

8. Vous écrivez une lettre à une copine qui veut maigrir et avoir une bonne santé. Donnez-lui des conseils. Racontez-lui ce que vous faites, ce que vous mangez,.... (10 points sur 15).

Salut mon amie!

Ça va? J'espère que oui. Bon, je ne suis pas ~~très~~ en forme en ce moment, mais pour avoir une bonne santé il faut faire beaucoup d'exercice et, surtout, manger de tout un peu! ~~Est~~ ^{C'est} très important les légumes, les fruits, le sucre (pas trop) et ~~l'~~ l'eau. Tu ne dois pas manger beaucoup de frites ni de viande, et tu ne dois pas ~~aussi~~ boire ~~des~~ ^{de} boissons gazeuses. ~~non plus~~

Si tu fais un peu d'exercice tous les jours et si tu manges de forme équilibrée ~~je~~ sûrement tu vas être en forme et tu vas avoir une excellente santé.

Moi, je mange beaucoup ^{d'aliments} ~~des~~ repas différents. Je ~~prends~~ ^{prends} ~~de~~ de la viande, du poisson, ~~des~~ pâtes et surtout beaucoup de légumes. Tous les jours je prends ^s une salade parce que j'~~en~~ ~~ne~~ aime beaucoup! Et j'adore les fruits. Mais je pense que je dois ^{de} manger moins ^{de} sucreries et ^{de} cochonneries parce que ~~ce~~ ce n'est pas très bon pour la santé.

J'espère que ~~mes~~ ~~conseils~~ ^{mes} conseils Je crois que mes conseils sont utiles et ~~je~~ je pense que si tu ~~faites~~ ^{fais} tout ça tout va ~~aller~~ aller très bien.

A plus