

# UNITÉ 1 - ΕΝΟΤΗΤΑ 1

## VOCABULAIRE - ΛΕΞΙΛΟΓΙΟ

### Mon corps, mon visage... Un peu de lexique...

Le corps = σώμα (κορ)  
 Humain = ανθρώπινος (υμέν)  
 La tête = κεφάλι (τετ)  
 La nuque = σβέρκο, αυχέννας (νυκ)  
 Le dos = πλάτη (ντο)  
 Le coude = αγκώννας (κουντ)  
 Le derrière=les fesses=οπίσθια(ντεριέρ=φες)  
 Un œil (les yeux) = μάτι (μάτια) (εϊγ, γιε)  
 Le nez = μύτη (νε)  
 Les cheveux(le cheveu)=μαλλιά (τρίχα) (σεβέ)  
 Une oreille = αυτί (ορείγ)  
 La gorge = λαιμός (γκορζ)  
 Une épaule = ώμος (επόλ)  
 La poitrine = στήθος (πουατρίν)  
 Le ventre = κοιλιά (βάν'τρ)  
 Un estomac = στομάχι (εστομά)  
 Le nombril = ομφαλός (νομ'μπρίλ)  
 Le bras = μπράτσο, χέρι (ολόκληρο) (μπρα)  
 La main = χέρι (κάτω μέρος) (μεν)  
 Le doigt = δάκτυλο χεριού (ντουά)  
 Un orteil = δάκτυλο ποδιού (ορτέιγ)  
 Un ongle = νύχι (ονγκλ)  
 La jambe = γάμπα, πόδι (ολόκληρο) (ζαμ'μπ)  
 Le pied = πόδι (κάτω μέρος) (πιε)  
 Le genou = γόνατο (ζενού)  
 La cheville = αστράγαλος (σεβίγ)  
 Le visage = πρόσωπο (βισάζ)  
 Le front = μέτωπο (φρον)  
 Le sourcil = φρύδι (σουρσίλ)  
 Le cil = βλέφαρο (σιλ)  
 La joue = μάγουλο (ζου)  
 La lèvre = χείλος (λεβρ)  
 La bouche = στόμα (μπους)  
 La dent = δόντι (νταν)  
 La langue = γλώσσα (λαν'γκ)  
 Le menton = πηγούνι (μαν'τον)  
 Le poignet = καρπός (πουανιέ)  
 Le talon = φτέρνα (// τακούνι) (ταλόν)  
 Le pouce = αντίχειρας (πους)  
 Un index = δείκτης (εν'ντέξ)  
 Le majeur = μεσαίος (μαζέρ)  
 Un annulaire = παράμεσος (ανυλέρ)  
 Un auriculaire = μικρό (ορικυλέρ)

### Aux urgences

Les urgences = τα επείγοντα (υργάνς)  
 Avoir mal = πονάω (αβουάρ μαλ)  
 Avoir mal à la tête = έχω πονοκέφαλο (αβουάρ μαλ α λα τετ)  
 Avoir mal au ventre = έχω πονόκοιλο (αβουάρ μαλ ο βαν'τρ)  
 Avoir mal au dos=πονάει η πλάτη μου (αβουάρ μαλ ο ντο)  
 Une fracture = κάταγμα  
 Une blessure = πληγή  
 Une brûlure = κάψιμο

### Les mouvements

Un mouvement = κίνηση (μουβμάν)  
 Dehors ≠ dedans = έξω ≠ μέσα (ντεόρ ≠ ντεντάν)  
 Marcher = περπατώ (μαρσέ)  
 Courir = τρέχω (κουρίρ)  
 Sauter = πηδώ (σοτέ)  
 Tomber = πέφτω (τομ'μπέ)  
 Monter ≠ descendre = ανεβαίνω ≠ κατεβαίνω (μον'τέ ≠ ντεσάν'ντρ)

### À la maison-les travaux domestiques

La maison = σπίτι (μεζόν)  
 Un travail = εργασία, δουλειά (τραβάνιγ)  
 Domestique = οικιακός (ντομεστίκ)  
 Balayer = σκουπίζω (μπαλεγιέ)  
 Passer = περνώ (πασέ)  
 Un aspirateur = ηλεκτρική σκούπα (ασπιρατέρ)  
 Passer l'aspirateur = σκουπίζω με ηλ. Σκούπα  
 Repasser = σιδερώνω (//ξαναπερνώ) (ρεπασέ)  
 Érousseter = ξεσκονίζω (επους(ε)τέ)  
 Ranger = τακτοποιώ (ρανζέ)  
 La chambre = δωμάτιο (σαμ'μπρ)  
 Les affaires = πράγματα (αφέρ)  
 Coudre = ράβω (κουντρ)  
 Faire la cuisine = cuisiner = μαγειρεύω (φερ λα κνιζίν, κνιζινέ)  
 La cuisine = κουζίνα (κνιζίν)  
 Faire = κάνω (φερ)  
 Préparer = ετοιμάζω (πρεπαρέ)  
 Le repas = γεύμα (ρεπά)

<p>Mettre la table=στρώνω (βάζω) τραπέζι (μετρά ταμπλ)</p> <p>Mettre = βάζω (μετρά)</p> <p>La table = τραπέζι (ταμπλ)</p> <p>Desservir la table = μαζεύω, καθαρίζω το τραπέζι (ντεσερβίρ λα ταμπλ)</p> <p>Faire la vaisselle = πλένω (κάνω) τα πιάτα (φερλά βεσέλ)</p> <p>La vaisselle = τα πιατικά (βεσέλ)</p> <p>Laver = πλένω (λαβέ)</p> <p>Le linge = ασπρόρουχα (λενζ)</p> <p>Le sol = έδαφος, πάτωμα (σολ)</p> <p>Le lit = κρεβάτι (λι)</p> <p>Faire son lit = στρώνω (κάνω) το κρεβάτι μου (φερσον λι)</p>	<p><b>Et vous, à quelle heure vous vous réveillez ?</b></p> <p>Et = και (ε)</p> <p>Vous = εσείς, εσάς (βου)</p> <p>À ≠ de = σε ≠ από (α ≠ ντε)</p> <p>Quel = τι, ποιος (κελ)</p> <p>Une heure = ώρα (ερ)</p> <p>Se réveiller = ξυπνώ (σε ρεβεγιέ)</p> <p>Se lever = σηκώνομαι (σε λεβέ)</p> <p>Prendre = παίρνω (πράν'ντρ)</p> <p>La douche = ντους (ντους)</p> <p>Prendre la douche = κάνω (παίρνω) ντους</p> <p>Se brosser = βουρτσίζω (-ομαι) (σε μπροσέ)</p> <p>Se peigner = se coiffer = χτενίζομαι (σε πενιέ = σε κουαφέ)</p> <p>Se maquiller = μακιγιάρομαι (σε μακιγιέ)</p> <p>Se raser = ξυρίζομαι (σε ραζέ)</p> <p>S'habiller = ντύνομαι (σ'αμπιγιέ)</p> <p>Le petit déjeuner = πρόγευμα (π'τι ντεζενέ)</p>
---	---

<b>Ranger=τακτοποιώ</b>	<b>S lever=σηκώνομαι</b>	<b>Courir = τρέχω</b>	<b>Descender=κατεβαίνω</b>	
Je range Tu ranges Il/elle/on range Nous range <u>o</u> ns Vous rangez Ils/elles rangent	Je me <u>l</u> ève Tu te <u>l</u> èves Il/elle/on se <u>l</u> ève Nous nous levons Vous vous levez Ils/elles se <u>l</u> èvent	Je cours Tu cours Il/elle/on court Nous courons Vous courez Ils/elles courent	Je descends Tu descends Il/elle/on descend Nous descendons Vous descendez Ils/elles descendent	
<b>Coudre = ράβω</b>	<b>Faire = κάνω</b>	<b>Mettre = βάζω</b>	<b>Desservir=μαζεύω (εδώ)</b>	
Je couds Tu couds Il/elle/on coud Nous cousons Vous cousez Ils/elles cousent	Je fais Tu fais Il/elle/on fait Nous faisons Vous faites Ils/elles font	Je mets Tu mets Il/elle/on met Nous mettons Vous mettez Ils/elles mettent	Je dessers Tu dessers Il/elle/on dessert Nous desservons Vous desservez Ils/elles desservent	
<b>Avoir = έχω</b>	<b>Prendre = παίρνω</b>	<b>Aller = πηγαίνω</b>	<b>Devoir = πρέπει</b>	<b>Falloir=πρέπει</b>
J'ai Tu as Il/elle/on a Nous avons Vous avez Ils/elles ont	Je prends Tu prends Il/elle/on prend Nous prenons Vous prenez Ils/elles prennent	Je vais Tu vas Il/elle/on va Nous allons Vous allez Ils/elles vont	Je dois Tu dois Il/elle/on doit Nous devons Vous devez Ils/elles doivent	<b>Il faut</b>

## Κονσείγ σαν'τέ

Κονσείγ πουρ λα ραν'τρέ  
Βεν'τ-ντε ζυιγιέ ντε κονσείγ ντε πλυς

Ντε κονσείγ πουρ γκραντέ λα φορμ απρέ λα ραν'τρέ! Ε ουί, σ'ε να ραν'τρέ σκολέρ ε σ'ε παρτί!

Ιλ φοτ απσολουμάν εβιτέ λε στρες: ντεταν'ντέ-βου ε ρελαζέ-βου, βου ντεβέ βου φιζέ ντεζ ομπζεκτίφ πουρ νε πα πανικέ. Ιλ ετ εμ'πορτάν ντε σαβουάρ ου ον βα, σι βου σαβέ σε κε βου ντεβέ φερ, βου ν'ορέ πα ου τρε πε ντε προμπλέμ.

Πουρ εβιτέ λε στες ντε κουρς ντε ραν'τρέ σκολέρ ζε βου κονσείγ ντε φερ υν λιστ, πλυ λα λιστ σερά ντεταγιέ μουάν βου σερέ στρεσέ.

Κε φερ πουρ σε ρελαζέ παν'ντάν λα ραν'τρέ; Βουζ αβέ λε σπορ. Ιλ ε τρεζ εμ'πορτάν ντε φερ ντυ σπορ πουρ σε ντετάν'ντρ. Βουζ αλέ σαν ντουτ ετρ φατιγκέ. Ζε κονσείγ ντονκ ντε φερ ντυ σπορ ντε φασόν ρεγκυλιέρ. Απρέ λε τραβιάιγ βου πουβέ εγκαλμάν αλέ α λα πισίν αν φαμίγ ου σελ, σ'ε τρε μπον πουρ λε ντο. Λα κουρς α πιε ετ α λα μοντ, σ'ε τρε σεμ'πλ, σα νε κουτ πα σερ ε σ'ε εφικάς.

Πουρ βοτρ σαν'τέ, εβιτέ ντε μανζέ τρο γκρα, τρο συκρέ, τρο σαλέ ε μανζέ ο μουάν σενκ φρυί ε λεγκύμ παρ ζορ.

## Συμβουλή υγεία

Συμβουλή για την επιστροφή στο σχολείο (πρώτη μέρα στο σχολείο)

22 Ιουλίου 2 συμβουλές επιπλέον

Συμβουλές για να κρατήσετε τη φόρμα σας μετά την επιστροφή (στο σχολείο)! Είναι, είναι η πρώτη μέρα στο σχολείο και φύγαμε!

Πρέπει απαραίτητως να αποφύγετε το άγχος: χαλαρώστε και απελευθερωθείτε, πρέπει να θέσετε στόχους για να μην πανικοβληθείτε. Είναι σημαντικό να ξέρετε που πάτε, αν ξέρετε τι πρέπει να κάνετε, δεν θα έχετε προβλήματα, ή πολύ λίγα.

Για να αποφύγετε το άγχος των αγορών της επιστροφής στο σχολείο σας συμβουλεύω να κάνετε μία λίστα, όσο πιο λεπτομερής είναι η λίστα, τόσο λιγότερο θα αγχωθείτε.

Τι να κάνετε για να χαλαρώσετε κατά την επιστροφή στο σχολείο; Έχετε την άθληση. Είναι πολύ σημαντικό να κάνετε άθλημα για να χαλαρώνετε. Αναμφίβολα θα κουραστείτε. Συμβουλεύω λοιπόν να κάνετε άθλημα τακτικά. Μετά τη δουλειά μπορείτε εξίσου να πάτε στην πισίνα οικογενειακώς ή μόνος(η), είναι πολύ καλό για την πλάτη. Ο στίβος είναι στη μόδα, είναι πολύ εύκολος, δεν κοστίζει ακριβά και είναι αποτελεσματικός.

Για την υγεία σας, αποφύγετε να τρώτε πάρα πολλά λιπαρά, πάρα πολλά γλυκά, πάρα πολύ αλάτι και να τρώτε το λιγότερο πέντε φρούτα και λαχανικά την ημέρα.

## GRAMMAIRE - ΓΡΑΜΜΑΤΙΚΗ

### VERBES PRONOMINAUX - ΑΝΤΩΝΥΜΙΚΑ ΡΗΜΑΤΑ

Τα **verbes pronominaux** είναι τα ρήματα μέσης φωνής (ρήματα σε -ομαι). Στα γαλλικά δεν έχουν ξεχωριστές καταλήξεις, αλλά σχηματίζονται με τη βοήθεια αντωνυμιών ως εξής:

Κλίνουμε κανονικά το ρήμα βάζοντας πριν από αυτό τις εξής αντωνυμίες:

p.ex. **se** préparer

<b>me</b>	je <b>me</b> prépare
<b>te</b>	tu <b>te</b> prépares
<b>se</b>	il/elle/on <b>se</b> prépare
<b>nous</b>	nous <b>nous</b> préparons
<b>vous</b>	vous <b>vous</b> préparez
<b>se</b>	ils/elles <b>se</b> préparent

#### Παρατηρήσεις:

1. Καταλαβαίνουμε ότι ένα ρήμα είναι αντωνυμικό όταν υπάρχει στο απαρέμφατό του η αντωνυμία **se**.

p.ex. préparer = ετοιμάζω **αλλά se préparer = ετοιμάζομαι**

2. Η αντωνυμία πρέπει να βρίσκεται πάντα πριν από το ρήμα. Επομένως, στην ερώτηση και στην άρνηση, η αντωνυμία θα βρίσκεται πριν από το ρήμα.

p.ex. **te** prépares-tu?

Je ne **me** prépare pas

### FUTUR PROCHE - ΚΟΝΤΙΝΟΣ ΜΕΛΛΟΝΤΑΣ

Ο **futur proche** σχηματίζεται ως εξής:

Κλίνουμε το ρήμα **aller** στον ενεστώτα και βάζουμε δίπλα το απαρέμφατο του ρήματος.

Δηλαδή: **futur proche = aller + infinitif**

p.ex. <b>Parler</b>	p.ex. <b>Finir</b>	p.ex. <b>Venir</b>
je vais parler	je vais finir	je vais venir
tu vas parler	tu vas finir	tu vas venir
il/elle/on va parler	il/elle/on va finir	il/elle/on va venir
nous allons parler	nous allons finir	nous allons venir
vous allez parler	vous allez finir	vous allez venir
ils/elles vont parler	ils/elles vont finir	ils/elles vont venir

#### Προσοχή:

1. Βασικό ρήμα στο χρόνο αυτό είναι το ρήμα **aller**. Επομένως η ερώτηση και η άρνηση θα γίνουν πάνω σε αυτό το ρήμα.

p.ex. vas-tu parler?

je ne vais pas parler

2. Στα αντωνυμικά ρήματα, αν και το ρήμα μπαίνει στο απαρέμφατο, η αντωνυμία κλίνεται κανονικά.

p.ex. je vais **me** préparer

tu vas **te** préparer

il/elle/on va **se** préparer

nous allons **nous** préparer

vous allez **vous** préparer

ils/elles vont **se** préparer

## PASSÉ RÉCENT - ΚΟΝΤΙΝΟΣ ΑΟΡΙΣΤΟΣ

Ο **passé récent** σχηματίζεται ως εξής:

Κλίνουμε το ρήμα **venir** στον ενεστώτα και δίπλα βάζουμε το απαρέμφατο του ρήματος συνοδευόμενο από την πρόθεση **de**.

Δηλαδή: **Passé récent = venir + de + infinitif**

Μεταφράζεται: Μόλις + ρήμα στον αόριστο. (p.ex. je viens de parler = μόλις μίλησα)

Χρησιμοποιείται για να δείξει ότι κάτι μόλις έγινε.

p.ex. Parler	p.ex. Finir	p.ex. Venir
je viens de parler	je viens de finir	je viens de venir
tu viens de parler	tu viens de finir	tu viens de venir
il/elle/on vient de parler	il/elle/on vient de finir	il/elle/on vient de venir
nous venons de parler	nous venons de finir	nous venons de venir
vous venez de parler	vous venez de finir	vous venez de venir
ils/elles viennent de parler	ils/elles viennent de finir	ils/elles viennent de venir

### Προσοχή:

Στα αντωνυμικά ρήματα, αν και το ρήμα μπαίνει στο απαρέμφατο, η αντωνυμία κλίνεται κανονικά.

p.ex. je viens de **me** préparer  
 tu viens de **te** préparer  
 il/elle/on vient de **se** préparer  
 nous venons de **nous** préparer  
 vous venez de **vous** préparer  
 ils/elles viennent de **se** préparer

## DES MOTS OPPOSÉS - ΑΝΤΙΘΕΤΕΣ ΛΕΞΕΙΣ

Κατάφαση	≠	Άρνηση
<b>Quelque chose</b> (= κάτι)	≠	<b>Rien</b> (= τίποτα)
<b>Tout</b> (= τα πάντα)	≠	<b>Rien</b> (= τίποτα)
<b>Quelqu'un</b> (= κάποιος)	≠	<b>Personne</b> (= κανείς)
<b>Tout le monde</b> (= όλος ο κόσμος)	≠	<b>Personne</b> (= κανείς)
<b>Partout</b> (= παντού)	≠	<b>Nulle part</b> (= πουθενά)
<b>Quelque part</b> (= κάπου)	≠	<b>Nulle part</b> (= πουθενά)
<b>Encore</b> (= ακόμα)	≠	<b>Plus</b> (= πια, καθόλου)
<b>Déjà</b> (= ήδη)	≠	<b>Pas encore</b> (= όχι ακόμα)
<b>Beaucoup</b> (= πολύ)	≠	<b>Pas du tout</b> (= καθόλου)
<b>Toujours</b> (= πάντα)	≠	<b>Jamais</b> (= ποτέ)
<b>Quelquefois = parfois</b> (= μερικές φορές)	≠	<b>Jamais</b> (= ποτέ)
<b>Aussi</b> (= επίσης)	≠	<b>Non plus</b> (= ούτε και)
... <b>et</b> ... (... και ...)	≠	<b>Ni ... ni ...</b> (= ούτε ... ούτε)

Όταν στην κατάφαση έχουμε κάποια από τις λέξεις της πρώτης στήλης, τότε στην άρνηση βάζουμε την αντίθετή της, από τις λέξεις της δεύτερης στήλης, στη θέση του pas.

p.ex.: je vois **quelque chose** dans la rue  
 je ne vois **rien** dans la rue  
 je vois **quelqu'un**  
 je ne vois **personne**

- Je vais souvent au cinéma
- Je **ne** vais **pas** souvent au cinéma
- J'achète des cahiers **et** des gommes
- Je n'achète **ni** cahiers **ni** gommes
- Moi **aussi**
- Moi **non plus**

## LE BUT - Ο ΣΚΟΠΟΣ

Για να εκφράσουμε τον σκοπό χρησιμοποιούμε τους συνδέσμους:

Pour / afin de (+infinitif)= για να (+ το ρήμα στο όνομά του) ... falloir (+infinitif) / devoir (+infinitif) = πρέπει

p.ex. **pour/afin de** maigrir, **il faut/on doit** faire un régime

ΠΡΟΣΟΧΗ! Το ρήμα falloir είναι απρόσωπο. Δηλαδή δεν κλίνεται, αλλά έχει μόνο ένα πρόσωπο, το τρίτο ενικό. Το ρήμα devoir κλίνεται κανονικά.

p.ex. il faut partir = je dois partir ή tu dois partir ή il/elle/on doit partir κ.ο.κ.

Στην άρνηση, το ne και το pas μπαίνουν μαζί πριν το όνομα του ρήματος (απαρέμφατο)

p.ex. pour/afin de **ne pas** grossir, **il faut/on doit** faire un régime

### Διάρθρωση λόγου (γραπτού ή προφορικού)

D'abord (= κατ' αρχάς)/ En premier lieu (= εν πρώτοις)

Après = puis (= μετά)/ En deuxième lieu (= κατά δεύτερο λόγο)

Ensuite (= στη συνέχεια)

En plus / de plus (= επιπλέον)

Enfin (= εν τέλει) / Pour finir (= εν τέλει) / Pour conclure (= για να κλείσω)