

Bernadette Chovelon
Marie-Hélène Morsel

Lire la Presse

Le compte rendu, la synthèse

« Français langue étrangère, maternelle et seconde »

Presses universitaires de Grenoble
BP 47 – 38040 Grenoble cedex 9
Tél. : 04 76 82 56 52 – pug@pug.fr / www.pug.fr

1

COMPTES RENDUS

Le vélo, c'est sérieux



Par Jean Sivardière

Le vélo permet de se déplacer en ville librement et sur des distances de plusieurs kilomètres ; il est utilisable par une large fraction de la population ; il est bon pour la santé ; il occupe peu de place sur la voirie ; il ne fait pas de bruit ; il ne pollue pas ; il n'est pas responsable d'accidents graves ; il ne consomme pas de pétrole ; il ne contribue pas à l'effet de serre... On n'en finirait pas d'énumérer ses avantages individuels et collectifs qui expliquent la bonne image dont il bénéficie dans l'opinion.

♦ Pourtant, le vélo reste le parent pauvre des moyens de transport urbains. À l'exception notable de Strasbourg, sa pratique s'est peu à peu marginalisée dans les villes françaises. Certes, quelques cités ont récemment mis en place des aménagements cyclables, mais cet effort, parfois proche du bricolage, a tout juste permis d'enrayer son déclin.

♦ Les perspectives d'avenir ne sont guère encourageantes. Parmi les vingt-sept plans de déplacements urbains adoptés à la date limite du 30 juin 2000 (sur les soixante-cinq rendus obligatoires par la loi sur l'air), beaucoup envisagent des mesures favorables au vélo, mais dix seulement prévoient un financement spécifique, d'ailleurs bien modeste : de 4 millions de francs, autant dire rien du tout, à 100 millions, à peine le prix d'un kilomètre de tramway.

♦ Une telle situation est paradoxale, car les investissements cyclables sont les plus rentables pour réduire la circulation automobile. Un déplacement automobile urbain sur deux se fait sur moins de trois kilomètres : le vélo peut donc devenir un transport de masse, et les moyens financiers nécessaires à une politique du vélo ambitieuse sont dérisoires si on les compare aux crédits affectés aux transports collectifs ou engloutis dans les incessants (et inutiles) travaux de voirie.

♦ Comment expliquer le paradoxe ? En France, la plupart des élus parlent du vélo urbain avec un sourire au coin des lèvres. Les uns ne voient en lui qu'un mode accessoire, bon pour les étudiants

pauvres et les marginaux autophobes, un archaïsme à l'ère de l'automobile, voire un gadget à la mode auquel il faut bien sacrifier une fois par an, en enfourchant quelques minutes un engin flambant neuf lors de la Fête du vélo : un bout de piste cyclable par-ci, par-là fera donc l'affaire. Les autres sont sceptiques : le vélo, c'est bon pour les loisirs, pas pour les déplacements quotidiens ; c'est bon pour les Hollandais, ça ne prendra jamais en France. Inutile, donc, de se lancer dans une politique cohérente englobant itinéraires sécurisés sans détours dissuasifs, bien signalés et entretenus, stationnement sécurisé lui aussi, complémentarité avec les transports collectifs, services de location et de réparation, vélos de fonction, promotion du vélo, embauche de techniciens compétents...

♦ Mais, il n'y a pas si longtemps, on disait aussi : le tramway, c'est bon pour les Suisses. Il en est du vélo comme du transport collectif. Son usage n'est pas une affaire de chromosomes ou de particularismes culturels : les changements de comportement sont directement liés aux efforts des aménageurs. À Fribourg-en-Brisgau, ville moyenne prospère de la Forêt-Noire, en vingt ans, la part du vélo dans les déplacements mécanisés

Il est grand temps que nos responsables politiques changent de braquet et le considèrent comme un mode de transport à part entière

est passée de 16 à 29 %, celle des bus et tramways de 22 à 29 %, et celle de l'automobile de 60 à 43 % ! À Genève, l'usage du vélo a doublé en dix ans parce que ses élus en ont eu la volonté politique.

♦ Il est donc grand temps que nos responsables politiques changent de braquet et considèrent le vélo comme un mode de transport à part entière, car il peut contribuer, au même titre que le transport collectif, à la diminution du trafic

automobile, à la qualité de vie urbaine et à la lutte contre l'effet de serre.

♦ Le rôle des élus locaux sera déterminant, mais le gouvernement ne doit pas rester inactif. Il peut par exemple accélérer la réforme du code de la route, dont diverses règles pénalisent les cyclistes. Quant à une suppression de la TVA sur l'achat et la réparation des vélos, elle coûterait moins cher à l'État que la démagogique suppression de la vignette automobile. Et surtout, au-delà de son utilité propre, elle aurait un impact psychologi-

que fort : en ces temps de conférence internationale sur l'effet de serre, elle démontrerait que le vélo, c'est sérieux.

Jean Sivardière est président de la Fédération nationale des associations d'usagers des transports.

Le Monde
12 septembre 2000

I. Mots expliqués

Un archaïsme = un objet (ou une expression) qui n'est plus en usage. (§5)

Un gadget à la mode auquel il faut bien sacrifier = se soumettre. (§5)

Un braquet = le « développement » du vélo = le changement de vitesse. (§7)

La TVA = Taxe sur la valeur ajoutée = un impôt direct sur les objets de consommation. (§8)

II. PRÉPARATION DU TEXTE

1. LE TITRE

Que pensez-vous de ce titre ?

2. LA NATURE DU TEXTE

Ce texte est-il informatif, argumentatif, polémique ?

3. REPÉRAGE DE L'ÉMETTEUR ET DU RÉCEPTEUR

Qui est l'émetteur ?

Qui sont les récepteurs ?

4. REPÉRAGE DES SOUS-TITRES

Ce texte comporte-t-il des sous-titres ?

Comporte-t-il un encadré ?

5. REPÉRAGE DES DIFFÉRENTES PARTIES ET DES DIFFÉRENTS PARAGRAPHES AVEC L'IDÉE ESSENTIELLE DE CHACUN

6. REPÉRAGE DES CONNECTEURS

7. RECHERCHE DES MOTS-CLÉS

8. QUESTIONS DE COMPRÉHENSION GLOBALE

a) Le vélo est-il un moyen de locomotion très utilisé ?

- b) Quels sont ses avantages?
- c) Pourquoi le vélo reste-t-il le parent pauvre des moyens de transport urbains?
- d) Pourquoi y a-t-il des plans de déplacement urbains favorables au vélo?
- e) Le vélo urbain est-il une solution de transport pour l'avenir? Quels sont les différents avis à ce sujet?
- f) La généralisation du vélo urbain peut entraîner des équipements adéquats. Lesquels?
- g) Les Suisses utilisent-ils davantage le vélo ou la voiture?
- h) La qualité de la vie urbaine serait-elle meilleure si les citoyens utilisaient davantage le vélo? Pourquoi?
- i) L'utilisation du vélo a-t-elle un rapport avec la politique?
- j) Qu'est-ce que la vignette automobile?

9. L'idée principale du texte

III. ENRICHISSEMENT LEXICAL

1. À l'exception « notable » de Strasbourg: donnez un synonyme du mot « notable ». (§2)
2. « La plupart des élus parlent du vélo avec un sourire au coin des lèvres ». Que signifie cette phrase?
3. Comment comprenez-vous les « marginaux autophobes »? (§5)
4. « Un particularisme culturel ». Expliquez. (§6)
5. Que signifie un mode de transport « à part entière »? (§7)
6. La « démagogique » suppression de la vignette automobile. Que signifie ici le mot « démagogique »? (§8)

Donnez les mots du champ lexical du vélo employés dans le texte.

Donnez cinq mots que vous connaissez ayant rapport aux parties d'un vélo.

IV. APPROCHE GRAMMATICALE

Quel est le sens de « quant à »? (§8) Comment justifiez-vous l'emploi du conditionnel dans les trois verbes qui suivent?

V. COMPTE RENDU

Faites le compte rendu de cet article en 100 mots (+ / – 10 %).

VI. PROPOSITIONS DE TRAVAIL

1. TRAVAIL ORAL

- a) Aimez-vous le vélo ? À la ville ? À la campagne ? Chacun expose son point de vue.
- b) Quels sont les avantages du vélo pour la santé ?
- c) Vous souvenez-vous de l'achat de votre premier vélo ? Racontez ce souvenir.
- d) Êtes-vous un passionné du Tour de France ? Expliquez pourquoi.

2. TRAVAIL ÉCRIT

Après avoir constaté les dangers du trafic urbain sur la pollution de l'air à l'aide de quelques exemples, vous essaieriez de proposer des solutions pour l'avenir des villes.

Le lait, ça fait du bien !



Ripostant à un discours en vogue, les médecins affirment que les produits laitiers sont, dans la plupart des cas, nécessaires à la santé. Preuves à l'appui

Marc Menant ne s'en cache pas.

L'animateur de l'émission *Les Thérapies du bien-être*, diffusée le samedi sur Europe 1, mène une croisade contre le lait. Asthme, rhumatismes, otites, acidification de l'estomac... À l'en croire, tous les maux seraient liés à la consommation de laitages. Il n'est pas le seul à l'affirmer. Livres et sites internet se multiplient pour dénoncer ces prétendus méfaits. Pourtant, la quasi-totalité des médecins l'assure : aucune étude sérieuse, publiée dans une revue scientifique dotée d'un comité de lecture, ne permet de soutenir ces accusations.

♦ La peur du lait n'est pas nouvelle. Elle date de l'époque – ancienne – où les laiteries n'étaient pas soumises à des règles d'hygiène strictes. Le produit pouvait alors véhiculer des infections comme la tuberculose. Aujourd'hui, le danger est écarté. Mais le préjugé demeure. Et les arguments qui l'entretiennent sont parfois assez cohérents pour convaincre. Ainsi, pourquoi certains peuples d'Asie ou d'Afrique, qui consomment peu de produits laitiers, souffrent-ils moins d'ostéoporose que les Scandinaves ou les Français ? Réponse du Pr Christian Roux, secrétaire général du Groupe de recherche et d'information sur les

ostéoporoses : « Comparer des populations ethniquement différentes est une erreur de méthode. Outre les dissemblances dans l'alimentation et les modes de vie, des facteurs environnementaux et génétiques interviennent. De ce fait, des apports calciques faibles n'ont pas les mêmes effets sur les os des uns et des autres. En France, on sait que cela fragilise le squelette et offre un terrain favorable à l'ostéoporose. » Or les carences en calcium sont fréquentes.

♦ Si les médecins prescrivent des produits laitiers, ce n'est pas parce qu'ils travaillent pour l'industrie agroalimentaire, comme on les en accuse parfois, mais pour prévenir les effets du vieillissement. « À la ménopause, on observe souvent des dégradations osseuses bien plus catastrophiques chez les patientes qui refusent les laitages », témoigne le Pr Bernard Duquesnoy, président du Conseil national de rhumatologie.

♦ Les rhumatisants sont particulièrement sensibles au discours anti-lait. En effet, quelques études ont incriminé ce produit dans les développements de leur maladie. Mais, assure le Pr Jacques Sany, chef du service d'immuno-rhumatologie au CHU de Montpellier, « nous n'utilisons pas ces travaux. Ils ne reposent sur aucune base scientifique sérieuse ». Toutefois, les médecins l'avouent : il existe quel-

ques rares cas d'exacerbation de poussées inflammatoires articulaires dans le cadre de certaines polyarthrites. Ils sont très exceptionnels et ils ne sont pas expliqués.

Peut-on pour autant arrêter de consommer du lait de vache ? Aucun aliment n'est indispensable. Mais à une condition : apporter, par un autre moyen, le gramme de calcium quotidien recommandé par les nutritionnistes. Contrairement à ce qu'affirment certains, le corps n'est pas capable de fabriquer seul ce minéral. « Quand l'organisme en manque, il le prend là où il y en a, c'est-à-dire dans l'os », rappelle le Pr Duquesnoy. Où en trouver ailleurs que dans le lait ? Dans les laits d'amande ou de noisette, les compléments alimentaires, les carapaces de crevettes, certaines eaux minérales riches en calcium... Mais, pour les personnes en bonne santé, le lait de vache (avec 1 gramme de calcium par litre) reste l'aliment à privilégier. Il n'acidifie pas l'estomac et il n'est pas riche. Nature, il ne contient jamais plus de 3,5 % de matières grasses. Notons, en outre, qu'il pourrait jouer un rôle dans la prévention du cancer du côlon.

Une intolérance surestimée

♦ Les médecins ne déconseillent le lait de vache qu'à deux catégories de personnes : les nourrissons

de moins de 5 mois, dont la barrière intestinale est immature, et les sujets allergiques aux protéines de ce lait. Or cette affection, si elle représente 12,6 % des allergies alimentaires chez les enfants de moins de 3 ans, disparaît le plus souvent avec l'âge. Elle touche moins de 1 % des adultes. Quant à l'intolérance au lactose (le sucre des laits animaux), elle est surestimée. Il est vrai que 70 % des gens ont une quantité très réduite de lactase (l'enzyme permettant de digérer le lactose).

Mais « de 2 à 3 % d'entre eux seulement ne supportent même pas un demi-verre de lait, qu'il soit d'origine bovine ou ovine. La plupart ont encore assez de

lactase pour en boire 25 centilitres [soit un bol] sans problème », explique le Pr Philippe Marteau, gastro-entérologue à l'hôpital européen Georges-Pompidou. « Pour éviter les ballonnements et les flatulences, ils devraient juste faire attention à leur façon de consommer les produits laitiers. » Un grand verre de lait avalé à jeun, par exemple, passe trop vite dans l'intestin et submerge les enzymes. Il vaut mieux l'accompagner d'aliments solides. Les yaourts, eux, sont bien tolérés : ils apportent la lactase qui fait justement défaut aux sujets hypolactasiques.

♦ En fait, « comme pour n'importe quel autre aliment, c'est l'abus et non pas les produits qui

est mauvais », rappelle le Dr Jean-Michel Lecerf, nutritionniste à l'Institut Pasteur de Lille. « Au-delà de quatre produits laitiers par jour, des inconvénients peuvent apparaître. Au-dessous de deux, ce n'est pas assez pour répondre à nos besoins en calcium. » Au lieu de se méfier sans raison du lait, les gens devraient plutôt s'inquiéter de l'équilibre de leur alimentation. En effet, si la publicité vante leur teneur élevée en calcium, certains gâteaux ou crèmes desserts apportent bien plus de sucre et de graisse que le lait ou les yaourts nature.

Émile Tran Phong

L'Express

30 octobre 2003

« Comme pour n'importe quel autre aliment, c'est l'abus et non pas le produit qui est mauvais »

I. TERMES expliqués

Mener une croisade = partir en guerre contre quelque chose afin de créer un mouvement d'opinion.

Une carence = un manque.

Une polyarthrite = une inflammation de plusieurs articulations à la fois.

L'ostéoporose = affection des os liée à la vieillesse, qui les fragilise parce qu'elle les rend poreux.

Une enzyme = une substance chimique produite par l'organisme pour faciliter la digestion par exemple. On la trouve dans la salive, dans le suc gastrique, dans l'intestin, etc.

II. PRÉPARATION À LA COMPRÉHENSION

I. LE TITRE

Que pensez-vous de sa construction ?

De quel niveau de langage relève-t-il ?

Est-il suivi d'une notice explicative ? Cette notice vous paraît-elle importante pour une meilleure compréhension du texte ?

Par quoi est-elle complétée?

Est-ce que ces deux notices seraient suffisantes pour résumer la pensée de l'auteur?

2. *LA NATURE DU TEXTE*

Ce texte est-il de nature informative, descriptive ou argumentative?

3. *REPÉRAGE DE L'ÉMETTEUR ET DU RÉCEPTEUR*

Qui est l'émetteur?

Qui est le récepteur?

4. *REPÉRAGE DES SOUS-TITRES*

Quels sont-ils?

5. *REPÉRAGE DES DIFFÉRENTES PARTIES ET DES DIFFÉRENTS PARAGRAPHEs AVEC L'IDÉE ESSENTIELLE DE CHACUN*

6. *REPÉRAGE DES CONNECTEURS*

7. *RECHERCHE DES MOTS-CLÉS*

Quels mots-clés trouvez-vous dans ce texte?

8. *QUESTIONS DE COMPRÉHENSION GLOBALE*

a) Pourquoi parle-t-on de l'émission de télévision intitulée *Les Thérapies du bien-être*?

b) Que signifie l'expression « à l'en croire »? (§1)

c) Pourquoi la consommation du lait faisait-elle peur autrefois?

d) Quels sont les arguments avancés pour minimiser les bénéfices du lait sur la santé?

e) Est-ce que le lait peut prévenir les effets du vieillissement?

f) Combien de grammes de calcium un litre de lait apporte-t-il à l'organisme?

g) Quelles sont les autres sources de calcium de notre alimentation?

h) Quel est le nom de l'enzyme permettant de digérer le lactose?

i) Est-il bon pour la santé de boire un grand verre de lait à jeun?

j) Qu'est-ce qui est dangereux dans la consommation quotidienne de lait?

9. *RÉSUMEZ EN UNE PHRASE L'IDÉE PRINCIPALE DU TEXTE*

III. ENRICHISSEMENT LEXICAL

1. Relevez dans ce texte tous les mots qui évoquent une maladie.

2. Qu'est-ce que l'industrie agroalimentaire? Donnez deux exemples.

3. Qu'est-ce qu'un nutritionniste?

4. Qu'est-ce que la prévention d'une maladie? Quelle différence faites-vous entre la prévention et le dépistage?

5. Que signifie le verbe submerger dans la phrase : « Un grand verre de lait à jeun submerge les enzymes » ?
6. Qu'est-ce qu'un sujet hypolactasique ?

IV. COMPTE RENDU

Faites le compte rendu de cet article en 100 mots (+ / – 10 %).

V. PROPOSITIONS DE TRAVAIL

DÉBAT

Chacun a son opinion sur le meilleur régime alimentaire. À votre avis, quel est le régime alimentaire le plus sain ? Le suivez-vous ?

TRAVAIL ÉCRIT

Vous êtes nutritionniste et vous rédigez une prescription :

- pour l'alimentation d'un adolescent ;
- pour un adulte sportif ;
- pour une personne âgée.