

## La région Provence-Alpes Côte d'Azur - 147 - Transcription en français

### REJOINS LE CLUB VIP :

- ✓ Une communauté de + 450 MEMBRES avec un groupe Télégram privé.
- ✓ Je réponds à tes questions de français.
- ✓ le cours de groupe "je vous explique" 2 fois / mois (mercredi 18h30 France).
- ✓ des contenus privés pour étudier mes contenus pour les débutants.
- ✓ 6 chats ZOOM par mois en groupe pour pratiquer tous ensemble (débutants, intermédiaires et avancés le mercredi 18h30 France et le vendredi soir 18h)...
- ✓ etc.

[!\[\]\(666e09182d4cd268646ea700ea60dcdf\_img.jpg\) Clique ici pour devenir membre du club VIP maintenant. !\[\]\(1ef1ef0bf9af6c6996401964cf280f2d\_img.jpg\)](#)

Je voudrais vous présenter une région qui captive par sa beauté naturelle entre des villages pittoresques, de belles plages mondialement connues et de hauts sommets enneigés, est-ce que vous avez deviné de quelle région je parle ? Bienvenue dans l'épisode cent-quarante-sept (147) du podcast fluidité où on va découvrir ensemble la région PACA, la région Provence-Alpes Côte d'Azur. Alors, restez à l'écoute.

[GÉNÉRIQUE]

Avant de commencer, je voudrais vous proposer une opportunité unique pour progresser en français si vous êtes intermédiaires : notre club VIP.

C'est un club privé que j'ai créé composé d'une grande communauté de + 450 apprenants que je remercie encore d'ailleurs. Vous y trouverez des amis qui viennent du monde entier et tous ensemble, nous faisons des activités de pratique orale en groupe sur Zoom. De la lecture, des jeux, des quiz, des discussions sur différents thèmes, etc. Ces réunions sont organisées chaque semaine le mercredi à 18h30 et le vendredi à 18h (heure de Paris). Mais, également le mercredi à 18h30, j'anime aussi un cours interactif pour expliquer facilement et clairement la grammaire du français.

Nous avons un groupe Telegram pour discuter, partager et échanger et où j'aide les apprenants en répondant à leurs questions évidemment.

Le club VIP, c'est aussi des contenus exclusifs pour les débutants : tout mon podcast sans aucune publicité, des transcriptions bilingues pour comprendre rapidement ou encore des listes de vocabulaires en PDF pour enrichir votre lexique.

Tout le monde est bienvenu et vous restez autant de temps que vous voulez.

Pour rejoindre le club VIP, cliquez sur le lien dans la description.

Pour ce nouvel épisode, je voudrais vous inviter à continuer notre exploration des régions de France. On en a déjà vu trois (3) ensemble et on va toutes les découvrir. On a vu l'Aquitaine, l'Occitanie et la Corse il y a très longtemps. Vous n'êtes pas obligés de les écouter dans un ordre spécifique.

En tout cas, celle que je veux vous faire découvrir, c'est encore une région du sud, la dernière, c'est la région Provence-Alpes Côte d'Azur. J'en ai déjà un peu parlé quand j'ai fait un épisode sur la ville de Marseille, mais aussi dans l'épisode sur Nice, celui sur

Saint-Tropez, sur le festival de Cannes, etc, tous ces épisodes que vous pourrez écouter après.

Comme d'habitude, on commence par un peu de géographie.

C'est une région qui se situe au sud-est de la France et j'ai même envie de dire que c'est elle qui représente le mieux ce coin du pays.

Au Sud, sa frontière naturelle est la côté méditerranéenne. Au nord, on a la région Rhône-Alpes. À l'ouest, il y a l'Occitanie, cette région qu'on a découverte la dernière fois et enfin, à l'est, la région est délimitée par la frontière avec l'Italie, mais on en reparlera un peu plus tard.

Le surnom de cette région, c'est PACA, pour les initiales de Provence-Alpes Côte d'Azur, un nom assez long, donc la majorité des gens disent PACA pour que ce soit plus court à prononcer. La tendance est de parler vite, donc on trouve des diminutifs si les mots sont trop longs. Autre exemple, pour dire "après-midi", on dit "aprem".

La préfecture de la région, c'est Marseille, la deuxième ville la plus peuplée de France après Paris et d'ailleurs, je lui ai dédié un épisode entier si vous voulez tout savoir spécifiquement sur cette ville.

En termes de taille, elle fait trente-et-un mille kilomètres carrés (31 000 km<sup>2</sup>), ce qui fait d'elle la neuvième (9e) région de France sur les treize (13) au total. Pourtant, elle compte un peu plus de cinq (5) millions d'habitants répartis dans ses six (6) départements au total, ce qui en fait une région assez densément peuplée.

Au niveau du climat maintenant, on est sur un climat méditerranéen typique. C'est-à-dire assez chaud et sec, surtout sur la côte. C'est en région PACA que le soleil brille le plus en France et rares sont les jours de pluie. Les hivers sont doux, par exemple, il fait entre sept (7) et quatorze (14) degrés durant cette saison froide. Par contre, en été, il fait très très chaud et très sec.

En fait, la région Provence-Alpes Côte d'Azur porte bien son nom puisqu'il évoque ce qu'elle comporte et que je vais vous détailler.

Donc premièrement, qu'est-ce que la Provence ?

Et ce n'est pas le mot province P-R-O-V-I-N-C-E, mais le mot "provence" P-R-O-V-E-N-C-E. La seule différence entre les deux mots est la voyelle nasale "IN" ou "EN". Donc là, on parle de la Provence.

Ce nom vous évoque peut-être quelque chose, mais la Provence, c'est presque toute la région PACA, sauf le département des Hautes-Alpes même si les limites ne sont pas strictes. C'est un territoire qui représente des valeurs, une culture et des paysages spécifiques.

Si on demande à un Français ce que lui évoque la Provence, il ou elle répondra très certainement en premier les champs de lavande. En effet, la lavande, cette plante de couleur violette et qui sent très bon, est très cultivée en région PACA. Et on y trouve de grands champs tout violets qui apportent un charme spécifique à la région. C'est un paysage typique de carte postale que les gens adorent prendre en photo. Cette lavande est utilisée pour confectionner des huiles, des savons ou plein de produits cosmétiques.

Les herbes de Provence font aussi partie de la culture locale. Ce sont des plantes aromatiques nécessitant beaucoup de soleil, donc qui poussent très bien dans le sud-est et très utilisées dans la cuisine provençale. Par exemple, le romarin, le thym, le basilic, le

laurier, etc.

Toujours en parlant de cuisine, quand on pense à la Provence ou à la région PACA, on pense automatiquement à l'huile d'olive. C'est dans cette partie de la France qu'on en produit le plus et la meilleure, bien sûr. L'arbre sur lequel pousse l'olive, s'appelle l'olivier, comme le prénom Olivier français. D'ailleurs j'ai un ami qui s'appelle Olivier et qui habite en Provence !

Et avec cette merveilleuse huile d'olive, on fait du savon. Vous connaissez certainement le savon de Marseille, un savon très réputé, très simple mais très efficace qui sert à tous les usages.

Ce qui nous fait penser à la Provence, c'est aussi le vin rosé. En effet, les Français savent que les meilleurs rosés viennent de la région PACA. Bien sûr, en Provence, on ne produit pas que du rosé, mais aussi du rouge et du blanc.

Grâce à tout ce soleil, on peut cultiver des fruits et légumes savoureux et de qualité, comme des abricots, des agrumes, du melon, des pêches, des aubergines, des tomates, etc.

Et si vous mélangez ces ingrédients, vous obtenez la cuisine provençale. C'est une cuisine traditionnelle méditerranéenne, donc réputée très saine, à base d'huile d'olive, de beaucoup de légumes, d'herbes aromatiques, de produits de la mer comme du poisson ou des fruits de mer ou de bons fromages.

Par exemple, la ratatouille, ce fameux plat français à base de légumes, est une spécialité provençale.

Un autre plat typique de la région, c'est la bouillabaisse. C'est une soupe de poissons, avec des croûtons de pain à l'ail, des pommes de terre, une sauce à la tomate, à l'ail et à l'huile d'olive délicieuse.

Et je parie que vous ne connaissez pas encore la tapenade, une sorte de purée d'olives noires délicieuse à tartiner sur du pain et qui est aussi un plat provençal typique.

Cette diète, ce type de nourriture est connu pour ses bienfaits nutritionnels qui aident à la longévité, c'est le fait de vivre très âgé. Par exemple, la femme qui a vécu le plus longtemps au monde était française et elle venait d'Arles, une ville de la région PACA. Elle a vécu jusqu'à cent-vingt-deux (122) ans.

La Provence, ce sont aussi ses charmants petits villages tout en pierre qu'on a visités l'été dernier avec mon épouse d'ailleurs. Il y a un vlog disponible sur ma chaîne Youtube, je vous mets le lien dans la description.

Partout en Provence, la maison typique s'appelle un mas. C'est une ferme traditionnelle provençale tout en pierre. Le mot s'écrit M-A-S et on prononce le S à la fin. Autrefois, c'était une maison de paysan simple, mais c'est devenu une habitation de privilège, donc très recherchée. En plein cœur de la Provence, certaines maisons, donc certains mas, se vendent très très cher.

En termes de relief, la région est très vallonnée, ce qui veut dire qu'il y a beaucoup de vallées. Donc des champs de lavande ou d'oliviers au milieu de vallées et dominés par de petits villages en pierre en hauteur, ça donne des couleurs chaleureuses et un magnifique cadre de vie, très apprécié des Français mais aussi des étrangers.

En effet, l'autre jour, durant notre chat du club VIP hebdomadaire, je vous ai demandé quels étaient les endroits de France que vous aimiez et beaucoup d'entre vous avez visité la région Provence-Alpes Côte d'Azur.

Et si on y ajoute le fameux chant des cigales typique de la Provence, on a la combinaison

parfaite pour être dans l'ambiance de la région.

La culture provençale est également connue pour ses fêtes locales traditionnelles avec des célébrations comme la fête du citron, celle de la lavande, celle de l'olive, les marchés de Noël mais aussi le carnaval de Nice, le plus grand de France ou encore le festival de théâtre et de cinéma d'Avignon.

En été, on peut également assister à un événement ancestral, les joutes provençales. Ce sont des combats amicaux sur des barques, donc des petits bateaux.

On peut également parler de l'artisanat provençal, connu pour ses poteries colorées, ses tissus et ses produits de céramique. La poterie, c'est l'art de fabriquer des objets en terre cuite, comme des vases ou des pots de fleurs, par exemple.

Toute cette culture provençale a été largement influencée par l'histoire de la région, notamment suite à l'occupation des terres par les romains pendant une longue période. Plus récemment, l'Italie y a aussi contribué et dans certains coins de la région PACA, on retrouve l'architecture italienne, comme le vieux Nice par exemple ou comme les hôtels particuliers de la ville d'Aix-en-provence.

Dans la région, on retrouve de magnifiques vestiges romains, comme le théâtre antique d'Orange datant du premier (1er) siècle avant Jésus Christ (J.C), l'un des mieux conservés au monde ou encore les arènes d'Arles.

Dans la région, après la Provence, il y a les Alpes, une grande chaîne de montagne européenne qui nous offre de beaux sommets enneigés et des stations de ski parmi les plus réputées.

Pour tout savoir sur les Alpes, je vous propose d'écouter l'épisode que j'y ai dédié.

En parlant du relief de la région PACA, elle abrite le plus grand canyon d'Europe, les gorges du Verdon. Une merveille de la nature creusée par le Verdon, le fleuve qui passe en bas.

C'est un canyon à couper le souffle et c'est l'endroit parfait pour les fans de nature, de randonnées ou d'autres activités d'évasion.

Les gorges sont évidemment un point d'intérêt touristique majeur de la région, mais aussi de France qui attire un très grand nombre de visiteurs.

Enfin, si on descend vers le sud, on trouvera la fameuse Côte d'Azur ! C'est une portion du littoral qui va environ de Marseille jusqu'à Menton, la dernière ville avant l'Italie.

C'est une destination touristique très réputée partout dans le monde. La Côte d'Azur, ce sont d'abord des peintres ou d'autres artistes qui ont été attirés et inspirés par ces beaux paysages, ces petits villages de pêcheurs bordés par une mer agréable d'un bleu magnifique. Puis, ces villages modestes ont attiré les gens les plus riches et se sont peu à peu transformés en stations balnéaires prestigieuses et luxueuses avec leurs hôtels, leurs casinos ou leurs boutiques de haute-couture, leurs immenses villas, leurs yachts, etc. Parmi ces villes, il y a évidemment Saint-Tropez, Cannes et son festival, Nice, Cassis, etc. La côte est maintenant l'un des endroits les plus glamour et jet-set de France où se fréquentent des stars, des millionnaires et des milliardaires du monde entier.

Elle attire de nombreux touristes, surtout en été pour profiter des plages, mais aussi beaucoup de retraités qui veulent passer leur retraite tranquillement au soleil et à la mer. Monaco fait aussi partie de cette luxueuse côte d'Azur. C'est une riche principauté indépendante gouvernée par le prince Albert de Monaco. Et dites-moi dans les

commentaires si vous voulez que je fasse un épisode spécial sur la petite Monaco.

En région PACA, le sport, c'est d'abord le football. L'une des équipes phares, c'est l'Olympique de Marseille qui a gagné presque dix (10) fois le championnat de France. Les équipes de Nice et de Monaco sont généralement bien classées aussi.

Mais, c'est également le rugby, avec par exemple l'équipe de Toulon, une des leaders du championnat du pays.

Et bien entendu, le sport régional, c'est la pétanque ! C'est en Provence qu'elle est née ! Là aussi, j'ai fait un épisode sur ce fameux sport français, écoutez-le et vous saurez tout. C'est l'un des premiers contenus que j'ai fait, d'ailleurs.

L'économie de la région est principalement basée sur le tourisme, comme on a dit, il y a des millions de visiteurs du monde entier qui viennent en région PACA pour toutes les joies qu'elle procure. C'est la deuxième région touristique du pays.

L'agriculture occupe aussi un rôle majeur. On l'a dit, la région produit de très bons fruits et légumes grâce à ce soleil abondant.

Il y aurait encore beaucoup de choses à dire sur la région PACA évidemment, mais vous avez appris aujourd'hui l'essentiel.

Si vous voulez aller plus loin, je vous conseille de lire des livres comme "La gloire de mon père" ou "Le château de ma mère" de Marcel Pagnol, un écrivain français qui nous a fait découvrir la Provence.

Dites-moi dans les commentaires si vous avez déjà visité la région Provence-Alpes Côte d'Azur. Où est-ce que vous êtes allés ? Quel est votre coin préféré ? Sur Spotify, il y a un espace pour laisser un commentaire ou alors sur YouTube.

Et merci à vous d'avoir suivi cet épisode.

Abonnez-vous à mon podcast ou à ma chaîne pour ne pas rater les prochains sur les autres régions.

Si vous avez aimé le contenu, n'hésitez pas à mettre cinq étoiles sur les plateformes de podcast. Merci beaucoup et je vous dis à bientôt.