

# BBC Bitesize

## Jérôme parle de la santé (Transcript)

Jérôme

Hé, salut la jeunesse ! Comment ça va ? Moi, récemment, je n'étais pas très en forme.  
Je ne suis pas très en forme.  
Donc, j'ai décidé de faire du sport parce que c'est bon pour la santé !  
Apparemment, pour tous les sports, il faut faire des étirements !  
Les bras, le cou...

Et s'échauffer les muscles !  
Les jambes, les cuisses et les mains.

Au début, j'ai fait un exercice simple. J'ai fait de la marche à pied !  
Mais non, non, non, non... Ce n'est pas assez énergique !

Ensuite, j'ai regardé le basketball à la télé. Et j'ai pensé : «Pourquoi pas le BASKETBALL ?!»  
Peut-être pas, en fait...  
Bon euh, ça va, la ! Hé oh !  
Alors, j'ai continué à réfléchir.  
Je me suis dit : «Je vais faire du cyclisme...»  
... mais je n'ai pas de vélo.  
Mais j'ai une raquette ! Donc j'ai pensé au tennis. C'est sympa le tennis !

Aïe !  
Mais c'est dangereux le tennis !  
Aïe !  
Aïe, mon dos.  
Alors, j'ai décidé d'inventer mon propre sport. Imaginez un peu, inventer son propre sport !  
J'ai une idée ! Je vais appeler ça : le football !  
Mais le football, ça existe déjà.  
Mais, ce n'est pas grave. J'ai une autre idée !  
Mais, on n'a pas accepté mon sport.

Finalement, j'ai pensé à la musculation. OK, je ne suis pas très musclé.  
Mais, j'ai quand même essayé !  
Le sport, c'est trop difficile. Ce n'est pas pour moi. Mais, j'ai une idée. Pour être en bonne santé, je vais manger des choses saines.  
Du pain, de la viande, des légumes, du fromage !  
Rester en forme, ce n'est pas facile. Mais je n'ai pas arrêté le sport, au contraire !

Le sport, c'est génial.

# BBC Bitesize

## Jérôme parle de la santé (Translation)

Jérôme :

Hey, hello young folks! How's it going? As for me, recently I haven't really been on top form.

I'm not really on top form.

So, I decided to exercise, because it's good for health! Apparently, for all sports, one must stretch!

The arms, the neck...

And warm up one's muscles!

The legs, the thighs, and the hands.

In the beginning, I did a simple exercise. I walked!

But no, no, no, no...It's not energetic enough!

Then, I watched basketball on TV. And I thought: Why not BASKETBALL?!

Maybe not in fact...

OK, hey, that's enough!

So I kept thinking...

I told myself: "I could cycle."

...but I have no bicycle.

But I have a racket! So, I thought about tennis. Tennis is great!

Ouch!

But tennis is dangerous.

Ouch!

Ouch, my back.

So I decided to invent my own sport. Imagine that, inventing your own sport!

I have an idea. I'll call it: FOOTBALL!!!

But football already exists.

But, not a problem, I have another idea!

But nobody accepted my sport.

Finally, I thought about weight lifting. Okay, I don't have much muscle.

But I still tried!

Sport is too difficult. It's not for me. But I have an idea. To be in good health, I'll eat healthy food.

Bread, meat, vegetables, cheese!

Staying in shape is not easy. But I have not stopped doing sports, on the contrary!

Sport is awesome.