of Injuries (Types de blessures)

**Cut** - Coupure

**Burn** - Brûlure

**Bruise** - Ecchymose

**Sprain** - Entorse

**Fracture** - Fracture

**Wound** - Plaie

**Concussion** - Commotion cérébrale

**Choking** - Suffocation

**Poisoning** - Intoxication

## First Aid Equipment (Équipement de premiers secours)

**Bandage** - Pansement

**Adhesive tape** - Ruban adhésif

**Sterile gauze** - Gaze stérile

**Antiseptic** - Antiseptique

**Disinfectant** - Désinfectant

**Scissors** - Ciseaux

**Tweezers** - Pinces

**Cotton wool** - Coton

**Ice pack** - Compresse froide

**Elastic bandage** - Bandage élastique

**Burn gel** - Gel pour brûlures

**Thermometer** - Thermomètre



## MODULE 3: ACTIONS and INSTRUCTIONS (Actions et Instructions)

### Intervention

**To help** - Aider

**To call for help** - Appeler à l'aide

**To stop the bleeding** - Arrêter le saignement  
**To apply pressure** - Appliquer une pression  
**To clean the wound** - Nettoyer la plaie

**To bandage the wound** - Bandager la plaie

**To elevate the leg** - Élever la jambe

**To immobilize** - Immobiliser

**To perform CPR** - Faire la RCP

**To give first aid** - Fournir les premiers secours

**To call an ambulance** - Appeler une ambulance

**To perform the Heimlich maneuver** - Faire la manœuvre de Heimlich



### Symptoms (Symptômes) Pain

- Douleur

**Dizziness** - Vertiges

**Nausea** - Nausée

**Fainting** - Évanouissement

**Sweating** - Transpiration

**Shortness of breath** - Essoufflement

**Chest pain** - Douleur thoracique

**Loss of consciousness** - Perte de conscience

**Vomiting** - Vomissement

## Example Sentences (Exemples de phrases)

**1. English:** "You should call an ambulance right away."

French: "Vous devriez appeler une ambulance tout de suite."

**2. English:** "Apply pressure to the wound to stop the bleeding."

French: "Appliquez une pression sur la plaie pour arrêter le saignement."

**3. English:** "Can you help me with this burn?"

French: "Pouvez-vous m'aider avec cette brûlure ?"

**4. English:** "We need to clean the cut before bandaging it."

French: "Nous devons nettoyer la coupure avant de la bandager."

**5. English:** "If someone is choking, perform the Heimlich maneuver."

French: "Si quelqu'un s'étouffe, faites la manœuvre de Heimlich."

**6. English:** "He has a concussion, we need to take him to the hospital."

French: "Il a une commotion cérébrale, nous devons l'emmener à l'hôpital."

**7. English:** "Keep the leg elevated to reduce the swelling."

French: "Gardez la jambe élevée pour réduire le gonflement."