

Épisode 106 - Les Pyrénées - Transcription en français

REJOINS LE CLUB VIP :

- **Transcriptions PDF bilingues** FR + anglais / FR+ espagnol / FR + portugais / FR + allemand.
- **Le podcast “je vous explique”** où j’explique les conjugaisons, les temps, le vocabulaire, la culture, des contenus en contexte.
- **la vidéo et l’audio** des contenus sans générique, ni annonce, ni publicité.
- **le groupe privé Télégram** pour partager en français avec + de 250 membres.
- **Le chat vocal/vidéo** en groupe privé : 1h / semaine
- **Les Directs YouTube privés** questions / réponses / activités

[!\[\]\(666e09182d4cd268646ea700ea60dcdf_img.jpg\) Cliquez ici pour devenir membre du club VIP maintenant. !\[\]\(1ef1ef0bf9af6c6996401964cf280f2d_img.jpg\)](#)

Bonjour et bienvenue dans le podcast FLUIDITÉ, épisode cent six (106) où je vous parlerai des Pyrénées, cette magnifique chaîne de montagnes. Alors, restez à l’écoute !

[GÉNÉRIQUE]

Avant de commencer, je vous invite à rejoindre notre club VIP. C’est une page Patreon où vous avez du matériel additionnel pour approfondir mes contenus et devenir meilleur en français.

Alors, pour chaque épisode ou vidéo, vous avez la liste du vocabulaire en PDF, les transcriptions bilingues, la version audio mp3 et un autre podcast où j’explique la grammaire que j’ai utilisée en contexte.

Le club VIP, c’est aussi une communauté de plus de deux cents cinquante (250) membres maintenant. On échange ensemble sur le groupe Télégram et sur le forum Discord et on fait différentes activités de groupe.

Vous pourrez donc pratiquer votre français et trouver ou partager des ressources avec d’autres apprenants comme vous et des amis qui s’aident les uns les autres.

Donc, je vous mets le lien sur les plateformes de podcast et sur Youtube pour vous inscrire au club VIP. C’est seulement 5€ par mois et vous pouvez rester autant de temps que vous voulez.

Sur mon site, Le Franchise.com, on propose des cours de pratique de conversation avec des tuteurs et des tutrices natifs. Vous avez aussi le lien dans la description pour demander un cours d’essai.

Dans la description de l’épisode aussi, vous trouverez la version vidéo Youtube pour réécouter avec les sous-titres en français et multilingues.

Cette semaine, je vous propose de continuer notre tour de France des montagnes françaises en parlant des Pyrénées. Il y a un mois environ, j’ai fait un épisode sur les Alpes,

qui est indépendant de celui d'aujourd'hui, mais je vous laisse le lien dans le i comme info pour aller le voir ou l'écouter.

Et le but est de vous parler de géographie pour que vous appreniez ce type de vocabulaire courant et pour que vous amélioriez votre lexique en français. Et en plus, vous allez apprendre plein de choses sur cette chaîne de montagnes.

Les Pyrénées sont un massif montagneux qui se trouve au sud-ouest de notre territoire. C'est lui qui délimite la frontière entre la France et l'Espagne. Si on doit aller de France en Espagne ou vice et versa en voiture, on doit obligatoirement traverser les Pyrénées. C'est tout simplement le résultat de la collision entre la plaque tectonique ibérique et la plaque eurasiatique.

Donc c'est une chaîne de montagne rectiligne, qui fait à peu près quatre cent trente (430) km d'Ouest en Est et qui mesure environ cent dix (110) km de large.

Elle part de la côte Atlantique jusqu'à la côte méditerranéenne, au nord de la Catalogne espagnole.

Côté français, elle traverse deux régions, l'Aquitaine et l'Occitanie et six départements, dont ceux qui s'appellent les Pyrénées-Atlantiques, les Hautes-Pyrénées et les Pyrénées-Orientales. Les Pyrénées-Atlantiques, c'est le Pays Basque français en fait.

Et il y a un tout petit pays qui se trouve en plein milieu des Pyrénées, c'est la principauté d'Andorre dont on parlera peut-être dans un épisode dédié.

Il n'y a pas de grande métropole dans les Pyrénées françaises, la plus grande ville est Tarbes avec quarante-deux mille (42 000) habitants. Donc c'est la taille d'un petit village ou d'un quartier dans certains pays ! Et la suivante est Lourdes, avec quinze mille (15 000) habitants.

Vous connaissez certainement Lourdes de nom puisqu'elle a une renommée culturelle mondiale. C'est la ville où une jeune fille a vu la vierge Marie dans une grotte, selon la légende.

Donc elle s'est transformée en ville sanctuaire où quelque vingt mille (20 000) pèlerins viennent chaque jour se recueillir ou prier. Ils viennent passer devant la grotte où l'apparition de la vierge a eu lieu.

Lourdes est le plus gros point d'intérêt des Pyrénées. On y est allés avec mon épouse cet été et il y avait beaucoup de monde, en effet. La petite ville est très charmante et la basilique est vraiment majestueuse. Donc même si vous n'êtes pas croyant ou athées, je vous recommande d'y aller faire un tour quand même.

Au sujet des points d'intérêt, dans les Pyrénées, il y a aussi de magnifiques parcs nationaux, tant côté français qu'espagnol. Et ce sont les meilleurs endroits pour y observer la nature dans toute sa splendeur vu que ce sont des zones où elle est soigneusement préservée. D'ailleurs, les Pyrénées est le pays des ours bruns.

En effet, cet animal a été lourdement chassé en Europe et l'espèce était en voie de disparition. En mille neuf cent quatre-vingt-dix (1990), quand il ne restait plus qu'un ou deux individus, le président de l'époque François Mitterrand a décidé de lancer un plan de sauvegarde. Et depuis, leur population augmente d'environ 10% chaque année et, maintenant, il y en a environ soixante-dix (70) en tout répartis côté France, en Andorre ou en Espagne.

Bon, ne vous inquiétez pas, vous avez très peu de chances de tomber nez à nez avec un ours, vu la superficie du massif montagneux. Mais j'ai déjà vu des traces de pattes d'ours

dans la neige une fois quand j'étais sur un télésiège. Au fait, "ours" est un mot qui s'écrit "O-U-R-S" et on prononce le S final, c'est une exception, comme un fils, un os, un sens, un bus, le tennis etc. Le féminin est une ourse en rajoutant un E muet.

Dans les Pyrénées, il y a plusieurs autres sites touristiques très convoités, comme par exemple le cirque de Gavarnie. Alors un cirque, c'est évidemment le nom d'un spectacle avec des clowns et des jongleurs et vous connaissez peut-être le cirque du soleil. Mais là, je parle d'un cirque de montagne qui est une formation rocheuse en forme de demi-cercle.

On peut y faire de magnifiques randonnées et aller voir la cascade de Gavarnie, haute de 420 mètres. Et les enfants peuvent se balader à dos d'âne. Le paysage est magnifique avec un grand lac et, au loin, on peut même apercevoir les neiges éternelles au sommet des montagnes. J'y suis allé quelques fois quand j'étais jeune avec ma famille et des amis.

Et puis il y a d'autres lacs magnifiques autour desquels on peut aussi randonner..

En août dernier, on est allés faire du camping dans les Pyrénées avec mon épouse. On y est allés pour se sentir au contact de la nature et quoi de mieux que le camping pour ça.

On était à environ mille cinq cents (1500) mètres d'altitude, donc il ne faisait pas aussi chaud que sur la côte Atlantique où on habitait. C'est aussi pour ça qu'on y est allés, pour échapper à la canicule qu'on subissait pendant au moins deux ou trois jours.

On a fait une randonnée de cinq heures et vu qu'on n'est pas habitués à en faire, nos muscles étaient bien fatigués les jours suivants, donc on était un peu ko.

J'aurais pu filmer pour en faire un vlog pour la chaîne Youtube, mais je voulais vraiment me déconnecter du numérique pour profiter à fond de la nature.

Mais c'est magnifique, de la forêt, des ruisseaux, des animaux en liberté, des plantes, etc.

Pour les fans de randonnée, vous pouvez tenter le GR10, qui est un sentier de randonnée qui traverse la chaîne de montagnes en sa longueur. Ça vous prendra en moyenne cinquante-cinq (55) jours de marche pour parcourir les neuf cent vingt-deux (922) kilomètres !

Le plus haut sommet des Pyrénées est le pic d'Aneto, qui culmine à trois mille quatre cents (3400) mètres, donc pas aussi haut que le Mont Blanc des Alpes.

Mais le pic le plus célèbre est le pic du midi où se trouve un observatoire astronomique, haut lieu de recherches depuis mille huit cent soixante-treize (1873). Il y a même un planétarium et une passerelle vertigineuse avec mille (1000) mètres de vide sous nos pieds.

Oseriez-vous y monter si vous n'avez pas le vertige ? Ça doit être vraiment impressionnant et la vue doit être magnifique depuis tout là-haut.

Dans les Pyrénées, on peut aussi faire du ski en hiver, de novembre à avril environ, comme je disais dans l'épisode sur les Alpes et il y a de très bonnes stations.

Je peux citer par exemple Piau-Engaly, la plus haute et qui a reçu en deux mille quinze (2015) le titre de "station la plus enneigée du monde" et avec des pistes pour tous les niveaux.

Mais aussi Saint-Lary qui est une station familiale par excellence avec son Kidpark unique dans le coin.

Ou encore La Mongie qui est l'une des plus fréquentées de toutes vu qu'elle est à seulement trois heures de Bordeaux et deux heures et demie de Toulouse et de Biarritz.

Vu que je viens d'Arcachon, près de Bordeaux, on est déjà allés en vacances faire du ski dans les Pyrénées plusieurs fois et j'en ai quelques souvenirs. Dans ce cas, on peut dire aller faire du ski ou seulement aller à la neige parce qu'il n'y a pas que le ski qu'on peut y pratiquer.

Les enfants pourront aussi faire de la luge. La luge, c'est une sorte de pelle sur laquelle on s'assoit pour descendre les pentes enneigées et c'est super marrant.

On peut aussi faire de la spéléologie, donc visiter des grottes avec des guides.

Il y a aussi des fatbike à louer. Comme son nom l'indique, c'est un vélo avec de très gros pneus pour pouvoir rouler dans la neige. Ça doit être trop cool, mais je n'ai jamais essayé d'en faire. Et comme j'ai dit dans l'épisode sur les Alpes, on peut faire du traîneau à chiens, etc.

Bien-sûr, vous pourrez aussi déguster la gastronomie locale pyrénéenne. En général, c'est une nourriture assez calorique pour résister au froid de la montagne et ce sont des plats familiaux et conviviaux.

Le plat le plus célèbre, c'est la garbure. Et les vieux montagnards roulent les R, donc ils prononcent "la garbure". C'est une soupe copieuse avec plein d'ingrédients possibles : du chou, des poireaux, du navet, des pommes de terre, des haricots, du confit de canard, de la saucisse ou encore du jambon.

Oui, la charcuterie fait beaucoup partie de la gastronomie pyrénéenne. Comme le jambon de porc noir, une race de cochon qui vit en liberté donc il donne un jambon de bonne qualité.

Il y a aussi de la saucisse ou du boudin.

D'ailleurs, le cassoulet est aussi une spécialité des Pyrénées, même si c'est aussi un plat de la ville de Toulouse.

C'est un autre plat hyper calorique avec des haricots, de la saucisse, de la poitrine de porc, des cuisses de canard, le tout cuit dans de la graisse de canard.

Oui, on mange beaucoup de canard dans le sud-ouest.

Apparemment, sa graisse serait bonne pour la santé mais consommée de façon modérée.

Et qui dit gastronomie française, dit fromage !

Je peux d'abord parler de l'Ossau-Iraty, un fromage de brebis et dans le top 3 des préférés de mon épouse. La brebis, c'est la femelle du mouton. Et leur bébé s'appelle un agneau.

C'est un fromage à pâte pressée, donc dure et pas crémeuse. Et c'est ce type de fromage que vous pouvez transporter dans une valise en avion ! Donc vous pourrez en ramener si vous faites un séjour en France. Dans ce cas, le verbe "ramener" signifie "retirer un souvenir d'un endroit". Mais, je devrais utiliser le verbe "rapporter" puisque le fromage est un objet et que le verbe "ramener" est uniquement pour les personnes. Et j'ai expliqué la règle dans l'épisode 104 "les fautes de français à l'oral".

Il y a aussi la tomme de brebis, un autre fromage de brebis qui est l'un des plus anciens du pays, fabriqué depuis le douzième (XIIe) siècle.

Vous pourrez également goûter le crottin de chèvre, un fromage de chèvre onctueux qu'on peut étaler sur du pain, miam miam. En fait, le mot "crottin" veut dire un gros excrément de cheval ou de vache, il vient du mot "crotte" utilisé pour les déjections humaines. Vous entendrez peut-être un français dire poliment "crotte" au lieu de dire "merde".

Si vous n'avez pas explosé et que vous arrivez à manger quelque chose après une bonne garbure ou un cassoulet et après le fromage, vous prendrez peut-être du gâteau.

La spécialité pyrénéenne, c'est la tourte aux myrtilles. C'est un gâteau à base de myrtilles et

avec un peu de rhum ! À goûter absolument, c'est délicieux.

Voilà tout ce qu'on peut trouver dans les Pyrénées, j'espère que vous avez appris plein de français, de vocabulaire et de grammaire.

Réécoutez bien plusieurs fois pour assimiler jusqu'à comprendre l'audio seul et pour augmenter votre compréhension orale. Et si vous êtes restés jusqu'ici, l'épisode vous a plu, donc mettez un petit like et abonnez-vous sur Youtube.

Salut et à bientôt !