

# A

**arrondi, ~e** | zaokrąglony  
**abdominal, ~e** | brzuszny  
**abordable** | przystępny  
**abriter qqch.** | mieścić coś  
**accomplir qqch.** | osiągnąć coś, wykonać coś  
**achat (m.) en ligne** | zakup w Internecie  
**acides (m.pl.) aminés** | aminokwasy  
**acquérir une bonne compréhension de qqch.** | lepiej coś zrozumieć  
**adolescent, ~e (m.)** | nastolatek, nastolatka  
**adverse** | przeciwny  
**affiche (f.)** | plakat  
**affuter qqch.** | ostrzyć coś  
**afin de** | celem, w celu  
**agricole** | rolny  
**aide (f.) auprès d'un spécialiste** | pomoc specjalisty  
**aider** | pomagać  
**Aimez-vous couper ?** | Czy lubisz ciąć?  
**air (m.) marin** | morskie powietrze  
**ajouter qqch.** | dodać czegoś  
**ajouter un caractère ludique à l'événement** | dodać wydarzeniu zabawnego charakteru  
**allergique à qqch.** | uczulony na coś  
**améliorer qqch.** | polepszać coś, poprawić coś  
**analyse (f.) « du général au particulier »** | analiza „od ogółu do szczegółu”  
**ancien, ~ne** | stary, dawny  
**anniversaire (m.)** | urodziny  
**antioxydant (m.)** | antyoksydant  
**apparaître** | pojawić się  
**apparition (f.)** | pojawienie się  
**apporter qqch.** | przynieść coś

**apporter une touche esthétique et de la sérénité dans une pièce** | wprowadzić estetyczny akcent i spokój do pomieszczenia  
**approprié, ~e** | odpowiedni  
**approvisionnement (m.)** | zaopatrzenie  
**apprécier qqch.** | cenić sobie coś, doceniać coś  
**apprécier, ~e pour qqch.** | doceniany, ceniony za coś  
**après le baccalauréat** | po maturze  
**après l'effort** | po wysiłku  
**arbitre (m.)** | sędzia  
**armoire (f.)** | szafa  
**arrêter qqch.** | zatrzymać coś  
**articles (m.pl.) de papeterie** | artykuły papiernicze  
**associé, ~e à qqch.** | związany z czymś  
**associé, ~e à tant d'émotions positives** | związany z tak wieloma pozytywnymi emocjami  
**assumer qqch.** | zakładać coś  
**astuces (f.pl.)** | rady  
**attaquant (m.)** | napastnik  
**attrait (m.)** | atrakcyjność  
**atténuer qqch.** | złagodzić coś  
**au bureau (m.)** | w biurze, do biura  
**aucun, ~e** | żadny  
**au fil du temps** | na przestrzeni czasu  
**au final** | koniec końców, ostatecznie  
**augmenter qqch.** | zwiększać coś  
**au poids** | na wagę  
**au premier abord** | na pierwszy rzut oka  
**au quotidien** | na co dzień  
**au sein de X** | z siedzibą w X  
**autour de X** | wokół X  
**avec un couteau** | nożem  
**avec un pinceau** | pędzelkiem  
**avenir (m.)** | przyszłość

**avoir besoin de qqch.** | potrzebować czegoś  
**avoir du mal** | mieć trudności  
**avoir envie de faire qqch.** | mieć ochotę na zrobienie czegoś  
**avoir hâte** | nie móc się doczekać  
**avoir la main verte** | mieć rękę do hodowli roślin  
**avoir le droit** | mieć prawo  
**avoir l'air** | wydawać się  
**avoir l'impression que** | mieć wrażenie, że  
**avoir tendance à faire qqch.** | mieć zwyczaj robienia czegoś  
**avoir un aperçu de nos comportements** | mieć wgląd w nasze zachowania  
**avoir une origine païenne** | mieć pogańskie pochodzenie  
**avoir un inconvénient** | mieć jeden minus  
**aérien, ~ne** | powietrzny, lekki

# À

**à chaque pas** | na każdym kroku  
**à des prix attractifs** | w atrakcyjnych cenach  
**à la Chaire de Criminalistique de l'Université de Wrocław et de l'Université de Silésie** | na Katedrze Kryminalistyki Uniwersytetu Wrocławskiego i Uniwersytetu Śląskiego  
**à la compote de pommes ou poire-chocolat** | z musem jabłkowym lub gruszkowo-czekoladowym  
**à la Faculté de Droit des Universités de Varsovie et de Poznań** | na Wydziale Prawa Uniwersytetu Warszawskiego i Uniwersytetu Poznańskiego  
**à la fin** | na końcu  
**à la fois** | jednocześnie, zarazem  
**à la frangipane** | na bazie migdałów  
**à la tombée de la nuit** | ze zmierzchem

à l'extérieur | na zewnątrz

à l'Institut de Psychologie  
de l'Université Marie  
Curie-Skłodowska de Lublin |

w Instytucie Psychologii  
Uniwersytetu Marii Curie-  
Skłodowskiej w Lublinie

à l'intérieur | wewnątrz

à l'ouest | na zachodzie

## B

**balancer la sécheresse des  
chauffages de maison** | niwelować  
skutki suchego powietrza  
w ogrzewanych pomieszczeniach

**balancer** | balansować

**balle (f.)** | piłka

**ballon (m.)** | piłka

**basculer** | chwiać się, przewracać  
się

**bas de jogging (m.)** | spodnie  
dresowe

**bateau-mouche (m.)** | mały statek  
pasażerski

**beignet (m.)** | przysmak

**beurre (m.) mou** | miękkie masło

**beurré, ~e** | maślane

**bienfaits (m.pl.) des plantes  
d'intérieur** | dobrodziejstwa, zalety  
(wynikające z trzymania) roślin  
wewnątrz

**bien que cela puisse paraître  
similaire** | choć mogą wyglądać  
podobnie

**bien que la cathédrale n'ait été  
érigée qu'au XIXe siècle** | choć  
katedra powstała dopiero w XIX  
wieku

**bien que** | chociaż, mimo

**bien qu'elles soient très proches**  
| choć są bardzo zbliżone

**bien rémunéré, ~e** | dobrze płatny

**bien évidemment** | oczywiście

**bilinguisme (m.)** | bilingwizm

**bière (f.)** | piwo

**blesure (f.)** | kontuzja

**blesure (f.)** | obrażenie

**blouse (f.)** | kitel lekarski

**blé (m.)** | pszenica

**bon marché** | tani

**boucle piqué (m.)** | toeloop (skok  
tyżwiarski)

**bouger** | ruszać się

**boulangier (m.)** | piekarz

**boulangerie (f.)** | piekarnia

**boulangerie (f.)** | przemysł  
piekarski

**bradé, ~e** | zaniżony

**bras (m.)** | ramię

**bricolage (m.)** | majsterkowanie

**but (m.)** | bramka, gol, cel

**bénédiction (f.)** | błogosławieństwo

**bêta-glucanes (m.pl.)**  
| beta-glukany

## C

**calme** | spokojny

**capacité (f.) à travailler en  
déplacement** | zdolność do pracy  
w podróży

**capacités (f.pl.) à travailler en  
équipe** | umiejętności pracy  
w zespole

**caractère (m.) soutenu** | podniosły  
charakter

**carburant (m.)** | paliwo

**cardiovasculaire**  
| sercowo-naczyniowy

**carême (m.)** | wielki post

**casque (m.)** | kask

**casser les barrières (f.pl.)**  
| przełamywać bariery

**centre (m.) de gravité (f.)** | środek  
ciężkości

**ce n'est pas la même chose** | to nie  
to samo

**cependant** | jednak

**ce qui s'est avéré** | co okazało się

**ce qu'il faut voir** | co trzeba  
zobaczyć

**certes** | oczywiście, że

**cerveau (m.)** | mózg

**chacun, ~e** | każdy

**chance (f.)** | szansa

**changements (m.pl.) climatiques**  
| zmiany klimatyczne

**chaque année** | co roku, każdego  
roku

**chaque** | każdy

**chariot (m.)** | wózek na zakupy

**chef (m.)** | szef kuchni

**chemise (f.)** | koszula

**chercher qqch.** | szukać czegoś

**chez les adultes** | u dorosłych

**chic** | szykowny, elegancki

**circuler** | krążyć

**colis (m.)** | paczka

**collègues (m./f.pl.)**  
| współpracownicy

**combinaison (f.)** | kombinacja

**combler un désir** | zaspokajając  
pragnienie

**commande (f.)** | zamówienie

**commander qqch.** | zamówić coś

**commandé, ~e** | zamawiany,  
zamówiony

**comme ce fut le cas pour  
Flamingobox** | tak jak to miało  
miejsce w przypadku Flamingobox

**commencer** | zacząć

**comme un soleil** | jak słońce

**compatibilité (f.) des associés  
d'une entreprise** | zgodność  
partnerów biznesowych

**comportement (m.)** | zachowanie

**compris X** | w tym, włącznie z X

**compter qqch.** | liczyć coś

**comédien (m.)** | aktor

**concerner qqch.** | dotyczyć czegoś

**conduire à qqch.** | prowadzić do  
czegoś

**confectionner qqch.** | zrobić, przygotować coś

**confinement (m.)** | kwarantanna

**confirmer qqch.** | potwierdzić coś

**connaissances (f.pl.) acquises** | zdobyta wiedza

**conscience de soi (f.)** | samoświadomość

**considérablement** | znacznie

**consister en qqch.** | polegać na czymś

**constance (f.)** | stałość

**consulter qqn** | skonsultować się z kimś

**contenir qqch.** | zawierać coś

**contenu (m.)** | zawartość

**contrainte (f.)** | ograniczenie

**controversé, ~e** | kontrowersyjny

**cordonnier (m.)** | szewc

**corps (m.)** | ciało

**costume (m.)** | garnitur

**coude (m.)** | łokieć

**coup (m.)** | strzał

**coup de téléphone (m.)** | rozmowa telefoniczna

**courant, ~e** | powszechny

**courir** | biegać

**court (m.)** | kort

**croisière (f.)** | rejs

**crème (f.) aux amandes** | krem migdałowy

**cuit, ~e dans de l'huile d'olive** | smażony na oliwie z oliwek

**cuit, ~e** | upieczony

**cuiivre (m.)** | miedź

**cultivé, ~e** | uprawiany

**céréales (f.pl.)** | zboża

**c'est-à-dire** | to znaczy

**c'est parti** | *pot.* zaczynamy

## Ç

**Ça tombe bien.** | Dobrze się składa.

**ça vaut le coup de faire qqch.**

| warto coś zrobić, coś jest warte zachodu

## D

**dans la jeunesse** | w młodości

**dans la suite de cet entretien** | w dalszej części tego wywiadu

**dans le but de faire qqch.** | w celu zrobienia czegoś

**dans le cas de X** | w przypadku X

**dans le langage courant** | w języku potocznym

**dans l'esprit de nombreuses personnes** | w powszechnym przekonaniu wielu osób

**de l'extérieur** | z zewnątrz

**demande (f.) pour qqch.** | zapotrzebowanie na coś

**demander un soin particulier** | wymagać szczególnego traktowania

**de même** | podobnie

**depuis des millénaires (m.pl.)** | od tysięcy lat

**depuis X** | od X

**dernier cri** | najnowszy

**dernier** | ostatni

**destination (f.)** | cel, miejsce docelowe

**destockeur (m.)** | osoba/firma, która kupuje duże ilości towarów od producentów, hurtowników lub innych sprzedawców, często po obniżonych cenach i sprzedaje te towary dalej z zyskiem

**devenir le roi de la journée** | zostać królem na jeden dzień

**devenir qqch.** | stać się czymś

**devenir** | stawać się

**devise (f.)** | dewiza

**diagnostic (m.)** | diagnoza, rozpoznanie

**digeste** | strawny

**digne** | godny

**diminuer qqch.** | zmniejszyć coś

**distance (f.)** | dystans

**distinguer qqch.** | odróżnić coś

**distractibilité (f.)** | dystrakcyjność, trudność w skupieniu uwagi

**diversifié, ~e** | różnorodny

**divertissements (m.pl.)** | rozrywki

**diviser qqch.** | dzielić coś

**doigt (m.)** | palec

**domaine (f.) de la santé** | branża zdrowotna

**domaine (m.)** | domena

**domicile (m.)** | dom

**donner envie de faire qqch.** | zachęcać do zrobienia czegoś

**donner le confort de savoir autant sur soi que les autres en savent** | daje komfort wiedzy o sobie takiej samej, jaką mają inni

**données (f.pl.)** | dane

**dos (m.) nu** | bluzka z odkrytymi plecami

**douleur (f.)** | ból

**douter** | wątpić

**doux, douce** | łagodny

**dribbler** | dryblować

**droit (m.)** | prawo

**due** | spowodowany, wynikający z

**du jour au lendemain** | z dnia na dzień

**du point de vue des forces de mon client** | pod względem mocnych stron mojego klienta

**débardeur (m.)** | podkoszulek na ramiączkach

**décent, ~e** | odpowiedni

**décevoir** | rozczarować

**décorateur (m.) d'intérieur** | architekt wnętrz

**décoré, ~e de fruits confits et de perles en sucre** | ozdobiony/a kandyzowanymi owocami i cukrowymi perełkami

**découvrir** | odkrywać

**défense (f.)** | obrona

**défenseur (m.)** | obrońca

**défi (m.) du double axel**

| wyzwanie podwójnego axla

**déficit (m.) de l'attention (f.)**

| deficyt uwagi

**délaissé, ~e au profit de qqch.**

| porzucony na rzecz czegoś

**dépasser de loin** | znacznie

przekraczać

**dépasser qqch.** | przekroczyć coś

**dépendance (f.)** | uzależnienie

**dépendre de qqch./qqn** | zależeć od czegoś/kogoś

**désenchantement (m.)**

| rozczarowanie

**déstockage (m.)** | całkowita

wyprzedaż towarów po bardzo niskich cenach

**détermination (f.)** | determinacja

**déterminer le sexe** | określić płeć

**déterminer qqch.** | określić coś

**détruire qqch.** | niszczyć coś

**dôme (m.)** | kopuła

**d'antan** | dawne

**d'après X** | według X

**d'autant plus que** | tym bardziej, że

**d'occasion** | z drugiej ręki

**d'un côté** | z jednej strony

**d'une valeur de X** | o wartości X

## E

**effectuer qqch.** | wykonywać coś

**efficace** | skuteczny

**emballé, ~e de film plastique**

| owinięty folią z tworzywa sztucznego

**embouteillages (m.pl.)** | korki na drodze

**employé (m.)** | pracownik

**employé, ~e** | stosowany

**en absorbant le dioxyde de carbone de l'air** | pochłaniając dwutlenek węgla z powietrza

**en Allemagne** | w Niemczech

**en collaboration (f.) avec qqn** | we współpracy z kimś

**encourager qqn à faire qqch.**

| zachęcać kogoś do z/robienia czegoś

**endroit (m.)** | miejsce

**enfance (f.)** | dzieciństwo

**engouement (m.)** | zachwyty

**engrais (m.)** | nawóz

**ennuyeux, ~se** | nudny

**en permanence** | na stałe

**en pleine forme** | w pełnej formie

**en plus de X** | poza X

**en pénurie** | których brakuje, deficytowe

**en raison de X** | z powodu X

**enseignant (m.)** | nauczyciel

**entraver qqch.** | utrudniać coś

**entraîneur (m.)** | trener

**entreprise (f.)** | firma

**entretien (m.) clinique** | wywiad kliniczny

**entrée (f.) en vigueur de la loi anti-gaspillage** | wejście w życie ustawy przeciwko marnotrawieniu

**en tête** | na czele

**en vain** | na próżno

**enveloppe (f.) à bulles** | koperta bąbelkowa

**envers leurs proches** | wobec swoich bliskich

**environ X** | około X

**en vol** | w locie

**escroc (m.)** | oszust

**espace (m.)** | przestrzeń

**essayer qqch.** | spróbować czegoś

**essentiel, ~le** | niezbędny

**estimer** | oceniać

**être prédestiné, ~e à qqch.** | być przeznaczonym do czegoś

**exactement** | dokładnie

**excursion (f.)** | wycieczka

**exhaustif, ~ve** | wyczerpujący

**exigeant, ~e** | wymagający

**exiger qqch.** | wymagać czegoś

**exister** | istnieć

**expert (m.) judiciaire** | biegły sądowy

## È

**ère (f.) numérique** | era cyfrowa

**échanger des connaissances avec qqn** | wymieniać się wiedzą z kimś

**échanger les locaux** | zamienić się miejscami, zamienić pomieszczenia

**échantillon (m.) d'écriture** | próbka pisma

**écrivain (m.)** | pisarz

**élaborer** | opracować

**élargir qqch.** | poszerzać coś

**électroménager (m.)** | sprzęt AGD

**épanoui, ~e** | spełniony

**épeautre (m.)** | orkisz

**époustouflant, -e** | zadziwiający

**établi, ~e** | ustalony

**étaler le mélange aux amandes** | rozsmarować masę migdałową

**étals (m.pl.) des bouquinistes** | stoiska antykwariatów

**étant donné que** | biorąc pod uwagę, że

**étirement (m.)** | rozciąganie

**étonner qqn** | zadziwić kogoś

**étudier l'écriture manuscrite** | analizować pismo ręczne

**étudier l'écriture sous l'angle des forces de l'auteur du manuscrit** | badać pismo pod kątem siły charakteru autora manuskryptu

**éviter qqch.** | unikać czegoś

**événement (m.)** | wydarzenie

## Ê

**être atteint, ~e de qqch.** | dotknięty czymś, przez coś

**être caché, ~e sous la table** | być ukrytym pod stołem



**être conscient, ~e de qqch.** | być świadomym czegoś

**être d'accord avec qqch.** | zgadzać się z czymś

**être en charge de qqch.** | być odpowiedzialnym za coś

**être famili(er), ~ère** | być znajomym, znanym komuś

**être repris, ~e** | być kontynuowanym

**être significative** | mieć sens

**être très terre-à-terre** | być bardzo prozaicznym

**être à l'honneur** | być w centrum uwagi, królować

## Œ

**œuvre d'art (f.)** | dzieło sztuki

## F

**facilement** | łatwo

**facteur (m.)** | czynnik

**faire connaissance** | poznać się

**faire des bonnes affaires** | zrobić dobry interes

**faire face à qqch.** | zmierzyć się z czymś

**faire face à qqn** | stawić czoła komuś

**faire la différence** | robić różnicę

**faire un bon choix** | dokonać dobrego wyboru

**faites cuire dans un four à 200°**  
| piec w piekarniku w temperaturze 200°C

**farine (f.)** | mąka

**fatiguer** | męczyć

**faut-il** | czy trzeba

**faute (f.)** | faul

**fiche (f.) graphologique** | karta grafologiczna

**fleur (f.) d'oranger** | kwiat pomarańczy

**flâner dans les petites rues**  
| spacerować po małych uliczkach

**flâner le long de la rue X**  
| przechadzać się ulicą X

**folie (f.)** | szaleństwo, szal

**fondatrice (f.)** | założycielka

**forcer qqn à faire qqch.** | zmusić kogoś do zrobienia czegoś

**forcer** | zmuszać

**formation (f.)** | kształcenie

**fournir de qqch.** | dostarczać czegoś

**fouillé, ~e** | nadziewany

**frappe (f.)** | uderzenie

**frapper qqch.** | uderzać (w) coś

**fève (f.)** | fasolka

**fédérer les générations entre elles**  
| z/jednoczyć pokolenia

**fêter qqch.** | świętować coś

## G

**gagner en popularité** | stawać się popularnym

**gagner** | wygrać

**galette des rois (f.)** | ciasto jedzone w święto Trzech Króli

**garder en tête (f.)** | pamiętać

**garder qqch.** | zachować coś

**gardien (m.)** | bramkarz

**gestion (f.) de qqch.** | zarządzanie czymś

**gestion (f.) sage de celui-ci** | mądre zarządzanie nią

**glisser** | ślizgać się

**grande distribution (f.)** | duże sieci sklepów

**grandes vacances (f.pl.)** | letnie wakacje

**graphismes (m.pl.)** | grafizmy (elementy graficzne pisma)

**graphiste (m.)** | grafik

**graphothérapie (f.)**  
| grafoterapeuta

**gratte-ciel (m.)** | wieżowiec, drapacz chmur

**grossiste (m.)** | hurtownik

**gustati/f, ~ve** | smakowy

**gâteau (m.) de l'Épiphanie** | ciasto Objawienia Pańskiego

**gérer qqch.** | zarządzać czymś

## H

**habillé, ~e en qqch.** | ubrany w coś

**habitude (f.)** | nawyk

**hermétisme (m.)** | hermetyczność

**hors-jeu (m.)** | spalony

**hors glace** | poza lodem

**hygiène (f.)** | higiena

**hébergements (m.pl.)**  
| zakwaterowania

**héros (m.pl.) de dessins animés**  
| bohaterowie kreskówek, filmów animowanych

## I

**identité (f.)** | tożsamość

**il convient de noter que** | należy zauważyć, że

**il est important de mentionner que** | warto nadmienić, że

**il faut** | trzeba

**il ne faut pas se faire d'illusions**  
| nie powinniśmy mieć złudzeń

**il n'y a pas de qualités ou de défauts, il n'y a que des traits de caractère qui peuvent être un défaut dans une situation et un avantage dans une autre** | nie ma zalet i wad, są tylko cechy charakteru, które w jednej sytuacji mogą być wadą, w drugiej zaletą

**il semblerait que** | wygląda na to, że

**il s'agit de** | chodzi o

**il s'avère que** | okazuje się, że

**il vaut la peine** | warto

**il évite des heures** | pozwala  
zaoszczędzić godziny

**imposer qqch. à qqn** | narzucić coś  
komuś

**imprévisible** | nieprzewidywalny

**impôts (m.pl.)** | podatki

**inattendu, ~e** | niespodziewany

**incendie (m.)** | pożar

**inciter qqn à faire qqch.**

| nakłaniać kogoś do zrobienia  
czegoś

**inclinaison (f.)** | nachylenie

**inclure qqch.** | zawierać coś,  
obejmować coś

**inconsciemment** | nieświadomie

**incontesté, ~e** | niekwestionowany

**incroyable** | niesamowity

**indiquer** | wskazywać

**indispensable** | niezbędny

**infirmière (f.)** | pielęgniarka

**infranchissable** | nie do przejścia

**inquiétant, ~e** | niepokojący

**instable** | niestabilny

**intelligence (f.) artificielle (IA)**

| sztuczna inteligencja

**interdiction (f.)** | zakaz

**interruption (f.)** | przerywanie

**intervenir dans qqch.** | ingerować  
w coś

**introduire qqch.** | wprowadzić coś,  
przenieść coś

**invendus (m.pl.) non alimentaires**

| niesprzedana żywność

**inévitable** | nieunikniony

## J

**jaune (m.) d'œuf** | żółtko

**jeans (m.) déchiré** | podarte jeansy

**je suis soumise au secret  
professionnel** | obowiązuje mnie  
tajemnica zawodowa

**jeu (m.)** | gra

**jouet (m.)** | zabawka

**journaliste (m./f.)** | dziennikarz,  
dziennikarka

**journée de fête (f.)** | dzień  
święteczny

**juge (m.)** | sędzia

**jusqu'à la dernière minute** | *dosł.*  
do ostatniej minuty, na ostatni  
moment

## K

**kamut (m.)** | kamut (odmiana  
pszenicy, znana również jako  
pszenica khorasan)

**kinésithérapeute (m.), (pot. kiné)**  
| fizjoterapeuta

## L

**laborieu/x, ~se** | pracochłonny

**la bouilloire (f.)** | czajnik  
elektryczny

**la casserole (f.)** | garnek

**la cocotte (f.)** | rondel

**la cuillère (f.)** | łyżka

**la fourchette (f.)** | widelec

**laisser qqch.** | zostawić coś

**la louche (f.)** | chochla

**la passoire (f.)** | sitko

**la planche à découper (f.)** | deska  
do krojenia

**la plupart du temps** | najczęściej

**la poêle (f.)** | patelnia

**la sensibilisation du public à  
ce trouble n'a commencé à se  
développer que récemment**  
| świadomość społeczna na temat  
tego zaburzenia zaczęła się rozwijać  
dopiero niedawno

**la vie nocturne** | życie nocne

**la Ville Lumière** | *pot.* o Paryżu,  
Miasto Światła

**le blender (m.)** | blender

**le cours de qqch.** | przebieg czegoś

**le couteau (m.)** | nóż

**le couteau à steak (m.)** | nóż do  
steku

**le micro-ondes (m.)** | mikrofalówka

**le plat (m.)** | półmisek

**les informations nous inondent de  
chaque côté** | informacje zalewają  
nas z każdej strony

**le tire-bouchon (m.)** | korkociąg

**le travail acharné paie** | ciężka  
praca popłaca

**lettres (f.pl.) individuelles**

| pojedyncze litery

**le verre (m.)** | szklanka

**limiter le déclin de la matière grise  
du cerveau lors du vieillissement**

| ograniczyć zanik istoty szarej  
w mózgu podczas procesu starzenia  
się

**livré, ~e** | dostarczony

**logement (m.)** | zakwaterowanie

**longueur (f.)** | długość

**lors de X** | podczas X, w trakcie X

**lorsque** | kiedy

**loué, ~e** | wychwalany

**lutter pour qqch.** | walczyć o coś

**l'acceptation (f.) de soi**

| akceptacja siebie

**l'aménagement (m.) de l'espace**

| aranżacja przestrzeni

**l'apparence (f.)** | wygląd

**l'assiette (f.) plate** | płaski talerz  
obiadowy

**l'assiette creuse, l'assiette à soupe**  
| talerz głęboki, talerz na zupę

**l'efficacité (f.)** | efektywność

**l'intégralité (f.)** | całość

**L'objectif de ce X est...** | Celem  
tego X jest...

## M

**magnifique** | wspaniały

**maintenir le « juste milieu »...**

| utrzymanie „złotego środka”...

**maintenir l'individu dans un dynamisme cognitif tel que**  
| utrzymać dynamikę poznawczą danej osoby/jednostki na takim poziomie, że

**maire (m.) de ville** | burmistrz miasta

**maladie (f.) d'Alzheimer** | choroba Alzheimer

**malentendu (m.)**  
| nieporozumienie

**malgré** | pomimo

**malheureusement** | niestety

**malicieu/x, ~se** | uszczypliwy, złośliwy

**malédiction (f.)** | przekleństwo

**manager (m.) dans une grande agence de publicité** | menedżer w dużej agencji reklamowej

**manquer de qqn** | brakować kogoś

**marché (m.) du travail** | rynek pracy

**Mardi (m.) gras** | *dosł.* tłusty wtorek, odpowiednikiem w Polsce jest tłusty czwartek

**marquer (le but)** | strzelić (gola)

**mauvaise organisation (f.) des postes de travail** | zła organizacja stanowisk pracy

**menace (f.)** | groźba

**mener de nombreuses recherches**  
| wykonać szereg badań

**mener à qqch.** | prowadzić do czegoś

**mentalité (f.)** | mentalność

**mené, ~e par qqn**  
| przeprowadzony przez kogoś

**mercredi (m.) des Cendres** | środa popielcowa

**mettre certaines personnes mal à l'aise** | wprawiać kogoś w zakłopotanie

**mettre de l'animation**  
| wprowadzać (radosne) ożywienie

**mettre l'accent sur qqch.** | kłaść nacisk na coś, podkreślać coś

**mettre qqch. sur un papier cuisson**  
| położyć coś na papierze do pieczenia

**mettre sous pression** | wywierać presję

**mi-temps (f.)** | połowa (meczu)

**milieu (m.) de terrain** | środkowy pomocnik

**moment (m.) présent** | chwila obecna

**montrer que** | pokazywać, że

**montrer sa personnalité (f.)**  
| pokazać swoją osobowość

**montée (f.) au sommet (m.)**  
| wejście na szczyt

**mot/eur, ~rice** | ruchowy, motoryczny

**mouiller qqch.** | zwilżyć coś (np. wodą, jajkiem, aby coś lepiej się skleiło)

**moyen (m.) de transport** | środek transportu

**multidimensionnel, ~le**  
| wielowymiarowy

**muscle (m.)** | mięsień

**mystère (m.)** | tajemnica

**mécontent, ~e** | niezadowolony

**mécontentement (m.)**  
| niezadowolenie

**médicament (m.)** | lek

**mélanger qqch. avec qqch.**  
| wymieszać coś z czymś

**mérité, ~e** | zasłużony

**métier (m.)** | zawód

**métiers (m.pl.) recherchés**  
| poszukiwane zawody

**même si** | nawet jeśli

**même** | nawet

## N

**ne pas hésiter à faire qqch.** | nie wahać się czegoś z/robić

**nombreu/x, ~se** | liczny

**non réclamé, ~e** | nieodebrany

**nuir à qqch.** | szkodzić czemuś

**nutritif/f, ~ve** | pożywny

**nécessiter qqch.** | potrzebować czegoś

**néfaste** | szkodliwy

**négociateur (m.) professionnel**  
| profesjonalny negocjator

**n'a plus besoin d'être présentée**  
| nie trzeba przedstawiać

**n'appartient qu'au travail à distance** | dotyczy wyłącznie pracy zdalnej (**appartenir à qqch.** – należeć do czegoś)

## O

**obstacle (m.)** | przeszkoda

**obstination (f.)** | upór

**obtenir un aperçu du caractère, de l'intelligence, de l'émotivité et même des aptitudes professionnelles d'une personne**  
| uzyskać wgląd w charakter, inteligencję, emocjonalność, a nawet predyspozycje zawodowe danej osoby

**occasions (f.pl.) manquées**  
| stracone okazje

**omniprésence (f.)**  
| wszechobecność

**on considère X comme le père de la graphologie** | za ojca grafologii uważa się X

**on est encouragé, ~e de faire qqch.**  
| jest się zachęcany do robienia czegoś

**on le regrette à la vieillesse** | żal go na starość

**on ne voit pas l'envie chez les jeunes de faire qqch.** | nie obserwuje się chęci młodych osób do z/robienia czegoś

**on trouve** | można spotkać, znaleźć

**opaque** | matowy

**opportunité (f.)** | szansa

**optimiste (m.) béat**  
| hurraoptymista

**option (f.) tentante** | kusząca opcja

**orge (m.)** | jęczmień

**originaire de X** | pochodzący z X  
**oubli (m.)** | zapomnienie  
**outré X** | poza X  
**ouvrier (m.)** | robotnik

## P

**paisible** | spokojny  
**pantalon (m.) de pyjama** | spodnie od piżamy  
**paraphe (f.)** | parafka  
**paraître** | pojawiać się  
**paraître** | wydaje się  
**par contre** | natomiast  
**parler couramment deux langues** | mówić, posługiwać się biegle dwoma językami  
**participant (m.)** | uczestnik  
**participer à qqch.** | uczestniczyć w czymś  
**passer du « coq à l'âne »** | skakać z kwiatka na kwiatek (*dosł.* przechodzić od koguta do osła)  
**patins (m., pl.)** | łyżwy  
**patron (m.)** | szef  
**penalty (m.)** | rzut karny  
**pendant le séjour** | podczas pobytu  
**perdre l'équilibre (m.)** | stracić równowagę  
**perfectionner** | doskonalić  
**permettre à qqn de faire qqch.** | pozwolić komuś na z/robienie czegoś  
**personnages (m.pl.) de la crèche** | postacie ze żłobka, stajenki  
**personne (f.) condamnée** | osoba karana  
**personne (f.) non condamnée** | osoba niekarana  
**perturber qqch.** | zakłócać coś  
**pessimiste (m.) prophète** | pesymista prorok  
**pesticides (m.pl.) chimiques** | chemiczne pestycydy

**petite figurine (f.) de porcelaine** | mała figurka z porcelany  
**phosphore (m.)** | fosfor  
**phénomène (m.)** | zjawisko  
**pied (m.)** | stopa  
**pincée (f.) de sel** | szczypta soli  
**pittoresque** | malowniczy  
**plonger dans qqch.** | zagłębiać się w coś  
**plutôt** | raczej  
**poche (f.)** | kieszeń  
**point (m.) de départ** | punkt wyjściowy, wyjścia  
**pollution (f.) de l'air** | zanieczyszczenie powietrza  
**polyvalente** | wszechstronny, o wielu zaletach  
**porter qqch.** | nosić coś  
**poser le diagnostic (m.)** | postawić diagnozę  
**posséder un faible indice glycémique** | mieć niski indeks glikemiczny  
**poste (m.) stable** | stabilne stanowisko  
**postes (m.pl.) en pénurie** | stanowiska, funkcje deficytowe  
**posture (f.)** | postawa  
**pote (m.)** | *pot.* kumpel  
**poudre (f.) d'amande** | mielone migdały  
**pour certains** | dla jednych  
**pour choisir équitablement les parts** | żeby sprawiedliwie podzielić porcje  
**pour déterminer des aptitudes pour les études** | aby określić predyspozycje do nauki  
**pour d'autres** | dla innych  
**pour la déguster en groupe** | żeby je jeść, degustować w grupie  
**pour prouver que** | aby udowodnić, pokazać, że  
**pour qu'elle soit bien collée aux bords de la première pâte** | aby dobrze się skleiło z brzegami pierwszego placka

**pour qu'ils se collent mieux** | aby lepiej się skleiły  
**poursuivre qqch.** | realizować coś  
**pourvu, ~e en qqch.** | bogaty w coś  
**pour équilibrer les neurotransmetteurs responsables de notre état psycho-physique** | aby zrównoważyć neuroprzekazniki odpowiedzialne za nasz stan psychofizyczny  
**prendre conscience de qqch.** | uświadomić sobie coś  
**prendre la poussière** | kurzyć się  
**prendre soin de qqch./qqn** | zadbać o coś/o kogoś  
**prescrit, ~e** | przepisany  
**prise (f.) de décision** | podjęcie, podejmowanie decyzji  
**prisé, ~e pour qqch.** | ceniony za coś  
**priver de faire qqch.** | pozbawiać czegoś  
**proche** | blisko  
**profiter à fond de qqch.** | korzystać w pełni z czegoś  
**protéger qqch. de qqch.** | chronić kogoś przed kimś  
**provenir de X** | pochodzić z X  
**proximité (f.)** | bliskość  
**précieux/x, ~se** | cenny  
**précipitation (f.)** | pośpiech  
**prédispositions (f.pl.) pour exercer un métier comme courtier en bourse** | predyspozycje do wykonywania zawodu maklera giełdowego  
**prédispositions (f.pl.) pour travailler avec les gens** | predyspozycje do pracy z ludźmi  
**prévenir** | zapobiegać  
**prévoir qqch.** | przewidzieć coś  
**prêt, ~e** | gotowy  
**psyché (f.)** | psychika  
**publicité (f.)** | reklama  
**puissant, ~e** | potężny  
**purifier l'oxygène** | oczyszczać tlen



**pâte (f.) feuilletée ou briochée**  
| ciasto francuskie lub drożdżowe

**pâtes (f.pl.)** | makaron

**pâtisserie (f.)** | przemysł cukierniczy

## Q

**qualité (f.)** | jakość

**quand on cherche un travail** | gdy szuka się pracy

**quartier (m.)** | dzielnica

**que la pâte du dessous n'est plus molle lorsqu'on essaye de la soulever avec une spatule** | aż ciasto od spodu przestanie być miękkie, gdy spróbujesz je podważyć szpatułką

**Que peut-on déduire d'une écriture ?** | Co można wydedukować z pisma?

**querelles (f.pl.)** | kłótnie

**que vous ne pouvez absolument pas manquer** | których absolutnie nie może zabraknąć, których absolutnie nie można przeoczyć

**qui n'est plus une légumineuse à notre époque** | która już nie jest rośliną strączkową w naszych czasach

**quotidien (m.)** | codzienny

## R

**raisonnable** | rozsądny

**raisons (f.pl.)** | powody

**ralentir** | zwolnić

**randonnée (f.) pédestre** | piesza wędrówka

**rappeler la présentation du Christ aux rois mages** | przypominać przedstawienie Chrystusa Trzem Królom

**rappeler** | przypominać

**rassurant** | uspokajający

**rassurer qqn** | zapewnić kogoś

**rayon (m.)** | dział w marcecie

**recharger ses batteries** | naładować baterie

**rechercher qqch.** | szukać czegoś

**recherché, ~e** | poszukiwany

**reconnaître qqn** | poznać kogoś

**recouvrir le mélange avec qqch.**  
| przykryć czymś masę migdałową

**redécouvrir qqch.** | odkrywać coś na nowo

**refléter qqch.** | odzwierciedlać coś

**regorger de qqch.** | obfitować w coś

**rejoindre** | dołączyć

**relever le défi** | podjąć wyzwanie

**relégué, ~e au second plan**  
| odsunięty na drugi plan

**remarquer** | zauważyć

**remise (f.) en question des tests projectifs** | podważanie testów projekcyjnych

**remplacer qqch. par qqch. d'autre**  
| zamienić coś na coś innego

**remplacer qqn** | zastąpić kogoś

**rempli de qqch.** | pełny czegoś

**remplir le rôle** | spełniać rolę

**remplir qqch.** | wypełnić coś

**rencontre (f.)** | spotkanie

**rendre les débuts d'année très joyeux** | sprawić, że początek roku jest bardzo radosny

**renforcement (m.) musculaire**  
| wzmocnienie mięśni

**renforcer** | wzmocnić

**replier qqch.** | złożyć coś (np. ciasto, papier)

**repos (m.)** | odpoczynek

**repandre son souffle** | nabrać oddechu

**respirer** | oddychać, wdychać

**responsable (m./f.) des ressources humaines** | osoba odpowiedzialna za zasoby ludzkie

**ressembler a qqch.** | przypominać coś

**ressembler comme deux gouttes d'eau à l'original** | wyglądać dokładnie jak oryginał

**ressources (m.pl.) intérieures**  
| wewnętrzne zasoby

**rester immobile** | pozostać w bezruchu

**rester** | pozostać

**restrictions (f.pl.)** | restrykcje

**retard (m.)** | spóźnienie

**retenu, ~e** | ustalony, wybrany

**retour (m.)** | powrót

**revendre qqch. à qqn**  
| odsprzedawać coś komuś

**revenir sur le devant de la scène**  
| powrócić do task

**revers (m.)** | backhand

**robe (f.)** | toga

**robustesse (f.)** | wytrzymałość

**rouleaux (m.pl.) de pâtes feuilletées**  
| roladki z ciasta francuskiego

**règles (f.pl.)** | zasady, reguły

**réaliste (m.) positif** | pozytywny realista

**récemment** | ostatnio

**réchauffement (m.)** | rozgrzewka

**régler les problèmes du passé**  
| rozwiązać problemy z przeszłości

**répandu, ~e** | rozpowszechniony

**réseaux sociaux (m.pl.)** | media społecznościowe

**résister à qqch.** | być odpornym na coś

**résurgence (f.)** | ponowne pojawienie się

**révéler qqch.** | ujawnić coś

**rêverie (f.)** | marzenie, zaduma

## S

**sagesse (f.)** | mądrość

**salaire (m.)** | pensja

**salle (f.) de musculation** | siłownia

**salle (f.) de sport** | sala gimnastyczna

**sans aucun doute** | niewątpliwie

**sans hésiter** | bez wahania, bez zastanowienia

**santé (f.) mentale** | zdrowie psychiczne

**sarrasin (m.)** | gryka  
**satiété (f.)** | uczucie sytości  
**sauf X** | z wyjątkiem X  
**saut (m.)** | skok  
**saveur (f.)** | smak  
**se comporter** | zachowywać się  
**se concentrer** | skupiać się  
**se consacrer aux prédispositions** | zajmować się predyspozycjami  
**se déconnecter de qqch.** | odłączyć się od czegoś  
**se dérouler** | odbywać się  
**se détendre** | odpocząć  
**seigle (m.)** | żyto  
**se laisser aller à qqch.** | dać się ponieść czemuś  
**se lancer dans l'aventure** | rzucać się w wir przygody  
**selon qqn** | według kogoś  
**selon X** | w zależności od X  
**se manifester** | objawiać się  
**sensibilisation (f.) du public** | świadomość społeczna  
**se passer de qqch.** | być się bez czegoś  
**se permettre de faire qqch.** | pozwolić sobie na zrobienie czegoś  
**se rappeler que** | pamiętać, że  
**se renseigner sur qqch.** | dowiedzieć się czegoś  
**se reposer** | odpocząć  
**se retrouver** | znaleźć się  
**se ronger les ongles** | obgryzać paznokcie  
**se ruer** | pędzić, mknąć  
**service (m.)** | serwis  
**se régaler de qqch.** | rozkoszować się czymś  
**se tarir** | zmniejszyć się  
**siffler** | gwizdać  
**signature (f.)** | podpis  
**siège (m.)** | siedziba  
**sol (m.)** | gleba  
**souffrir de qqch.** | cierpieć na coś

**souhaité, ~e** | pożądany  
**soumettre un CV manuscrit** | przesłać ręcznie napisane CV  
**soupçonner** | podejrzewać  
**spécialement conçu, ~e à cet effet** | specjalnie przygotowany w tym celu  
**style (m.) vestimentaire** | styl ubierania  
**suffir** | wystarczać  
**suffisamment** | wystarczająco  
**suivre des cours de graphologie en tant qu'activité facultative** | uczęszczać na zajęcia z grafologii jako na zajęcia fakultatywne  
**suivre qqch./qqn** | podążać za czymś/kimś  
**suivre ses rêves (m.pl.)** | podążać za marzeniami  
**sujet (m.) tabou** | temat tabu  
**supprimer qqch. de qqch.** | usunąć coś z czegoś  
**supérieur, ~e à X** | większy od X, przewyższający X  
**sur cette base** | na tej podstawie  
**surtout** | zwłaszcza  
**susciter de nombreuses controverses** | wzbudzać, budzić wiele kontrowersji  
**susciter qqch.** | wzbudzać, prowokować, wywoływać coś  
**sweat (m.)** | bluza  
**symbole (m.) du solstice d'hiver chez les romains** | symbol przesilenia zimowego u Rzymian  
**symptôme (m.)** | objaw  
**systèmes (m.pl.) de plomberie** | instalacje wodno-kanalizacyjne  
**séjour (m.)** | pobyt  
**sélénium (m.)** | selen  
**séparé, ~e par une vitre** | oddzielony szybą  
**sévérité (f.)** | surowość  
**sûrement** | z pewnością  
**s'appuyer sur qqch.** | opierać się na czymś

**s'arrêter un instant** | zatrzymać się na chwilę  
**s'entraîner** | trenować  
**s'habiller** | ubierać się  
**s'illuminer** | rozświetlać się  
**s'imprégner de l'ambiance (f.)** | chłonać atmosferę  
**s'ouvrir à qqch./qqn** | otworzyć się na coś/na kogoś

## T

**t-shirt (m.) froissé** | wymięta koszulka  
**taille (f.)** | rozmiar  
**tailler les branches** | przycinać gałęzie  
**tailleur (m.)** | garsonka  
**talons (m.pl.)** | obcasy  
**tandis que** | podczas gdy, natomiast  
**taper** | uderzać, stukać  
**taux (m.) d'humidité** | poziom wilgotności  
**TAHA (m.) (le trouble déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité)** | ADHD (zespół nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi)  
**tendance (f.)** | tendencja  
**tendinite (f.)** | zapalenie ścięgna  
**teneur (f.)** | zawartość  
**tenir** | trzymać  
**tenter de faire qqch.** | kusić do zrobienia czegoś  
**tendue (f.) décontractée** | luźny styl ubierania  
**tendue (f.)** | strój  
**tests (m.pl.) projectifs** | testy projekcyjne  
**thérapie (f.) holistique** | terapia holistyczna (podejście całościowe)  
**tirer le portrait** | narysować portret  
**tomber sur qqch.** | natknąć się na coś  
**toucher qqch.** | dotykać czegoś

**touché,-e par** | dotknięty przez  
**tournoi (m.)** | turniej  
**tout d'abord** | przede wszystkim  
**tout à fait** | całkowicie  
**trait (m.) de caractère choisi**  
 | wybrana cecha charakteru  
**traitement (m.)** | leczenie  
**traits (m.pl.) de personnalité** | cechy  
 osobowości  
**trajet (m.)** | trasa  
**transformé, ~e** | przetworzony  
**traumatisme (m.) infantiles**  
 | traumatyczne przeżycia z  
 dzieciństwa  
**travail (m.) en ligne** | praca online  
**travail (m.) rémunéré** | praca  
 z wynagrodzeniem  
**travailler pour des entreprises**  
 | pracować dla firm  
**trouver qqch.** | znaleźć coś  
**tuyau (m.)** | rura  
**tâche (f.)** | zadanie  
**téter ces informations avec le lait  
 maternel** | wyssać te informacje  
 z mlekiem matki

## U

«**un chat aime l'eau**» | „ciągnie  
 żabkę do błota”  
**uniforme (m.)** | uniform, mundur  
**unique** | wyjątkowy  
**un tel éventail de possibilités** | tak  
 szeroki wachlarz możliwości  
**usine (f.)** | fabryka

## V

**vagues (f.pl.)** | fale  
**vaille la peine** | warto, zasługuje  
 na  
**vainqueur (m.)** | zwycięzca  
**valeur (f.)** | wartość  
**valorisé** | ceniony

**varier** | różnić się, być  
 zróżnicowanym  
**variété (f.)** | różnorodność  
**vaut la peine** | warto  
**vendu, ~e avec une couronne en  
 papier doré** | sprzedawany z koroną  
 ze złotego papieru  
**vente (f.) éphémère** | sprzedaż  
 ograniczona czasowo  
**vertu (f.)** | właściwość  
**victoire (f.)** | zwycięstwo  
**visioconférence (f.)**  
 | wideokonferencja  
**vitalité (f.)** | witalność  
**voir le jour** | pojawić się, powstać  
**volonté (f.)** | wola  
**voyage (m.) organisé**  
 | zorganizowana podróż  
**vue (f.)** | widok  
**vu que** | zważywszy na to, że  
**véritable** | prawdziwy/prawdziwa  
**vœux (m.pl.) de bonheur, de  
 richesse et de joie** | życzenia  
 szczęścia, bogactwa i radości

