

## IL FAUT QUE JE FASSE UN RÉGIME ?

**Lydie :** Alors, docteur, qu'est-ce que vous en pensez ?

**D<sup>r</sup> Rousseau :** Il n'y a rien de grave, mais il faut que vous perdiez du poids. Il faut que vous fassiez du sport, que vous preniez soin de vous.

**Lydie :** Facile à dire ! Il faut que je m'occupe des gosses \*, que je fasse la cuisine, les courses... Et en plus, je travaille !

**D<sup>r</sup> Rousseau :** Et votre mari ? Ce serait bien qu'il vous aide un peu, non ?

**Lydie :** Oui, bien sûr... Bon, alors, parlons de mon régime. Si je comprends bien, il faut que je me prive de tout ?

**D<sup>r</sup> Rousseau :** Mais non, pas du tout. Ce n'est pas la peine que vous arrêtiez de manger tout ce que vous aimez ! Il serait plus efficace que vous fassiez un régime doux, agréable, mais à long terme.

**Lydie :** Et... qu'est-ce qu'il faut que je supprime, alors ?

**D<sup>r</sup> Rousseau :** Évidemment, ce serait mieux que vous évitiez les repas trop lourds, trop sucrés. Vous aimez les herbes, les épices, l'huile d'olive ?

**Lydie :** Euh... Oui...

**D<sup>r</sup> Rousseau :** Eh bien, ce serait bien que vous appreniez à cuisiner « léger » : du poisson, de la viande blanche, avec de bonnes herbes, des épices.

**Lydie :** Ça va être difficile ! Je suis habituée à cuisiner au beurre et à la crème fraîche. Je suis de Normandie, moi !

**D<sup>r</sup> Rousseau :** C'est normal que vous trouviez ça un peu difficile au début, mais ça vaut la peine que vous fassiez un petit effort.

**Lydie :** Un *petit* effort ?! C'est que... je suis gourmande, et ma famille aussi !

**D<sup>r</sup> Rousseau :** Oui, je sais, ça se voit ! Le mieux serait que vous achetiez un livre de cuisine légère, ou que vous cherchiez sur Internet. Il y a d'excellentes recettes, vous savez ! Ça m'étonnerait que vous ne puissiez pas devenir un vrai cordon bleu !

**Lydie :** Bon, je vais essayer...

**D<sup>r</sup> Rousseau :** De toute façon, vous n'avez pas le choix : si vous voulez rester en bonne santé et vivre longtemps, il faut que vous perdiez au moins dix kilos. En plus, votre entourage sera content que vous vous sentiez mieux. Vous allez voir, vous allez rajeunir de dix ans !



Il n'y a rien de grave,  
mais il faut que  
vous perdiez du poids.

**Remarque de vocabulaire.** « Se priver de quelque chose » = ne pas faire quelque chose, par volonté ou par sacrifice personnel.  
Elle se prive de tout pour ses enfants.

## VERBES RÉGULIERS

Même construction que le présent de l'indicatif, sauf pour les formes « nous » et « vous » :

### TROUVER

#### Forme affirmative

(que) je **trouve**  
tu **trouves**  
il/elle/on **trouve**  
nous **trouvions**  
vous **trouviez**  
ils/elles **trouvent**

#### Forme négative

(que) je **ne trouve pas**  
tu **ne trouves pas**  
il/elle/on **ne trouve pas**  
nous **ne trouvions pas**  
vous **ne trouviez pas**  
ils/elles **ne trouvent pas**

## VERBES IRRÉGULIERS

Certains verbes ont un radical irrégulier, mais les mêmes terminaisons que les verbes réguliers :

**FAIRE** (que) je **fasse**  
tu **fasses**  
il/elle/on **fasse**  
nous **fassions**  
vous **fassiez**  
ils/elles **fassent**

**POUVOIR** (que) je **puisse**  
**DIRE** (que) je **dise**  
**SAVOIR** (que) je **sache**  
**PARTIR** (que) je **parte**  
**SORTIR** (que) je **sorte**

**METTRE** (que) je **mette**  
**FINIR** (que) je **finisse**  
**DORMIR** (que) je **dorme**  
**CONNAÎTRE** (que) je **connaisse**

**LIRE** (que) je **lise**  
**ÉCRIRE** (que) j'**écrive**  
**ATTENDRE** (que) j'**attende**  
**ENTENDRE** (que) j'**entende**

## VERBES À DEUX RADICAUX

**PRENDRE** → (que) je **prenne**, tu **prennes**, il **prenne**, nous **prenions**, vous **preniez**, ils **prennent**

**VENIR** → (que) je **vienn**e, tu **vienn**es, il **vienn**e, nous **venions**, vous **veniez**, ils **viennent**

**BOIRE** → (que) je **boive**, tu **boives**, il **boive**, nous **buvions**, vous **buviez**, ils **boivent**

**ALLER** → (que) j'**aill**e, tu **aill**es, il **aill**e, nous **allions**, vous **alliez**, ils **aillent**

## ÊTRE ET AVOIR

### ÊTRE

(que) je **sois**  
tu **sois**  
il/elle/on **soit**  
nous **soyons**  
vous **soyez**  
ils/elles **soient**

### AVOIR

(que) j'**aie**  
tu **aies**  
il/elle/on **ait**  
nous **ayons**  
vous **ayez**  
ils/elles **aient**

**C'EST** → ce **soit**

**IL Y A** → il y **ait**

La prononciation [ɛ] est identique pour « aie, aies, ait, aient ».

1 Relevez les verbes au subjonctif présent dans le dialogue.

2 Donnez le subjonctif présent des verbes suivants.

- |                       |                      |
|-----------------------|----------------------|
| 1. Vous faites _____  | 6. Tu dis _____      |
| 2. Je suis _____      | 7. Je vais _____     |
| 3. Nous pouvons _____ | 8. Vous venez _____  |
| 4. Il a _____         | 9. Il part _____     |
| 5. Ils savent _____   | 10. Je connais _____ |

3 Supprimez le verbe « devoir » et remplacez par « il faut que + subjonctif », selon l'exemple.

Exemple : Je dois partir. ► Il faut que je parte.

- Je dois aller à la banque. \_\_\_\_\_
- Nous devons acheter une voiture. \_\_\_\_\_
- Tu dois attendre. \_\_\_\_\_
- Je dois venir demain. \_\_\_\_\_
- Ils doivent prendre le métro. \_\_\_\_\_
- Vous devez faire le ménage. \_\_\_\_\_
- Je dois savoir le subjonctif. \_\_\_\_\_

4 Mettez les verbes au subjonctif présent.

- J'aimerais que vous \_\_\_\_\_ (*venir*) chez moi et que vous \_\_\_\_\_ (*connaître*) mon ami.
- Je voudrais que tu \_\_\_\_\_ (*faire*) les courses.
- Il veut que nous \_\_\_\_\_ (*prendre*) le TGV et que nous \_\_\_\_\_ (*aller*) le voir.
- Elle voudrait que vous \_\_\_\_\_ (*terminer*) ce projet et que vous \_\_\_\_\_ (*commencer*) tout de suite le nouveau.
- Je voudrais que vous me \_\_\_\_\_ (*attendre*).
- Je ne veux pas que tu \_\_\_\_\_ (*être*) en retard.

5 Transformez selon l'exemple.

Exemple : Il ne prend pas le train, c'est bizarre. ► C'est bizarre qu'il ne prenne pas le train.

- Elle ne comprend pas. – C'est étonnant que \_\_\_\_\_
- Ils savent faire du ski. – C'est normal que \_\_\_\_\_
- Tu écris un livre. – C'est bien que \_\_\_\_\_
- Elle est timide. – Ça m'étonne que \_\_\_\_\_
- Ils n'ont pas de voiture. – C'est ennuyeux que \_\_\_\_\_
- Il ne fait jamais de sport. – C'est dommage que \_\_\_\_\_
- Ils ne vont jamais au cinéma. – C'est bizarre que \_\_\_\_\_



### IL EST IMPORTANT QUE TU VIENNES...

**Julien :** Tu sais, j'aimerais bien que tu puisses participer à la réunion !

**Grégoire :** Oui, bien sûr, mais ça m'étonnerait que ce soit possible...

**Julien :** Bernard sera furieux que tu ne viennes pas !

**Grégoire :** C'est si important que je sois là ?

**Julien :** Oui, bien sûr ! Ce serait étonnant que Jean-Marc ne fasse pas de commentaires désagréables, alors ce serait mieux que tu puisses répondre ! Franchement, ça m'embêterait beaucoup que tu ne sois pas là et que tu nous laisses seuls, Bernard et moi, à cette réunion !

**Grégoire :** Mais il faut d'abord que j'aie chez un client demain matin... Ce serait mieux que je décommande, mais il trouvera bizarre que j'annule le rendez-vous à la dernière minute !

**Julien :** Je t'assure, c'est indispensable que tu sois là, avec nous ! Il faut que tu saches que c'est tout notre projet qui est en jeu !

### IL EST TEMPS QU'ILS SOIENT AUTONOMES...

**Estelle :** Tu crois que ce serait une bonne idée que les enfants partent en colonie, cet été ?

**Bruno :** Ah, oui ! Moi, je serais ravi qu'ils y aillent ! Il est temps qu'ils sortent un peu des vacances familiales !

**Estelle :** Oui, mais ça m'étonnerait que Benjamin soit content. Agathe et Vincent, peut-être, mais lui...

**Bruno :** Je ne suis pas d'accord. Il est temps qu'il prenne un peu d'indépendance ! Qu'est-ce que tu veux que je te dise ! Il faut qu'il sorte dans le grand monde ! Il ne faut pas qu'il reste tout le temps ici, chez papa-maman... Je trouve normal, à leur âge, que les enfants soient un peu autonomes !

**Estelle :** Oui, je comprends, mais ce n'est pas la question : si Benjamin demande que nous l'emmenions chez les grands-parents, qu'est-ce qu'on fait ?

**Bruno :** Ce serait très étonnant qu'il ne veuille pas être avec son frère et sa sœur !

**Estelle :** Ce serait mieux que tu le lui dises, non ?

**Bruno :** Que je lui dise quoi ?

**Estelle :** Que ce serait super qu'il aille en colonie avec Agathe et Vincent...

**Remarque de vocabulaire.** « Une colonie [de vacances] » = un camp de vacances pour les enfants, avec activités sportives, jeux, etc.

### UTILISATION

Le subjonctif est un mode qui s'utilise après un certain nombre d'expressions de la subjectivité. Parmi les plus importantes :

▸ **Il faut que + subjonctif** exprime une obligation personnelle

≠ **ce n'est pas la peine que + subjonctif**

*Il faut que j'aie à la poste.*

*Est-ce qu'il faut que vous partiez ?*

– *Non, ce n'est pas la peine que je parte tout de suite.*

▸ **C'est/Il est bien, important, intéressant, bizarre, curieux, étonnant... que + subjonctif**

*C'est bien que vous sachiez le subjonctif !*

*Il est important que tu sois là.*

*C'est bizarre qu'elle ne puisse pas venir.*

☞ Pour ces structures, « Il est » est plus élégant que « C'est ».

☞ Sur le même modèle :  
*Je trouve bien, important, intéressant... que tu partes à l'étranger.*

▸ **Je suis, tu es... content, ravi, furieux, triste, enchanté, désolé, déçu... que + subjonctif**

*Ils sont contents que nous partions avec eux.*

*Elle est déçue que ses amis ne soient pas là.*

*Je suis désolé(e) que vous ne puissiez pas venir.*

▸ **Vouloir, souhaiter, demander, aimer que + subjonctif**

*Je voudrais que vous m'expliquiez cette situation.*

*Ils souhaitent que nous prenions une décision rapidement.*

*Il aimerait que je vienne avec lui.*

▸ **Il est temps, il arrive, il se peut que + subjonctif**

*Il est temps que Vincent apprenne à conduire !*

*Il se peut que mes parents aillent au Canada.*

*Il arrive que je sois en retard.*

▸ **Expressions usuelles**

Il serait utile que vous appreniez par cœur ces expressions de la langue courante !

*Qu'est-ce que tu veux que je te dise ?!*

*Qu'est-ce que vous voulez que je vous dise ?!*

(expressions de l'irritation)

*Il faut que j'y aille ! (= il faut que je parte)*

☞ Il n'existe pas de futur du subjonctif, on utilise le présent du subjonctif :  
*Il faudra que je fasse le ménage samedi prochain.*

▸ **Avec des conjonctions** (voir en particulier les chapitres 30 à 32)