

Habitudes pour être en Forme (ANSWERS)

Name:

Date:

Reading Passage

Bonjour, je m'appelle Maxime. Mon objectif est d'être sain et en forme. Pour cela, il est essentiel de manger sainement et d'éviter la malbouffe. Je bois toujours beaucoup d'eau et je mange beaucoup de fruits.

Je fais de l'exercice tous les matins au parc. Après l'exercice, je me douche. Il est très important de dormir suffisamment pour avoir un bon repos. Je me lave les mains souvent aussi. L'hygiène personnelle est la clé. Si je me sens stressé, je cherche un moment pour me détendre.

Questions**1. What is Maxime's name?****Answer: Maxime***Note: The text says "je m'appelle Maxime."*

[1 mark]

2. What is his goal?**Answer: To be healthy and fit***Note: The text says "Mon objectif est d'être sain et en forme."*

[1 mark]

3. What two things are essential for his goal?**Answer: eating healthily OR avoiding junk food***Note: The text says "il est essentiel de manger sainement et d'éviter la malbouffe."*

[2 marks]

4. What two items does he consume a lot of?**Answer: water OR fruit***Note: The text says "Je bois toujours beaucoup d'eau et je mange beaucoup de fruits."*

[2 marks]

5. When and where does he do exercise?**Answer: every morning in the park***Note: The text says "Je fais de l'exercice tous les matins au parc."*

[2 marks]

6. What does he do after exercise?

Answer: showers

Note: The text says "Après l'exercice, je me douche."

[1 mark]

7. Why is it very important to sleep enough?

Answer: To have a good rest

Note: The text says "Il est très important de dormir suffisamment pour avoir un bon repos."

[1 mark]

8. What is key for him?

Answer: personal hygiene

Note: The text says "L'hygiène personnelle est la clé."

[1 mark]

9. What does he do if he feels stressed?

Answer: he tries to relax

Note: The text says "Si je me sens stressé, je cherche un moment pour me détendre."

[1 mark]

10. What does "faire de l'exercice" mean?

Answer: to do exercise

Note: Implied vocabulary from list.

[1 mark]