

<b>La nourriture</b>	<b>Food</b>
Je mange	I eat
Je ne mange pas de	I don't eat
Je bois	I drink
Je ne bois pas de	I don't drink
Le pizza	Pizza
Les bonbons	Sweets
Les céréales	Cereal
Le jambon	Ham
Le fromage	Cheese
Le pain	Bread
Le beurre	Butter
Les chips	crisps
Les frites	chips
Le lait	Milk
La limonade	Lemonade
L'eau	Water
Les œufs	Eggs
La glace	Ice cream
Les légumes	Vegetables
Le fruit	Fruit
Les gâteaux	Cakes
Le poisson	Fish
La viande	Meat
La nourriture/l'alimentation	Food
Le fast-food	Junk/fast food
La nourriture bio	Organic food
Un casse croute	A snack
J'ai une régime équilibre	I have a healthy diet

**Les raisons**  
 Ça contient beaucoup de sucre  
 Ça contient beaucoup de sel  
 Ça contient beaucoup de matières grasses  
 C'est délicieux  
 C'est dégoûtant  
 Ç'est nocif/nocive pour les poumons  
 Parce que je suis végétalien(nne)  
 Parce que je suis végétarien(nne)  
 Ça me donne beaucoup d'énergie  
 C'est bon pour la sante  
 Ca améliore la concentration  
 C'est une habitude chère  
 Ca salit tes dents  
 C'est très nocif/nocive  
 Ca te fait sentir bien  
 C'est facile de devenir accro  
 Ca cause l'échec scolaire  
 Réduire le stress  
 C'est une perte d'argent

**Les noms**  
 La respiration  
 La meditation  
 Le tabac  
 Le tabagisme  
 Le toxicomane  
 Les toxines nocives  
 L'alcool  
 Le sommeil  
 Une habitude  
 Le peau  
 Le soufflé  
 L'obésité  
 L'exercice

**Reasons**  
 It contains lots of sugar  
 It contains lots of salt  
 It contains lots of fat  
  
 It's delicious  
 It's disgusting  
 It damages your lungs  
  
 Because I am vegan  
 Because I am vegetarian  
 It gives me lots of energy  
 It's good for your health  
 It improves your concentration  
 It's a very expensive habit  
 It stains your teeth yellow  
 It's very harmful  
 It makes you feel good  
 It's easy to get hooked  
 It causes school failure  
 Reduces stress  
 It's a waste of money

**Nouns**  
 Breathing  
 Meditation  
 Smoking/tabacco  
 Smoking  
 A drug addict  
 Harmful toxins  
 Alcohol  
 Sleep  
 A habit  
 Skin  
 Breath  
 Obesity  
 Exercise

**Les verbes clés**  
 Je vais  
 Je ne vais pas  
 Fumer des cigarettes  
 Boire de l'alcool  
 Dormir pendant huit heures  
 Boire un litre d'eau chaque jour  
 Se droguer  
 Se soûler / s'enivrer  
 Manger cinq portions de fruit  
 Manger beaucoup de bonbons  
 Réduire le stress  
 Être végétarien(ne)  
 Manger le fast-food  
 Faire la grasse matinée  
 Avoir confiance en soi  
 Avoir peur de  
 Se détendre  
 Être à l'aise  
 Arrêter  
 Avoir sommeil  
 Rester en bonne santé  
 Eviter  
 Faire 30 minutes d'exercice chaque jour  
 Sortir le chien  
 Perdre du poids  
 Renforcer  
 Faire un régime  
 Trouver des recettes  
 Changer ma régime

**Key verbs**  
 I will  
 I won't  
 To smoke cigarettes  
 To drink alcohol  
 To sleep for 8 hours a night  
 To drink a litre of water a day  
 To take drugs  
 To get drunk  
 To eat five portions of fruit  
  
 To eat lots of sweets  
  
 To reduce stress  
 To be vegetarian  
 To eat fast-food  
 To have a lie-in  
 To have self-confidence  
 To be scared of  
 To relax  
 To be at ease  
 To stop  
 To be sleepy  
 To stay in good health  
 To avoid  
 To do 30 minutes of exercise each day  
 To walk the dog  
 To lose weight  
 To strengthen  
 To go on a diet  
 To find recipes  
 To change my diet