

Avec les journées courtes et le temps froid, revient la période des agrumes ... et celle des rhumes. Pas facile de les dissocier ces deux-là ! Car les agrumes renferment de la vitamine C ou acide ascorbique (nom chimique) qu'on lui donne lorsqu'elle apparaît sous forme de supplément dans les produits vitaminiques et alimentaires. C'est grâce à cette vitamine que plusieurs croient pouvoir remédier au rhume.

Différentes études ont en effet démontré que des doses quotidiennes allant de 250 mg à 2 g de vitamine C réduisent la durée du rhume tout en agissant sur quelques-uns de ses symptômes. Par contre, d'autres recherches n'ont donné que des résultats négatifs ou ambigus. On en est même venu à la conclusion que des doses de vitamine C supérieures à 1 g par jour pouvaient provoquer des effets secondaires tels que des douleurs abdominales et de la diarrhée. Si, dans le cas du rhume, chacun peut tirer les conclusions qui lui conviennent, la vitamine C n'a pas sa pareille à plusieurs autres points de vue.

La vitamine C participe à la formation du collagène, une substance qui assure la structure des muscles, des tissus vasculaires, des os et du cartilage dans l'organisme. De plus, elle contribue à la santé des dents et des gencives et favorise l'absorption du fer contenu dans les aliments. Comme elle est hydrosoluble, c'est-à-dire qu'elle se dissout dans l'eau, elle ne peut pas être stockée dans l'organisme. C'est pourquoi nous devons en fournir à notre organisme tous les jours. [...]

Annie Langlois, *La presse*, 19 novembre 1995

Questions

I. Compréhension de texte.

Entoure la lettre qui correspond à la bonne réponse pour les questions 1 à 3.

1. Ce texte est de type :
 - a. narratif
 - b. descriptif
 - c. explicatif
 - d. argumentatif
2. Il est nécessaire de prendre notre dose quotidienne de vitamine C parce qu'elle :
 - a. empêche la formation du collagène.
 - b. provoque des problèmes dentaires.
 - c. élimine les douleurs abdominales.
 - d. réduit la durée du rhume.
3. D'après le texte, une surdose de vitamine C entraîne :
 - a. des malaises abdominaux.
 - b. la guérison de la diarrhée.
 - c. une amélioration de la santé.
 - d. des maux de tête.
4. D'après le texte, énumère deux fonctions essentielles de la vitamine C.
 - a.
 - b.

5. Donne un titre approprié à ce texte, puis, justifie ton choix.
6. Explique avec tes propres mots cette phrase tirée du texte : « La vitamine C n'a pas sa pareille à plusieurs autres points de vue »

II. Grammaire

7. Conjugue les verbes entre parenthèses aux temps et aux modes qui conviennent.
 - a. Ils craignaient que la rivière ne (déborder)
 - b. J'aurais été surpris qu'elle ne (venir) .
 - c. Tu savais que nous (arriver)
8. Réponds aux questions suivantes en utilisant les pronoms qui conviennent.
 - a. As-tu acheté du pain ?
 - b. Leur avez-vous confié ce secret ?
 - c. Êtes-vous allé prêcher dimanche dernier ?
9. Complète les phrases suivantes en utilisant le pronom relatif qui convient: *auquel, qui, que, dont*.
 - a. Que dis-tu de la nouvelle _____ je t'ai annoncée ?
 - b. Elle ignore les faits _____ tu lui parles.
 - c. Prends gardes, c'est un vase _____ je tiens.
 - c. Marc voit Yves, il _____ salue.
10. Transforme les phrases suivantes selon les indications entre parenthèses.
 - a. Ce coin du pays est très célèbre. (interro-négative)
 - b. Cete petite ville sera envahie par les toutistes cet été (forme active)
 - c. Le voisin leur a parlé. (phrase interro-négative)
11. Remplace les espaces vides par un groupe nominal qui convient.
 - a. Lili cherche toujours _____ qu'elle a égarée.
 - b. Il a consulté _____ qui habite près de chez lui.
 - c. Sam est venu _____ auquel j'ai assisté.
12. Accorde, si nécessaire, les participes passés entre parenthèses.
 - a. La directrice du collège, le l'ai (vu) arrivé les bras (rempli) _____ de livres.

- b. Le cyclone qu'on nous a (annoncé) ne passera pas ici.
- c. La promenade qu'on m'a (proposé) pour ce week-end est amusante.

13. Complète les subordinées des phrases ci-dessous.

- a. Elle est partie avant que
- b. Habille-toi pendant que

III. Vocabulaire

14. Remplace le verbe *jouer* par l'un des verbes de cette liste : *interpréter, incarner, présenter, risquer*.

- a. L'acteur a joué le personnage d'un prince.

- b. Le jeune trompettiste de notre fanfare a joué sa partition avec brio.

- c. À l'auditorium de l'école, on joue cette semaine une pièce de Mona Guérin.

15. Complète les phrases à l'aide des mots suivants : *endormir, rayonnant, glacial, lourds*

- b. Ce médicament va _____ la douleur.
- b. Sur le podium, l'athlète a le visage _____
- c. Son regard _____ terrorisait les personnes présentes.
- d. Ce vieillard porte de _____ secrets dans son cœur.

16. Remplace dans les phrases ci-dessous, le mot souligné par l'un des antonymes de cette liste : *matinale, copieux, satisfaire*

- a. Je devrais vous punir _____ pour votre conduite.
- b. Comptez-vous prendre un repas léger ?
- c. La foule encombrait la chaussée à cette heure tardive.

17. Complète le tableau ci-dessous en utilisant les mots de cette liste : «*marteau – peuplier – ours – scie – sapinmer – clou – violon – perceuse – cocotier – campagne – chêne fontaine – noisetier – outils*»

Champ lexical : <i>arbre</i>	Champ lexical : <i>bricolage</i>
Mots	Mots

IV. Orthographe

18. Écris correctement les mots entre parenthèses si nécessaire.

- a. Ce fut une journée sans (fin).

- b. Un enfant sans (chaussure) _____ s'avançait.
- c. J'aimerais louer un minibus sans (chauffeur)
- d. Il y avait plus de (feuille) _____ sur le gazon.

19. **Corrige les 10 mots soulignés du texte.**

Au bord de l'étang, caché sous un abri de branchage, les photographes atendaient le passage des oiseaux. Il y a quelques minutes des canards et des ois sauvages avaient été apperçues au-dessus des collines avoisinentes. Tout était près pour surprendre la vie animale : les objectifs, les pellicules étaient placées à porter de main.

V. Production écrite

20. Choisis l'un des deux (2) sujets que tu développeras en 15 à 20 lignes au verso de la feuille.

- a. Écris une lettre au maire de ta ville pour lui demander des financements pour une excursion avec ta classe.
- b. L'année scolaire va bientôt finir. Tu as peut être vécu, au sein de ton établissement ou de ta classe, un événement heureux ou malheureux. Raconte cet événement : tes réactions et tes sentiments.