

LA ROUTINE DU MATIN

Les verbes pronominaux



se réveiller
se lever
se préparer
se doucher
se laver
s'habiller
se brosser les dents
se coiffer
se peigner
se brosser les cheveux
se raser
se maquiller
se sécher les cheveux
...



Au présent :

	se réveiller	se lever	se doucher	se laver		
Je	me réveille	me lève	me douche	me lave		
Tu	te réveill e s	te lèves	te douches	te laves		
Il / elle / on	se réveille	se lève	se douche	se lave		
nous	nous réveill ons	nous levons	nous douchons	nous lavons		
vous	vous réveill ez	vous levez	vous douches	vous lavez		
Ils / Elles	se réveill ent	se lèvent	se douchent	se lavent		

Autre verbes pour décrire sa routine du matin. Attention ils ne sont pas pronominaux.

Prendre son petit déjeuner
Boire un café
Préparer son déjeuner
Préparer son sac pour la journée
Sortir les poubelles
Ecouter la radio
Lire le journal
Nettoyer ses chaussures
Prendre le bus
...

Le matin, je me réveille à ... , je me lève à ...

Au passé composé : Les verbes pronominaux se conjuguent avec l'auxiliaire « être ».

	se réveiller	se lever	se doucher
Je	me suis réveillé(e)	me suis levé(e)	me suis douché(e)
Tu	t'es réveillé(e)	t'es levé (e)	t'es douché(e)
Il / elle / on	s'est réveillé(e)	s'est levé(e)	s'est douché(e)
nous	nous sommes réveillé(e)s	nous sommes levé(e)s	nous sommes douché(e)s
vous	vous êtes réveillé(e)s	vous êtes levé(e)s	vous êtes douché(e)s
Ils / Elles	se sont réveillé(e)s	se sont levé(e)s	se sont douché(e)s

Hier matin, je me suis réveillé(e) à ...