Vivre avec les autres

LEXIQUE

PAGE 19

aider à (VERBE) ▸ βοηθώ
- (l') aide = *η βοήθεια*
- s'entraider (VERBE) = *αλληλοβοηθούμαι*
- (l') entraide = *η αλληλοβοήθεια*

(s') **amuser** (VERBE) ▸ se distraire = ψυχαγωγούμαι, διασκεδάζω
- (l') amusement = *(la) distraction = η διασκέδαση, η ψυχαγωγία*

---

bien (ADVERBE) ▸ καλά
- mieux = *καλύτερα*
- bon-ne = *καλός(ή)*
- meilleur-e = *καλύτερος(ή)*

(la) **bienvenue** (NOM) ▸ το καλωσόρισμα

---

commencer (VERBE) = débuter = entamer ▸ ξεκινώ
- (le) commencement (NOM) = (le) début = *το ξεκίνημα, η αρχή*
- ≠ finir (VERBE) = terminer = *τελειώνω = ολοκληρώνω*
- (la) fin = *το τέλος*

---

connecté-e (ADJECTIF) ▸ συνδεδεμένος
- la connexion = *η σύνδεση*

---

de temps en temps ▸ μερικές φορές, που και που

(se) **détester** (VERBE) ▸ μισώ, απεχθάνεται ο ένας τον άλλο

(se) **disputer** avec quelqu'un (VERBE) = se fâcher avec quelqu'un ▸ τσακώνομαι με κάποιον
- (la) dispute (NOM) = *ο τσακωμός*

* discuter avec quelqu'un = *συζητώ με κάποιον*
- (la) discussion = *η συζήτηση*

(l') **émission** (NOM FÉMININ) ▸ η εκπομπή
- émettre (VERBE) = *εκπέμπω*
- (l') émetteur (NOM MASCULIN) = *ο πομπός*

(s') **énerver** (VERBE) ▸ εκνευρίζομαι
- (l') énervement = *εκνευρισμός*
- énervé(e) = *εκνευρισμένος(η)*

---

essentiel-le ▸ très important-e = *ουσιώδης, απαραίτητος(ή)*

(se) **fatiguer** (VERBE) = κουράζομαι
- la fatigue = *η κούραση*

---

gentil-le (ADJECTIF) ▸ καλός(ή)
- (la) gentillesse = *η καλοσύνη*
- ≠ méchant-e = *κακός(ιά), κακότροπος(η)*
- (la) méchanceté = *η κακία*
- poli-e = *ευγενικός(ή)*
- (la) politesse = *η ευγένεια*
- ≠ impoli-e =, *αγενής*
- (l') impolitesse = *η αγένεια*

---

plaire (VERBE) ▸ αρέσω
- s'il vous plaît = *σας παρακαλώ*
- s'il te plaît = *σε παρακαλώ*

(le) **plaisir** ▸ η ευχαρίστηση
- plaisant-e = *ευχάριστος(η)*

---

quelquefois = parfois = de temps en temps = μερικές φορές

(le) **quotidien** (NOM) = η καθημερινότητα
- (la) vie quotidienne = *η καθημερινή ζωή*

(la) **relation** (NOM) = η σχέση

---

respecter (VERBE) ▸ σέβομαι
- (le) respect = *ο σεβασμός*
- respectueux-euse = *σεβαστικός (ή), αυτός(ή) δείχνει σεβασμό*

---

résoudre (VERBE) ▸ λύνω
- (la) **solution** = *η λύση*

CONJUGAISON :
Présent : *je résous, tu résous, il/ elle/on résout, nous résolvons, vous résolvez, ils/elles résolvent*
Passé composé : *j'ai résolu*
Futur Simple : *je résoudrai*

---

réel-le (ADJECTIF) ▸ πραγματικός(ή)
- (la) réalité = *η πραγματικότητα*
- vrai-e = *αληθινός(ή)*
- (la) vérité = *η αλήθεια*

---

sentir (VERBE) + élément extérieur ▸ μυρίζω
- Ça sent bon = *μυρίζει ωραία*
  ≠ ça sent mauvais = *μυρίζει άσχημα*
- Je sens le froid = *Αισθάνομαι το κρύο*
- sentir (= avoir de l'intuition) = *διαισθάνομαι* ***ex*** Je sens que tu as des problèmes. = *Διαισθάνομαι, ότι έχεις προβλήματα*

(se) **sentir** + adjectif ou adverbe (VERBE)
- Je me sens heureuse = *αισθάνομαι χαρούμενη*
- Je me sens bien = *αισθάνομαι καλά*
- éprouver (verbe) = ressentir + nom ***ex*** J'éprouve de la joie. = *αισθάνομαι χαρά*

---

seul-e (ADJECTIF) ▸ μόνος(η)
- (la) solitude = *η μοναξιά*

(la) **situation** (NOM) ▸ η κατάσταση

---

stresser quelqu'un (VERBE) = angoisser quelqu'un = αγχώνω κάποιον
- (le) stress = *une angoisse = το άγχος*

---

triste (ADJECTIF) ▸ λυπημένος(η)
- (la) tristesse = *η λύπη*
- ≠ joyeux-se = *χαρούμενος(η)*
- (la) joie = *η χαρά*

---

vivre (VERBE) ▸ ζω
- la vie = *η ζωή*
- les vivants = *οι ζωντανοί*

CONJUGAISON :
Présent : *je vis, tu vis, il/elle/on vit, nous vivons, vous vivez, ils/ elles vivent*
Passé Composé : *j'ai vécu*
Futur Simple : *je vivrai*

PAGE 20

accorder sa confiance à quelqu'un (EXPRESSION) ▸ δείχνω εμπιστοσύνη σε κάποιον

* ATTENTION : faire confiance à quelqu'un = avoir confiance en quelqu'un = *εμπιστεύομαι κάποιον, έχω εμπιστοσύνη σε κάποιον*

---

affectueux-euse (ADJECTIF) ▸ tendre = στοργικός(ή), τρυφερός(ή)
- (l') affection, *la tendresse = η τρυφερότητα, η στοργή*

---

arranger (VERBE) ▸ κανονίζω
- (l') arrangement = *η συμφωνία, η διευθέτηση, ο συμβιβασμός*

---

compter sur quelqu'un (VERBE) ▸ βασίζομαι σε κάποιον

---

content-e (ADJECTIF) ▸ χαρούμενος(η), ευχαριστημένος(η)
- ≠ mécontent-e = *δυσαρεστημένος(η)*

---

contrôler (VERBE) ▸ ελέγχω
- (le) contrôle = *ο έλεγχος, το διαγώνισμα*

---

créatif-ve (ADJECTIF) ▸ δημιουργικός(ή)
- créer = *δημιουργώ*
- (la) création = *η δημιουργία*
- (le) créateur = *ο δημιουργός*

---

demander à quelqu'un (VERBE) ▸ ζητώ από κάποιον
- (la) demande = *ένα αίτημα, η ζήτηση*

---

disponible (ADJECTIF) ▸ διαθέσιμος(η)
- (la) disponibilité = *η διαθεσιμότητα*

énervé-e (ADJECTIF) ▸ εκνευρισμένος(η)

---

enthousiaste (ADJECTIF) ▸ ενθουσιώδης
(un-e) **enthousiaste** (NOM) ▸ ο/η οπαδός, ο/η λάτρης
- (l') enthousiasme = *ο ενθουσιασμός*

---

encourager (VERBE) ▸ ενθαρρύνω
- ≠ décourager = *αποθαρρύνω*
- (l') encouragement = *η ενθάρρυνση*
- ≠ (le) découragement = *η αποθάρρυνση*

être en colère (EXPRESSION) ▸ είμαι θυμωμένος(η)
- (se) **fâcher** contre/ avec quelqu'un ▸ *θυμώνω εναντίον/ με κάποιον*

---

exiger (VERBE) ▸ απαιτώ
- (l') exigence = η *απαίτηση*
- exigeant-e = *απαιτητικός(ή)*

---

fier- fière de quelqu'un (ADJECTIF) ▸ περήφανος(η) για κάποιον
- (la) fierté = *η περηφάνια*

---

heureux-se (ADJECTIF) ▸ ευτυχισμένος(η)
- heureuse-ment = *ευτυχώς*
- (le) bonheur = *η ευτυχία*
- ≠ malheur = *η δυστυχία*
  malheureux-se = *ο δυστυχισμένος(η)*
- malheureuse-ment = *δυστυχώς*

Vivre avec les autres

LEXIQUE

incompris-e (ADJECTIF) ▸ παρεξηγημένος(η), ακατανόητος(η)

motivé-e (ADJECTIF) ▸ παρακινημένος(η), με κίνητρο
- (la) motivation = *η παρακίνηση*
- (le) motif= *το κίνητρο, το μοτίβο*

(des) **parents à l'écoute** ▸ οι γονείς που είναι πρόθυμοι να ακούσουν

(les) **parents autoritaires** ▸ οι αυταρχικοί γονείς

partager les tâches (EXPRESSION) ▸ μοιράζομαι τις δουλειές του σπιτιού
* ATTENTION : une tâche = une obligation = *υποχρέωση*
- (la) tache = *ο λεκές*

patient-e (ADJECTIF) ▸ υπομονετικός(ή)
- (la) patience = *η υπομονή*

≠ impatient-e = *ανυπόμονος(η)*
- (l') impatience = *η ανυπομονησία*

raconter (VERBE) ▸ narrer = αφηγούμαι
- réciter = *απαγγέλλω, λέω απ' έξω*
- (le) récit = *η αφήγηση, η διήγηση*
- (la) narration = *η αφήγηση, η διήγηση*

rire (VERBE) ▸ γελώ
CONJUGAISON : *je ris, tu ris, il/elle/on rit, nous rions, vous riez, ils/elles rient*
- (le) rire = *το γέλιο*
- sourire = *χαμογελώ*
- (le) sourire = *το χαμόγελο*
- souriant-e = *χαμογελαστός(ή)*

(se) **réconcilier** (VERBE) ▸ συμφιλιώνομαι
- (la) réconciliation = *η συμφιλίωση*

savoir + infinitif ou subordonnée ▸ ξέρω
ex Je sais parler français/ Je sais que tu aimes le français

connaître + nom (VERBE) ▸ *γνωρίζω*
ex Je connais tes goûts.
- (la) connaissance = *η γνώση*

seul-e (ADJECTIF) ▸ μόνος(η)
- (la) solitude = *η μοναξιά*

soutenir quelqu'un ▸ υποστηρίζω κάποιον
- (le) soutien = *η υποστήριξη, η στήριξη*
* ATTENTION : supporter = ανέχομαι
- support = *το στήριγμα*

stressé-e (ADJECTIF) ▸ angoissé-e = anxieux = αγχωμένος(ή)
- le stress = une angoisse = *ένα άγχος*

strict-e (ADJECTIF) ▸ αυστηρός(ή) = sévère
- (la) sévérité = *αυστηρότητα*
- ≠ tolérant-e = *ανεκτικός(ή)*
- (la) tolérance = *η ανεκτικότητα*

tout va mieux ▸ όλα πάνε καλύτερα
- tout va bien = *όλα πάνε καλά*
- ≠ tout va mal = *όλα πάνε άσχημα*

PAGE 21

(l') **ami virtuel** ▸ ψηφιακός φίλος

arranger (VERBE) ▸ τακτοποιώ
- (l') arrangement = *τη ακτοποίηση*

demander quelque chose à quelqu'un (EXPRESSION) ▸ ζητώ κάτι από κάποιον
- (la) demande = *το αίτημα*

échouer à (VERBE) ▸ αποτυγχάνω σε
- (l') échec = *η αποτυχία*

féliciter quelqu'un (VERBE) ▸ συγχαίρω
- (les) félicitations = *τα συγχαρητήρια*

gronder quelqu'un (VERBE) ▸ μαλώνω / επιπλήττω κάποιον
- Mes parents me grondent = *οι γονείς μου με μαλώνουν*

indulgent-e (ADJECTIF) ▸ tolérant(e) = ανεκτικός(ή)
- ≠ intolérant(e) = *δεν είναι ανεκτικός(ή)*
- (l') indulgence = *η επιείκεια*
- (la) tolérance = *η ανεκτικότητα*
- laxiste = *υπερβολικά επιεικής*
- (le) laxisme = *η υπερβολική ανεκτικότητα/επιείκεια*
- ≠ strict-e - sévère - austère = *αυστηρός(ή) - σκληρός(ή) - λιτός(ή)*
- (la) sévérité - (l') austérité = *η αυστηρότητα - η λιτότητα*

injustement (ADVERBE) ▸ άδικα
(l') injustice = *η αδικία*
- injuste = *άδικος(η)*
- ≠ justement = *δίκαια*
- (la) justice = *η δικαιοσύνη*
- juste = *δίκαιος(η)*

pardonner (VERBE) ▸ συγχωρώ
(le) pardon = *η συγχώρεση*

(la) **qualité** ▸ το προσόν

redevenir (VERBE) ▸ ξαναγίνομαι

réussir à (VERBE) ▸ επιτυγχάνω
- (la) réussite = *η επιτυχία*

tout ▸ όλα - τα πάντα
- tous = *όλοι*

PAGE 22

blessé-e (ADJECTIF) ▸ πληγωμένος(η), τραυματισμένος(η)
- blesser = *πληγώνω, τραυματίζω*
- (la) blessure = *η πληγή, το τραύμα, ο τραυματισμός*

ça passe vite (EXPRESSION) ▸ αυτό περνά γρήγορα
ATTENTION : passer + nom
ex Je passe des moments inoubliables / de bons moments

conseiller (VERBE) ▸ συμβουλεύω
- (le) conseil = *μια συμβουλή*
- (le) conseiller = *ο σύμβουλος*
- consulter = *συμβουλεύομαι, επισκέφτομαι*
- (la) consultation (médicale)= *η ιατρική συμβουλή*

(les) **devoirs** (NOM) ▸ τα μαθήματα για το σπίτι / οι υποχρεώσεις

être d'accord (EXPRESSION) ▸ είμαι σύμφωνος / συμφωνώ

être de bonne humeur (EXPRESSION) ▸ είμαι σε καλή διάθεση / έχω κέφια
- ≠ être de mauvaise humeur = *είμαι σε άσχημη διάθεση / είμαι κακόκεφος(η)*
* ATTENTION : l'humeur = *διάθεση* / l'humour = *το χιούμορ*

jaloux-se (ADJECTIF) ▸ ζηλιάρης(α)
- (la) jalousie = *η ζήλια*

jouer (VERBE) ▸ παίζω
- (le) jeu = *το παιχνίδι (ομαδικό, επιτραπέζιο)*
- (le) jouet = *το παιχνίδι (κούκλες, αυτοκινητάκια…)*
* ATTENTION : Jouer à + sport ou jeu
ex Je joue au foot / je joue aux échecs
Jouer de + instruments de musique
ex Je joue du piano

(se) **moquer** de quelqu'un (VERBE) ▸ κοροϊδεύω κάποιον
- (la) moquerie = *η κοροϊδία*

parler à quelqu'un (VERBE) ▸ μιλώ σε κάποιον
- parler de quelqu'un / quelque chose = μιλώ για κάποιον / για κάτι

(se) parler = *μιλάμε ο ένας στον άλλο*, discuter = *συζητώ*

prendre les affaires de quelqu'un (EXPRESSION) ▸ Παίρνω τα προσωπικά αντικείμενα κάποιου, αναλαμβάνω τις υποθέσεις κάποιου (μεταφορικά)

proche de (ADVERBE) ▸ οικείος, κοντινός

rigoler avec quelqu'un (VERBE) ▸ γελάω με κάποιον

(le) **souci** (NOM) ▸ η έγνοια
- se soucier de = *νοιάζομαι (για…), με απασχολεί*

(les) **types de famille** ▸ οι μορφές /οι τύποι της οικογένειας
- (le) frère aîné = *μεγαλύτερος αδελφός*
- (le) cadet = *μικρότερος αδελφός* (αν είναι δύο αδέλφια), *ο μεσαίος αδελφός* (αν είναι τρία αδέρφια).
- (le) benjamin = *ο μικρότερος απ'όλα τ'αδέρφια*
- (les) jumeaux = *τα δίδυμα*
- (l') enfant unique = *το μοναχοπαίδι*

PAGE 23

faire des activités avec quelqu'un ▸ κάνω δραστηριότητες με κάποιον

UNITÉ 01

Vivre avec les autres

LEXIQUE

on n'est pas d'accord (EXPRESSION) ▸ δεν είμαστε σύμφωνοι
- être d'accord avec quelqu'un = *είμαι σύμφωνος με κάποιον*

penser (VERBE) ▸ σκέπτομαι, νομίζω
- (la) pensée = *η σκέψη*

toujours ▸ πάντα
- ≠ ne…jamais = *ποτέ*

ex Quand j'ai un problème, je discute toujours avec mes proches.
Quand j'ai un problème, je ne discute jamais avec mes proches.

PAGE 24

(l') **affection** (NOM) ▸ η στοργή, η τρυφερότητα
- affectueux-euse = *στοργικός(ή), τρυφερός(ή)*

(l') **ami-e toxique** ▸ ο/η τοξικός(ή) φίλος(η)

(l') **ami virtuel** ▸ ο εικονικός φίλος

(l') **amitié** (NOM FÉMININ) ▸ η φιλία

il **arrive que** ▸ συμβαίνει

avoir du béguin (EXPRESSION) ▸ ερωτεύομαι, μου αρέσει κάποιος

(se) **confier** à quelqu'un ▸ εμπιστεύομαι κάποιον
- (la) confiance = *η εμπιστοσύνη, η βεβαιότητα*

comprendre (VERBE) ▸ κατανοώ
- la compréhension = *η κατανόηση*
- compréhensif-ve = *κατανοητικός(ή), με κατανόηση, επιεικής*
- compréhensible = *κατανοητός(ή)*

(le) **copain** (NOM) ▸ l' ami = ο φίλος
- (la) copine = l' amie = *η φίλη*

critiquer (VERBE) ▸ κρίνω, κριτικάρω
- (la) critique = *η κριτική*

déçu-e (ADJECTIF) ▸ απαγοητευμένος(η)
- (la) déception = *η απογοτήτευση, η πικρία*
- décevoir = *απαγοητεύω*

CONJUGAISON : Présent : *je déçois, tu déçois, il/ elle déçoit, nous décevons, vous décevez, ils/ elles déçoivent //* Passé Composé : *j'ai déçu//* Futur Simple : *je décevrai*

écrire (VERBE) = γράφω
- (l') écriture = *η γραφή, η συγγραφή*

envoyer des messages (VERBE) ▸ στέλνω μηνύματα

CONJUGAISON :
Présent : *j'envoie tu envoies il/elle envoie nous envoyons vous envoyez ils/elles envoient*
- un envoi ▸ *η αποστολή*

facilement (ADVERBE) ▸ εύκολα
- ≠ difficilement = *δύσκολα*
- facile = *εύκολος(η)*
  ≠ difficile = *δύσκολος(η)*
- (la) facilité = *η ευκολία*
  ≠ (la) difficulté = *η δυσκολία*

fidèle (ADJECTIF) ▸ πιστός(ή)
(la) fidélité = η *πιστότητα*

garder les secrets de quelqu'un (VERBE) ▸ φυλάω τα μυστικά κάποιου

généreux-se (ADJECTIF) ▸ γενναιόδωρος(η)
- (la) générosité = *η γενναιοδωρία*

meilleur-e (ADJECTIF) ▸ καλύτερος
- bon-ne = καλός(ή)
- meilleur-e = καλύτερος(η)
- bien = καλά
- mieux = *καλύτερα*
- ≠ mauvais-e = *κακός(ή)*
- mal = κακά
- plus mal = χειρότερα
- pire=*χειρότερος(η), χειρότερα*
- tant mieux = *τόσο το καλύτερο, πάλι καλά*
  ≠ tant pis= *δεν πειράζει*

(le) **menteur -** (la) **menteuse** ▸ ο ψεύτης, η ψεύτρα
- (le) mensonge = *το ψέμα*
- mentir = *ψεύδομαι, λέω ψέματα*

CONJUGAISON : Présent : *je mens, tu mens, il/elle ment, nous mentons, vous mentez, ils/elles mentent/*
Passé Composé : *j'ai menti/*
Futur Simple : *je mentirai*

(l') **opinion** (NOM) ▸ l' avis = η γνώμη

partager des secrets (VERBE) ▸ μοιράζομαι μυστικά

(le) **petit ami** ▸ εκείνος με τον οποίο έχουμε σχέση

plusieurs sortes d'amis ▸ πολλά είδη φίλων

quelqu'un de spécial ▸ κάποιος σημαντικός
- quelque chose de spécial ▸ *κάτι σημαντικό*

réel-le (ADJECTIF) ▸ αληθινός(η)
- ≠ irréel-le = *εξωπραγματικός*
- (la) réalité = *η πραγματικότητα*
- (l') irréalité = *έλλειψη πραγματικότητας*

répondre (VERBE) ▸ απαντώ
- (la) réponse = *η απάντηση*

CONJUGAISON :
Présent : *je réponds, tu réponds, il/elle répond, nous répondons, vous répondez, ils/ elles répondent*
Passé Composé : *j'ai répondu*
Futur Simple : *je répondrai*

sortir avec quelqu'un ▸ βγαίνω / έχω σχέση με κάποιον

serviable (ADJECTIF) ▸ εξυπηρετικός(ή)

respecter (VERBE) ▸ σέβομαι
- (le) respect = *ο σεβασμός*
- respectueux-euse = *σεβαστικός(ή), που δείχνει ευγένεια και σεβασμό*

vrai-e (ADJECTIF) ▸ πραγματικός(ή)
- ≠ faux-sse = *ψεύτικος (η), λανθασμένος(η)*
- (la) vérité # = *η αλήθεια, η πραγματικότητα*

PAGE 25

ignorer (VERBE) ▸ αγνοώ
- une ignorance = *άγνοια*

PAGE 26

améliorer (VERBE) ▸ βελτιώνω
- (l') amélioration = *η βελτίωση*

(l') **avenir** (NOM MASCULIN) ▸ le futur = το μέλλον

avoir confiance en soi (EXPRESSION) ▸ έχω εμπιστοσύνη στον εαυτό μου
- se faire confiance = *εμπιστεύομαι τον εαυτό μου*

avoir peur de quelqu'un ▸ craindre = φοβάμαι
- (la) peur = la crainte = *ο φόβος*

calme (ADJECTIF) ▸ tranquille = ήρεμος(η)
- (le) calme = *η ηρεμία*
- (la) tranquillité = *η ησυχία*

(la) **capacité** (NOM) ▸ η ικανότητα
- (la) compétence = *η ικανότητα, η δεξιότητα*
- être capable de = *είμαι ικανός(ή) να*
- être compétent = *είμαι ικανός(ή), είναι κατάλληλος(η)*

cela me fait du bien ▸ αυτό μου κάνει καλό
- ≠ cela me fait du mal = *αυτό μου κάνει κακό*

comparer (VERBE) ▸ συγκρίνω
- se comparer avec quelqu'un = *συγκρίνομαι με κάποιον άλλον*
- (la) comparaison = *η σύγκριση*

(se) **comporter** (VERBE) ▸ συμπεριφέρομαι
- (le) comportement = *η συμπεριφορά*
- je me comporte bien = *συμπεριφέρομαι καλά*
- ≠ je me comporte mal = *συμπεριφέρομαι άσχημα*

(le) **conflit** (NOM) ▸ η σύγκρουση, η διαμάχη
- conflictuel-le = *συγκρουσιακός(η), επίμαχος(η)*

crier (VERBE) ▸ φωνάζω
- (le) cri= *η κραυγή*

(le) **cyberharcèlement** ▸ ο διαδικτυακός εκφοβισμός

douter (VERBE) ▸ αμφιβάλλω
- (le) doute = *η αμφιβολία*

en plus ▸ de plus= επιπλέον

fréquent-e (ADJECTIF) ▸ συχνός(ή)

Vivre avec les autres

LEXIQUE

- fréquenter = *συχνάζω / συναναστρέφομαι*
- (la) fréquence = *η συχνότητα*
- (la) fréquentation = *η επισκεψιμότητα, η συναναστροφή*

(s') **inquiéter** (VERBE) ▸ ανησυχώ
- (l') inquiétude = *η ανησυχία*
- inquiet- ète=*ανήσυχος(η)*
- inquiétant- e=*ανησυχητικός(ή)*

il faut en parler ▸ πρέπει να μιλήσουμε γι'αυτό, αυτο πρέπει να συζητηθεί

insulter (VERBE) ▸ βρίζω, προσβάλλω
- (l') insulte = *η βρισιά, η προσβολή*
- insultant-e = *υβριστικός(ή), προσβλητικός(ή)*

(la) **liberté** (NOM) ▸ ελευθερία
- libre= *ελεύθερος(η)*

(le) **manque** (NOM) ▸ η έλλειψη
- manquer = *στερούμαι,χάνω, μου λείπει*
  ex Mon ami me manque = *Μου λείπει ο φίλος μου.*

pardon ▸ συγγνώμη
* ATTENTION : merci = *Ευχαριστώ*
- ≠ de rien = *Παρακαλώ*

(le) **camarade** ▸ συμμαθητής

pousser (VERBE) ▸ σπρώχνω

(la) **pression scolaire** ▸ η πίεση του σχολείου

refuser de (VERBE) ▸ αρνούμαι
- ≠ accepter de= *δέχομαι*
- (le) refus = η *άρνηση*
  ≠ (l') acceptation = *η αποδοχή*

sourire (VERBE) ▸ χαμογελώ
- (le) sourire = το *χαμόγελο*
- souriant-e = *χαμογελαστός(ή)*
- rire = *γελώ*
- (le) rire = το *γέλιο*
- riant = *γελαστός(ή)*

souvent (ADVERBE) ▸ συχνά

(le) **harcèlement** (NOM) ▸ ο εκφοβισμός
- harceler = *εκφοβίζω*
- (le) harceleur = *ο παρενοχλητής, ο διώκτης*

PAGE 27

(l') **erreur** ▸ la faute = το σφάλμα, το λάθος
- erroné-e = *λανθασμένος(η)*

(le) **goûter** ▸ το κολατσιό, το σνακ

offrir (VERBE) ▸ προσφέρω
- (l') offre = *η προσφορά*

oublier (VERBE) ▸ ξεχνώ
- (l') oubli = η *παράλειψη, η λησμονιά*
- oublier ses affaires = *ξεχνώ τα πράγματα μου*

rater + quelque chose (VERBE) ▸ χάνω κάτι
- je rate un exercice = *αποτυγχάνω σε μία άσκηση*
- je rate le bus = *χάνω το λεωφορείο*

PAGE 28

avant ▸ πριν
- ≠ après = *μετά*

Mets tes idées par écrit ! ▸ Πέρασε τις ιδέες σου στο γραπτό λόγο

Pends la parole! ▸ Πάρε το λόγο

réagir à quelque chose (VERBE) ▸ αντιδρώ σε κάτι
- (la) réaction = *η αντίδραση*
- agir = *δρω, ενεργώ*
- (l') action = *η δράση, η ενέργεια*

PAGE 29

(se) **comparer** avec les autres (VERBE) ▸ συγκρίνω τον εαυτό μου με άλλους
- (la) comparaison = *η σύγκριση*

- **je me trouve beau** ▸ βρίσκω τον εαυτό μου όμορφο
- ≠ je me trouve moche= *βρίσκω τον εαυτό μου άσχημο*

oser (VERBE) ▸ τολμώ

PAGE 30

d'abord ▸ αρχικά

arrêter (VERBE) ▸ σταματώ
- (l') arrêt = *η παύση, η στάση*
- (l') arrêt de bus = *η στάση του λεωφορείου*
- (l') arrestation = *η σύλληψη*

convaincre (VERBE) ▸ πείθω
- (la) conviction = *η πεποίθηση*

déranger quelqu'un (VERBE) ▸ ενοχλώ κάποιον
- (le) dérangement = *η ενόχληση, η αναστάτωση*

(je suis) **désolé-e** ▸ λυπάμαι

(l') **espace personnel** ▸ ο προσωπικός χώρος

(j'ai fait) **exprès** (EXPRESSION) ▸ το έκανα επίτηδες

faire les magasins (EXPRESSION) ▸ βγαίνω στα μαγαζιά, πηγαίνω για ψώνια

fouiller (VERBE) ▸ ψάχνω, ερευνώ, «σκαλίζω»
- faire des fouilles = *κάνω ανασκαφές*

inviter (quelqu'un) à + infinitif (VERBE) ▸ καλώ κάποιον
- (l') invitation = *η πρόσκληση*

(le) **lendemain** ▸ η επόμενη μέρα

rentrer (VERBE) ▸ επιστρέφω (στο σπίτι)
- (la) rentrée = *επιστροφή στο σχολείο, η πρώτη μέρα της σχολικής χρονιάς*
- retourner = *επιστρέφω σε ένα μέρος που έχω ήδη πάει*
- (le) retour = *η επιστροφή*
- rendre quelque chose = *επιστρέφω κάτι*
  ex je rends un livre à la bibliothèque. = *επιστρέφω ένα βιβλίο στη βιβλιοθήκη*

obtenir (VERBE) ▸ αποκτώ
- (l') obtention = *η απόκτηση, η λήψη, η επίτευξη*

(la) **paire de chaussures** ▸ το ζευγάρι παπούτσια

pardonner à quelqu'un (VERBE) ▸ συγχωρώ κάποιον
- (le) pardon = *η συγχώρεση*

(se) **plaindre** (VERBE) ▸ παραπονιέμαι, κάνω παράπονο
- (la) plainte = το *παράπονο, η καταγγελία, η μήνυση*
- porter plainte = *κάνω μήνυση*

protester (VERBE) ▸ διαμαρτύρομαι
- (la) protestation = *η διαμαρτυρία*

tard ▸ αργά
- ≠ tôt=*νωρίς*

Vas-y ! ▸ Πήγαινε (εκεί) ! Ξεκίνα ! Προχώρα ! Κάντο !

PAGE 31

Complément d'Objet Direct (COD) ▸ το άμεσο αντικείμενο (συντακτικό)

Complément d'Objet Indirect (COI) ▸ έμμεσο αντικείμενο (συντακτικό)

(la) **fonction** ▸ η λειτουργία

remplacer ▸ αντικαθιστώ

PAGES 32-33

accompagner (VERBE) ▸ συνοδεύω
- (l') accompagnement = *η συνοδεία*

(l') **autonomie** (NOM) ▸ η αυτονομία
- autonome = *αυτόνομος(η)*

casser (VERBE) ▸ σπάω, χαλάω, λήγω

causer (VERBE) ▸ provoquer = entraîner = προκαλώ
- (une réaction - un intérêt - un débat = *μια αντίδραση -ένα ενδιαφέρον - μια συζήτηση*)
- (la) cause= *η αιτία*

changer des couches ▸ αλλάζω πάνες

(la) **complicité** ▸ η συνενοχή
- (le) complice = *ο συνένοχος*

Vivre avec les autres

LEXIQUE

(le) **congé parental** ▸ η γονεϊκή άδεια
- (le) congé maternel = *η άδεια μητρότητας*
- (le) congé paternel = *η άδεια πατρότητας*

(le) **désaccord** (NOM) ▸ η διαφωνία
- ≠ (l') accord = *η συμφωνία*

dialoguer (VERBE) ▸ συνδιαλέγομαι
- (le) dialogue = ο *διάλογος*

discuter (VERBE) ▸ συζητώ
- (la) discussion = *η συζήτηση*

durer (VERBE) ▸ διαρκώ
- (la) durée = *η διάρκεια*

(l') **écart de générations** ▸ το χάσμα των γενεών

(l') **émotion** (NOM FÉMININ) ▸ η συγκίνηση, το συναίσθημα
- émouvoir=*συγκινώ, προκαλώ συγκίνηση,*
  CONJUGAISON :
  Présent : *j'émeus, tu émeus, il/elle émeut, nous émouvons, vous émouvez, ils/ elles émeuvent*
  Passé Composé : *j'ai ému*
  Futur Simple : *j'émouvrai*

empêcher (VERBE) ▸ εμποδίζω
- (l') empêchement = *το εμπόδιο, το κώλυμα, η παρεμπόδιση*

exister (VERBE) ▸ υπάρχω, υφίσταμαι, ζω
- (l') existence = *η ύπαρξη, η υπόσταση*

garder (VERBE) ▸ κρατώ
- (la) garderie (d'enfants) = *ο παιδικός σταθμός*

(les) **grands-parents** ▸ οι παππούδες και οι γιαγιάδες

(s') **habituer à** (VERBE) ▸ συνηθίζω
- (l') habitude = *η συνήθεια*
- * ATTENTION : habiter = *κατοικώ*
- (l') habitation = *η κατοικία*
- (l') habitant = *ο κάτοικος*

ignorer (VERBE) ▸ αγνοώ
- (l') ignorance = η *άγνοια*
- ignorant-e = *αδαής, ανίδεος(η), άσχετος(η)*

(l') **initiative** (NOM FÉMININ) ▸ η πρωτοβουλία

(la) **jalousie** (NOM) ▸ η ζήλια
- jaloux-se (ADJECTIF) = *ζηλιάρης(α)*

juger (VERBE) ▸ κρίνω, δικάζω, εκφέρω γνώμη
- (le) jugement = *η κρίση, η άποψη,*
- (le) juge= *ο δικαστής, ο κριτής*

(le) **malentendu** (NOM) ▸ η παρεξήγηση

(s') **occuper de** (VERBE) ▸ φροντίζω, ασχολούμαι με, αναλαμβάνω, μεριμνώ
- (l') occupation = *η απασχόληση*

(les) **petits – enfants** ▸ τα εγγόνια

près de ▸ κοντά σε
- ≠ loin de = *μακρυά από*
- * ATTENTION : prêt à = *έτοιμος να*

(les) **relations amoureuses** ▸ οι ερωτικές σχέσεις

(le) **repas** (NOM) ▸ το γεύμα

(les) **réseaux sociaux** ▸ τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης

(les) **résultats scolaires** ▸ οι σχολικές επιδόσεις, η βαθμολογία

patient-e (ADJECTIF) ▸ υπομονετικός(ή)
- ≠ impatient =*ανυπόμονος(η)*
- (la) patience= *η υπομονή*
  ≠ (l') impatience = *η ανυπομονησία*

(les) **promesses non-tenues** ▸ ανεκπληρωτες/αθετημένες υποσχέσεις
- promettre = *υπόσχομαι*

raconter (VERBE) ▸ narrer = αφηγούμαι
- réciter = *απαγγέλλω, λέω απ' έξω*
- (le) récit = *la narration = η αφήγηση*

régulier-ère (ADJECTIF) ▸ τακτικός(ή)
- régulièrement = *τακτικά, σταθερά, κανονικά*
- (la) régularité = *η τακτικότητα, η κανονικότητα*

renforcer (VERBE) ▸ ενισχύω, ισχυροποιώ, τονώνω, θωρακίζω
- (le) renforcement = *η ενίσχυση*

résoudre (VERBE) ▸ λύνω, επιλύω
- (la) solution = *η λύση*
- (la) résolution= *η επίλυση, η απόφαση, η διευθέτηση, η ανάλυση (της οθόνης)*

sortir (VERBE) ▸ βγαίνω
- (la) sortie = *η έξοδος*
- ≠ entrer= *μπαίνω*
- (l') entrée = *η είσοδος*
- * ATTENTION :
  je suis sorti(e) # je suis entré(e)

(le) **souvenir** (NOM) ▸ η ανάμνηση, το αναμνηστικό

surprotecteur ▸ υπερπροστατευτικός
- (la) surprotection = *η υπερπροστασία*
- surprotéger = *υπερπροστατεύω*

susciter ▸ προκαλώ, δημιουργώ
- (la) provocation =*η πρόκληση*

(les) **tâches ménagères** ▸ οι δουλειές του σπιτιού

(la) **tension** (NOM) ▸ η ένταση

(se) **terminer** (VERBE) ▸ finir = τελειώνω, ολοκληρώνω, λήγω
- (la) terminaison = *η κατάληξη*
- (la) fin = *το τέλος*

(la) **tradition** (NOM) ▸ η παράδοση
- traditionnel-le = *παραδοσιακός(ή)*
- * ATTENTION :
  (la) traduction = *η μετάφραση*

transmettre (VERBE) ▸ μεταδίδω
- (la) transmission = *η μετάδοση, η διαβίβαση*

(les) **types de famille** ▸ οι μορφές / οι τύποι της οικογένειας
- (la famille) **traditionnelle** ▸ *η παραδοσιακή οικογένεια*
- (la famille) **recomposée** ▸ *η ανασυσταθείσα (ή μεικτή) οικογένεια, από δεύτερο γάμο*
- (la famille) **monoparentale** ▸ *η μονογονεϊκή οικογένεια*
- (la famille) **homoparentale** ▸ *η ομογονεϊκή οικογένεια, η οικογένεια ομόφυλων γονέων:*
- (la famille) **adoptive** ▸ *η θετή οικογένεια*

valoir (VERBE) ▸ αξίζω
- (la) valeur = *η αξία*

PAGES 34-35

(la) **chambre** (NOM) ▸ το δωμάτιο

(la) **collecte** (NOM) ▸ η συγκέντρωση αντικειμένων για φιλανθρωπικό σκοπό

(se) **concentrer** sur quelqu'un/ quelque chose (VERBE) ▸ επικεντρώνομαι σε κάποιον, σε κάτι
- (la) concentration = *η συγκέντρωση*

coopérer avec quelqu'un (VERBE) ▸ collaborer = *συνεργάζομαι*
- (la) coopération = *la collaboration = η συνεργασία*

éviter (VERBE) ▸ αποφεύγω

(le) **fonctionnement** ▸ η λειτουργία
- fonctionner = *λειτουργώ*
- (le) fonctionnaire = *ο δημόσιος υπάλληλος*

(la) **prédiction** (NOM) ▸ η πρόβλεψη, η πρόγνωση
- prédire = *προβλέπω, προμηνύω*

récupérer (VERBE) ▸ παίρνω πίσω

PAGES 35-38

(l') **atelier ludique** (NOM MASCULIN) ▸ το δημιουργικό εργαστήριο μέσω παιχνιδιού

(le) **comédien** (NOM) ▸ (l') acteur = ο ηθοποιός
- la Comédie Française = *το Εθνικό Θέατρο της Γαλλίας*

équilibré-e (ADJECTIF) ▸ ισορροπημένος(η)
- (l') équilibre = *η ισορροπία*

essentiel-le (ADJECTIF) ▸ important-e, principal-e = ουσιώδης, σημαντικός(ή), κύριος(α)

(la) **folie** (NOM) ▸ η τρέλα
- fou-folle= *τρελός(ή)*

UNITÉ 01

LEXIQUE

(le) **lieu spécialement conçu pour eux** ▸ ο χώρος ειδικά φτιαγμένος γι'αυτούς

prudent-e (ADJECTIF) ▸ συνετός(ή), προσεκτικός(ή)

PAGE 39

(l') **ami fidèle** (NOM MASCULIN) ▸ ο πιστός φίλος

arrêter (VERBE) ▸ σταματώ

(s') **inquiéter** (VERBE) ▸ ανησυχώ
- une inquiétude = *η ανησυχία*
- ne t'inquiète pas ! = *μην ανησυχείς!*

(le) **moqueur** (NOM) ▸ αυτός που κοροϊδεύει

PAGES 40-42

ça m'énerve ▸ αυτό με εκνευρίζει

(le) **chercheur** (NOM) ▸ ο ερευνητής

(le) **compromis** (NOM) ▸ ο συμβιβασμός

dans l'avenir (EXPRESSION) ▸ στο μέλλον

(je) **devrais** ▸ θα όφειλα, θα έπρεπε

(l') **empathie** (NOM FÉMININ) ▸ η ενσυναίσθηση

essayer de (VERBE) ▸ προσπαθώ

(ma) **matière préférée** ▸ το αγαπημένο (μου) μάθημα

partager mes idées (VERBE) ▸ μοιράζομαι τις ιδέες μου
- partager mes affaires = *μοιράζομαι τα πράγματα μου*

ranger ma chambre (EXPRESSION) ▸ τακτοποιώ το δωμάτιό μου.

renforcer les liens (VERBE) ▸ ενισχύω τους δέσμους, συσφίγγω τις σχέσεις

Communiquer dans un monde connecté

LEXIQUE

PAGE 43

(s') **amuser** (VERBE) ▸ se divertir = se marrer = διασκεδάζω, ψυχαγωγούμαι
- (l') amusement = *η διασκέδαση,*
- (le) divertissement = *η ψυχαγωγία*
- amusant-e = *διασκεδαστικός-ή,*
- divertissant-e = *ψυχαγωγικός-ή,*
- marrant-e = *διασκεδαστικός-ή, αστείος-α*

à nouveau ▸ encore une fois = πάλι, ακόμα μια φορά

(l') **application, l' appli** (NOM FÉMININ) ▸ η εφαρμογή
- appliquer = *εφαρμόζω*

apprendre à (VERBE) ▸ μαθαίνω να
- (l') apprentissage = *η μάθηση, η εκμάθηση*
- (l') apprenant-e = *ο/η μαθητής(τρια), εκπαιδευόμενος(η)*
- (l') apprenti-e = *ο/η μαθητευόμενος(η) σε κάποιο επάγγελμα*

aujourd'hui (ADVERBE DE TEMPS) ▸ maintenant = actuellement = de nos jours = στις μέρες μας

bonjour à tous ▸ καλημέρα σε όλους, (χαιρετισμός κοινός σε ομιλία, όταν γράφουμε σε κάποιο forum)

(se) **connecter** à (VERBE) + nom ▸ συνδέομαι σε κάτι,
- se connecter à Internet, se connecter à son compte, se connecter à un réseau
- se connecter sur + site / application / plateforme = *συνδέομαι, μπαίνω σε έναν ιστότοπο, σε μία εφαρμογή, σε μία πλατφόρμα*
- se connecter pour + infinitif = *συνδέομαι για να κάνω κάτι*
- se connecter pour envoyer un message = *συνδέομαι για να στείλω ένα μήνυμα*
- connecté-e = *συνδεδεμένος(η)*
- être connecté-e = *είμαι συνδεδεμένος(η)*
- être hyperconnecté-e = *είμαι υπερσυνδεδεμένος(η) (= βρίσκομαι σε συνεχή/διαρκή σύνδεση)*

(le) **contenu** (NOM) ▸ το περιεχόμενο
le contenu choquant = *το σοκαριστικό περιεχόμενο*
- choquant-e = *σοκαριστικός(ή)*
- contenir = *περιέχω, περιλαμβάνω*

correctement (ADVERBE) ▸ σωστά
- de manière correcte = *με σωστό τρόπο*
- correct-e = *σωστός(ή)*

(se) **cultiver** (VERBE) ▸ s'instruire = καλλιεργούμαι, αποκτώ παιδεία
- cultivé-e = *καλλιεργημένος(η)*
- (la) culture = *η καλλιέργεια*

dans tous les domaines ▸ dans tous les secteurs = σε όλους τους τομείς

découvrir (VERBE) ▸ ανακαλύπτω
- (la) découverte = *η ανακάλυψη*

discuter avec quelqu'un (VERBE) ▸ échanger avec = parler avec συζητώ με κάποιον
- discuter de quelqu'un/ quelque chose = *συζητώ για κάποιον/ κάτι*
- (la) discussion = *η συζήτηση*

* ATTENTION :
- se disputer = τσακώνομαι
- (la) dispute = *ο τσακωμός*

écouter de la musique, des podcasts ▸ ακούω μουσική, πόντκαστ

il faut (VERBE IMPERSONNEL) ▸ il est nécessaire de = on doit = πρέπει
- il faut+ infinitif / Il faut que+ subjonctif

(l') **intelligence artificielle** (NOM) ▸ l'IA, η τεχνητή νοημοσύνη

lire des livres, des magazines, la presse, un journal ▸ διαβάζω βιβλία, περιοδικά, τον τύπο, μια εφημερίδα
- (le) magazine = *το περιοδικό ποικίλης ύλης*
- (la) revue = *το περιοδικό εξειδικευμένου περιεχομένου* ***π.χ.*** *επιστημονικό, επαγγελματικό, λογοτεχνικό*
- (la) presse = *ο Τύπος, δηλαδή το σύνολο των εφημερίδων και περιοδικών*
- (le) journal = *η εφημερίδα*
- (la) lecture = *η ανάγνωση, το διάβασμα*
- (le/la) lecteur-rice = *ο/η αναγνώστ/ρια*
- (le) gros lecteur = *ο δεινός/μανιώδης αναγνώστης, ο «βιβλιοφάγος».*

(les) **magasins** (NOM) ▸ les boutiques = les commerces = τα μαγαζιά

(les) **médias** (NOM) = les moyens d'information = *τα μέσα ενημέρωσης*
- (les) moyens = *τα μέσα, οι τρόποι*
- avoir les moyens = *avoir de l'argent*

même (ADVERBE) ▸ ακόμα και (ως επίρρημα)
- le/la même (PRONOM INDÉFINI) = *ο/η ίδιος-α,*
- c'est le même = είναι ο ίδιος
- de même (LOCUTION ADVERBIALE) = *με τον ίδιο τρόπο*
- même si (LOCUTION CONJONCTIVE) = *ακόμα και αν*

merci de/pour + nom ▸ ευχαριστώ για
- merci de + infinitif = *ευχαριστώ που*
- merci à quelqu'un = *ευχαριστώ κάποιον*
- merci à tous = *σας ευχαριστώ όλους*
- remercier quelqu'un de quelque chose = *ευχαριστώ κάποιον για κάτι*

parler de quelque chose /quelqu'un (VERBE) ▸ discuter de quelque chose / quelqu'un = μιλάω για κάτι / κάποιον

* ATTENTION :
parler à quelqu'un = *μιλάω σε κάποιον*

partager des photos ▸ μοιράζομαι φωτογραφίες
- partager = *μοιράζομαι*
- (le) partage = το μοίρασμα
- poster des photos, des commentaires = *αναρτώ φωτογραφίες, σχόλια*
- publier des photos = *δημοσιεύω, αναρτώ φωτογραφίες*

* ATTENTION :
- la publication = *η δημοσίευση*
- (la) publicité = *η διαφήμιση*

penser à quelqu'un / quelque chose (VERBE) ▸ songer à quelqu'un, quelque chose = σκέφτομαι κάποιον, κάτι

(les) **plateformes sociales** ▸ les plateformes de réseaux sociaux = οι πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης

profiter de (VERBE) ▸ bénéficier de = επωφελούμαι από
- (le) profit = *le bénéfice = το όφελος, το κέρδος*
- profitable = bénéfique = *επικερδής, ωφέλιμος*

regarder des séries, des films, des reportages, des émissions, des vidéos en ligne ▸ βλέπω σειρές, ταινίες, ρεπορτάζ, εκπομπές, βίντεο στο διαδίκτυο
- regarder = *βλέπω, παρακολουθώ*
- voir = *βλέπω, αντιλαμβάνομαι με τα μάτια*
- Je vois la Tour Eiffel de ma fenêtre = *βλέπω τον Πύργο του Άιφελ από το παράθυρό μου*

(la) **règle** (NOM) ▸ ο κανόνας
- régler = *κανονίζω, διευθετώ*
- (le) règlement = *ο κανονισμός*

remplacer (VERBE) ▸ prendre la place de = αντικαθιστώ, παίρνω τη θέση του/της
- (le) remplacement = *η αντικατάσταση*
- le/la remplaçant-e = *ο/η αντικαταστάτης-τρια*

répondre à (VERBE) ▸ répliquer à = donner une réponse à = απαντώ σε
- (la) réponse = *η απάντηση*

(les) **réseaux sociaux** ▸ τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης

rester attentif ▸ παραμένω προσεκτικός = rester vigilant = μένω προσεκτικός, είμαι σε επιφυλακή
- attentif/ attentive = *προσεκτικός(ή) = vigilant-e = σε επιφυλακή*

* ATTENTION : = *η προσοχή* = la vigilance = *η επαγρύπνηση, η αυξημένη προσοχή*
- faire attention à = *προσέχω*

succéder à (VERBE) ▸ *διαδέχομαι, ακολουθώ κάποιον ή κάτι*

suivre des contenus ▸ παρακολουθώ το περιεχόμενο (στα κοινωνικά δίκτυα)

LEXIQUE

totalement ▸ en entier = complètement = entièrement = εξ'ολοκλήρου

tous les jours ▸ chaque jour = quotidiennement = κάθε μέρα

utiliser (VERBE) ▸ se servir de = χρησιμοποιώ
- (l') utilisation = *η χρήση*
- (l') utilité = *η χρησιμότητα*
- utile = *χρήσιμος(η)*
  ≠ inutile = *άχρηστος(η)*

PAGES 44-45

aller sur Internet ▸ surfer sur Internet = naviguer sur Internet = *μπαίνω, πλοηγούμαι στο διαδίκτυο*

avoir raison (LOCUTION VERBALE) ▸ έχω δίκιο
- ≠ avoir tort = *έχω άδικο*

(les) **bons côtés** ▸ les aspects positifs = les points positifs = les avantages = οι θετικές πλευρές

(les) **bons réflexes** ▸ *οι σωστές αντιδράσεις*
- avoir les bons réflexes = *έχω σωστές αντιδράσεις*
- * ATTENTION : le reflet = *η αντανάκλαση*
- la réflexion = *η σκέψη, ο στοχασμός*

commenter (VERBE) ▸ σχολιάζω
- (le) commentaire = *το σχόλιο*
- poster des commentaires = *δημοσιεύω σχόλια*
- faire un commentaire = *κάνω ένα σχόλιο*
- réagir à un commentaire = *αντιδρώ σε ένα σχόλιο*

comparer quelque chose, quelqu'un avec ▸ συγκρίνω κάτι, κάποιον με (για να δω ομοιότητες και διαφορές)
- (la) comparaison = *η σύγκριση*
- comparer quelqu'un, quelque chose à = *συγκρίνω κάτι, κάποιον με (παρομοιάζω κάποιον, κάτι με)*

(se) **comporter bien** ▸ agir bien = συμπεριφέρομαι καλά
- ≠ (se) comporter mal = agir mal = *συμπεριφέρομαι άσχημα*
- (le) comportement = *η συμπεριφορά*

(le) **compte** (NOM) ▸ λογαριασμός (***π.χ.***. λογαριασμός χρήστη)
- (le) profil = *το προφίλ, οι πληροφορίες, η παρουσία ενός χρήστη μέσα σε μια πλατφόρμα*
- (le) faux profil = *ο ψεύτικος λογαριασμός στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης*

(le) **conflit** (NOM) ▸ η διαμάχη
- (la) dispute = *ο τσακωμός*

contrôler (VERBE) ▸ ελέγχω
- (le) contrôle = *ο έλεγχος*

créer (VERBE) ▸ δημιουργώ
- (la) création = *η δημιουργία*
- créatif / créative = *δημιουργικός / δημιουργική*
- (le/la) créateur(rice)= *ο/η δημιουργός*

de mon côté ▸ de ma part = quant à moi = en ce qui me concerne = από την πλευρά μου, σε ότι με αφορά

devenir dépendant-e de ▸ être dépendant-e de = devenir accro à = être accro à = είμαι εξαρτημένος(η) από, είμαι εθισμένος(η) σε
- (la) dépendance = η εξάρτηση

(les) **données personnelles** ▸ les informations personnelles = τα προσωπικά δεδομένα

douter de (VERBE) ▸ αμφιβάλλω για = ne pas être sûr-e de = δεν είμαι σίγουρος(η) για
- (le) doute = *η αμφιβολία*
- remettre en question = *αμφισβητώ*

(l') **écran** (NOM MASCULIN) ▸ η οθόνη

(les) **fake news** ▸ les fausses informations = les fausses infos = les fausses nouvelles = les infox = *οι ψευδείς ειδήσεις*

(la) **génération** (NOM) ▸ η γενιά
- (la) génération connectée = *η γενιά συνδεδεμένη με την τεχνολογία*

(l') **inconnu-e** (NOM) ▸ ένας άγνωστος μία άγνωστη
- l'inconnu = *το άγνωστο*

(l') **influenceur-euse** (NOM) ▸ πρόσωπο που επηρεάζει κοινό, συνήθως μέσω κοινωνικών δικτύων
- (l') influenceur = *ο συγκεκριμένος επηρεαστής (ινφλουένσερ)*
- influencer = *επηρεάζω*
- l'influence (NOM FÉMININ) = *η επιρροή*
- influençable = *ευεπηρέαστος(η)*
- influer sur = *επιδρώ / ασκώ επιρροή σε*
- le créateur / la créatrice de contenu = *ο/η δημιουργός περιεχομένου,*

(s') **informer sur** (VERBE) ▸ se renseigner sur = πληροφορούμαι, ενημερώνομαι για
- (l') information = le renseignement = *η πληροφορία, η ενημέρωση*
- chercher des informations = *ψάχνω πληροφορίες*

limiter son temps d'écran ▸ περιορίζω το χρόνο έκθεσης μου στις οθόνες
- (la) limite = *το όριο*
- limité-e = *περιορισμένος(η)*
  ≠ illimité-e = *απεριόριστος(η)*
- (se) limiter à = *περιορίζομαι σε*

(se) **moquer de** (VERBE) ▸ κοροϊδεύω
- (la) moquerie = *η κοροϊδία*

(le) **numérique** (NOM) ▸ η ψηφιακή τεχνολογία / ο ψηφιακός κόσμος
- numérique = *ψηφιακός(ή)*

passer du temps à ▸ περνώ χρόνο κάνοντας κάτι
- * ATTENTION : se passer de = *τα καταφέρνω χωρίς / στερούμαι*

pendant ▸ au cours de = lors de = κατά τη διάρκεια

permettre de (VERBE) ▸ autoriser à = επιτρέπω να
- (la) permission = l'autorisation = *η άδεια*

protéger (VERBE) ▸ προστατεύω
- (la) protection = *η προστασία*
- surprotéger = *υπερπροστατεύω*
- (la) surprotection = *η υπερπροστασία*
- protégé-e = *προστατευμένος(η)*
- surprotégé-e = *υπερπροστατευμένος(η)*

CONJUGAISON :
Présent : *je protège, tu protèges, il/elle/on protège, nous protégeons, vous protégez, ils/elles protègent*
Passé Composé : *j'ai protégé*
Futur Simple : *je protégerai, tu protégeras, il/elle/on protégera, nous protégerons, vous protégerez, ils/elles protégeront*

respecter (VERBE) ▸ σέβομαι
- (le) respect = *ο σεβασμός*
- respectueux - respectueuse = *που δείχνει σεβασμό*

rester en contact ▸ μένω σε επαφή
- (le) contact = η επαφή

(la) **remarque** (NOM) ▸ η παρατήρηση, το σχόλιο
- faire une remarque = *κάνω μια παρατήρηση, ένα σχόλιο πάνω σε κάτι*
- remarquer = *παρατηρώ, επισημαίνω*
- remarquable = *αξιοσημείωτος(η)*

souvent ▸ fréquemment = régulièrement = συχνά, τακτικά
- ≠ rarement = *σπάνια*

vérifier (VERBE) ▸ ελέγχω, επαληθεύω
- (la) vérification = *ο έλεγχος, η επαλήθευση*
- vérifié-e = *επαληθευμένος(η)*

PAGES 46-47

au quotidien ▸ tous les jours = κάθε μέρα, καθημερινά

(le) **cyberharcèlement** ▸ le harcèlement en ligne = ο διαδικτυακός εκφοβισμός
- harceler = *παρενοχλώ, εκφοβίζω*
- (l') harceleur = *ο θύτης, ο παρενοχλητής*
- être harcelé-e = *υφίσταμαι παρενόχληση, εκφοβισμό*

(les) **dangers** (NOM) ▸ les risques = οι κίνδυνοι
- (le) danger = *ο κίνδυνος*
- dangereux-dangereuse = *επικίνδυνος(η)*
- être en danger = *κινδυνεύω*
- mettre en danger = *θέτω σε κίνδυνο*

LEXIQUE

dormir (VERBE ▸ κοιμάμαι
- s'endormir = *αποκοιμιέμαι*
- se coucher = *ξαπλώνω, πηγαίνω για ύπνο*
- (le) sommeil = *ο ύπνος*
- avoir sommeil = *νυστάζω*
- troubler le sommeil = perturber le sommeil = *διαταράσσω τον ύπνο*
- des troubles du sommeil = *διαταραχές ύπνου*

envoyer des messages ▸ στέλνω μηνύματα
- (l') envoi = *η αποστολή*
- ≠ recevoir des messages = *λαμβάνω μηνύματα*

CONJUGAISON **ENVOYER**:
Présent : *j'envoie - tu envoies - il/elle/on envoie- nous envoyons- vous envoyez- ils/elles envoient*
Passé Composé : *j'ai envoyé*
Futur Simple : *: j'enverrai*

CONJUGAISON **RECEVOIR**:
Présent : *je reçois- tu reçois- il/elle/on reçoit – nous recevons- vous recevez- ils/elles reçoivent*
Passé Composé : *j'ai reçu*
Futur Simple : *je recevrai*

(les) **habitudes** (NOM) ▸ οι συνήθειες
- (l') habitude = *η συνήθεια*
- (s') habituer à = *συνηθίζω να*
- d'habitude = *συνήθως*

jouer à (VERBE) ▸ παίζω (παιχνίδι / άθλημα)
- je joue aux échecs = *παίζω σκάκι,*
- je joue au basket = *παίζω μπάσκετ*

* ATTENTION :
- jouer de = *παίζω (μουσικό όργανο)*
- je joue de la guitare = *παίζω κιθάρα*

(le) **mot de passe** ▸ ο κωδικός πρόσβασης

organiser ses devoirs ▸ οργανώνω τα μαθήματά μου, τις εργασίες μου
- (l') organisation = *η οργάνωση*

oublier ses responsabilités ▸ ξεχνώ, παραμελώ τις υποχρεώσεις μου
- responsable = *υπεύθυνος(η)*
- être responsable de = *είμαι υπεύθυνος(η) για*
- (la) responsabilité = *η υποχρέωση*

PAGES 48-49

(les) **actualités** ▸ le journal télévisé = οι ειδήσεις (τηλεόραση)
- (l') actualité = *η επικαιρότητα*

(les) **bonnes pratiques** ▸ οι καλές πρακτικές, οι σωστοί τρόποι συμπεριφοράς
- ≠ les mauvaises pratiques = *οι κακές πρακτικές, οι λανθασμένοι τρόποι συμπεριφοράς*

(les) **chroniques** ▸ οι εκπομπές με συγκεκριμένο θέμα ή σχολιασμό.

en même temps ▸ à la fois = ταυτόχρονα, συγχρόνως

en détail ▸ λεπτομερώς
- (le) détail = *η λεπτομέρεια*
- détaillé-e = *λεπτομερής*

entre ▸ ανάμεσα (για δύο) / parmi = ανάμεσα (για περισσότερα από δύο)

être adapté-e à ▸ είναι κατάλληλο για, είναι προσαρμοσμένο σε
- adapter à = *προσαρμόζω σε*
- s'adapter à = *προσαρμόζομαι σε*
- (l') adaptation = *η προσαρμογή*

* ATTENTION :
- adopter = *υιοθετώ*
- l'adoption = *η υιοθεσία*
- être adopté-e = *είμαι υιοθετημένος(η)*

expliquer (VERBE) ▸ εξηγώ
- l'explication = *η εξήγηση*

(les) **médias traditionnels** ▸ τα παραδοσιακά μέσα ενημέρωσης (la télévision, la radio, la presse écrite, les journaux, les magazines)
- ≠ les médias numériques = *τα ψηφιακά μέσα ενημέρωσης (les réseaux sociaux, les sites Internet, les blogs, les podcasts, les plateformes en ligne)*

n'importe quoi ▸ οτιδήποτε, ό,τι να 'ναι
- n'importe qui = *οποιοσδήποτε*
- n'importe quand = *οποτεδήποτε*
- n'importe comment = *με οποιονδήποτε τρόπο, όπως να 'ναι*
- n'importe où = *οπουδήποτε*

(la) **presse papier** ▸ ο τύπος, οι εφημερίδες σε έντυπη μορφή
- (IA) presse en ligne = *ο τύπος σε διαδικτυακή μορφή*

PAGES 50-51

(les) **applications intelligentes** = οι έξυπνες εφαρμογές (χρησιμοποιούν την τεχνητή νοημοσύνη)

(l') **assistant virtuel** ▸ ο εικονικός βοηθός (απαντάει σε ερωτήσεις)

(le) **chatbot** ▸ πρόγραμμα συνομιλίας που αλληλεπιδρά με τον χρήστη μέσω μηνυμάτων

compliquer (VERBE) ▸ περιπλέκω
- compliqué-e = *περίπλοκος(η)*

faciliter (VERBE) ▸ διευκολύνω
- (la) facilité = *η ευκολία*
- facile = *εύκολος(η)*
- ≠ difficile = *δύσκολος(η)*
- (la) difficulté = *η δυσκολία*

(l') **outil** (NOM MASCULIN) ▸ το εργαλείο

partout ▸ παντού
- ≠ ne… nulle part = *πουθενά*

(le) **robot domestique** ▸ το οικιακό ρομπότ (l'aspirateur robot = η ρομποτική ηλεκτρική σκούπα)

(les) **tâches ménagères** ▸ les tâches domestiques = οι δουλειές του σπιτιού

traduire (VERBE) ▸ μεταφράζω
- (la) traduction = *η μετάφραση*
- (le) traducteur - la traductrice = *ο μεταφραστής, η μεταφράστρια*

(le) **travail** (NOM) ▸ η εργασία, η δουλειά / les travaux = οι εργασίες
- travailler = *εργάζομαι, δουλεύω*
- travailleur-euse = *εργατικό(ή)*

* ATTENTION :
- le voyage = *το ταξίδι*
- voyager = *ταξιδεύω*

PAGE 52

ainsi ▸ de cette façon = de cette manière = comme ça = έτσι, με αυτόν τον τρόπο

c'est pourquoi ▸ γι' αυτό το λόγο = c'est pour cette raison que

c'est pratique ▸ είναι πρακτικό
- pratique = *πρακτικός(ή)*
- (la) pratique = *η πρακτική, η εξάσκηση*

de plus ▸ en outre = επιπλέον, επιπροσθέτως

en sécurité ▸ με ασφάλεια
- être en sécurité = *είμαι ασφαλής*
- se sentir en sécurité = *αισθάνομαι ασφαλής*
- mettre quelqu'un en sécurité = *μεταφέρω κάποιον σε ασφαλές μέρος*
- rester en sécurité = *παραμένω ασφαλής*

(la) **fréquence** (NOM) ▸ η συχνότητα
- fréquent-e = *συχνός(ή)*

(la) **vérité** (NOM) ▸ η αλήθεια
≠ le mensonge = *το ψέμα*
- dire la vérité = *λέω την αλήθεια*
≠ mentir = *ψεύδομαι, λέω ψέματα*

PAGE 53

cependant ▸ toutefois = pourtant = ωστόσο, παρ' όλα αυτά

(les) **effets négatifs** ▸ les conséquences négatives = les effets néfastes = les conséquences néfastes = οι αρνητικές επιπτώσεις, συνέπειες

(les) **humains** (NOM) ▸ les êtres humains = les personnes = οι άνθρωποι
- humain-e = *ανθρώπινος(η)*
- (l') humanité = *η ανθρωπότητα*

LEXIQUE

PAGE 54

ça me stresse ▸ με άγχει

appeler (VERBE) ▸ téléphoner = passer un coup de fil = τηλεφωνώ

- stresser = *άγχω, στρεσάρω*
- angoisser = *προκαλώ έντονο άγχος*
- être stressé-e = *αγχώνομαι*
- (le) stres = l'angoisse = l'anxiété = *το άγχος*
- stressé-e = *αγχωμένος(η),* στρεσαρισμένος(η)
- angoissé-e = *πολύ αγχωμένος(η)*
- ne stresse pas ! = *μην άγχεσαι !*

demander de l'aide ▸ ζητάω βοήθεια

- (l') aide = *η βοήθεια*
- aider à = *βοηθάω να*

dépendre de (VERBE) ▸ εξαρτώμαι από

- (le) dépendance = *η εξάρτηση*
- dépendant-e de = *εξαρτημένος(η) από*

donner un conseil ▸ δίνω μία συμβουλή = conseiller de = *συμβουλεύω να*

- (le) conseil = *η συμβουλή*
- demander un conseil = *ζητάω μια συμβουλή*

* ATTENTION :

- consulter = *συμβουλεύομαι έγγραφο, ζητώ τη γνώμη κάποιου*

être en colère ▸ είμαι θυμωμένος(η), οργισμένος(η)

- (la) colère = *η οργή, ο έντονος θυμός*
- se mettre en colère = *θυμώνω, εξοργίζομαι*

in exprimer un avis pour ou contre ▸ εκφράζω μία γνώμη υπέρ ή κατά

(se) **sentir** + adjectif ▸ αισθάνομαι, νιώθω

- je me sens heureux = *νιώθω ευτυχισμένος*

perdu-e (ADJECTIF) ▸ χαμένος(η)

- perdre = *χάνω*
- (la) perte = *η απώλεια*

quiet- inquiète (ADJECTIF) ▸ soucieux -se = préoccupé-e = ανήσυχος -η

- (s') inquiéter pour = se faire du souci pour = se soucier de = se préoccuper de = *ανησυχώ για*
- (l') inquiétude = le souci = la préoccupation = *η ανησυχία*
- exprimer ses inquiétudes = *εκφράζω τις ανησυχίες μου*

PAGES 56-57

au moins (LOCUTION ADVERBIALE) ▸ τουλάχιστον

- moins de + nom (DÉTERMINANT DE QUANTITÉ) = *λιγότερο, λιγότερα*
- moins de personnes = *λιγότερα πρόσωπα*
- moins + adjectif/ adverbe (ADVERBE DE QUANTITÉ) = *λιγότερο*
- moins difficile = *λιγότερο δύσκολο*
- de moins en moins (LOCUTION ADVERBIALE) = *όλο και λιγότερο*
- moins ...que (COMPARATIF D'INFÉRIORITÉ) = *λιγότερο..... από*
- moins intéressant que = *λιγότερο ενδιαφέρον από*

en moyenne ▸ κατά μέσο όρο

- moyen-ne = μέτριος-α (***π.χ.*** un élève moyen)

éviter de (VERBE) ▸ αποφεύγω να

- inévitable = *αναπόφευκτος*

* ATTENTION :

- empêcher de = *εμποδίζω, αποτρέπω.*

PAGE 56

augmenter (VERBE) ▸ *αυξάνω*

- (l') augmentation = *η αύξηση*
- augmenté-e = *αυξημένος(η)*

(la) **concentration** (NOM) ▸ η συγκέντρωση

- se concentrer = *συγκεντρώνομαι*
- concentrer = *συγκεντρώνω*
- concentré-e = *συγκεντρωμένος(η)*

développer (VERBE) ▸ αναπτύσσω

- (le) développement = *η ανάπτυξη*

favoriser (VERBE) ▸ ευνοώ

- favorable = *ευνοϊκός(ή)*
- (la) faveur = *η εύνοια, η χάρη*
- favori- favorite = *αγαπημένος(η)*
- ≠ défavoriser = *θέτω σε μειονεκτική θέση*
- défavorisé-e = *μειονεκτικός(ή), μη προνομιούχος*
- (les) personnes défavorisées = *τα μη προνομιούχα άτομα*

gagner du temps ▸ κερδίζω χρόνο

- ≠ perdre du temps = *χάνω χρόνο*

(les) **proches** (NOM) ▸ l'entourage = οι οικείοι, ο περίγυρος

provoquer (VERBE) ▸ causer = entraîner = προκαλώ

(les) **recherches** (NOM) ▸ οι έρευνες

- (la) recherche = *η έρευνα, η αναζήτηση*
- (la) recherche d'informations = *η αναζήτηση πληροφοριών*
- (la) recherche scientifique = *η επιστημονική έρευνα*
- rechercher = *αναζητώ*
- chercher = *ψάχνω, προσπαθώ να βρω*
- (le) moteur de recherche = *η μηχανή αναζήτησης (Google, Bing)*

réduire (VERBE) ▸ diminuer = μειώνω, ελαττώνω

- (la) réduction = *η μείωση, η έκπτωση*
- réduit-e = *μειωμένος(η)*
- (la) diminution = *η μείωση*
- diminué-e = *μειωμένος(η)*

(le) **travail en groupe** ▸ le travail en équipe = η ομαδική εργασία

PAGES 56-57

attirer l'attention ▸ τραβώ την προσοχή

- (l') attrait = *η έλξη, η γοητεία*
- (l') attraction = *η έλξη, το αξιοθέατο*

avoir accès à ▸ accéder à = έχω πρόσβαση σε

- (l') accès = *η πρόσβαση*
- accessible = *προσβάσιμος(η)*

éducatif / éducative (ADJECTIF) ▸ εκπαιδευτικός-ή

- (l') éducation = *η εκπαίδευση, η αγωγή*
- éduquer = *εκπαιδεύω, διαπαιδαγωγώ*
- éduqué-e = *μορφωμένος(η), με καλή αγωγή*

en cas de + nom ▸ σε περίπτωση... (***ex*** en cas d'urgence = σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης)

- au cas où +conditionnel = *σε περίπτωση που (ex. prends un parapluie au cas où il pleuvrait = πάρε μια ομπρέλα σε περίπτωση που βρέξει)*
- dans le cas où = *στην περίπτωση που (dans le cas où l'information n'est pas fiable, il faut vérifier la source = στην περίπτωση που η πληροφορία δεν είναι αξιόπιστη πρέπει να επαληθεύσουμε την πηγή)*

éteindre le téléphone / la lumière / l'ordinateur ▸ κλείνω το τηλέφωνο / σβήνω το φως / κλείνω τον υπολογιστή

faire confiance à ▸ avoir confiance en = έχω εμπιστοσύνη σε

fiable (ADJECTIF) ▸ αξιόπιστος(η)

- (la) fiabilité = *η αξιοπιστία*

(l') **esprit critique** ▸ το κριτικό πνεύμα, η κριτική σκέψη

- critiquer = *κρίνω, ασκώ κριτική*
- (la) critique = η κριτική
- critique = *ο/η κριτικός(ή)*
- avoir l'esprit critique = *έχω κριτική σκέψη*

manipuler (VERBE) ▸ χειρίζομαι, χειραγωγώ ένα πρόσωπο

- (la) manipulation = *η χειραγώγηση*

(les) **notifications** ▸ οι ειδοποιήσεις (***π.χ.*** στο τηλέφωνο)

(le) **point de vue** ▸ l'opinion = l'avis = η άποψη

reconnaître ▸ αναγνωρίζω, παραδέχομαι

- (la) reconnaissance = *η αναγνώριση, η ευγνωμοσύνη*

(se) **rendre compte** de ▸ prendre conscience de = réaliser = αντιλαμβάνομαι, συνειδητοποιώ

(la) **source** (NOM) ▸ η πηγή

Explorer le Monde

LEXIQUE

PAGE 67

abîmer (VERBE) ▸ détruire = καταστρέφω
- (la) destruction (NOM) = *καταστροφή*

à bientôt ▸ Τα λέμε σύντομα [entre amis : À plus (À +)]

(la) **baignade** (NOM) ▸ το μπάνιο στη θάλασσα
- (se) baigner (VERBE) = *κάνω μπάνιο*
- (le) bain (NOM) = *το μπάνιο*
- prendre un bain (EXPRESSION) = *κάνω ένα μπάνιο*
- (le) bain de soleil = *η ηλιοθεραπεία*

(la) **balade** (NOM) ▸ la promenade = ο περίπατος, η βόλτα
- (se) balader = *se promener = πάω βόλτα*
- (le) promeneur = *αυτός που κάνει περίπατο, ο περιπατητής*

(le) **cours** (NOM) ▸ το μάθημα στην τάξη
- (la) leçon (NOM) = *το μάθημα που αποτελεί το περιεχόμενο ενός βιβλίου* ***ex*** *Pendant le cours d'aujourd'hui on travaillera sur la leçon 3 de notre livre.*

découvrir (VERBE) ▸ ανακαλύπτω
- (la) découverte (NOM) = *η ανακάλυψη (je découvre quelque chose qui a déjà existé.* ***ex*** *La découverte de l'Amérique)*
- inventer (VERBE) = *εφευρίσκω*
- (l') invention (NOM FÉM) = *η εφεύρεση (j'invente quelque chose qui est nouveau* ***ex*** *L'invention de l'automobile)*

déranger (VERBE) ▸ ennuyer = ενοχλώ
- (le) dérangement (NOM) = l'ennui (NOM MASC) = η ενόχληση

(l') **endroit** (NOM MASC) ▸ le lieu = ο τόπος, το μέρος

(les) activités **en pleine air** ▸ οι δραστηριότητες στο ύπαιθρο

(l') **excursion** (NOM FÉM) = η εκδρομή

explorer (VERBE) ▸ εξερευνώ
- (l') exploration (NOM fém) = *η εξερεύνηση*
- (l') explorateur (NOM) = *ο εξερευνητής*

(la) **famille d'accueil** (NOM) ▸ η οικογένεια υποδοχής.
Πρόκειται για μια τοπική οικογένεια που ανοίγει το σπίτι της σε ξένους μαθητές, παρέχοντάς τους διαμονή, διατροφή και την ευκαιρία να εξασκήσουν τη γλώσσα σε καθημερινές, πραγματικές συνθήκες

(la) **journée** (NOM) ▸ η ημέρα (στη διάρκειά της : ***ex*** Pendant toute la journée)
- le jour (NOM) = *η ημέρα (ως μονάδα χρόνου :* ***ex*** *J'irai à Paris pour cinq jours)*
- « bonjour » : *je l'utilise quand j'entre dans un lieu mais je dis : «bonne journée» pour prendre congé car c'est un souhait pour bien continuer les activités dans la journée.*

(les) **produits locaux** (NOM) ▸ τα τοπικά προϊόντα

(la) **randonnée** (NOM) ▸ η πεζοπορία

(la) **résidence** (NOM) ▸ η εστία, η κατοικία
- (la) résidence universitaire = η φοιτητική εστία

(le) **séjour linguistique** (NOM) ▸ το ταξίδι για την εκμάθηση μιας γλώσσας
- Les caractéristiques du séjour linguistique à l'étranger : il dure au moins une semaine, les élèves sont obligés de suivre le matin des cours au moins pendant quatre heures par jour et les après-midis ils participent à des activités culturelles ou sportives. Ils habitent à des résidences ou dans des familles d'accueil pour pratiquer davantage la langue.
= Τα χαρακτηριστικά του ταξιδιού για την εκμάθηση γλώσσας: *διαρκεί τουλάχιστον μία εβδομάδα, οι μαθητές είναι υποχρεωμένοι να παρακολουθούν το πρωί μαθήματα για τουλάχιστον τέσσερις ώρες την ημέρα και τα απογεύματα συμμετέχουν σε πολιτιστικές ή αθλητικές δραστηριότητες. Διαμένουν σε εστίες ή σε οικογένειες φιλοξενίας για να εξασκήσουν περισσότερο τη γλώσσα.*

(le) **tourisme responsable** ▸ le tourisme équitable = ο υπεύθυνος, βιώσιμος τουρισμός *(= Πρόκειται για το είδος του τουρισμού που σέβεται τη φύση, την τοπική κουλτούρα και τη δίκαιη κατανομή των οικονομικών οφελών στους μόνιμους κατοίκους)*

voyager (VERBE) ▸ ταξιδεύω
- (le) voyage (NOM) = *το ταξίδι*
- (le) voyageur = *ο ταξιδιώτης*

PAGE 68

(l') **atelier artistique** (NOM MASCULIN) ▸ το καλλιτεχνικό εργαστήρι

(l') **auberge de jeunesse** (NOM FÉM) ▸ το πανδοχείο (το ξενοδοχείο) με χαμηλές τιμές για νέους μέχρι 30 ετών

bronzer (VERBE) ▸ μαυρίζω
- (le) bain de soleil = *η ηλιοθεραπεία*
- (le) coup de soleil = *το έγκαυμα (από ηλιοθεραπεία)*

chez + personne (PRÉPOSITION) ▸ στον τόπο (οικεία ή εργασία) κάποιου.
ex *Je vais chez le boucher = je vais à la boucherie = πηγαίνω στου κρεοπώλη = στο κρεοπωλείο*

(la) **colonie de vacances** (NOM) ▸ η κατασκήνωση (διακοπών)
- (la) colonie = η αποικία, η κατασκήνωση

(la) **culture** (NOM) ▸ η κουλτούρα
- culturel-le = *πολιτιστικός(ή)*

(les) **différents types de voyages** ▸ οι διαφορετικοί τύποι/ οι διαφορετικές μορφές ταξιδιού
- (le) voyage familial = *το οικογενειακό ταξίδι*
- (le) voyage scolaire = *το σχολικό ταξίδι*
- (le) voyage organisé = *το οργανωμένο ταξίδι*
- (le) voyage culturel = *το πολιτιστικό ταξίδι*
- (le) voyage d'aventure = *το ταξίδι περιπέτειας*

(la) **destination** (NOM) ▸ ο προορισμός

goûter à quelque chose ou quelque chose (VERBE) ▸ γεύομαι κάτι
- (le) goût = *η γεύση,το γούστο*
- gustatif-ve = *γευστικός(ή)*
  ex *goûter aux spécialités locales*

(le) **jeu collectif** (NOM) ▸ το ομαδικό παιχνίδι = le jeu d'équipe / le jeu de société = το επιτραπέζιο παιχνίδι
- ≠ (le) jeu individuel = *le jeu en solo = το ατομικό παιχνίδι*

loger (VERBE) ▸ habiter = résider διαμένω
- (le) logement = *το κατάλυμα,*
- l'habitation (NOM FÉM) = *la résidence = η κατοικία*

loger chez l'habitant (VERBE) ▸ μένω σε ενοικιαζόμενα δωμάτια

observer (VERBE) ▸ παρατηρώ
- l'observation (NOM FÉM) = *η παρατήρηση*

partir (VERBE) ▸ φεύγω # arriver = έρχομαι
- (le) départ = *η αναχώρηση*
- (l') arrivée (NOM FÉM) = *ο ερχομός*

(le) **pays étranger** (NOM) ▸ μια ξένη χώρα
- (le) pays lointain = *η μακρινή χώρα*
  ≠ (le) pays proche = *η κοντινή χώρα*

préférer (VERBE) ▸ προτιμώ
- (la) préférence = *η προτίμηση*

* ATTENTION : è+ syllabe muette
CONJUGAISON :
Présent : *je préfère, tu préfères, il/elle/on préfère, nous préférons, vous préférez, ils/ elles préfèrent*
Passé Composé : *j'ai préféré*
Futur Simple : *je préfèrerai*

profiter de (VERBE) ▸ επωφελούμαι
- (le)profit = *το όφελος, το κέρδος*

(se) **reposer** (VERBE) ▸ ξεκουράζομαι
- (le) repos = *η ξεκούραση*
- reposant-e = *αναπαυτικός-ή*

(les) **vacances actives** (NOM) ▸ οι διακοπές δραστηριοτήτων
- actif-ve = *ενεργός-ή*
  ≠ passif-ve = *παθητικός(ή)*

Explorer le Monde

LEXIQUE

(la) **visite** (NOM) ▸ επίσκεψη
* ATTENTION : visiter un monument, un site touristique, un musée = *επισκέπτομαι ένα μνημείο, μία τουριστική τοποθεσία, ένα μουσείο*
- rendre visite à + personne
  ex *Je rends visite à mes grands-parents = επισκέπτομαι τους παππούδες μου*

PAGE 70

agréable (ADJECTIF) ▸ plaisant-e, attirant-e, aimable = ευχάριστος(η), ελκυστικός(ή)

(le) **bruit** (NOM) ▸ ο θόρυβος
- bruyant-e = *ο/η θορυβώδης*
- bruyamment = *με θόρυβο*

(l') **environnement** (NOM MASC) ▸ το περιβάλλον
- environnemental-e = *περιβαλλοντικός(ή)*

(l') **expérience** (NOM FÉM) ▸ η εμπειρία, το πείραμα
- (l') expérimentation (NOM FÉM) = *ο πειραματισμός*
- expérimenter = *πειραματίζομαι*

jeter (VERBE) ses déchets ▸ πετώ τα απορρίμματα
- (les) déchets = *les ordures = τα απορρίμματα*

(le) **lieu authentique** (NOM) ▸ ένας αυθεντικός (παρθένος) τόπος

(la) **poubelle** (NOM) ▸ το καλάθι αχρήστων
- Je jette à la poubelle = *πετάω στο καλάθι των αχρήστων.*

protéger (VERBE) ▸ προστατεύω
- (la) protection = *η προστασία*
- (le/la) protecteur-trice = *ο/η προστάτης*

* ATTENTION : è + syllabe muette
  CONJUGAISON :
  Présent : *je protège, tu protèges, il/elle/on protège, nous protégeons, vous protégez, ils/elles protègent*
  Passé Composé : *j'ai protégé*
  Futur Simple : *je protégerai*

(le) **tourisme** (NOM) ▸ ο τουρισμός
- touristique (ADJECTIF) = τουριστικός(ή)
- (le) tourisme de masse = *ο μαζικός τουρισμός*
- (le) touriste = *ο τουρίστας*

(le) **transport écologique** (NOM) ▸ ένα οικολογικό μέσο μεταφοράς

PAGE 72

adapter (VERBE) ▸ harmoniser = προσαρμόζω
- s'adapter = *s'habituer à = προσαρμόζομαι*
- (l') adaptation (NOM FÉM) = *l' harmonisation = η προσαρμογή*
- adopter = υιοθετώ
- (l') adoption (NOM FÉM) = *η υιοθεσία*

(le) **camp de jeunes** (NOM) ▸ un camp de la jeunesse = μια νεανική κατασκήνωση

(le) **centre linguistique** (NOM) ▸ γλωσσικό κέντρο / κέντρο γλωσσών

progresser (VERBE) ▸ s'améliorer, faire des progrès
- (le) progrès = *η πρόοδος*
- (la) progression = *η πρόοδος, η εξέλιξη*
- progressif-ve = *προοδευτικός-ή*

suivre (VERBE) ▸ ακολουθώ, παρακολουθώ
- (la) suite = *η συνέχεια*

PAGES 74-75

éviter de (VERBE) + infinitif ▸ s'éloigner de = αποφεύγω, απομακρύνομαι
ex *Il faut éviter de parler trop fort*

(de) **manière responsable** (NOM) ▸ de façon responsable = με υπεύθυνο τρόπο

passer du temps (VERBE) ▸ consacrer du temps = περνάω χρόνο, αφιερώνω χρόνο

(le) **pays étranger** (NOM) = μία ξένη χώρα
- (l') étranger-ère = *ο/η ξένος(η)*

Qu'est-ce que tu aimes **le plus ?** ▸ τι αγαπάς, τι σου αρέσει περισσότερο;
- ≠Qu'est-ce que tu aimes le moins ? = *τι αγαπάς, τι σου αρέσει λιγότερο;*

PAGE 76

avec plaisir ▸ volontiers = με ευχαρίστηση = entendu = σύμφωνοι

ce n'est **pas possible** ▸ c'est impossible, c'est irréalisable = δεν είναι δυνατόν, είναι αδύνατο

hésiter à (VERBE) +infinitif ▸ διστάζω
- (l') hésitation (NOM FÉM) = *ο δισταγμός*
- hèsitant-e = *ο/η διστακτικός(ή)*

je suis occupé-e + à = je suis empêché-e + de = είμαι απασχολημένος(η)

une autre fois ▸ plus tard = μια άλλη φορά,αργότερα

PAGE 77

(l') action **répétée** (NOM FÉM) ▸ μια επαναλαμβανόμενη πράξη
- (l') action précise (NOM FÉM) = *μια συγκεκριμένη πράξη*
- (l') événement terminé (NOM MASCULIN) = *ένα τελειωμένο γεγονός*
- (l') année dernière = *την περασμένη χρονιά*
- (l') été dernier = *το προηγούμενο καλοκαίρι*

(la) **description** (NOM) ▸ η περιγραφή
- décrire = *περιγράφω*

PAGES 78-79

(l') **accès** (NOM FÉM) ▸ η πρόσβαση
- accessible = *προσβάσιμος(η)*
- (l') accessibilité (NOM FÉM.) = *προσβασιμότητα*

à cause de ▸ εξαιτίας (pour une raison qui est neutre ou négatif ***ex*** Je ne peux pas voyager à cause du mauvais temps.
- grâce à = *χάρη σε (pour une raison qui est positive)* ***ex*** *Je peux partir grâce au support de mes parents.*

autonome (ADJECTIF) ▸ indépendant-e = αυτόνομος(η), ανεξάρτητος(η)
- (l') autonomie (NOM FÉM) = *l' indépendance = η αυτονομία, η ανεξαρτησία*

(une) **chose surprenante** (NOM) ▸ une chose étonnante = ένα εκπληκτικό πράγμα

coûter cher ▸ κοστίζει ακριβά

(la) **curiosité** (NOM) ▸ η περιέργεια
- curieux-euse = *bizarre = περίεργος(η)*

(le) **dépaysement** (NOM) ▸ η αλλαγή περιβάλλοντος
- (se) dépayser = *αλλάζω το περιβάλλον μου*

développer (VERBE) ▸ augmenter, élargir = αναπτύσσω
- (le) développement = *une augmentation, un élargissement = η ανάπτυξη*

étonnant-e (ADJECTIF) ▸ exceptionnel-le, extraordinaire = εκπληκτικός(ή)
- étonner = *surprendre = εκπλήσσω*

(l') **expérience enrichissante** (NOM FÉMININ) ▸ μια εμπειρία που εμπλουτίζει

garantir (NOM) ▸ assurer = εγγυώμαι
- (la) garantie = *la assurance = η εγγύηση*

garder des amis ▸ κρατώ φίλους

inconnu-e (ADJECTIF) ▸ άγνωστος(η)

inoubliable (ADJECTIF) ▸ αξέχαστος
- oublier = *ne pas rappeler = ξεχνώ*
- (l') oubli (NOM FÉM) = *η λησμονιά, η παράβλεψη*

(le) lieu **magnifique** ▸ l' endroit sublime = ο υπέροχος τόπος

(le) **mal du pays** ▸ la nostalgie = νοσταλγία (νόστος) για την πατρίδα

(de) **milliers d'adolescents** ▸ χιλιάδες εφήβων

(le) **moment de repos** = η στιγμή ξεκούρασης

on se fait de nouveaux amis ▸ κάνουμε νέους φίλους

(l') **originalité** (NOM FÉMININ) ▸ la singularité = h πρωτοτυπία, h μοναδικότητα
- original-e = *singulier-ière = πρωτότυπος(η), μοναδικός(ή)*

UNITÉ 03

LEXIQUE

ouvrir (VERBE) ▸ ανοίγω
- ≠ fermer = κλείνω
- ouvert-e = *ανοιχτός(ή)*
- (l') ouverture (NOM FÉM) = *ένα άνοιγμα*
  (la) fermeture = *το κλείσιμο*

prendre confiance en ▸ avoir confiance en = αποκτώ, έχω εμπιστοσύνη

près de ▸ κοντά
- ≠loin de = μακριά
- * ATTENTION : prêt à = *έτοιμος να*

pour la vie ▸ pendant toute leur vie = για όλη τους τη ζωή

(se) **reposer** (VERBE) ▸ ξεκουράζομαι
- (le) repos = *η ξεκούραση*
- reposant-e = *που ξεκουράζει*

rêver de (VERBE) + infinitif ▸ ονειρεύομαι
- (le) rêve = *το όνειρο*
- (le/la) rêveur–se = *ο/η ονειροπόλος*

(la) **routine** (NOM) ▸ η ρουτίνα

(le) **souvenir unique** (NOM) ▸ le souvenir inoubliable, irremplaçable = η μοναδική, αξέχαστη, αναντικατάστατη ανάμνηση

timide (ADJECTIF) ▸ réservé-e, craintif-ve ντροπαλός(ή), συνεσταλμένος(η)
- (la) timidité = *η ντροπαλότητα*

tout le monde ▸ όλος ο κόσμος
- dans le monde entier = *σε ολόκληρο τον κόσμο*
  ex *Tout le monde fréquente des lieux communs.*
  ex *Dans le monde entier on rencontre des personnes extraordinaires.*

se **sentir en sécurité** ▸ se sentir sécurisé-e = αισθάνομαι ασφαλής

(le) **voyage insolite** (NOM) ▸ un voyage inhabituel = ένα ασυνήθιστο ταξίδι

PAGES 80-81

(l') **avion** ▸ το αεροπλάνο
- voyager en avion,
  en *auto,*
  en *moto,*
  en *train,*
  en *métro,*
  en *bus,*
  mais… à pied, à/en vélo

autrement ▸ différemment = διαφορετικά

célèbre ▸ fameux-se = διάσημος(η), περίφημος(η)
- (la) célébrité = *η διασημότητα*
- célébrer = *fêter = γιορτάζω*

complètement ▸ totalement, entièrement = πλήρως

ennuyant -e ▸ ennuyeux-euse = βαρετός(ή), ανιαρός(ή)
- (s') ennuyer = *βαριέμαι, πλήττω*
- (l') ennui = *η βαρεμάρα,η πλήξη, η ανία*

à l'**étranger** ▸ στο εξωτερικό

(l') **œuvre ancienne** (NOM FÉMININ) ▸ το αρχαίο έργο

quitter ▸ abandonner = αφήνω, εγκαταλείπω

remplacer ▸ αντικαθιστώ
- (le) remplacement = *η αντικατάσταση*
- (le) remplaçant = *η αντικαταστάτης*

signifier ▸ σημαίνω
- (la) signification = *η σημασία*

uniquement ▸ exclusivement, seulement = μόνο

PAGES 82-84

assister à un événement ▸ participer = παραβρίσκομαι σε ένα γεγονός, μία εκδήλωση

(l') **association** locale (NOM FÉMININ) ▸ τοπικός σύλλογος
- associer = *συνδέω,συσχετίζω*

au bord de la mer ▸ δίπλα στη θάλασσα

coopérer ▸ collaborer = συνεργάζομαι
- (la) coopération = *une collaboration = συνεργασία*
- coopératif-ve *en* = collaboratif-ve = *συνεργάσιμος(η)*

(la) **curiosité locale** ▸ το τοπικό αξιοθέατο

(se) **déplacer** ▸ bouger = μετακινούμαι
- (le) déplacement = *η μετακίνηση*

(l') **empreinte** écologique (NOM FÉMININ) ▸ το οικολογικό αποτύπωμα
- (l') empreinte carbone = *το αποτύπωμα άνθρακα*

éviter tout contact ▸ Αποφεύγω κάθε επαφή

(la) **faune** ▸ η πανίδα

(la) **flore** ▸ η χλωρίδα

(le) petit **geste** ▸ η μικρή κίνηση /χειρονομία

(la) **gourde** réutilisable ▸ ένα επαναχρησιμοποιήσιμο παγούρι

(le) jeu **éducatif** ▸ το εκπαιδευτικό παιχνίδι

réduire ▸ diminuer = μειώνω, ελαττώνω
- (la) réduction = la diminution = η μείωση, η ελάττωση

(la) **région** ▸ περιοχή
- régional-e = *τοπικός(ή)*

séjourner ▸ habiter, loger
- (le) séjour = *η διαμονή*
- au fil du séjour ▸ *κατά τη διάρκεια της παραμονής*

(le) **stage** ▸ σεμινάριο
- (le) stagiaire = *αυτός(ή) που συμμετέχει σε σεμινάριο*

tout en protégeant ▸ προστατεύοντας όμως

PAGE 85

(l') **encouragement** (NOM MASCULIN) ▸ η ενθάρρυνση

(la) **recommandation** ▸ le conseil = η σύσταση, η συμβουλή

rédiger ▸ συντάσσω
- (la) rédaction = *η σύνταξη, η έκθεση*

PAGES 86-87

(cet) **article traite** de ▸ ο άρθρο αυτό πραγματεύεται…

(l') **astuce** (NOM FÉMININ) ▸ το κόλπο, το έξυπνο μυστικό, η συμβουλή, το tip

(le) **bon équilibre** ▸ η καλή ισορροπία

(la) **bonne occasion** ▸ η καλή ευκαιρία

(le) **cadre** ▸ το πλαίσιο (…και το στέλεχος μιας εταιρείας)

compléter ▸ συμπληρώνω
- (le) complément = *ένα συμπλήρωμα*

(la) **correspondance** ▸ η αλληλογραφία
- (le/la) correspondant-e = *αυτός(η) με τον(ην) οποίο(α) αλληλογραφούμε, ο/η φίλος(η) δι' αλληλογραφίας*

créatif-ve ▸ δημιουργικός(ή)

(le) **défi** ▸ μία πρόκληση

fixer des limites ▸ καθορίζω τα όρια

(le) **moment de détente** ▸ η στιγμή χαλάρωσης

(la) **jouissance** ▸ η απόλαυση

c'est **parfait** ▸ είναι τέλειο

profiter de ▸ bénéficier de = jouir de = επωφελούμαι,απολαμβάνω
- (le) profit = le bénéfice = *το κέρδος, το όφελος*

relâcher des contraintes ▸ αφήνω τους περιορισμούς

réposer sur ▸ στηρίζομαι σε

sinon ▸ autrement = αλλιώς, ειδάλλως

surcharger ▸ υπερφορτώνω

(le) **thème** à dégager ▸ το θέμα που πρέπει να αναλυθεί, να αναδειχθεί

(les) **vacances idéales** ▸ οι ιδανικές διακοπές

Construire son avenir

LEXIQUE

UNITÉ 04

PAGE 89

avancer (VERBE) ▸ προχωρώ, προοδεύω
- avancé-e = *προχωρημένος(η)*
- progresser = *προοδεύω*
- faire des progrès = *κάνω προόδους*
- (le) progrès = *η πρόοδος*
- avancer à son rythme = progresser à son rythme = *προχωρώ με τον δικό μου ρυθμό*

(la) **capacité** (NOM) ▸ η ικανότητα
≠ (l') incapacité = *η ανικανότητα*
- capable = *ικανός-η*
≠ incapable = *ανίκανος(η)*

commencer à (VERBE) ▸ se mettre à = αρχίζω να
- commencer par = débuter par = *αρχίζω με*
- (le) commencement = le début = *η αρχή*

communiquer avec (VERBE) ▸ échanger avec = επικοινωνώ με
- (la) communication = *η επικοινωνία*
- (l') échange d'idées = *η ανταλλαγή ιδεών*
- (les) échanges avec les élèves = *συζητήσεις με τους μαθητές*

comprendre (VERBE) ▸ καταλαβαίνω
- (la) compréhension = *η κατανόηση*
- compréhensif-ve = *αυτός(ή) που δείχνει κατανόηση*
- je me sens compris-e = *νιώθω ότι με καταλαβαίνουν*

connaître (VERBE) ▸ γνωρίζω
- (la) connaissance = *η γνώση, η γνωριμία*
- faire la connaissance de quelqu'un = *γνωρίζω κάποιον πρώτη φορά*

continuer (VERBE) ▸ συνεχίζω
- (la) continuation = *η συνέχιση, η συνέχεια*
- continu-e (ADJECTIF) = *συνεχής*
- continuellement = *συνεχώς, διαρκώς*

découvrir (VERBE) ▸ ανακαλύπτω
- (la) découverte = *η ανακάλυψη*

déjà ≠ ne ... pas encore ▸ ήδη ≠ όχι ακόμη

en lien avec ▸ en rapport avec = σε σχέση με

essayer de + infinitif (VERBE) ▸ tenter de + infinitif = προσπαθώ να
- (l') essai = la tentative = *η προσπάθεια*

faire des études ▸ κάνω σπουδές / étudier = σπουδάζω, μελετώ
- (les) études = *οι σπουδές*
- (l') étude = *η μελέτη*
- (l') étudiant-e = *ο/η σπουδαστής(τρια), ο/η φοιτητής(τρια)*

(le) **métier** (NOM) ▸ la profession = το επάγγελμα
* ATTENTION : la matière = la discipline = *το μάθημα, το γνωστικό αντικείμενο*

modernisé-e (ADJECTIF) ▸ actualisé-e = εκσυγχρονισμένος(η)
* ATTENTION : moderne = *μοντέρνος(η), σύγχρονος(η)*

motivé -e (ADJECTIF) ▸ παρακινημένος(η), με κίνητρο
- (la) motivation = *η παρακίνηση, το κίνητρο*
- motiver = *παρακινώ , δίνω κίνητρο*
- motivant-e = *αυτός(η) που δίνει κίνητρο*
- se motiver = *κινητοποιούμαι, βρίσκω κίνητρο*
≠ démotiver = *αποθαρρύνω*
- (la) démotivation = *η έλλειψη κινήτρου*

ouvrir le sujet ▸ ανοίγω ένα θέμα για συζήτηση / aborder le sujet = *προσεγγίζω ένα θέμα*
- ouvrir = *ανοίγω*
≠ fermer = *κλείνω*
- (l') ouverture = *το άνοιγμα*
≠ (la) fermeture = *το κλείσιμο*
- ouvert-e = *ανοικτός(η)*
≠ fermé-e = *κλειστός(ή)*
- s'ouvrir à = *ανοίγομαι σε*

précis-e (ADJECTIF) ▸ exact-e = ακριβής, συγκεκριμένος(η)
- (la) précision = *η ακρίβεια, η σαφήνεια*
- préciser = *διευκρινίζω*
- précisément = *ακριβώς*
- plus précisément = *πιο συγκεκριμένα*

(la) **possibilité** (NOM) ▸ η δυνατότητα
≠ (l') impossibilité = *η αδυναμία*
- possible (ADJECTIF) = *δυνατός(ή), εφικτός(ή)*
≠ impossible = *αδύνατος(η)*

(les) **projets futurs** ▸ les projets d'avenir = τα μελλοντικά σχέδια
- (le) projet = *το σχέδιο*
- construire des projets = *καταστρώνω σχέδια*
- élaborer des projets = *διαμορφώνω σχέδια*

rencontrer (VERBE) ▸ συναντώ
- (la) rencontre = *η συνάντηση*
- rencontrer des amis = *συναντώ φίλους*
- rencontrer des difficultés = *αντιμετωπίζω δυσκολίες*

(les)**sciences** (NOM) ▸ οι επιστήμες
- (la) science = *η επιστήμη*
- scientifique = *επιστημονικός(ή)*
- (le/la) scientifique = *ο/η επιστήμονας*

servir à (VERBE) ▸ être utile pour = χρησιμεύω για
* ATTENTION : se servir de = utiliser = *χρησιμοποιώ*

surtout ▸ principalement = κυρίως, προπάντων

(la) **tradition** (NOM) ▸ η παράδοση
- (les) mœurs = les habitudes sociales = *τα ήθη*
- (les) coutumes = les traditions = *τα έθιμα*
- (les) us = *οι συνήθειες, τα καθιερωμένα έθιμα*

visiter (VERBE) ▸ επισκέπτομαι έναν τόπο / χώρο
- je visite l'Acropole = *επισκέπτομαι την Ακρόπολη*
* ATTENTION : rendre visite à + personne = aller voir = επισκέπτομαι κάποιον
ex il rend visite à ses grands-parents tous les vendredis = *επισκέπτεται τους παππούδες του κάθε Παρασκευή*

PAGE 90

apprendre à son rythme ▸ μαθαίνω με τον δικό μου ρυθμό

aussi ▸ également = επίσης

(la) **bibliothèque** (NOM) ▸ η βιβλιοθήκη (ο χώρος, το έπιπλο)
- (le) CDI = centre de documentation et d'information = *το κέντρο τεκμηρίωσης και πληροφόρησης του σχολείου (η σχολική βιβλιοθήκη και χώρος έρευνας και μελέτης)*
- (la) librairie = το *βιβλιοπωλείο*

(la) **cantine** (NOM) ▸ le restaurant scolaire = το σχολικό εστιατόριο

compliqué-e (ADJECTIF) ▸ complexe = *περίπλοκος(η)*
- compliquer = *περιπλέκω*

corriger (VERBE) ▸ διορθώνω
- (la) correction = *η διόρθωση / la dictée corrigée = μία διορθωμένη ορθογραφία*
- (le) correcteur = *το διορθωτικό, το blanco*
- (le/la) correcteur- rice = *ο/η διορθωτής(τρια)*

(la) **cour de récréation** ▸ la cour = η αυλή του σχολείου, το προαύλιο
* ATTENTION : le cours = *το μάθημα*
- je cours (courir) = *τρέχω (ρήμα «τρέχω »)*

demander ▸ απαιτώ, ζητώ
- (la) demande = *η απαίτηση, το αίτημα*

se **détendre** (VERBE) ▸ se relaxer = χαλαρώνω
- (la) détente = la relaxation = *η χαλάρωση*

donner des devoirs ▸ βάζω, αναθέτω εργασίες για το σπίτι
- (les) devoirs = *οι εργασίες για το σπίτι*
- devoir = *οφείλω*
- (le) devoir = *το καθήκον, η υποχρέωση*

(l') **école maternelle** ▸ το νηπιαγωγείο (PS, MS, GS)
- l'école primaire = *το δημοτικό σχολείο* (5 ans : CP, CE1, CE2, CM1, CM2)
- (le) collège = *το γυμνάσιο* (4 ans : *6e , 5e, 4e, 3e*
- (le) lycée = *το λύκειο* (3 ans : *2nde , 1ère, Terminale)*

Construire son avenir

LEXIQUE

(l') **EPS** (l'éducation physique et sportive) ▸ η Φυσική Αγωγή

encourager (VERBE) ▸ ενθαρρύνω
- ≠ **décourager** = *αποθαρρύνω*
- (l') **encouragement** = *η ενθάρρυνση*
  ≠ (le) **découragement** = *η αποθάρρυνση*
- **encourageant-e** = *ενθαρρυντικός(ή)*
  ≠ **décourageant-e** = *αποθαρρυντικός(ή)*

(l') **erreur** (NOM) ▸ la faute = το λάθος, το σφάλμα

(l') **espace** (NOM) ▸ le lieu = ο χώρος, ο τόπος

étudier (VERBE) ▸ σπουδάζω, μελετώ
- (les) **études** = *οι σπουδές*
- **faire des études** = *κάνω σπουδές*
- **étudier en ligne** = *étudier à distance = σπουδάζω διαδικτυακά, εξ αποστάσεως*
  ≠ **étudier en présentiel** = *σπουδάζω με φυσική παρουσία*

exigeant-e (ADJECTIF) ▸ απαιτητικός(ή)
- **exiger** = *απαιτώ*
- (l') **exigence** = *η απαίτηση*

(les)**expériences** (NOM) ▸ τα πειράματα

expliquer bien ▸ εξηγώ καλά
- ≠ expliquer mal = *εξηγώ άσχημα*

fatigant-e (ADJECTIF) ▸ κουραστικός-η (που προκαλεί κούραση)
- **fatiguer** = *κουράζω*
- **se fatiguer** = *κουράζομαι*
- (la) **fatigue** = *η κούραση*
- **fatigué-e** (ADJECTIF) = *κουρασμένος(η)*
  ≠ infatigable = *ακούραστος(η)*

strict-e (ADJECTIF) ▸ sévère = austère = αυστηρός(ή)
- ≠ **indulgent-e** = *επιεικής*
  = laxiste = trop permissif
  = *υπερβολικά ελαστικός(η)*

(le) **gymnase** (NOM) ▸ το γυμναστήριο
- * ATTENTION : *le collège = το γυμνάσιο*

jouer à + sport , jeu ▸ παίζω + άθλημα, παιχνίδι
- (le) **joujou** = *το παιχνιδάκι (παιδικό)*
- (le) **jouet** = *το παιχνίδι (αντικείμενο)*
- (le) **jeu** = *το παιχνίδι, η δραστηριότητα, το παιχνίδι με κανόνες*

laisser son travail ▸ abandonner son travail = αφήνω την εργασία μου

(le) **labo** (NOM) ▸ le laboratoire = το εργαστήριο

(le) **lycée général** ▸ το γενικό λύκειο (ΓΕ.Λ)
- (le) **lycée technologique** = *το τεχνολογικό λύκειο (στη Γαλλία προετοιμάζει για ανώτερες σπουδές τεχνολογικού χαρακτήρα)*
- (le) **lycée professionnel** = *το επαγγελματικό λύκειο (ΕΠΑ.Λ) (στη Γαλλία είναι προσανατολισμένο στην εκμάθηση συγκεκριμένου επαγγέλματος με στόχο την άμεση ένταξη στην αγορά εργασίας)*

passer le bac ▸ passer le baccalauréat = δίνω εξετάσεις για το γαλλικό απολυτήριο
- **obtenir le bac** = *παίρνω το γαλλικό απολυτήριο*

passionnant-e (ADJECTIF) ▸ très intéressant-e = fascinant-e = συναρπαστικός(ή)
- (la) **passion** = *το πάθος*
- **passionner** = *συναρπάζω*
- **se passionner pour** = *παθιάζομαι με*
- **passionné-e** = *παθιασμένος(η)*

poser des problèmes ▸ causer des difficultés δημιουργώ, θέτω προβλήματα

quelquefois ▸ parfois = de temps en temps = μερικές φορές, πότε-πότε

suivre le cours ▸ παρακολουθώ το μάθημα = assister au cours = παραβρίσκομαι στο μάθημα
- **prendre des cours** = *κάνω μαθήματα*
- (le) **cours** = *το μάθημα*
- * ATTENTION : la cour = *η αυλή*
- **je cours** = *τρέχω (v.courir)*

(le) **système éducatif** ▸ le système d'enseignement = το εκπαιδευτικό σύστημα

travailler à distance ▸ télétravailler = εργάζομαι εξ αποστάσεως
- ≠ **travailler en présentiel** = travailler sur place = *εργάζομαι με φυσική παρουσία*

utiliser (VERBE) ▸ se servir de = χρησιμοποιώ
- (l') **utilisation** = *η χρήση*
- (l') **utilité** = *η χρησιμότητα*

(la) **vie scolaire** ▸ η σχολική ζωή
- (la) **scolarité** = η σχολική φοίτηση

PAGE 92

acquérir (VERBE) ▸ αποκτώ
- (l') **acquisition** (NOM FÉM.) = *η απόκτηση*
- **acquis-e** = *αποκτημένος(η) , κεκτημένος(η)*
- (l') **acquis** = *το κεκτημένο, κάτι που έχει αποκτηθεί*
- (les) **acquis** = *τα κεκτημένα, οι αποκτημένες γνώσεις*
- **acquérir des connaissances** = *αποκτώ γνώσεις*
- **acquérir des compétences** = *αποκτώ δεξιότητες /*

CONJUGAISON :
Présent : *j'acquiers, tu acquiers, il acquiert, nous acquérons, vous acquérez, ils acquièrent*
Passé Composé : *j'ai acquis*
Futur Simple : *j'acquerrai*

avoir peur de ▸ craindre = φοβάμαι
- (la) **peur** = *ο φόβος*
- **faire peur à** = effrayer = *τρομάζω κάποιον*

(la) **francophonie** (NOM) ▸ η γαλλοφωνία *(δηλ. το σύνολο των ανθρώπων και χωρών που χρησιμοποιούν την γαλλική γλώσσα ως μητρική ή επίσημη γλώσσα ή ως γλώσσα εκπαίδευσης)*
- **francophone** = *γαλλόφωνος(η) (μιλά γαλλικά χωρίς αυτό να σημαίνει ότι είναι Γάλλος)*

se **limiter** à (VERBE) ▸ περιορίζομαι σε
- **limiter** = *περιορίζω*
- **limité-e** = *περιορισμένος(η)*
  ≠ **illimité-e** = *απεριόριστος(η)*
- (la) **limite** = *το όριο*
- (la) **limitation** = *ο περιορισμός*

mémoriser ▸ απομνημονεύω
- (la) **mémorisation** = *η απομνημόνευση*
- (la) **mémoire** = *η μνήμη*

pratiquer ▸ κάνω εξάσκηση
ex pratiquer le français = *εξασκώ τα γαλλικά*

répéter (VERBE) ▸ επαναλαμβάνω, κάνω πρόβα
- (la) **répétition** = *η επανάληψη ή η πρόβα*
- * ATTENTION : **réviser** = κάνω επανάληψη, ξαναδιαβάζω
- (la) **révision** = *η επανάληψη*

surmonter (VERBE) ▸ dépasser = ξεπερνώ
- **surmonter des difficultés** = dépasser des difficultés = *ξεπερνώ δυσκολίες*

uniquement ▸ seulement = μόνο, αποκλειστικά

PAGE 94

arts et **communication** ▸ τέχνες και επικοινωνία (MME)
- (l') **artiste** = *ο/η καλλιτέχνης*
- le/la **journaliste** = *ο/η δημοσιογράφος*
- le/la **photographe** = *ο/η φωτογράφος*
- le/la **graphiste** = *ο/η γραφίστας*

choisir son orientation ▸ επιλέγω την κατεύθυνσή μου (για σπουδές, για επαγγελματική πορεία)
- (l') **orientation** = *ο προσανατολισμός*
- (le) **conseiller d'orientation** = *ο σύμβουλος επαγγελματικού προσανατολισμού = il aide les élèves à choisir leur métier = βοηθάει τους μαθητές να διαλέξουν το επάγγελμά τους*
- **l'élève parle avec le conseiller d'orientation** = *ο μαθητής μιλάει με τον σύμβουλο προσανατολισμού*

(le) **commerce** (NOM) ▸ το εμπόριο, ο εμπορικός τομέας
- le/la **commerçant-e** = *ο/η έμπορος*
- le/la **vendeur-se** = ο/η *πωλητής(τρια)*
- le/la **caissier-ère** = *ο/η ταμίας*
- le/la **responsable de magasin** = *ο/η υπεύθυνος(η) καταστήματος*

connaître les options ▸ connaître les possibilités = connaître les choix possibles = γνωρίζω τις επιλογές, τις δυνατότητες, τις πιθανές επιλογές

Construire son avenir

LEXIQUE

découvrir les métiers ▸ ανακαλύπτω επαγγέλματα (έρχομαι σε επαφή και μαθαίνω για αυτά)

(les) **domaines professionnels** ▸ les secteurs professionnels = οι επαγγελματικοί τομείς

droit et **justice** ▸ Ο νομικός και δικαστικός κλάδος
- (le) droit = *το δίκαιο*
- (la) justice = *η δικαιοσύνη*
- (l') avocat-e = *ο/η δικηγόρος*

(l') **éducation** (NOM) ▸ η εκπαίδευση, η αγωγή
- (l') éducateur- trice = *ο/η παιδαγωγός*
- éduquer = *εκπαιδεύω, διαπαιδαγωγώ*
- éducatif-ve (ADJECTIF) = *εκπαιδευτικός(ή), παιδαγωγικός(ή)*
- le/la professeur-e = *ο/η καθηγητής(τρια)*
- le/la bibliothécaire = *ο/η βιβλιοθηκονόμος*

faire un stage en entreprise ▸ κάνω μία πρακτική άσκηση σε μία επιχείρηση
- (le) stage = la période de formation pratique = *η πρακτική άσκηση*
- le/la stagiaire = *ο/η ασκούμενος(η)*
- faire un stage = effectuer un stage = *κάνω πρακτική άσκηση*
- choisir un stage = sélectionner un stage = *επιλέγω πρακτική άσκηση*
- (le) stage d'observation = un stage de découverte = *μία πρακτική παρατήρησης, γνωριμίας με ένα επάγγελμα*

faire un métier ▸ exercer un métier = exercer une profession = ασκώ ένα επάγγελμα

(l') **informaticien-ne** (NOM) ▸ *ο/η ειδικός στην πληροφορική*
- (l') informatique = *η πληροφορική*

(l') **ingénieur-e** (NOM) ▸ ο/η πολιτικός μηχανικός
- (l') ingénierie = *η μηχανική, ο κλάδος των μηχανικών*

(le) **métier** concret ▸ το χειρωνακτικό / πρακτικό επάγγελμα
* ATTENTION : *concret- concrète = συγκεκριμένος(η)*

observer des professionnels ▸ παρακολουθώ επαγγελματίες (κατά την εργασία τους/ τον τρόπο που εργάζονται)

(la) **santé** (NOM) ▸ η υγεία
- (le) médecin = *ο γιατρός ,*
- (la) médecin = *η γιατρός*
- (la) femme médecin = *η γιατρός*
- (la) médecine = *η ιατρική*
- (l') infirmier-ère = *ο/η νοσοκόμος, ο/η νοσηλευτής(τρια)*
- le/la pharmacienne = *ο/η φαρμακοποιός*

(les) **services** (NOM) ▸ ο τομέας των υπηρεσιών / οι υπηρεσίες
- le/la serveur-se = *ο/η σερβιτόρος(α)*
- le-la réceptionniste = *ο/η υπάλληλος υποδοχής*
- (le) chef cuisinier = *ο αρχιμάγειρας*
- (la) cheffe cuisinière = *η αρχιμαγείρισσα*
- le/la secrétaire = *ο/η γραμματέας*

(le) **sport** (NOM) ▸ ο αθλητισμός (ως τομέας)
- sportif- sportive = *αθλητικός(ή)*
- (l') entraîneur-euse = *ο/η προπονητής(τρια)*
- s'entraîner = *προπονούμαι*
- le/la kinésithérapeute = le/la kiné = ο/η *φυσικοθεραπευτής(τρια)*

technologie et **construction** ▸ τεχνολογία και κατασκευές
- (l') architecte = *ο/η αρχιτέκτονας*
- construire = *κατασκευάζω*

(le) **tourisme** (NOM) ▸ ο τουρισμός
- le/la guide touristique = *ο/η ξεναγός*
- (l') agent-e de voyage = ο/*η ταξιδιωτικός πράκτορας*
- (l') hôtesse d'accueil = *η υπάλληλος υποδοχής*

PAGES 96-97

apprécier (VERBE) ▸ εκτιμώ
- (l') appréciation = *η εκτίμηση*

en dehors de ▸ έξω από, εκτός από

en effet, ▸ effectivement = πράγματι, όντως
- * ATTENTION : *en fait = en réalité = στην πραγματικότητα*

(les) **qualités** d'un professeur = τα προσόντα ενός καθηγητή

PAGE 98

approuver (VERBE) ▸ εγκρίνω, επιδοκιμάζω
- (l') approbation = l'accord = *η επιδοκιμασία*
- approuvé-e = *εγκεκριμένος(η)*

arriver à (VERBE) ▸ parvenir à = *καταφέρνω να*
- Je n'arrive pas à = je ne parviens pas à = *δεν καταφέρνω να*

calmement ▸ ήρεμα
- calme = *ήρεμος(η)*
- (le) calme = *η ηρεμία*
- calmer quelqu'un = *ηρεμώ κάποιον*
- se calmer = *ηρεμώ (εγώ)*

ce n'est pas grave mais ▸ δεν είναι σοβαρό, αλλά

c'est indispensable pour ▸ c'est essentiel pour = είναι απαραίτητο για να

c'est normal de + infinitif ▸ il est normal de + infinitif = είναι φυσιολογικό να

davantage ▸ ακόμα περισσότερο

douter (VERBE) ▸ αμφιβάλλω
- (le) doute = *η αμφιβολία*

encourager (VERBE) ▸ ενθαρρύνω
- (l') encouragement = le soutien = *η ενθάρρυνση, η υποστήριξη*
- (le) courage = *το θάρρος*

envisager de (VERBE) ▸ σχεδιάζω να
* ATTENTION : envisager = *αντιμετωπίζω = affronter = faire face à*

exprimer une intention ▸ εκφράζω μια πρόθεση
- avoir l'intention de = *έχω την πρόθεση να*

exprimer un problème ▸ exposer un problème = εκφράζω , διατυπώνω ένα πρόβλημα

proposer une solution ▸ suggérer une solution = προτείνω μια λύση

réagir (VERBE) ▸ αντιδρώ
- (la) réaction = *η αντίδραση*

tu as encore du temps pour ▸ il te reste du temps pour = έχεις ακόμη χρόνο για να

Vas-y ▸ Continue ! = Προχώρα!, Άντε!, Συνέχισε!

PAGES 100-101

s' **adapter** à (VERBE) ▸ προσαρμόζομαι σε
- (l') adaptation = *η προσαρμογή*
- être adapté-e à = *είμαι προσαρμοσμένος(η) σε*

* ATTENTION : adopter = *υιοθετώ*
- (l') adoption = *η υιοθεσία*

ainsi ▸ de cette manière = de cette façon = έτσι, κατ' αυτόν τον τρόπο

autrement ▸ différemment = διαφορετικά, αλλιώς

(les) **centres d'intérêts** ▸ les intérêts = τα ενδιαφέροντα
- (les) goûts = *les préférences = οι προτιμήσεις, τα γούστα*

changer avec le temps ▸ αλλάζω με τον καιρό, όσο περνάει ο χρόνος

choisir de (VERBE) ▸ επιλέγω να
- (le) choix = *η επιλογή*

choisir sa voie ▸ choisir son orientation = επιλέγω την κατεύθυνσή μου, την κλίση μου

(les) **compétences numériques** ▸ οι ψηφιακές δεξιότητες

confirmer (VERBE) ▸ επιβεβαιώνω
- (la) confirmation = *η επιβεβαίωση*

(les) **connaissances techniques** ▸ les savoirs techniques = οι τεχνικές γνώσεις

correspondre à ▸ convenir à = être conforme à = αντιστοιχώ σε, ταιριάζω με

court-e ▸ bref- brève
- ≠ long-longue = *σύντομος(η), μακρύς(ιά), μεγάλης διάρκειας*

(le) **créateur de contenu** ▸ ο δημιουργός περιεχομένου

(le) **développeur** d'applications ▸ le programmeur d'applications = ο προγραμματιστής, ο δημιουργός εφαρμογών

Construire son avenir

LEXIQUE

donner envie de ▸ donner le désir de = κάνω κάποιον να θέλει να

(les) **échanges virtuels** ▸ les interactions en ligne = οι αλληλεπιδράσεις στο διαδίκτυο

effectuer (VERBE) ▸ réaliser = πραγματοποιώ

essentiel-le (ADJECTIF) ▸ indispensable = ουσιώδης, απαραίτητος(η)

évoluer (VERBE) ▸ εξελίσσομαι
- (l') **évolution** = *η εξέλιξη*

(l') **expert-e en IA** ▸ le-la spécialiste en intelligence artificielle = ο/η ειδικός(ή) στην τεχνητή νοημοσύνη

se **faire de nouveaux amis** ▸ nouer de nouvelles amitiés = κάνω νέους φίλους

faire une partie de ses études
▸ effectuer une partie de ses études = πραγματοποιώ μέρος των σπουδών μου

gagner en confiance (EXPRESSION) ▸ prendre confiance = αποκτώ αυτοπεποίθηση

hésiter (VERBE) ▸ διστάζω
- (l') **hésitation** = *ο δισταγμός*

(les) **métiers** du numérique
▸ les professions du numérique = τα επαγγέλματα του ψηφιακού τομέα

(les) **métiers manuels** ▸ les professions manuelles = τα χειρωνακτικά επαγγέλματα

mettre de la pression sur quelqu'un (EXPRESSION) ▸ πιέζω κάποιον

(s') **ouvrir** au monde (EXPRESSION) ▸ découvrir le monde = être ouvert au monde = ανοίγομαι στον κόσμο

(les) **opportunités** (NOM) ▸ les occasions = οι ευκαιρίες

permettre à quelqu'un de faire quelque chose (EXPRESSION) ▸ donner la possibilité à quelqu'un de faire quelque chose = επιτρέπω / δίνω τη δυνατότητα σε κάποιον να κάνει κάτι

(les) **qualités humaines** ▸ οι ανθρώπινες αρετές

recruter (VERBE) ▸ embaucher = προσλαμβάνω
- (le) **recrutement** = l'embauche = *η πρόσληψη*

réfléchir à (VERBE) ▸ σκέφτομαι προσεκτικά = penser à = σκέφτομαι γενικά
- (la) **réflexion** = la pensée = *η σκέψη, ο προβληματισμός*

(la) **spécialité** en cybersécurité
▸ η εξειδίκευση στην κυβερνοασφάλεια

(le) **salaire** (NOM) ▸ ο μισθός
- le/la **salarié-e** = *ο/η μισθωτός(ή)*

tout le monde ▸ tous = όλοι, όλος ο κόσμος
* ATTENTION : **le monde entier** = *toute la planète = ολόκληρος ο κόσμος*

Profiter de son temps libre

LEXIQUE

PAGE 111

(l') **accessoire** (NOM MASCULIN)
▸ un objet supplémentaire de notre apparence = το αξεσουάρ

(s') **amuser** (VERBE) ▸ se distraire = se divertir = διασκεδάζω
- (l') **amusement** (NOM MASCULIN) = (la) distraction = (le) divertissement = *διασκέδαση*
- **amusant-e** = *divertissant-e = διασκεδαστικός(ή)*

(la) **bienvenue** (NOM) ▸ το καλωσόρισμα

(le) **cadeau** (NOM) ▸ το δώρο

(se) **défendre** (VERBE) ▸ se protéger = αμύνομαι
- (la) **défense** = l'interdiction (NOM FÉM) = *η απαγόρευση /η άμυνα*

(se) **détendre** (VERBE) ▸ se relaxer = χαλαρώνω
- (la) **détente** = (la) **relaxation** = *η χαλάρωση*

(l') **événement** (NOM MASCULIN) ▸ (le) fait = το γεγονός

faire partie de (EXPRESSION) ▸ appartenir à, être membre de, participer à = αποτελώ μέρος
- (la) **partie** = *το μέρος,*
- (le) **parti** = *το πολιτικό κόμμα*

(le) **gâteau** ▸ = το γλυκό

(le) **jeu de société** (NOM) ▸ το επιτραπέζιο παιχνίδι

(les) **loisirs** (NOM) ▸ tout ce qu'on fait pendant notre temps libre = οι ασχολίες στον ελεύθερο χρόνο

(la) **mode** (NOM) ▸ η μόδα
- (le) **mode** = *ο τρόπος*

(le) **mouvement** (NOM) = (le) geste = η κίνηση, η χειρονομία

recevoir (VERBE) ▸ accepter = accueillir = δέχομαι, υποδέχομαι
- (la) **réception** = (la) acceptation = (l') accueil (NOM FÉM) = *η υποδοχή*
- **recevoir un cadeau** - *δέχομαι ένα δώρο*
- **accepter une proposition** = *δέχομαι μία πρόταση*
- **accueillir quelqu'un** = *υποδέχομαι / καλωσορίζω κάποιον*

siffler (VERBE) ▸ σφυρίζω
- (le) **sifflement** = *το σφύριγμα*

souffler (VERBE) ▸ φυσάω, ανασαίνω
- (le) **souffle** = (la) respiration = *η ανάσα*
- **couper le souffle** = *μου κόβεται η ανάσα*
- **souffler les bougies** = *σβήνω τα κεράκια*

(la) **tenue** (NOM) ▸ (le) costume, (le) vêtement = φορεσιά

varier (VERBE) ▸ diversifier, modifier = ποικίλλω
- (la) **variété** = *η ποικιλία*
- (la) **variation** = *η διακύμανση, η παραλλαγή*

PAGE 112

(l') **activité sportive** (NOM FÉMININ) ▸ αθλητική δραστηριότητα
- (l') **activité extrascolaire** (NOM FÉMININ) = *η εξωσχολική δραστηριότητα*

apprendre (VERBE) ▸ μαθαίνω
- (l') **apprentissage** (NOM MASC) = *η μάθηση*
- (l') **apprenti** = *ο μαθητευόμενος*

(l') **atelier artistique** (NOM MASC) ▸ καλλιτεχνικό εργαστήρι

fêter un anniversaire (VERBE) ▸ célébrer un anniversaire = γιορτάζω τα γενέθλια, μια επέτειο
- **Joyeux anniversaire** = *χαρούμενα γενέθλια*

(le) **quotidien** (NOM) ▸ la vie quotidienne = la vie de tous les jours = η καθημερινότητα

profiter de (VERBE) ▸ bénéficier de = jouir de = επωφελούμαι,απολαμβάνω
- (le) **profit** = (le) **bénéfice** = *το κέρδος, το όφελος*
- (la) **jouissance** = *η απόλαυση*

(la) **série télévisée** (NOM) ▸ η τηλεοπτική σειρά

PAGE 113

dehors ▸ έξω από
≠ dedans = *μέσα σε*

PAGE 114

assister à un concert ▸ παρακολουθώ μία συναυλία

(le) **bienfait** ▸ le bénéfice = το όφελος

(la) **comédie** ▸ η κωμωδία
- (le) **film d'aventure** = *η ταινία περιπέτειας*
- (le) **film fantastique** = *η ταινία φαντασίας*
- (le) **film de science-fiction** = *η ταινία επιστημονικής φαντασίας*
- (le) **film d'horreur** = *η ταινία τρόμου*
- (le) **film d'action** = *η ταινία δράσης*
- (le) **film romantique** = *η ρομαντική ταινία*
- (le) **film d'animation** = *η ταινία κινουμένων σχεδίων*

(le) **concert** ▸ η συναυλία

découvrir un nouveau monde ▸ ανακαλύπτω έναν καινούριο κόσμο

échanger (VERBE) ▸ ανταλλάσσω
- (l') **échange** (NOM MASC) = *η ανταλλαγή*

enrichir (VERBE) ▸ rendre plus riche = εμπλουτίζω
- (l') **enrichissement** (NOM MASC) = *ο εμπλουτισμός*

(s') **évader de** (VERBE) ▸ fuir de = δραπετεύω
- (l') **évasion** (NOM FÉMININ) = *la fuite = η φυγή, η απόδραση*

lire (VERBE) ▸ διαβάζω
- (la) **lecture** = η ανάγνωση
- le/la **lecteur-trice** = *ο/η αναγνώστης(στρια)*

(les) **loisirs culturels** ▸ οι πολιτιστικές δραστηριότητες

partager ses expériences ▸ transmettre son expérience, échanger son vécu = μοιράζομαι τις εμπειρίες μου

stimuler (VERBE) ▸ encourager = ενθαρρύνω, διεγείρω
- (la) **stimulation** = *η παρότρυνση, η ενθάρρυνση, η διέγερση*
- **stimuler l'imagination** = *διεγείρω τη φαντασία*

(le) **style de musique** ▸ το μουσικό στυλ, το είδος της μουσικής

PAGE 116

(se) **déguiser** (VERBE) ▸ se masquer = μεταμφιέζομαι
- (le) **déguisement** = *η μεταμφίεση*

(les) **feux d'artifice** ▸ τα πυροτεχνήματα

(la) **fête** du 14 juillet ▸ η γιορτή της 14ης Ιουλίου *(la prise de la Bastille = η πτώση της Βαστίλης)*
- (la) **fête nationale française** = *η εθνική εορτή της Γαλλίας*

joyeux (ADJECTIF) ▸ heureux = χαρούμενος
- (la) **joie** = *η χαρά*
- jouir de = *χαίρομαι*

(le) **Nouvel An** ▸ η Πρωτοχρονιά

(l') **objet personnalisé** (NOM MASC) ▸ ένα προσωπικό αντικείμενο

partager un repas ▸ μοιράζομαι ένα γεύμα

(les) **proches** (NOM) ▸ οι συγγενείς

se **réunir** (VERBE) ▸ συγκεντρώνομαι = se rencontrer.
- (la) **réunion** = la rencontre = *η συγκέντρωση, η συνάντηση*

PAGE 116

(s') **amuser** et **profiter** de l'ambiance ▸ διασκεδάζω και επωφελούμαι από την ατμόσφαιρα

(les) **bons côtés** ▸ οι καλές πλευρές

découvrir des traditions ▸ ανακαλύπτω τις παραδόσεις

fêtes et **célébrations** ▸ γιορτές και εορτασμοί

Profiter de son temps libre

LEXIQUE

passer du temps avec ses proches ▸ περνώ χρόνο με τους συγγενείς μου

(les) **raisons** de célébrer ▸ οι λόγοι για να γιορτάσουμε

(les) **types de fête** ▸ οι τύποι/τα είδη των γιορτών
- (les) fêtes familiales = *οι οικογενειακές γιορτές*
- (les) anniversaires = *τα γενέθλια, οι επέτειοι*
- Noël = *τα Χριστούγεννα*
- Pâques = *το Πάσχα*
- (les) fêtes traditionnelles = *οι παραδοσιακές γιορτές*
- (la) Chandeleur = *η Υπαπαντή (on mange des crêpes)*
- (les) fêtes culturelles = *οι πολιτιστικές γιορτές*
- (les) fêtes religieuses = οι θρησκευτικές γιορτές
- (la) fête du prénom = *η ονομαστική γιορτή*

PAGE 117

avoir envie de ▸ έχω διάθεση να
- (l') envie (NOM FÉMININ) = (le) désir, (la) jalousie = *η διάθεση, η επιθυμία, η ζήλια*

créer des souvenirs ▸ δημιουργώ αναμνήσεις

faire la vaisselle ▸ πλένω τα πιάτα

nettoyer la maison ▸ καθαρίζω το σπίτι
- (le) nettoyage = *ο καθαρισμός*

* ATTENTION : y > i + syllabe muette
CONJUGAISON :
Présent : *je nettoie, tu nettoies, il/elle nettoie, nous nettoyons, vous nettoyez, ils/elles nettoient*
Passé Composé : *j'ai nettoyé*
Futur Simple : *je nettoierai*

servir à (VERBE) ▸ χρησιμεύω
- se servir de = *χρησιμοποιώ*

* ATTENTION : *CONJUGAISON :*
Présent : *je sers, tu sers, il/elle sert, nous servons, vous servez, ils/ elles servent*
Passé Composé : *j'ai servi*
Futur Simple : *je servirai*

ranger ma chambre ▸ τακτοποιώ το δωμάτιό μου

réparer mon ordinateur ▸ επιδιορθώνω τον υπολογιστή μου
- réparer = fixer = *επιδιορθώνω*
- (la) réparation = *η επιδιόρθωση*

PAGE 118

(les) **avantages** (NOM) ▸ les pour = τα πλεονεκτήματα, τα υπέρ
≠ (les) inconvénients = les contre = *τα μειονεκτήματα, τα κατά*

(se) **comporter** (NOM) ▸ se conduire = συμπεριφέρομαι
- (le) comportement = la conduite = *η συμπεριφορά*
- (le) bon comportement = *η καλή συμπεριφορά*
≠ (le) mauvais comportement = *η κακή συμπεριφορά*

(le) **confort** (NOM) ▸ η άνεση
- (le/la) confortable = *ο/η άνετος(η)*

dépenser (VERBE) ▸ gaspiller = ξοδεύω, σπαταλώ
- (les) dépenses = *τα έξοδα*

élégant-e (ADJECTIF) ▸ chic = ο/η κομψός(ή)
- (l') élégance (NOM FÉM) = *η κομψότητα*

essayer (VERBE) ▸ tester = δοκιμάζω
- (l') essai (NOM MASC) = *η δοκιμασία*

exprimer mon style ▸ εκφράζω το στυλ μου
- (l') expression (NOM FÉM) = *η έκφραση*

faire des achats ▸ faire des magasins = flâner dans les magasins = κάνω ψώνια *(des vêtements, des chaussures = για ρούχα, παπούτσια…)*
- faire des courses = *κάνω ψώνια (des aliments…= για τρόφιμα...)*

(le) **gaspillage** ▸ η σπατάλη

(s') **habituer** à (VERBE) ▸ s'accoutumer à, se familiariser avec = συνηθίζω να
- (l') habitude (NOM FÉM) = (l') accoutumance (NOM FÉM) = (la) familiarisation = *η συνήθεια*
- habituel-le = commun-e = *συνηθισμένος(η)*
- habiter = *κατοικώ*
- (l') habitation (NOM FÉM) = *η κατοικία*

juger (NOM) ▸ estimer = κρίνω,δικάζω
- (la) justice = δικαιοσύνη
- le/la juge = *ο/η δικαστής*

manquer de ▸ perdre = χάνω
- (le) manque = *έλλειψη*

mettre (VERBE) ▸ βάζω
- mettre en place = mettre en application = *εγκαθιστώ, εφαρμόζω*
- mettre en œuvre = réaliser = *πραγματοποιώ*

personnaliser (VERBE) ▸ individualiser = εξατομικεύω
- (la) personnalisation = l'individualisation (NOM FÉM) = *η εξατομίκευση*
- (l') individu (NOM MASC) = *το άτομο*

porter (VERBE) ▸ φοράω
- porter des baskets = *φοράω αθλητικά παπούτσια*

puis ▸ après = μετά

SOS : **sentir** + élément extérieur ▸ μυρίζω
- avoir de l'intuition = έχω διαίσθηση
- ça sent bon = *μυρίζει ωραία*
≠ ça sent mauvais = *μυρίζει άσχημα*
- je sens du froid = *αισθάνομαι κρύο*
- je sens que tu as des problèmes = *διαισθάνομαι ότι έχεις προβλήματα*
- se sentir + adjectif ou adverbe
ex *Je me sens heureuse = νοιώθω ευτυχισμένη*
- je me sens bien = *αισθάνομαι χαρούμενη / αισθάνομαι καλά*
- éprouver = ressentir + nom
ex *J'éprouve de la joie = αισθάνομαι χαρά*

(les) **soldes** ▸ οι εκπτώσεις

(le) **style** vestimentaire ▸ το ενδυματολογικό στυλ

suivre (VERBE) ▸ accompagner = ακολουθώ

* ATTENTION : *CONJUGAISON :*
Présent : *je suis, tu suis, il/elle/on suit, nous suivons ,vous suivez, ils/elles suivent*
Passé Composé : *j'ai suivi*
Futur Simple : *je suivrai*

(la) **tendance** (NOM) ▸ μία τάση

* ATTENTION :
- (la) tentative = η *απόπειρα,*
- (la) tentation = *ο πειρασμός*

(le) **vêtement** (NOM) ▸ l' habit = το ρούχο, η ενδυμασία

(le) **vêtement** confortable ▸ άνετο ρούχο
≠ inconfortable = άβολο

(les) **vêtements responsables** = vêtements écologiques ▸ ρούχα από βιώσιμες πηγές

PAGE 120

de plus ▸ en plus (oral) = επιπλέον

en semaine ▸ pendant la semaine = μέσα στην εβδομάδα

si tu avais plus de temps libre, quelles nouvelles activités **aimerais-tu** essayer ? ▸ 2ÈME CONDITION : SI +IMPARFAIT > CONDITIONNEL PRÉSENT *(l'irréel au présent = το μη πραγματικό στο παρόν) = Αν είχες χρήματα, ποιες καινούριες δραστηριότητες θα ήθελες να δοκιμάσεις;*

souvent ▸ fréquemment = συχνά

PAGE 121

avoir un look ▸ avoir une apparence = έχω μία εμφάνιση

porter des tenues ▸ porter des vêtements = φοράω φορεσιές

pousser les jeunes à ▸ οδηγώ τους νέους να…

PAGE 122

être déçu ▸ είμαι απαγοητευμένος

Profiter de son temps libre

LEXIQUE

(l') **hésitation** (NOM FÉMININ) ▸ ο δισταγμός

juger (VERBE) ▸ κρίνω
- (le) jugement = *η κρίση*

motiver (VERBE) ▸ κινητοποιώ
- (la) motivation = *η κινητοποίηση*

satisfaire quelqu'un (VERBE) ▸ contenter = ικανοποιώ
- (la) satisfaction = *η ικανοποίηση*
- l'insatisfaction (NOM FÉM) = *η έλλειψη ικανοποίησης, η δυσαρέσκεια*
- satisfait-e = *ικανοποιημένος(η)*
  ≠ insatisfait-e de = *μη ικανοποιημένος(η) από, ο/η δυσαρεστημένος(η) από*

PAGE 123

(les) **articles indéfinis** ▸ τα αόριστα άρθρα

(se) **déplacer** (VERBE) ▸ μετακινούμαι
- (le) déplacement = *η μετακίνηση*

PAGES 124-125

(l') **ambiance** (NOM FÉM) ▸ l'atmosphère = η ατμόσφαιρα
- (l') ambiance est unique = *η ατμόσφαιρα είναι μοναδική*

améliorer (VERBE) ▸ rendre meilleur = βελτιώνω
- (l') amélioration (NOM FÉMININ) = *η βελτίωση, η καλυτέρευση*

assister à un festival ▸ παραβρίσκομαι σε ένα φεστιβάλ

(le) **bien-être** et la santé ▸ η ευεξία και η υγεία

consacrer plusieurs heures par jour à leurs loisirs ▸ αφιερώνουν πολλές ώρες την ημέρα στις δραστηριότητές του ελεύθερου χρόνου τους

durer (VERBE) ▸ διαρκώ
- (la) durée = *η διάρκεια*

en moyenne ▸ κατά μέσο όρο
- (la) moyenne = ο *μέσος όρος*

* ATTENTION : le moyen = *το μέσο*

empêcher de réussir ▸ εμποδίζει την επιτυχία

entraîner l'ennui ▸ provoquer l'ennui = προκαλώ πλήξη

gâcher l'expérience ▸ χαλώ την εμπειρία

(le) **harcèlement** ▸ ο εκφοβισμός

(l') **image irréaliste** (NOM FÉMININ) ▸ η μη πραγματική/μη ρεαλιστική εικόνα

(la) **mauvaise habitude** ▸ η κακή συνήθεια

mieux équilibrer sa vie ▸ εξισορροπώ καλύτερα στη ζωή μου

partager sa passion ▸ μοιράζομαι το πάθος μου

raconter ▸ narrer = αφηγούμαι

réduire (VERBE) ▸ diminuer = μειώνω,ελαττώνω
- (la) réduction = la diminution = *η μείωση, η ελάττωση*

passer du temps devant les écrans ▸ περνώ χρόνο μπροστά στις οθόνες

PAGES 126-127

attractif- ve (ADJECTIF) ▸ attirant-e = ελκυστικός(ή)
- (l') attraction (NOM FÉMININ) = *η έλξη, το αξιοθέατο*

(le) **bibliothécaire** (NOM) ▸ βιβλιοθηκάριος

commercial (ADJECTIF) ▸ εμπορικός
- (la) commercialisation = *η εμπορευματοποίηση*

complètement ▸ πλήρως, εντελώς

ennuyeux-se (ADJECTIF) ▸ βαρετός(ή)

environ ▸ à peu près = περίπου

inexistant-e (ADJECTIF) ▸ ανύπαρκτο(η)

interrompu-e (ADJECTIF) ▸ διακοπτόμενος(η), που έχει διακοπές, δεν είναι συνεχής

(l') **objectif** (NOM MASC) ▸ le but = ο σκοπός

plusieurs genres ▸ plusieurs types = πολλά είδη

(le) **public habituel** ▸ το συνηθισμένο κοινό

(la) **réunion** (NOM) ▸ η συνάθροιση, η σύσκεψη

sincère (ADJECTIF) ▸ franc-he = ειλικρινής
- (la) sincérité = (la) franchise = *η ειλικρίνεια*

PAGES 127-130

compter sur (VERBE) = υπολογίζω

(se) **dérouler** ▸ se passer = συμβαίνει

en intérieur ▸ σε εσωτερικό χώρο
≠ en extérieur = σε εξωτερικό χώρο

(l') **exigence scolaire** (NOM FÉMININ) ▸ η σχολική απαίτηση

(la) **pression scolaire** ▸ σχολική πίεση

(la) **pause** (NOM) ▸ la récréation = το διάλειμμα, η ανάπαυλα

rapprocher (VERBE) ▸ πλησιάζωse εξωτερικό χώρoune rapproche = η προσέγγιση

réservé (ici) ▸ attribué = «κρατημένος», αφιερωμένος

souffler (VERBE) ▸ αναπνέω

PAGES 132-134

davantage (ADVERBE) ▸ επιπλέον

encourager (VERBE) ▸ ενθαρρύνω

feuilleter (VERBE) ▸ ξεφυλλίζω

silencieux-euse (ADJECTIF) ▸ σιωπηλός(ή)

LEXIQUE

PAGE 135

actif-ve ▸ δραστήριος(α), ενεργός(ή)

- (l') activité = *η δραστηριότητα*
  ≠ inactif-ve = *αδρανής, μη δραστήριος(α)*
- (l') inactivité = *η αδράνεια*

(l') **alimentation** = η διατροφή
- alimentaire (ADJECTIF) = *διατροφικός(ή)*

attendre (VERBE) ▸ περιμένω
- (l') attente = *η αναμονή*

(le) **bac** (le baccalauréat) ▸ το απολυτήριο λυκείου

bien dans ma vie = νιώθω καλά στη ζωή μου
- (la) vie = *η ζωή*
- vivre (VERBE) = *ζω*

bien dans son corps ▸ à l'aise = νιώθω καλά με το σώμα μου, αισθάνομαι καλά σωματικά, αισθάνομαι άνετα

bouger (VERBE) = κινούμαι, έχω σωματική δραστηριότητα

calme (ADJECTIF) ▸ ήσυχος(η)
- (le) calme = *η ησυχία, η ηρεμία*

(la) **cause** ▸ η αιτία
- causer (VERBE) = προκαλώ

chaque jour = tous les jours = κάθε μέρα

(se) **coucher à heure fixe** (VERBE) ▸ ξαπλώνω για να κοιμηθώ μία συγκεκριμένη ώρα

ça me donne de l'énergie = αυτό μου δίνει ενέργεια

ça me rend + adj = αυτό με κάνει + επίθετο = ça me fait devenir + adj
- ça me rend heureux-se = *με κάνει ευτυχισμένο(η)*

efficace (ADJECTIF) ▸ αποτελεσματικός(ή)
- (l') efficacité = *η αποτελεσματικότητα*

éteindre le téléphone (VERBE)
▸ σβήνω (απενεργοποιώ) το τηλέφωνο
≠ allumer le téléphone = *ανοίγω, ανάβω το τηλέφωνο*
- éteindre = *σβήνω/απενεργοποιώ (συσκευή, φως)*

être en bonne santé = είμαι υγιής, έχω καλή υγεία

être pressé-e = βιάζομαι, είμαι βιαστικός(ή)

être stressé-e = être anxieux-se = être tendu-e = είμαι αγχωμένος(η)

faire attention à = προσέχω = être attentif-ve à = είμαι προσεκτικός(ή)

faire la liste ▸ φτιάχνω τη λίστα

faire une pause (VERBE) ▸ κάνω ένα διάλειμμα

grignoter (VERBE) ▸ manger entre les repas = τσιμπολογώ
- (le) grignotage = *το τσιμπολόγημα*

(l') **heure fixe** (NOM FÉMININ) ▸ η σταθερή ώρα

(l') **isolation** = η απομόνωση
- isolé-e = *απομονωμένος(η)*
- seul-e = *à l'écart = μόνος(η), απομονωμένος(η)*
- s'isoler = απομονώνομαι = se mettre à l'écart
- isoler = *απομονώνω = mettre à l'écart*

(la) **magie** ▸ η μαγεία

marcher (VERBE) ▸ περπατώ = aller à pied
- (la) marche = *το περπάτημα*

* ATTENTION :
(le) marché = *η αγορά, η λαϊκή αγορά*

objectif-ve = αντικειμενικός(ή)
- (l') ojectivité = *η αντικειμενικότητα*

(s') **organiser** (VERBE) ▸ οργανώνομαι
- organisé-e (ADJECTIF) = *οργανωμένος(η)*
- (l') organisation (NOM FÉM) = *η οργάνωση*

(la) **plateforme** ▸ η πλατφόρμα

(la) **piste** ▸ η πίστα , η διαδρομή

productif-ve = παραγωγικός(ή)
- produire (VERBE) ▸ *παράγω*
- (le) produit = *το προϊόν*

rendre + adjectif ▸ κάνω (κάποιον ή κάτι να γίνει + επίθετο)
ex les réseaux sociaux peuvent rendre les adolescents dépendants
= *τα κοινωνικά δίκτυα μπορούν να κάνουν τους νέους εξαρτημένους*
- rendre +nom = κάνω κάποιον κάτι
ex cette expérience l'a rendu meilleur = *αυτή η εμπειρία τον έκανε καλύτερο*
- rendre quelque chose à quelqu'un = *επιστρέφω κάτι σε κάποιον*
ex je rends le livre à Paul = *επιστρέφω το βιβλίο στον Παύλο*

respirer (VERBE) ▸ αναπνέω
- (la) respiration = *η αναπνοή*

rester en forme (VERBE) ▸ garder la forme = παραμένω σε φόρμα, διατηρώ καλή φυσική κατάσταση
- être en forme = *είμαι σε φόρμα*

sinon ▸ autrement = διαφορετικά, αλλιώς

(le) **sommeil** ▸ ο ύπνος
- avoir sommeil = avoir envie de dormir = *νυστάζω*
- avoir des troubles du sommeil
  = avoir des problèmes de sommeil
  = *έχω διαταραχές ύπνου*

(la) **vitalité** = η ζωτικότητα

PAGES 136-137

(l') **alimentation équilibrée** (NOM FÉMININ)
▸ (le) régime alimentaire équilibré
= η ισορροπημένη διατροφή
≠ (l') alimentation déséquilibrée
  = l' alimentation non équilibrée
  = *η μη ισορροπημένη διατροφή*
- (les) effets de l'alimentation
  = les conséquences de l'alimentation
  = *οι συνέπειες, τα αποτελέσματα της διατροφής*
- (les) aliments = *τα τρόφιμα*

améliorer (VERBE) ▸ βελτιώνω
- (l') amélioration = *η βελτίωση*
- amélioré-e = *βελτιωμένος(η)*

attentif-ve ▸ προσεκτικός(η)
- (l') attention = *η προσοχή*
- faire attention à = *προσέχω*

au contraire ▸ par contre = αντιθέτως

au quotidien ▸ tous les jours = καθημερινά

avoir mal à (VERBE) ▸ πονάω σε
- j'ai mal au ventre = *έχω πονόκοιλο*

* ATTENTION :
avoir du mal à = *δυσκολεύομαι να*

avoir soif (VERBE) ▸ διψώ
≠ avoir faim = *πεινώ*

(l') **hygiène de vie** (NOM FÉMININ) ▸ ο υγιεινός τρόπος ζωής , οι υγιεινές συνήθειες ζωής

(les) **boissons sucrées** ▸ τα γλυκά ποτά, τα ροφήματα που περιέχουν ζάχαρη

(la) **clé** ▸ το κλειδί = la clef

(le) **corps** ▸ το σώμα

cuisiner (VERBE) ▸ faire la cuisine = μαγειρεύω

depuis quelques semaines = εδώ και μερικές εβδομάδες
- depuis ▸ *εδώ και (χρονική διάρκεια)*

essayer de (VERBE) ▸ προσπαθώ να
- (l') essai = l'effort = *η προσπάθεια*

être de **mauvaise humeur**
▸ είμαι κακόκεφος(η), έχω κακή διάθεση
≠ être de bonne humeur = *είμαι ευδιάθετος(η), έχω καλή διάθεση*

être en forme ▸ είμαι σε φόρμα, έχω καλή φυσική κατάσταση = être en bonne forme

(les) **féculents** ▸ τα αμυλούχα τρόφιμα, τρόφιμα πλούσια σε άμυλο και υδατάνθρακες

(les) **habitudes alimentaires** (NOM FÉMININ)
▸ οι διατροφικές συνήθειες

(la) **malbouffe** ▸ η ανθυγιεινή διατροφή

manger équilibré ▸ τρώω ισορροπημένα

manger à des heures fixes ▸ τρώω σε σταθερές ώρες / manger à heures régulières = τρώω σε τακτικές ώρες

ne ... que ▸ μόνο
* ATTENTION : !!!
ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΑΡΝΗΣΗ

(l') **obésité** ▸ η παχυσαρκία
- obèse (ADJECTIF) = *παχύσαρκος(η)*

LEXIQUE

oublier (VERBE) ▸ ξεχνώ
≠ se souvenir de = *θυμάμαι*
• (l') oubli (NOM MASCULIN) = *η λήθη*

(le) **plat** ▸ το πιάτο *(le plat français = το γαλλικό πιάτο/έδεσμα)*
• (l') assiette plate (NOM FÉMININ) = *το ρηχό πιάτο (σερβίτσιο)*
• (l') assiette creuse = *το βαθύ πιάτο (σερβίτσιο)*
• (la) fourchette = *το πηρούνι*
• (le) couteau = *το μαχαίρι*
• (la) cuillère = *το κουτάλι*

prendre un repas par jour (VERBE) ▸ τρώω / παίρνω ένα γεύμα την ημέρα

(les) **protéines** ▸ οι πρωτεΐνες

provoquer (VERBE) ▸ causer = entraîner = προκαλώ

quelques noix ▸ μερικά καρύδια
• (la) noix = *το καρύδι*
• (le) noyer = *η καρυδιά*

(le) **régime végane** ▸ l'alimentation végane = η βίγκαν διατροφή

régulièrement ▸ τακτικά

(les) **repas** ▸ τα γεύματα
• (le) petit-déjeuner = *το πρωινό*
• (le) déjeuner = *το μεσημεριανό*
• (le) goûter = *το δεκατιανό, το απογευματινό, το κολατσιό*
• (le) dîner = *το βραδινό*
• (le) dessert = *το επιδόρπιο*
* ATTENTION : !
(le) désert = *η έρημος*

(le) **repas végétarien** ▸ ένα χορτοφαγικό γεύμα

(se) **sentir bien** (VERBE) ▸ αισθάνομαι, νιώθω καλά

varier (VERBE) ▸ ποικίλλω, διαφοροποιώ

PAGE 138

assis-e ▸ καθισμένος(η)
• s'asseoir (VERBE) = κάθομαι
CONJUGAISON :
Présent : *je m'assieds, tu t'assieds, il/elle s'assied, nous nous asseyons, vous vous asseyez, ils/elles s'asseyent*
Passé Composé : *je me suis assis, tu t'es assis, il s'est assis, elle s'est assise, nous nous sommes assis, vous vous êtes assis, ils se sont assis, elles se sont assises*
Futur Simple : *je m'assiérai, tu t'assiéras, il/elle s'assiéra, nous nous assiérons, vous vous assiérez, ils/elles s'assiéront*

avoir **envie de** ▸ désirer = επιθυμώ να
• l'envie = le désir = *η επιθυμία*

avoir **raison** ▸ έχω δίκιο
≠ avoir tort = έχω άδικο

(le) **bien-être** ▸ η ευεξία , η καλή σωματική και ψυχική κατάσταση

ça fait du bien ! ▸ κάνει καλό

(se) **calmer** (VERBE) ▸ ηρεμώ

courir (VERBE) ▸ τρέχω
• (la) course = *το τρέξιμο*
• courant-e = *τρέχων(ουσα), συνηθισμένος(η)*
• couramment = *με ευχέρεια*
• courir (VERBE):
CONJUGAISON :
Présent : *je cours, tu cours, il/elle court, nous courons, vous courez, ils/elles courent*
Passé Composé : *j'ai couru*
Futur Simple : *je courrai*

deux fois **par semaine** ▸ δύο φορές την εβδομάδα
• par mois = *το μήνα*
• par an = *το χρόνο*

empêcher (VERBE) ▸ εμποδίζω = faire obstacle à = εμποδίζω , αποτελώ εμπόδιο σε κάτι

faire de + activité, sport ▸ pratiquer + activité, sport = κάνω + δραστηριότητα, άθλημα

faire des exercices ▸ faire de la gymnastique = κάνω ασκήσεις, γυμνάζομαι

faire une promenade ▸ faire une balade = κάνω έναν περίπατο = κάνω μια βόλτα
• se promener (VERBE) = se balader

même vingt minutes ▸ ακόμα και 20 λεπτά, έστω 20 λεπτά

nager (VERBE) ▸ κολυμπάω
• (la) natation = *η κολύμβηση*

nerveux-se ▸ νευρικός(ή)
• (les) nerfs = *τα νεύρα*
• être sur les nerfs = *είμαι έτοιμος να εκραγώ, είμαι στην «τσίτα»*
• taper sur les nerfs de quelqu'un = *σπάω τα νεύρα κάποιου*

(la) **qualité du sommeil** ▸ η ποιότητα του ύπνου

se **relaxer** (VERBE) ▸ se détendre = χαλαρώνω
• (la) relaxation = la détente = *η χαλάρωση*
• relaxé-e = détendu-e = *χαλαρωμένος(η)*

trop longtemps ▸ για πάρα πολύ ώρα

(les) **bons côtés** ▸ les avantages = les aspects positifs = οι θετικές πλευρές
• (les) mauvais côtés = les inconvénients = les aspects négatifs = *οι αρνητικές πλευρές*

PAGE 140

à la **même heure** ▸ την ίδια ώρα

arriver à (VERBE) ▸ réussir à = καταφέρνω να

arriver en retard (VERBE) ▸ être en retard = φτάνω, είμαι αργοπορημένος(η)
≠ arriver en avance = être en avance = *φτάνω νωρίτερα*
• arriver à l'heure = être à l'heure = *φτάνω, είμαι στην ώρα μου*

(l') **astuce** (NOM FÉMININ) ▸ το κόλπο, η χρήσιμη συμβουλή = le truc, le conseil

(les) **bons réflexes** ▸ οι σωστές συνήθειες
• avoir les bons réflexes = *ξέρω πώς να αντιδράω σωστά*

ça m'**aide à** ▸ με βοηθάει να
• aider à (VERBE) = *βοηθάω να*
• (l') aide (NOM FÉMININ) = *η βοήθεια*

ça me motive ▸ αυτό με παρακινεί

comme ça ▸ ainsi = de cette façon = έτσι , με αυτόν τον τρόπο

commencer par (VERBE) ▸ débuter par = αρχίζω με, ξεκινώ από

concentré-e ▸ συγκεντρωμένος(η)
• (la) concentration = *η συγκέντρωση*
• se concentrer (VERBE) = *συγκεντρώνομαι*
• concentrer (VERBE) = *συγκεντρώνω*

contrôler le stress ▸ ελέγχω το άγχος
• contrôler (VERBE) = *ελέγχω*
• (le) contrôle = *ο έλεγχος*

(le) **désordre** ▸ η ακαταστασία, η έλλειψη τάξης
≠ l'ordre = *η τάξη*

(se) **détendre** (VERBE) ▸ se relaxer = χαλαρώνω

discuter de (VERBE) ▸ parler de = μιλάω, συζητάω για

(l') **écran** (NOM MASCULIN) ▸ η οθόνη

efficace ▸ αποτελεσματικός(ή)
• l'efficacité = *η αποτελεσματικότητα*

s'**endormir** (VERBE) ▸ αποκοιμιέμαι
• dormir (VERBE) = *κοιμάμαι*
• se coucher (VERBE) = *ξαπλώνω*

être de meilleure humeur ▸ έχω καλύτερη διάθεση

éviter (VERBE) ▸ αποφεύγω

faire des pauses ▸ κάνω διαλείμματα, σταματάω για λίγο
• (la) pause = *το διάλειμμα , η παύση*

gagner du temps (VERBE) ▸ κερδίζω χρόνο
• (le) gain du temps = *η εξοικονόμηση χρόνου*

(la) **mémoire** ▸ η μνήμη
• mémoriser (VERBE)= *απομνημονεύω*
• (la) mémorisation = *η απομνημόνευση*

planifier son travail (VERBE) ▸ organiser son travail = προγραμματίζω, οργανώνω τη δουλειά μου

LEXIQUE

préparer ses affaires (VERBE) ▸ ετοιμάζω τα πράγματά μου

ranger ses affaires (VERBE) ▸ τακτοποιώ τα πράγματά μου

respirer doucement (VERBE) ▸ αναπνέω ήρεμα
- (la) respiration = *η αναπνοή*
- doucement = *σιγά, απαλά*
- doux-douce = *γλυκός(ιά)*

PAGES 142-143

à **quelle fréquence**.... ? ▸ με ποια συχνότητα...
- (la) fréquence = *η συχνότητα*

avoir du mal à ▸ δυσκολεύομαι
* ATTENTION : **avoir mal à** = *πονάω σε*

cependant ▸ pourtant = toutefois = néanmoins = εντούτοις , παρ'όλ'αυτά

comme ça ▸ ainsi = de cette façon = de cette manière = έτσι

de plus ▸ en outre = επιπλέον, επιπροσθέτως

habituellement ▸ d'habitude = συνήθως
- (l') habitude (NOM FÉMININ) = *η συνήθεια*
- s' habituer à (VERBE) = *συνηθίζω να*

gérer son stress ▸ διαχειρίζομαι το άγχος μου
- (la) gestion du stress = *η διαχείριση του άγχους*

manger léger ▸ faire un repas léger = τρώω ελαφριά

manquer de (VERBE) ▸ μου λείπει, στερούμαι
- manquer d' activité = *μου λείπει σωματική δραστηριότητα*
- manquer d'énergie physique = ne pas avoir assez d'énergie physique = *μου λείπει σωματική ενέργεια, δεν έχω σωματική ενέργεια*
- (le) manque = *η έλλειψη*
- (le) manque d'organisation = *η έλλειψη οργάνωσης*

(le) **plat végétarien** ▸ το πιάτο/φαγητό για χορτοφάγους, το χορτοφαγικό πιάτο
- (le) repas végétarien = *το γεύμα για χορτοφάγους*

prendre la parole ▸ παίρνω το λόγο

selon toi ▸ d' après toi = à ton avis = κατά τη γνώμη σου

suffisant-e ▸ επαρκής, αρκετός(ή)
≠ insuffisant-e (ADJECTIF) = *ο/η ανεπαρκής*
- ça ne suffit pas = *αυτό δεν αρκεί*
- suffisamment = *αρκετά*
- ça suffit ! = *αρκεί, φτάνει !*
- suffire (VERBE) = *αρκώ*
  CONJUGAISON :
  Présent : *je suffis, tu suffis, il suffit, nous suffisons, vous suffisez, ils suffisent /*
  Passé Composé : *j'ai suffi*
  Futur Simple : *je suffirai*

raconter (VERBE) ▸ διηγούμαι, αφηγούμαι
- (le) récit = *η αφήγηση*

* ATTENTION : rencontrer = *συναντώ*
- (la) rencontre = *η συνάντηση*

PAGE 144

à l'avance ▸ εκ των προτέρων, νωρίτερα

surfer sur internet (VERBE) ▸ naviguer sur internet = σερφάρω, πλοηγούμαι στο διαδίκτυο =

ça fait plaisir ▸ ça réjouit = αυτό δίνει χαρά

c'est bon pour la santé ▸ είναι καλό για την υγεία

c'est pratique ▸ είναι πρακτικό

concerner ▸ αφορώ, αφορά
- cette question concerne la santé = *αυτό το θέμα αφορά στην υγεία*

convaincre (VERBE) ▸ persuader = πείθω
- * ATTENTION : la conviction = *η πεποίθηση*
- (la) persuasion = *η πειθώ*
- convaincu-e (ADJECTIF) = persuadé-e = *πεπεισμένος(η)*

CONJUGAISON :
Présent : *je convaincs, tu convaincs, il/elle convainc, nous convainquons, vous convainquez, ils/elles convainquent*
Passé Composé : *j'ai convaincu*
Futur Simple : *je convaincrai*

décrire un état positif ▸ περιγράφω μια θετική κατάσταση

de temps en temps ▸ parfois = quelquefois = πότε πότε

exprimer une préférence ▸ εκφράζω μια προτίμηση

exprimer une réaction négative ▸ εκφράζω μια αρνητική αντίδραση

exprimer une réaction positive ▸ εκφράζω μια θετική αντίδραση

exprimer un problème ▸ εκφράζω ένα πρόβλημα = signaler un problème = αναφέρω ένα πρόβλημα

il faudrait + infinitif ▸ θα έπρεπε + απαρέμφατο (ταυτοπροσωπία)
- il faudrait que + subjonctif = *θα έπρεπε + υποτακτική (ετεροπροσωπία)*

(s') **inquiéter** pour (VERBE) ▸ se préoccuper de = se faire du souci pour = se soucier de = *ανησυχώ για*

limiter le temps d'écran ▸ περιορίζω τον χρόνο έκθεσης στις οθόνες

ne t'inquiète pas ▸ ne te préoccupe pas = ne te fais pas de souci = ne te soucie pas = μην ανησυχείς

prendre soin de (VERBE) ▸ veiller sur = φροντίζω

se **reposer** (VERBE) ▸ ξεκουράζομαι
(le) repos = *η ξεκούραση*

(la) **situation imaginée** ▸ η υποθετική κατάσταση

soutenir (VERBE) ▸ υποστηρίζω
(le) soutien = *η υποστήριξη*
* ATTENTION : supporter = tolérer = *αντέχω, ανέχομαι*

tant mieux ▸ τόσο το καλύτερο
≠ tant pis = *τόσο το χειρότερο*

PAGES 146-147

(l') **aide** ▸ η βοήθεια

(l') **anxiété** ▸ l'angoisse = το άγχος

associer à (VERBE) ▸ lier à = συνδέω με
- associé-e (ADJECTIF) = lié-e = *συνδεδεμένος(η)*

(l') **attitude positive** (NOM FÉMININ) ▸ η θετική στάση

avoir besoin de ▸ χρειάζομαι, έχω ανάγκη
- (le) besoin = η ανάγκη

car ▸ διότι, γιατί

se **comparer à** (VERBE) ▸ συγκρίνομαι με

créer de la pression ▸ δημιουργώ πίεση

davantage ▸ ακόμα περισσότερο

dépasser ses limites ▸ ξεπερνώ τα όριά μου
≠ respecter les limites = σέβομαι τα όρια

donner de la motivation ▸ δίνω κίνητρο, ενθαρρύνω

donner le meilleur de soi-même ▸ faire de son mieux = δίνω τον καλύτερο εαυτό μου

(les) **effets négatifs** ▸ les conséquences négatives = τα αρνητικά αποτελέσματα, οι αρνητικές συνέπειες

empêcher de (VERBE) ▸ εμποδίζω να

(l') **esprit** ▸ το πνεύμα, ο νους
- avoir l'esprit ouvert = *έχω ανοιχτό μυαλό*
- (l') esprit d'équipe = *το ομαδικό πνεύμα*
- (l') esprit sain dans un corps sain = *«Νοῦς ὑγιὴς ἐν σώματι ὑγιεί»*

pousser à (VERBE) ▸ ωθώ να = inciter à = παρακινώ να

faire des efforts ▸ κάνω προσπάθειες

faire face à ▸ envisager = affronter = αντιμετωπίζω

se **faire plaisir** ▸ κάνω κάτι που μου δίνει χαρά, ευχαριστιέμαι

favoriser (VERBE) ▸ encourager = ευνοώ, προωθώ
- (la) faveur = *η εύνοια, η χάρη*
- favori-te = préféré-e = *αγαπημένος(η)*

Rester en forme

LEXIQUE

fatiguer (VERBE) ▸ κουράζω / κουράζομαι
= **épuiser** = εξαντλώ / se fatiguer
- (la) **fatigue** = *η κούραση, η κόπωση*
- (l') **épuisement** = *η εξάντληση*

garder confiance ▸ διατηρώ την εμπιστοσύνη, την αυτοπεποίθησή μου = rester confiant

garder espoir ▸ rester optimiste = διατηρώ την ελπίδα
- **ne pas perdre espoir** = *δεν χάνω την ελπίδα*

garder un bon moral ▸ rester positif = διατηρώ καλή ψυχολογία, καλό ηθικό

gérer les moments difficiles ▸ διαχειρίζομαι δύσκολες στιγμές

gras-se (ADJECTIF) ▸ riche en matières grasses = λιπαρός(ή)

il est important de + infinitif
▸ είναι σημαντικό να + απαρέμφατο

il est normal de +infinitif
▸ είναι φυσικό να + απαρέμφατο

(l') **image irréaliste** (NOM FÉMININ)
▸ η μη ρεαλιστική εικόνα

(le) **lieu de rencontre** ▸ ο τόπος συνάντησης

(le) **mode de vie** ▸ ο τρόπος ζωής

nuire à (VERBE) ▸ βλάπτω
- (la) **nuisance** = η βλάβη , η ενόχληση
- **nuisible** = βλαβερός(ή) (κάτι που προκαλεί βλάβη) = nocif-ve = *βλαβερός(ή) (που έχει αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία, στο περιβάλλον)*
- **nuire** CONJUGAISON :
  Présent : *je nuis, tu nuis, il/elle nuit, nous nuisons, vous nuisez, ils/elles nuisent*
  Passé Composé : *j'ai nui*
  Futur Simple : *je nuirai*

occuper une place = tenir une place = καταλαμβάνω μία θέση

perturber le sommeil ▸ troubler le sommeil = διαταράσσω τον ύπνο
- (la) **perturbation** = le trouble = *η διαταραχή*
- **perturbé-e** (ADJECTIF) = troublé-e = *διαταραγμένος(η)*

populaire ▸ apprécié-e = connu-e = δημοφιλής

prendre soin de ▸ s'occuper de = φροντίζω
- (le) **soin** = *η φροντίδα*

qu'est-ce qui te plaît ? = Τι σ' αρέσει; Τι σ' ευχαριστεί ;
- **plaire** CONJUGAISON :
  Présent : *je plais, tu plais, il/elle plaît, nous plaisons, vous plaisez, ils/elles plaisent*
  Passé Composé : *j'ai plu*
  Futur Simple : *je plairai*

(la) **recette** ▸ η συνταγή

reconnaître ▸ (VERBE) αναγνωρίζω, παραδέχομαι

régler des problèmes ▸ résoudre des problèmes = λύνω , διευθετώ προβλήματα

(le) **repas fait maison** = le repas préparé à la maison = το σπιτικό γεύμα

retrouver le moral ▸ ξαναβρίσκω το ηθικό, την καλή μου διάθεση = reprendre courage

salé-e ▸ αλμυρός(ή)
≠ sucré-e (ADJECTIF) = *γλυκός(ιά)*
* ATTENTION : sale = *βρώμικος(η)*

sans pression ▸ χωρίς πίεση

(la) **saveur** ▸ le goût = η γεύση
- **savoureux** = délicieux = *νόστιμος, γευστικός*
- **découvrir de nouvelles saveurs** = *ανακαλύπτω καινούριες γεύσεις*

surmonter les difficultés ▸ ξεπερνώ δυσκολίες

surtout ▸ principalement = κυρίως , προπάντων

(la) **tendance** = η τάση
- **suivre une tendance** = *ακολουθώ μια τάση = suivre la mode*

tout à fait = absolument ▸ απολύτως

traverser une période difficile ▸ περνώ μια δύσκολη περίοδο
- **traverser** = *περνώ, διασχίζω*

varier (VERBE) = ποικίλλω
- (la) **variété** = *η ποικιλία*

vendre (VERBE) ▸ πουλώ
≠ **acheter** = *αγοράζω*
- (la) **vente** = *η πώληση*

≠ (l') **achat** = *η αγορά, η αγορά ενός προϊόντος*

Protéger la planète

LEXIQUE

PAGE 157

abîmer (VERBE) ▸ gâcher, détruire
= χαλάω, καταστρέφω

animer (VERBE) ▸ dynamiser, encourager
= ζωντανεύω, εμψυχώνω
- (l') **animation** (NOM FÉM) = *η εμψύχωση*

(l') **association** (NOM FÉMININ) ▸ ο σύλλογος

chacun-e (PRONOM DÉMONSTRATIF) ▸ ο καθένας, η καθεμία
- **chaque** (ADJECTIF DÉMONSTRATIF) + **nom** = *ο κάθε…*
  ex chaque personne

charger (VERBE) ▸ φορτώνω
- (le) **chargement** = *η φόρτωση*
- (le) **chargeur** = *ο φορτιστής*
- **charger mon portable** = *φορτίζω το κινητό μου*

(le) **climat** (NOM) ▸ το κλίμα
- **climatique** = *κλιματικός(ή)*
- (le) **changement climatique** = *η κλιματική αλλαγή*

consommer (VERBE) ▸ καταναλώνω
- (la) **consommation** = *η κατανάλωση*
- (le/la) **consommateur-trice** = *ο/η καταναλωτής(τρια)*

(les) **déchets** (NOM) ▸ les ordures
= τα απόβλητα

(l') **émission** (NOM FÉM) ▸ η εκπομπή
- **émettre** (VERBE) = *εκπέμπω*

engagé (e) (ADJECTIF) ▸ militant(e) = initié(e)
= αφοσιωμένος(η), δεσμευμένος(η)

(le) **geste** (NOM) ▸ le mouvement = η κίνηση

(l') **installation** (NOM FÉM) ▸ η εγκατάσταση
- **installer** = *εγκαθιστώ*

local-e (ADJECTIF) ▸ τοπικός(ή)

motiver (VERBE) ▸ encourager = παρακινώ
- (la) **motivation** = *η ώθηση, το κίνητρο*
- (le) **motif** = *το κίνητρο*
- **motivé-e** (ADJECTIF) = *κινητοποιημένος(η)*
- **donner de la motivation** = *δίνω κίνητρο*

nourrir (VERBE) ▸ alimenter = τρέφω
- (la) **nourriture** = *η τροφή*
- (l') **alimentation** (NOM FÉM) = *η διατροφή*
- (les) **aliments** = *τα τρόφιμα*
- **nutritionnel-le** (ADJECTIF) = alimentaire = *διατροφικός(ή)*

prendre soin de ▸ soigner = φροντίζω

promettre (VERBE) ▸ υπόσχομαι
- (la) **promesse** = *η υπόσχεση*

respirer (VERBE) ▸ souffler, inspirer =
αναπνέω
- (la) **respiration** = *η ανάσα*

tirer (VERBE) ▸ τραβώ

trier (VERBE) ▸ classer = ταξινομώ (par ordre, par catégorie)
- (le) **tri** = *η ταξινόμηση*

PAGE 158

(le/la) **acteur-trice** ▸ (ici➧) ο/η δράστης, ο/η ηθοποιός
- **agir** (VERBE) = *δρω*
- (l')**action** (NOM FÉM) = *η δράση*

(la) **circulation** (NOM) ▸ η κυκλοφορία
- **circuler** (VERBE) = *κυκλοφορώ*

(la) **déforestation** ▸ η αποψίλωση
των δασών

(la) **chaleur** (NOM) ▸ η ζέστη
≠ (le) froid = *το κρύο*
- **chaud-e** (ADJECTIF) = *ζεστός(ή)*
- **chaleureux-se** (ADJECTIF) = *ένθερμος(η)*
  ≠ froid-e = *κρύος(α)*

(la) **conséquence** ▸ = η συνέπεια
- **en conséquence** = par conséquent = *κατά συνέπεια*

diminuer (VERBE) ▸ réduire = μειώνω
- (la) **diminution** = la réduction = *η μείωση, η ελάττωση*

(la) **disparition** ▸ η εξαφάνιση
≠ l'apparition (NOM FÉM) = *η εμφάνιση*
- **disparaître** = *εξαφανίζομαι*
  ≠ **apparaître** (VERBE) = *εμφανίζομαι*
- (l') **apparence** (NOM FÉM) = *η εξωτερική εμφάνιση*

(l') **espace** (NOM MASCULIN) ▸ ο χώρος, το διάστημα
- **spacieux-ieuse** (ADJECTIF) = *ευρύχωρος(η)*

* ATTENTION : (l') **espèce** (NOM FÉMININ) = *το είδος*

être en danger (EXPRESSION) ▸ être en péril = είμαι σε κίνδυνο
- **dangereux-euse** (ADJECTIF) = périlleux-euse = *επικίνδυνος(η)*

(la) **fumée** ▸ ο καπνός
- (les) **fumées d'échappement** = les gaz d'échappement = *τα καυσαέρια*

(l') **inondation** (NOM FÉM) ▸ η πλημμύρα
- **inonder** (VERBE) = *πλημμυρίζω*

(la) **menace** (NOM FÉM) ▸ η απειλή
- **menacer** (VERBE) = *απειλώ*
- **menaçant-e** = *απειλητικός(ή)*

(la) **sécheresse** (NOM) ▸ η ξηρασία
≠ l'humidité (NOM FÉM) = *η υγρασία*
- **sec-sèche** = *ξερός(ή)*
  ≠ **humide** = *υγρός(ή)*

recycler (VERBE) ▸ ανακυκλώνω
- (le) **recyclage** = *η ανακύκλωση*

(l') **usine** (NOM FÉM) ▸ το εργοστάσιο
= l'industrie (NOM FÉM) = *η βιομηχανία*
- **industriel-le** (ADJECTIF) = *βιομηχανικός(ή)*

PAGE 159

(la) **bouteille** (NOM) ▸ το μπουκάλι

faire partie de ▸ αποτελεί μέρος του(ης)

sale (ADJECTIF) ▸ βρώμικος(η)
≠ **propre** = *καθαρός(ή)*
- (la) **saleté** = *η βρωμιά*
  ≠ (la) **propreté** = *η καθαριότητα*

* ATTENTION :
propre + nom = *ο δικός μου*
ex ma propre maison = *το δικό μου σπίτι*
nom+ propre = *καθαρός*
ex une maison propre = *ένα καθαρό σπίτι*

suffire (VERBE) ▸ αρκεί
- (la) **suffisance** = *η επάρκεια*
  ≠ (l') **insuffisance** (NOM FÉMININ) = *η ανεπάρκεια*

PAGE 160

(l') **affaire** (NOM FÉM) ▸ (ici➧) η υπόθεση, το πράγμα, το αντικείμενο

conscient-e (ADJECTIF) ▸ συνειδητός(ή)
- (la) **conscience** = *η συνείδηση*
- **consciencieux-ieuse** (ADJECTIF) = *ευσυνείδητος(η)*

échanger (VERBE) ▸ ανταλλάσσω
- (l') **échange** (NOM MASC) = *η ανταλλαγή*

jeter quelque chose (dans les ordures)
▸ πετώ κάτι (στα σκουπίδια)
- (les) **produits jetables** = *τα προϊόντα μιας χρήσης*

limiter (VERBE) ▸ borner = περιορίζω
- (la) **limite** = *το όριο*

nécessaire (ADJECTIF) ▸ indispensable
= αναγκαίος, απαραίτητος
- (la) **nécessité** = *η αναγκαιότητα*

(les) **produits durables** ▸ βιώσιμα προϊόντα

(le) **produit local** ▸ το τοπικό προϊόν
- (les) **produits locaux** = *τα τοπικά προϊόντα*

réflechir (VERBE) ▸ penser = σκέπτομαι
- (la) **réflexion** = la pensée = *η σκέψη*

réparer (VERBE) ▸ dépanner = επιδιορθώνω
- (la) **réparation** = *η επιδιόρθωση*

réutiliser (VERBE) ▸ utiliser de nouveau
= ξαναχρησιμοποιώ, επαναχρησιμοποιώ
- (la) **réutilisation** = *η επαναχρησιμοποίηση*

(la) **consommation responsable**
▸ η υπεύθυνη κατανάλωση
- (le/la) **consommateur-trice responsable** = *ο/η υπεύθυνος(η) καταναλωτής(τρια)*

Protéger la planète

LEXIQUE

PAGE 162

(les) **animaux sauvages** ▸ τα άγρια ζώα
≠ (les) animaux domestiques
= *τα κατοικίδια ζώα*

(l') **activité humaine** (NOM FÉMININ)
▸ η ανθρώπινη δραστηριότητα
- l' (être) humain (NOM MASC)= *ο άνθρωπος*
- (les) humains = les gens = *οι άνθρωποι*
- (l') homme (NOM MASCULIN) = *ο άντρας*
  ≠ (la) femme = *η γυναίκα*

(la) **biodiversité** (NOM) ▸ η βιοποικιλότητα

(le) **braconnage** (NOM) ▸ η λαθροθηρία
- (le) braconnier = *ο λαθροθήρας*

(la) **chasse illégale** ▸ το παράνομο κυνήγι
- chasser (VERBE) = *κυνηγώ*
- (la) chasse = *το κυνήγι*

déranger (VERBE) ▸ gêner, bouleverser = ενοχλώ
- (le) dérangement = *η ενόχληση*

essentiel-le (ADJECTIF) ▸ important-e
= prépondérant-e = indispensable
= απαραίτητος(η), σημαντικός(ή)

(l') **être vivant** (NOM MASCULIN) ▸ το ζωντανό πλάσμα

(la) **forêt** ▸ le bois = το δάσος
* ATTENTION : le bois = *το ξύλο*

(l') **habitat naturel** (NOM MASCULIN)
▸ ο φυσικός βιότοπος

(le) **milieu naturel** ▸ l'environnement (NOM MASCULIN) = το φυσικό περιβάλλον

(la) **plante** (NOM) ▸ το φυτό
- planter = *φυτεύω*
- (la) plantation = *η φυτεία*

(l') **océan** (NOM MASC) ▸ ο ωκεανός
- (l')océanographie (NOM FÉMININ)
  = *η ωκεακογραφία*

(la) **rivière** (NOM) ▸ le fleuve = το ποτάμι

(la) **réserve** ▸ (ici▸) η προστατευμένη περιοχή, το απόθεμα, η επιφύλαξη

(la) **sensibilisation** ▸ η ευαισθητοποίηση
- sensibiliser (VERBE) = *ευαισθητοποιώ*
- (la) sensibilité = *η ευαισθησία*
- sensible (ADJECTIF) = *ευαίσθητος(η)*

PAGE 163

(l') **endroit** (NOM MASC) ▸ le lieu = το μέρος

PAGE 164

au quotidien ▸ στην καθημερινότητα

éteindre (VERBE) ▸ σβήνω (j'éteins)
≠ allumer = *ανάβω*

(la) **gourde d'eau** ▸ το παγούρι για νερό

PAGE 165

créer (VERBE) quelque chose ▸ δημιουργώ κάτι
- (la) création = *η δημιουργία*
- (le)créateur = *ο δημιουργός*

signifier (VERBE) ▸ indiquer = σημαίνω
- (la) signification = *η σημασία*

(le) **sol** (NOM) ▸ το έδαφος

PAGE 166

ça = cela = αυτό (NEUTRE)

ça me motive ▸ ça me mobilise
= αυτό με παρακινεί

ce n'était pas volontaire ▸ δεν το ήθελα

c'est bien ce que tu fais ▸ είναι καλό αυτό που κάνεις

choquant ▸ σοκαριστικό
- (le) choc = *το σοκ*

(se) **comporter** (VERBE) ▸ se conduire
= συμπεριφέρομαι
- (le) comportement = la conduite
  = *η συμπεριφορά*

(la) **cour de l'école** ▸ η αυλή του σχολείου, το προαύλιο

(l') **effort** (NOM MASC) ▸ η προσπάθεια
- faire des efforts = *καταβάλλω προσπάθειες*

je **fais de mon mieux** ▸ κάνω ό,τι καλύτερο μπορώ

inadmissible (ADJECTIF) ▸ inacceptable = απαράδεκτος(η)

(l') **indignation** (NOM FÉMININ) ▸ la colère
= η αγανάκτηση

partout ▸ παντού
≠ nulle part = *πουθενά*
* ATTENTION : *je vais partout à pied*
≠ *je ne vais nulle part à pied*

polluer (VERBE) ▸ μολύνω
- (la) pollution = *η μόλυνση*

scandaleux-euse (ADJECTIF)
▸ ο/η σκανδαλώδης
- (le)scandale = *το σκάνδαλο*

PAGE 167

à condition que + Subjonctif
▸ με την προϋπόθεση να

(l') **action incertaine** (NOM FÉMININ)
▸ η αβέβαιη πράξη

(l') action **nécessaire** (NOM FÉMININ)
▸ η απαραίτητη πράξη

(l') action **non réalisée** (NOM FÉMININ)
▸ η μη πραγματοποιήσιμη πράξη

(l') action **souhaitée** (NOM FÉMININ)
▸ η επιθυμητή πράξη

avant que + Subjonctif ▸ πριν να (avec des sujets différents)
ex Avant de participer à une action pour protéger la planète, nous devons en être très conscients.
= *Πριν να συμμετάσχουμε σ΄αυτήν τη δράση θα πρέπει να είμαστε πολύ συνειδητοποιημένοι*
ex On doit protéger la planète avant que la situation soit aggravée.
= *Θα πρέπει να προστατεύσουμε τον πλανήτη πριν η κατάσταση οξυνθεί .*

bien que + Subjonctif ▸ παρόλο που, αν και (avec le même sujet ou avec des sujets différents)
ex Bien qu'on fasse des efforts, on ne peut pas toujours améliorer la situation.
= *Παρόλο που καταβάλλουμε προσπάθειες, δεν μπορούμε πάντα να βελτιώνουμε την κατάσταση.*
ex Bien que la situation soit difficile, on fait des efforts pour protéger la planète.
= *Αν και η κατάσταση είναι δύσκολη, καταβάλλουμε προσπάθειες για να προστατεύουμε τον πλανήτη.*

(le) **but** (NOM) ▸ l'objectif = ο σκοπός

(la) **condition** (NOM) ▸ η προϋπόθεση

douter (VERBE) ▸ αμφιβάλλω
- (le) doute = *η αμφιβολία*
- douteux-se (ADJECTIF) = *αμφίβολος(η)*
- se douter = *υποψιάζομαι*

* ATTENTION :
je doute que + Subjonctif
je me doute que + Indicatif

j'aimerais que + Subjonctif
▸ θα μου άρεσε, θα ήθελα

(l') **obligation** (NOM FÉM) ▸ η υποχρέωση
- obliger (VERBE) = *υποχρεώνω*

(l') **opposition** (NOM FÉM) ▸ η αντίθεση

pour que ▸ afin que +Subjonctif = για να (avec des sujets différents)
ex Je protège la planète pour y vivre mieux. = *Προστατεύω τον πλανήτη για να ζω εγώ καλύτερα σ'αυτόν.*
ex Je protège la planète pour que les animaux soient en sécurité. = *Προστατεύω τον πλανήτη για να είναι τα ζώα ασφαλή.*

souhaiter (VERBE) ▸ εύχομαι
- (le)souhait = *η ευχή*

* ATTENTION :
je souhaite que + Subjonctif
j'espère que + Indicatif

(le) **Subjonctif** ▸ η Υποτακτική

Protéger la planète

LEXIQUE

PAGES 168-169

(les) **appareils électroniques** ▸ οι ηλεκτρονικές συσκευές

apporter (VERBE) ▸ porter = φέρνω

(les) **centres de données** ▸ τα κέντρα δεδομένων

(le) **charbon** (NOM) ▸ ο άνθρακας, το κάρβουνο

coûter (VERBE) ▸ κοστίζω
- (le) coût = *το κόστος*
- coûteux-euse = *ο/η ακριβός(ή), ο/η κοστοβόρος(α)*

dès le plus jeune âge ▸ από την πιο μικρή ηλικία, *«ἐξ ἁπαλῶν ὀνύχων»*

(l') **écologiste** (NOM MASCULIN) ▸ ο οικολόγος
- écologique (ADJECTIF)= *ο/η οικολογικός(ή)*

(l') **emploi** (NOM MASCULIN) ▸ η απασχόληση
- (l') employé-e = *ο/η υπάλληλος*
- (le/la) employeur-e = *ο/η εργοδότης(τρια)*
- employer = *χρησιμοποιώ*

(les) **énergies fossiles** ▸ οι ορυκτές πηγές ενέργειας,τα ορυκτά καύσιμα

(les) **énergies renouvelables** ▸ οι ανανεώσιμες πηγές ενέργειας

(la) **faune** et (la) **flore** ▸ η πανίδα και η χλωρίδα

garder (VERBE) ▸ conserver = κρατώ διατηρώ

(la) **génération** (NOM) ▸ η γενιά

(l') **habitude quotidienne** (NOM FÉMININ) ▸ μία καθημερινή συνήθεια

(l') **industrie** (NOM FÉMININ) ▸ η βιομηχανία
- industriel-le (ADJECTIF) = *βιομηχανικός(ή)*

(l') **installation** (NOM FÉMININ) ▸ η εγκατάσταση
- installer (VERBE) = *εγκαθιστώ*

lutter contre (NOM) ▸ μάχομαι ενάντια
- lutter pour = *μάχομαι για*
- (la) lutte = *η μάχη (ενάντι σε κάτι)*

(la) **manière** (NOM) ▸ la façon = ο τρόπος
- de manière = de façon = *με τρόπο*

(le) **nettoyage** (NOM) ▸ το καθάρισμα
- nettoyer (VERBE) = *καθαρίζω*

(le) **patrimoine** (NOM) ▸ η (πολιτιστική) κληρονομιά

(la) **plantation des arbres** ▸ η φύτευση δέντρων

(la) **population** (NOM) ▸ ο πληθυσμός

(la) **priorité** (NOM) ▸ η προτεραιότητα
- prioritaire = *σε προτεραιότητα, επείγον*

que faudrait -il ? ▸ τι θα έπρεπε…

remplacer (VERBE) ▸ αντικαθιστώ
- (le) remplacement = *η αντικατάσταση*

résoudre (VERBE) ▸ λύνω
- (la) solution = *η λύση*

(la) **ressource naturelle** ▸ η φυσική πηγή

sans…ni… = χωρίς … ούτε

(le) **zoo** (NOM) ▸ ο ζωολογικός κήπος
- zoologique (ADJECTIF) = *ο/η ζωολογικός(ή)*

PAGES 170-171

durer (VERBE) ▸ διαρκώ
- (la) durée = *η διάρκεια*

(le) **goûter** ▸ *το κολατσιό, το δεκατιανό*

ignorer (VERBE) ▸ αγνοώ
- (l') ignorance (NOM FÉMININ) = *η άγνοια*
- ignorant-e = *αυτός(η) που αγνοεί*

(le) **lycée** (NOM) ▸ το λύκειο
- (le) collège = *το γυμνάσιο*
- (l') école primaire (NOM FÉMININ) = *το δημοτικό σχολείο*
- (l') école maternelle (NOM FÉMININ) = *το νηπιαγωγείο*
- (la) crèche = *ο παιδικός σταθμός*

PAGES 171-174

au fil des semaines ▸ στο πέρασμα των εβδομάδων

au sein de ▸ στο πλαίσιο

(le) **bien-être** (NOM) ▸ η ευημερία, η καλοπέραση

concrètement ▸ συγκεκριμένα

contribuer ▸ συμβάλλω, συνεισφέρω
- (la) contribution = *η εισφορά*

convaincre (VERBE) ▸ persuader = πείθω
- (la) conviction = *η πεποίθηση*
- j'ai convaincu = *έπεισα*

CONJUGAISON
Présent : *je convaincs, tu convaincs, il/elle/on convainc, nous convainquons, vous convainquez, ils/elles convainquent*
Passé Composé : *j'ai convaincu*
Futur Simple : *j'ai convaincrai*

(le) **débutant-e** (NOM) ▸ ο/η αρχάριος(α)

(le) **défi** ((NOM) ▸ η πρόκληση

(se) **dérouler** ▸ se passer = avoir lieu = ξετυλίγεται, πραγματοποιείται, λαμβάνει χώρα
- (le) déroulement = *η εξέλιξη, η πραγματο-ποίηση*

(se) **détendre** (VERBE) ▸ se relaxer = χαλαρώνω
- (la) détente = la relaxation = *η χαλάρωση*

(le) **domaine** (NOM) ▸ ο τομέας

(l') **enjeu** (NOM MASCULIN) ▸ το διακύβευμα (το θέμα το οποίο συζητάμε), το ζήτημα

enseigner (VERBE) ▸ διδάσκω
- (l') enseignement (NOM MASCULIN) = *η διδασκαλία*
- (l') enseignant-e = *le/la professeur-e*

éviter (VERBE) ▸ αποφεύγω

(l') **impact** (NOM FÉMININ) ▸ l' influence = η επιρροή

(l') **initiative** (NOM FÉMININ) ▸ η πρωτοβουλία

(l') **intervention** (NOM FÉMININ) ▸ η παρέμβαση
- intervenir (VERBE) = *παρεμβαίνω*

maltraiter (VERBE) ▸ κακομεταχειρίζομαι
- (la) maltraitance = *η κακομεταχείριση*

(l') **opération de nettoyage** (NOM FÉMININ) ▸ η επιχείρηση καθαρισμού

ramasser des déchets ▸ μαζεύω σκουπίδια

(le) **refuge** ▸ το καταφύγιο
- (se) réfugier (VERBE) = *καταφεύγω*

* ATTENTION :
le refus = η άρνηση
refuser (VERBE) = *αρνούμαι*

sur le terrain ▸ στο πεδίο

(la) **tâche** (NOM) ▸ l' obligation = η υποχρέωση

uniquement ▸ seulement = αποκλειστικά, μόνο

PAGES 175-176

affecter (VERBE) ▸ influencer = επηρεάζω

définitivement (ADVERBE) ▸ οριστικά

disparaître (VERBE) ▸ εξαφανίζομαι
≠ apparaître = εμφανίζομαι

CONJUGAISON :
Présent : *je disparais, tu disparais, il/elle/on disparaît nous disparaissons vous disparaissez, ils/elles disparaissent*
Passé Composé : *j'ai disparu*
Futur Simple : *je disparaîtrai*

il faut agir maintenant ▸ πρέπει να δράσουμε τώρα

si nous ne faisons rien ▸ αν δεν κάνουμε τίποτα

* ATTENTION :
quelque chose / tout = *τα πάντα*
≠ ne…rien
ex Les enfants ont tout fait pour protéger l'environnemen. = *Τα παιδιά έκαναν τα πάντα για να προστατεύσουν το περιβάλλον.*

Protéger la planète

LEXIQUE

ex Les enfants n'ont rien fait pour protéger l'environnement. = *Τα παιδιά δεν έκαναν τίποτα για να προστατεύσουν το περιβάλλον.*

PAGES **176-177**

tu **devrais faire un planning** ▸ θα έπρεπε να κάνεις ένα σχεδιασμό

ce n'est pas grave ▸ δεν είναι σοβαρό

m'**en occuper** ▸ ασχολούμαι με
- m'occuper de ton chien = *να ασχοληθώ με το σκύλο σου*

(l') **examinateur-trice** ▸ = ο/η εξεταστής(άστρια)

garder son chien ▸ κρατώ το σκύλο του

(la) **pension pour animaux** ▸ η πανσιόν για ζώα

tu **peux me le laisser** ▸ μπορείς να μου το αφήσεις

(le/la) **voisin-e** (ΝΟΜ) ▸ ο/η γείτονας(-ισσα)
- (le) voisinage = *η γειτονιά*

Agir pour un monde meilleur

LEXIQUE

PAGE 176

admirable (ADJECTIF) ▸ remarquable = αξιοθαύμαστος(η)

(les) **actions écologiques** (NOM FÉMININ) ▸ οι οικολογικές δράσεις
- (l') action (NOM FÉMININ) = *η πράξη, η δράση*

(les) **actions solidaires** (NOM FÉMININ) ▸ αλληλέγγυες πράξεις, δράσεις
- solidaire (ADJECTIF) = *αλληλέγγυος(α)*
- (la) solidarité = *η αλληλεγγύη*
- (la) société plus solidaire = la société fondée sur davantage d'entraide = *η πιο αλληλέγγυα κοινωνία, η κοινωνία βασισμένη σε ακόμα περισσότερη αλληλοβοήθεια*

agir (VERBE) ▸ δρω, πράττω
- (l') action (NOM FÉMININ) = *η δράση*
- (l') acteur-rice = *αυτός(ή) που δρα, ο φορέας δράσης*

aider des voisins ▸ venir en aide à des voisins = βοηθώ γείτονες
- (le-la) voisin-e = *ο/η γείτονας(ισσα)*

aider les autres ▸ venir en aide aux autres = βοηθώ τους άλλους

ajouter (VERBE) ▸ προσθέτω
- ajouter plus d'espaces verts = *προσθέτω περισσότερους χώρους πρασίνου*

améliorer (VERBE) ▸ βελτιώνω
- (l') amélioration (NOM FÉM) = *η βελτίωση*
- amélioré-e (ADJECTIF) = *βελτιωμένος(η)*

(l') **association** (NOM FÉMININ) ▸ ο σύλλογος

(les) **bénéfices** (NOM) ▸ τα οφέλη
- bénéficier de (VERBE) = *επωφελούμαι από*
- bénéfique (ADJECTIF) = *ευεργετικός(ή)*

ça change tout ▸ αυτό αλλάζει τα πάντα

calme (ADJECTIF) ▸ ήρεμος(η), δεν εκνευρίζεται εύκολα
- (se) calmer (VERBE) = *ηρεμώ*
- (le) calme = *η ηρεμία*

ça rendrait le quartier plus agréable pour tout le monde ▸ αυτό θα έκανε τη γειτονιά πιο ευχάριστη για όλους
- agréable (ADJECTIF) = *ευχάριστος(η)*
  ≠ désagréable (ADJECTIF) = *δυσάρεστος(η)*

c'est important ▸ είναι σημαντικό
- c'est essentiel = *είναι ουσιώδες*

changer (VERBE) ▸ αλλάζω = modifier = *τροποποιώ*
- (le) changement = *η αλλαγή*

(le) **charme** (NOM) ▸ η γοητεία
- charmer (VERBE) = *γοητεύω, μαγεύω*
- charmant-e (ADJECTIF) = *γοητευτικός(ή)*

choisir (VERBE) ▸ διαλέγω, επιλέγω
- (le) choix = *η επιλογή*

clairement (ADVERBE) ▸ ξεκάθαρα
- clair-e (ADJECTIF) = *φωτεινός(ή)*
- (la) clarté = *η φωτεινότητα, η σαφήνεια*
- Ville, clairement ! = *Πόλη, ξεκάθαρα!*

(les) **collectes de vêtements** (NOM FÉMININ) ▸ οι συγκεντρώσεις ρούχων
- collecter (VERBE) = *συλλέγω, συγκεντρώνω (χρήματα, πληροφορίες, διάφορα είδη από διαφορετικές πηγές)*
- (la) collecte de nourriture = *η συγκέντρωση τροφίμων (για άτομα που έχουν ανάγκη)*

commencer (VERBE) ▸ débuter = entamer = αρχίζω, ξεκινώ
- (le) commencement = le début = *η αρχή*

construire (VERBE) ▸ χτίζω
- (la) construction = *η κατασκευή*
  ≠ détruire (VERBE) = *καταστρέφω*
- (la) destruction = *η καταστροφή*

disponible (ADJECTIF) ▸ διαθέσιμος(η)
- (la) disponibilité = *η διαθεσιμότητα*

en dehors de ▸ έξω από, εκτός από

(l') **endroit** (NOM) ▸ le lieu = το μέρος, ο τόπος

(s') **enfuir** (VERBE) ▸ φεύγω, δραπετεύω
- (la) fuite = *η φυγή*

s'**engager** (VERBE) ▸ s'impliquer = δεσμεύομαι, συμμετέχω/εμπλέκομαι ενεργά
- (les) jeunes engagés = les jeunes impliqués = *νέοι με ενεργή συμμετοχή*
- (l') engagement (NOM MASCULIN) des jeunes = l'implication des jeunes = *η ενεργή συμμετοχή των νέων*

(s') **ennuyer** (VERBE) ▸ βαριέμαι, πλήττω = se lasser = βαριέμαι, κουράζομαι από κάτι
- (l') ennui = *η πλήξη, η ανία*
- ennuyé-e = *ο/η βαριεστημένος(η), αυτός(ή) που βαριέται*
- ennuyeux-se (ADJECTIF) = *βαρετός(ή)*
- ennuyer = *κουράζω, κάνω κάποιον να βαριέται*

explorer (VERBE) ▸ εξερευνώ, διερευνώ
- (l') exploration (NOM FÉMININ) = *η εξερεύνηση*
- (l') explorateur (NOM MASCULIN) = *ο εξερευνητής*

éviter de (VERBE) ▸ αποφεύγω να
- éviter de faire trop de bruit = ne pas faire trop de bruit = *αποφεύγω να κάνω πολύ θόρυβο*

faire du bénévolat ▸ κάνω εθελοντική (άμισθη) εργασία = faire du volontariat = κάνω εθελοντισμό
- (le) bénévolat = *ο εθελοντισμός*
- (le) bénévole = *ο εθελοντής*
- (le) travail volontaire = *η εθελοντική εργασία*
- (le) volontaire = *ο εθελοντής (στο πλαίσιο ενός οργανωμένου προγράμματος όπου πιθανόν να προβλέπεται αποζημίωση)*

garder (VERBE) ▸ κρατώ, διατηρώ

irréparable (ADJECTIF) ▸ που δεν μπορεί να διορθωθεί
≠ réparable (ADJECTIF) = *επιδιορθώσιμος(η)*
- réparer (VERBE) = *επιδιορθώνω*

(les) **lieux publics** ▸ les espaces publics = οι δημόσιοι χώροι

(la) **mesure** (NOM) ▸ το μέτρο, η μέτρηση
- mesurer (VERBE) *μετράω (διαστάσεις)*
- prendre des mesures = *λαμβάνω μέτρα*

moins de bruit ▸ λιγότερος θόρυβος
- (le) bruit = *ο θόρυβος*
- bruyant-e (ADJECTIF) = *θορυβώδης*
- faire du bruit = *κάνω θόρυβο*
- (les) bruitages = les effets sonores = *τα ηχητικά εφέ*

(l') **organisation** (NOM FÉMININ) ▸ η οργάνωση

participer à (VERBE) ▸ prendre part à = συμμετέχω σε
- (la) participation = *η συμμετοχή*

(les) **personnes âgées** ▸ les seniors = οι ηλικιωμένοι

(les) **pistes cyclables** (NOM FÉMININ) ▸ les voies réservées aux vélos = des chemins pour les vélos = οι ποδηλατόδρομοι

plutôt (ADVERBE) ▸ μάλλον, περισσότερο
- plutôt ville ou campagne ? = tu préfères la ville ou la campagne ? = *Περισσότερο πόλη ή εξοχή;*
- (la) vie en ville = *η ζωή στην πόλη*
- (la) vie à la campagne = *η ζωή στην εξοχή*

(les) **préférences** (NOM FÉM) ▸ οι προτιμήσεις
- préférer quelque chose/quelqu'un à = *προτιμώ κάτι/κάποιον από*

respecter (VERBE) ▸ σέβομαι
- (le) respect = *ο σεβασμός*
- respecter les espaces publics = *σέβομαι τους δημόσιους χώρους*

(les) **rues propres** (NOM FÉMININ) ▸ les rues sans déchets = οι καθαροί δρόμοι = οι δρόμοι χωρίς απορρίμματα
- propre (ADJECTIF) = *καθαρός(η)*
  ≠ sale (ADJECTIF) = *βρώμικος(η)*
- (la) propreté = *η καθαριότητα*
  ≠ (la) saleté = *η βρωμιά*

(les) **villes de province** ▸ les villes hors de la capitale = οι επαρχιακές πόλεις
- (la) ville de province = *η επαρχιακή πόλη*
- (le) province = *η επαρχία*

* ATTENTION :
la Provence = *η Προβηγκία*

vivant-e (ADJECTIF) ▸ animé-e (ADJECTIF) = ζωντανός(ή), ζωηρός, γεμάτος ζωή
- (le)quartier animé = *η συνοικία με ζωή*

vivre ensemble ▸ cohabiter harmonieusement = συμβιώνω

UNITÉ 08

(les) **zones piétonnes** (NOM FÉMININ)
▸ οι πεζόδρομοι = les rues piétonnes
- (le) passage piéton = *η διάβαση των πεζών*
- (le) piéton-ne = *ο/η πεζός(ή)*

PAGES 180-181

(l') **air est plus pur** ▸ Ο αέρας είναι πιο καθαρός
- (l') air est moins pollué = *ο αέρας είναι λιγότερο μολυσμένος*

(l') **ambiance** (NOM FÉMININ) ▸ η ατμόσφαιρα, η αίσθηση/το κλίμα που αποπνέει ένα χώρος
* ATTENTION :
(l') athmosphère = *η ατμόσφαιρα με τη φυσική σημασία, η γενική αίσθηση ενός χώρου*

à la **campagne** ▸ en milieu rural
= στην εξοχή

(les) **champs** (NOM MASCULIN) ▸ τα χωράφια, οι αγροί

(se) **connaître** (VERBE) ▸ faire connaissance les uns avec les autres = γνωρίζομαι
- (la) connaissance = *η γνωριμία*

découvrir la culture de la ville ▸ connaître le patrimoine culturel de la ville
= ανακαλύπτω τον πολιτισμό/ την πολιτιστική κληρονομιά της πόλης
- (la) culture = *ο πολιτισμός, η πνευματική καλλιέργεια*

se **déplacer** (VERBE) ▸ μετακινούμαι
- (le) déplacement = *η μετακίνηση*

dynamique (ADJECTIF) ▸ δυναμικός(η)

(les) **embouteillages** (NOM MASCULIN)
▸ les bouchons = η κυκλοφοριακή συμφόρηση, τα μποτιλιαρίσματα

(les) **îles** (NOM FÉMININ) ▸ τα νησιά
- sur une île / dans une île = *σ' ένα νησί*

(les) **paysages** (NOM MASCULIN)
▸ les panoramas = τα τοπία

peu de services ▸ un nombre limité de services = λίγες υπηρεσίες
- (les) services sont limités = les services sont peu nombreux = *οι υπηρεσίες είναι περιορισμένες*

(la) **pollution** (NOM) ▸ η ρύπανση, η μόλυνση
- (la) pollution de l'air = *η ατμοσφαιρική ρύπανση*
- (la) pollution de l'eau = *η ρύπανση των υδάτων*
- (la) pollution sonore = *η ηχορύπανση*
- lutter contre la pollution = *μάχομαι ενάντια/καταπολεμώ τη ρύπανση*
- polluer = *ρυπαίνω, μολύνω*
- pollué-e (ADJECTIF) = *μολυσμένος(η)*
- polluant-e (ADJECTIF) = *ρυπογόνος, ρυπαντικός(ή)*

proche de la nature ▸ au contact de la nature = κοντά στη φύση

(le) **rythme de vie** ▸ ο ρυθμός ζωής

(le) **sentiment d'isolement** ▸ το αίσθημα απομόνωσης

(les) **traditions locales** (NOM FÉMININ)
▸ οι τοπικές παραδόσεις

(les) **visites de paysages naturels**
▸ οι επισκέψεις σε φυσικά τοπία
- (la) visite = *η επίσκεψη*
- visiter (VERBE) = *επισκέπτομαι (μνημείο, πόλη, χώρα, έκθεση, μουσείο, τόπο, τοπίο)*
- visiter des musées = *επισκέπτομαι μουσεία*
- visiter des monuments = *επισκέπτομαι μνημεία*

* ATTENTION : rendre visite à + personne = *επισκέπτομαι πρόσωπο*
ex je rends visite à ma grand-mère = *επισκέπτομαι τη γιαγιά μου*

vivre au calme ▸ vivre tranquillement = ζω ήρεμα

PAGES 182-183

abîmer (VERBE) ▸ χαλάω, φθείρω
- détériorer = *φθείρω*
- abîmé-e (ADJECTIF) = *χαλασμένος(η)*
- (s') abîmer = *χαλάω, φθείρομαι*

agir ensemble pour mieux vivre
▸ ενεργούμε μαζί για να ζούμε καλύτερα

au quotidien ▸ de tous les jours = στην καθημερινότητα, σε καθημερινή βάση

(le) **bâtiment** (NOM) ▸ l' édifice = το κτίριο

(le) **cadre de vie** ▸ οι συνθήκες διαβίωσης, το περιβάλλον ζωής

se **comporter bien** ▸ συμπεριφέρομαι καλά
≠ se comporter mal ▸ *συμπεριφέρομαι άσχημα*
- (le) comportement = *η συμπεριφορά*

(les) **déchets** (NOM MASCULIN)
▸ τα απορρίμματα, τα απόβλητα
- (les) déchets ménagers = *τα οικιακά απορρίμματα*
- trier les déchets = *διαχωρίζω τα απορρίμματα*
- recycler les déchets = *ανακυκλώνω τα απορρίμματα*
- réduire les déchets = *μειώνω τα απορρίμματα*
- jeter des déchets = *πετάω τα σκουπίδια*
- (la) poubelle = *ο κάδος απορρίμματων*
- (les) ordures = *τα σκουπίδια*

(l') **école** (NOM FÉMININ) ▸ l' établissement scolaire = το σχολείο

entourer (VERBE) ▸ περιβάλλω
- (l') entourage (NOM MASCULIN) = *ο περίγυρος, τα άτομα που περιβάλλουν κάποιον*
- entouré-e (ADJECTIF) = *περιτριγυρισμένος(η)*

(les) **équipements** (NOM MASCULIN)
▸ ο εξοπλισμός, οι υποδομές
- proposer des idées pour améliorer les équipements = *προτείνω ιδέες για τη βελτίωση των υποδομών*

(l') **espace commun** (NOM MASCULIN)
▸ ο κοινόχρηστος χώρος

(les) **espaces publics** (NOM MASCULIN)
▸ les lieux publics = οι δημόσιοι χώροι

(les) **espaces sûrs** (NOM MASCULIN)
▸ des lieux sécurisés = ασφαλείς χώροι

(les) **espaces verts** (NOM MASCULIN)
▸ οι χώροι πράσινου
- plus d'espaces verts = davantage de zones plantées = *περισσότεροι χώροι πρασίνου*
- des espaces avec des arbres et de l'herbe = des zones vertes = *χώροι με δέντρα και γρασίδι*
- (l') herbe (NOM MASCULIN) = *το γρασίδι, το χορτάρι*
- (les) herbes = *τα βότανα*

faire attention au bruit ▸ προσέχω τον θόρυβο

garder les rues propres ▸ διατηρώ τους δρόμους καθαρούς

(le) **geste** (NOM) ▸ η κίνηση, η χειρονομία
- (les) gestes simples = *οι απλές κινήσεις/ενέργειες*
- (le) geste de solidarité = *η πράξη αλληλεγγύης*
- (les) gestes écologiques = les écogestes = *οι οικολογικές κινήσεις/ενέργειες*
- (les) petits gestes du quotidien = *οι μικρές καθημερινές ενέργειες που μπορούν να προστατεύσουν το περιβάλλον*

nettoyer (VERBE) ▸ καθαρίζω
- (le) nettoyage = *ο καθαρισμός, το καθάρισμα*
- nettoyer un parc ou une école = rendre propre un parc ou une école = *καθαρίζω ένα πάρκο ή ένα σχολείο*

CONJUGAISON : nettoyer
Présent : *je nettoie, tu nettoies, il/elle nettoie, nous nettoyons, vous nettoyez, ils/elles nettoient*
Passé Composé : *j'ai nettoyé*
Futur Simple : *: je nettoierai*

par terre ▸ καταγής, στο χώμα

penser à + personne / nom = σκέφτομαι κάποιον ή κάτι
- penser à + infinitif = *θυμάμαι να κάνω κάτι*

- penser de = *έχω κάποια γνώμη για κάποιον ή κάτι*
  ex qu' est-ce que tu penses de ce film ? = *ποια είναι η γνώμη σου γι' αυτήν την ταινία;*

planter (VERBE) ▸ φυτεύω
- (la) plante = *το φυτό*
- (la) plantation = *η φυτεία*
- planter quelques fleurs = *φυτεύω μερικά λουλούδια*
- (le) jardin potager = *ο λαχανόκηπος*
- arroser (VERBE) = *ποτίζω*

se **sentir bien** ▸ être à l'aise = αισθάνομαι καλά

PAGES 184-185

abandonner (VERBE) ▸ εγκαταλείπω, παρατάω
- (l') abandon (NOM MASCULIN) = *η εγκατάλειψη*
- abandonné-e (ADJECTIF) = *εγκαταλελειμμένος(η)*
- (l') animal abandonné = *το εγκαταλελειμμένο ζώο*

agir pour ▸ passer à l'action pour = δρω για να

apprendre à (VERBE) ▸ μαθαίνω να
- (l') apprentissage = *η εκμάθηση*

avoir besoin de + nom ▸ χρειάζομαι, έχω ανάγκη
- avoir besoin de + infinitif = *έχω ανάγκη να κάνω κάτι, χρειάζεται να κάνω κάτι*
- (le) besoin = *η ανάγκη*

(la) **cause** (NOM) ▸ ο σκοπός (για τον οποίο αγωνίζεται κάποιος)
- défendre une cause = *υπερασπίζομαι ένα σκοπό*
- soutenir une cause = *υποστηρίζω ένα σκοπό*
- agir pour une bonne cause = *δρω για έναν καλό σκοπό*
- (la) cause humanitaire = *ο ανθρωπιστικός σκοπός*

critiquer (VERBE) ▸ ασκώ κριτική, επικρίνω, κρίνω
- (la) critique = *η κριτική*

dans la famille ▸ au sein de la famille = μέσα στην οικογένεια

développer la solidarité ▸ αναπτύσσω την αλληλεγγύη
- (le) développement = *η ανάπτυξη*

donner de son temps ▸ consacrer du temps = διαθέτω τον χρόνο μου, αφιερώνω χρόνο

(l') **entraide** (NOM FÉMININ) ▸ η αλληλοβοήθεια
- s'entraider = *αλληλοβοηθιέμαι*
- renforcer l'entraide = *ενισχύω την αλληλοβοήθεια*

(l') **environnement** (NOM MASCULIN) ▸ le milieu naturel = το περιβάλλον

(les) **gestes solidaires** (NOM MASCULIN) ▸ οι πράξεις αλληλεγγύης = les actions d'entraide = οι πράξεις αλληλοβοήθειας

ignorer (VERBE) ▸ αγνοώ, δεν γνωρίζω
- (l') ignorance (NOM FÉMININ) = *η άγνοια*
- ignorant-e (ADJECTIF) = *αδαής, αυτός που δεν γνωρίζει*
- ignoré-e (ADJECTIF) = *παραμελημένος(η)*

à l'**international** ▸ σε διεθνές επίπεδο

se **moquer de** quelqu'un ▸ κοροϊδεύω
- se moquer de quelque chose = *αδιαφορώ για κάτι*
- (la) moquerie = *η κοροϊδία, ο χλευασμός*

nourrir quelqu'un ▸ donner à manger à quelqu'un = τρέφω, ταΐζω
- se nourrir = *τρέφομαι*
- (la) nourriture = *η τροφή*
- nourrissant-e (ADJECTIF) = *θρεπτικός(ή)*

participer à une action ▸ συμμετέχω σε μια δράση

(la) **pauvreté** (NOM) ▸ η φτώχεια
- pauvre (ADJECTIF) = *φτωχός(ή)*
- vivre au seuil de la pauvreté = *ζω στο όριο της φτώχειας*

(les) **personnes en difficulté** (NOM FÉMININ) ▸ οι άνθρωποι που αντιμετωπίζουν δυσκολίες, που βρίσκονται σε δύσκολη κατάσταση
- aider des personnes en difficulté = soutenir des personnes qui ont des difficultés = *βοηθώ/υποστηρίζω ανθρώπους που αντιμετωπίζουν δυσκολίες*

(les) **personnes isolées** ▸ οι απομονωμένοι άνθρωποι

refuser de (VERBE) ▸ αρνούμαι να
≠ accepter de = *δέχομαι να*
- (le) refus = *η άρνηση*
  ≠ (l') acceptation (NOM FÉMININ) = *η αποδοχή*

respectueux-se (ADJECTIF) ▸ αυτός που δείχνει σεβασμό, που σέβεται τους άλλους
- (le) respect = *ο σεβασμός*
- respecter (VERBE) = *σέβομαι*

(le) **refuge** (NOM) ▸ το καταφύγιο
- (se) réfugier = *καταφεύγω, βρίσκω καταφύγιο*
- (le/la) réfugié-e = *ο/η πρόσφυγας*

sans être payé ▸ gratuitement = χωρίς να πληρώνομαι, δωρεάν
(le) travail payé = l' emploi rémunéré = *η αμειβόμενη εργασία*

se **sentir utile** ▸ avoir le sentiment d'être utile = αισθάνομαι χρήσιμος-η

(la) **solidarité au quotidien** ▸ η αλληλεγγύη στην καθημερινότητα

PAGES 186-187

(les) **activités en plein air** (NOM FÉMININ) ▸ οι δραστηριότητες στην ύπαιθρο
- (les) activités à l'extérieur = *οι δραστηριότητες σε εξωτερικό χώρο*

aimer mieux ▸ préférer = προτιμώ
- j'aime mieux vivre à la campagne = je préfère vivre à la campagne = *προτιμώ να ζω στην εξοχή*

(les) **bons gestes** (NOM MASCULIN) ▸ οι σωστές κινήσεις, οι σωστές ενέργειες
≠ (les) mauvais gestes = *οι λανθασμένες ενέργειες*

ça marche ▸ d'accord = εντάξει, σύμφωνοι

(la) **condition** (NOM) ▸ η προϋπόθεση

(se) **détendre** (VERBE) ▸ se relaxer = *χαλαρώνω*
- (la) détente = la relaxation = *η χαλάρωση*

efficace (ADJECTIF) ▸ αποτελεσματικός(ή)
- (l') efficacité (NOM FÉMININ) = *η αποτελεσματικότητα*
- performant-e (ADJECTIF) = *αποδοτικός(ή)*
- (la) performance = *η απόδοση*

être dehors ▸ είμαι έξω = être à l'extérieur = είμαι, βρίσκομαι σε εξωτερικό χώρο

être plutôt pour ▸ είμαι μάλλον υπέρ
- je préfère plutôt la vie urbaine = *προτιμώ μάλλον τη ζωή της πόλης*

il est important de + infinitif ▸ il est essentiel de + infinitif = είναι σημαντικό να

(l') **incompréhension** (NOM FÉMININ) ▸ η έλλειψη κατανόησης, η παρανόηση
- (le) manque de compréhension = *η έλλειψη κατανόησης, η παρανόηση*
  ≠(la) compréhension = *η κατανόηση*
- comprendre = *καταλαβαίνω, κατανοώ*
- compréhensif-ve = *κατανοητικός(ή), αυτός(ή) που δείχνει κατανόηση*
  ≠ incompréhensif-ve = *αυτός(ή) που δεν δείχνει κατανόηση.*

lancer une petite collecte de vêtements ▸ ξεκινώ μια μικρή συγκέντρωση ρούχων

s'**occuper** de (VERBE) ▸ ασχολούμαι με

je suis **partant-e** ▸ je suis volontaire = είμαι πρόθυμος(η), συμφωνώ να συμμετάσχω

plus tard = αργότερα
≠ plus tôt = *νωρίτερα*

prévenir ▸ ειδοποιώ, ενημερώνω
- (la) prévention = *η πρόληψη*
- préventif-ve (ADJECTIF) = *προληπτικός(ή)*
  ex médecine préventive = *προληπτική ιατρική*

(la) **prévision** (NOM) ▸ η πρόβλεψη
- prévoir (VERBE) = *προβλέπω*
- prévu-e (ADJECTIF) = *προβλεπόμενος(η), που έχει προβλεφθεί*

Agir pour un monde meilleur

LEXIQUE

profiter de (VERBE) ▸ bénéficier de
= επωφελούμαι από

promettre (VERBE) ▸ υπόσχομαι
- donner sa parole = *δίνω το λόγο μου*
- (la) promesse = *η υπόσχεση*

réagir (VERBE) ▸ αντιδρώ
- (la) réaction = *η αντίδραση*

je **trouve que** ▸ βρίσκω ότι, θεωρώ
- je crois que = *πιστεύω ότι*
- je pense que = *σκέφτομαι ότι (εκφράζω γνώμη)*

  ex je pense que c'est plus calme
  = *θεωρώ ότι είναι πιο ήρεμα*

si on s'y met tous ▸ si nous nous y mettons tous = αν το προσπαθήσουμε όλοι μαζί

(la) **ville animée** ▸ la ville vivante
= η ζωντανή πόλη

PAGES 190-191

autrement ▸ d'une autre manière
= διαφορετικά, με διαφορετικό τρόπο

(le/la) **citoyen-ne** ▸ ο-η πολίτης
- (la) citoyenneté = *η ιδιότητα του πολίτη*
- civique (ADJECTIF) = *πολιτικός(ή)(◆ΕΔΩ : με την έννοια του πολίτη), αστικός(ή)*
- (les) droits civiques = *τα πολιτικά δικαιώματα*

demander (VERBE) ▸ exiger = απαιτώ
- (la) demande = l'exigence = *η απαίτηση*

donner plus de place aux jeunes dans la société ▸ offrir un rôle plus important aux jeunes dans la société = δίνω περισσότερο χώρο στους νέους στην κοινωνία, προσφέρω έναν ρόλο πιο σημαντικό στους νέους στην κοινωνία

(les) **élections** (NOM FÉMININ) ▸ οι εκλογές
- élire (VERBE) = *εκλέγω*
- (l') électeur-trice = *ο/η ψηφοφόρος*

encourager (VERBE) ▸ ενθαρρύνω
- (l') encouragement = *η ενθάρρυνση*
- inciter à (VERBE) = *παρακινώ να*

être **concerné-e par** les décisions politiques ▸ επηρεάζομαι από τις πολιτικές αποφάσεις

faire entendre leurs idées ▸ exprimer leurs idées publiquement = κάνουν τις ιδέες τους να ακουστούν, εκφράζουν τις ιδέες τους δημόσια

faire perdre du temps ▸ κάνω κάποιον να χάνει χρόνο

gagner de l'expérience ▸ acquérir de l'expérience = αποκτώ εμπειρία

(le) **gouvernement** (NOM) ▸ η κυβέρνηση
- gouverner (VERBE) = *κυβερνώ*
- gouvernemental-e (ADJECTIF) = *κυβερνητικός(ή)*

réfléchir à cette idée ▸ σκέφτομαι αυτή την ιδέα

rencontrer de nouvelles personnes ▸ faire de nouvelles connaissances
= γνωρίζω καινούριους ανθρώπους, κάνω νέες γνωριμίες

résoudre (VERBE) ▸ επιλύω
- (la) solution = *η λύση*

rester la priorité ▸ παραμένει προτεραιότητα

voter (VERBE) ▸ ψηφίζω
- (le) vote = *η ψήφος*
- voter pour quelqu'un = *ψηφίζω υπέρ κάποιου*

  ≠ voter contre quelqu'un = *ψηφίζω κατά κάποιου*
- participer aux élections = *συμμετέχω στις εκλογές*
- donner le droit de vote = *δίνω το δικαίωμα ψήφου*