

# Conseils pour une Vie Saine (ANSWERS)

Name:

Date:

## Reading Passage

Bonjour, je m'appelle Léa. Pour vivre une vie saine, il est nécessaire de faire du sport régulièrement. Je joue au football deux fois par semaine. Il est aussi crucial de manger beaucoup de légumes. Je ne fume pas et je ne bois pas d'alcool.

Il est très important de se brosser les dents trois fois par jour. Le repos est également vital; il est bon de dormir suffisamment pour avoir de l'énergie. Si j'ai du stress, j'essaie de sortir pour prendre l'air frais. La santé mentale est aussi importante que la santé physique.

## Questions

1. What is Léa's name?

**Answer: Léa**

*Note: The text says "je m'appelle Léa."*

[1 mark]

2. What is necessary to live a healthy life?

**Answer: To do sport regularly**

*Note: The text says "il est nécessaire de faire du sport régulièrement."*

[1 mark]

3. How often does she play football?

**Answer: twice a week**

*Note: The text says "Je joue au football deux fois par semaine."*

[1 mark]

4. What kind of food is crucial to eat a lot of?

**Answer: vegetables**

*Note: The text says "Il est aussi crucial de manger beaucoup de légumes."*

[1 mark]

5. What two things does Léa avoid regarding habits?

**Answer: smoking OR drinking alcohol**

*Note: The text says "Je ne fume pas et je ne bois pas d'alcool."*

[2 marks]

**6. How many times a day is it important to brush your teeth?**

**Answer: three times a day**

*Note: The text says "Il est très important de se brosser les dents trois fois par jour."*

[1 mark]

**7. Why is it good to sleep enough?**

**Answer: To have energy**

*Note: The text says "il est bon de dormir suffisamment pour avoir de l'énergie."*

[1 mark]

**8. What does Léa do if she has stress?**

**Answer: she tries to go outside to get fresh air**

*Note: The text says "Si j'ai du stress, j'essaie de sortir pour prendre l'air frais."*

[2 marks]

**9. What is as important as physical health?**

**Answer: mental health**

*Note: The text says "La santé mentale est aussi importante que la santé physique."*

[1 mark]

**10. What does "le repos" mean?**

**Answer: rest**

*Note: Implied vocabulary from list.*

[1 mark]