



National
Qualifications
2026

X830/77/11

French Reading and Translation

WEDNESDAY, 6 MAY

9:00 AM – 10:30 AM

Total marks — 50

SECTION 1 — READING — 30 marks

Attempt ALL questions.

Write your answers clearly, in **English**, in the answer booklet provided. In the answer booklet you must clearly identify the question number you are attempting.

SECTION 2 — TRANSLATION — 20 marks

Attempt to translate the whole extract.

Write your translation clearly, in **English**, in the answer booklet provided. In the answer booklet you must clearly identify the section number you are attempting.

You may use a French dictionary.

Use **blue** or **black** ink.

You must leave your answer booklet on your desk; if you do not, you could lose all the marks for this paper.



* X 8 3 0 7 7 1 1 *

SECTION 1 — READING — 30 marks

Attempt ALL questions

Read the whole article carefully and then answer, in **English**, ALL the questions that follow.

The article is about the growth in remote working.

Le télétravail fait-il du bien aux salariés ?

Se lever plus tard, éviter les transports en commun, pouvoir travailler tranquillement chez soi en pyjama . . . le télétravail a connu une explosion sans précédent au début des années 2020 en raison de la pandémie de Covid-19. Pendant de longues années avant la pandémie, les salariés rêvaient de pouvoir travailler à distance au moins un jour par semaine, tout en se heurtant à la réticence sceptique des entreprises. Mais, en mars 2020, au début de la pandémie, le dispositif du télétravail, qui concernait moins de 5% des travailleurs avant le Covid-19, a soudain été imposé à près de 40% d'entre eux. Ceci a déclenché un changement d'attitude et a profondément transformé la façon dont nous envisageons le travail. Si le nombre de personnes télétravaillant à temps partiel ou à plein temps a progressivement augmenté au fil des ans, la pandémie de Covid-19 a indubitablement accéléré ce phénomène. Alors la question suivante doit se poser : le télétravail va-t-il perdurer, ou s'agit-il d'une tendance éphémère ?

Dépeint comme la solution miracle, le télétravail a été adopté par de nombreuses entreprises à travers le monde et ce mode de travail a connu un essor spectaculaire au cours des dernières années. Aujourd'hui, on compte près de quatre millions d'actifs en France qui travaillent depuis chez eux. Cette transformation s'est avérée bénéfique à bien des égards, notamment en réduisant le temps de trajet quotidien, en améliorant l'équilibre entre vie professionnelle et vie personnelle et en permettant aux travailleurs de mieux se concentrer sur leurs tâches sans interruption et de gérer leur emploi du temps à leur guise.

Tout n'est pas si rose quand même

Situation parfaite pour un bon équilibre entre vie professionnelle et vie personnelle, n'est-ce pas ? En réalité, on s'aperçoit qu'en fait, le télétravail peut avoir l'effet complètement inverse. Des études récentes ont démontré qu'il pourrait s'avérer dangereux pour la santé et le moral de ceux et celles qui le pratiquent exclusivement. En effet, les télétravailleurs peuvent être sous pression et ont souvent l'impression de devoir être plus productifs que leurs collaborateurs en entreprise, et ce pour prouver qu'ils ne se contentent pas de ne rien faire chez eux, assis dans un fauteuil. Cette pression, conjuguée à une perte d'horaires fixes, les mène parfois à faire plus d'heures de travail que nécessaire et peut brouiller la démarcation entre le domaine du travail et la vie personnelle.

Lorsque Louise Plombier a appris qu'un poste en télétravail était disponible, elle a sauté sur l'occasion de postuler. Louise voulait travailler à distance depuis longtemps. Elle pensait qu'être basée à domicile ne poserait pas de problème. Elle explique : « Je croyais vraiment qu'éliminer le temps de trajet m'apporterait des avantages. » Mais au cours des derniers mois, elle a commencé à avoir des doutes. « Travailler seule toute la journée, surtout lorsque mon partenaire part à l'étranger, est devenu difficile à supporter », ajoute-t-elle. « Parfois, je ne vois personne de toute la semaine, ce qui peut être très solitaire. Il y a des jours où j'ai l'impression de n'être qu'une adresse mail pour mes collègues ! »

Nombreux sont les télétravailleurs qui ressentent cela. Une étude récente, réalisée par l'OIT (Organisation internationale du Travail), a montré une augmentation des niveaux de stress et d'anxiété chez les jeunes travailleurs depuis le passage au travail à distance. De plus, 42% des personnes qui travaillent à leur domicile admettent se réveiller plusieurs fois par nuit contre 29% des personnes travaillant sur leur lieu de travail.

Selon Nicole Durand, psychologue chez NEOSANTÉ, un prestataire de soins de santé mentale, ce sont des statistiques inquiétantes, mais pas étonnantes. Elle souligne que le manque de

45 connexion humaine est une plainte courante des télétravailleurs. Elle explique que la
pandémie a déclenché une crise de santé qui s'aggrave rapidement : « Lorsque nous
travaillons à distance, nous passons à côté des signaux sociaux d'un bureau plein de vie et
nous perdons des interactions sociales indispensables — des moments apparemment
insignifiants mais qui peuvent avoir un impact positif sur notre bien-être. Par exemple, se
croiser par hasard dans le couloir du bureau ou prendre un verre après le travail tout en
50 prenant des nouvelles et en posant des questions sur le week-end. »

Les données disponibles à ce jour indiquent que la situation et les préférences
personnelles des individus sont un facteur clé pour déterminer si le travail à distance leur
apporte des avantages ou plutôt des inconvénients. Selon les experts, le télétravail aura à
l'avenir un impact direct sur le corps humain. Par exemple, en l'absence d'un espace de
55 travail approprié, les télétravailleurs travaillent parfois sur leurs lits ou sur leurs canapés et
ont commencé à souffrir de courbatures et même, dans certains cas, de scoliose. De plus,
le manque de mouvement et d'activité physique peut occasionner du surpoids, et
l'utilisation continue d'écrans mènera sans doute à une dégradation de la vue.

60 On peut donc s'inquiéter quant au futur du télétravailleur — à quoi
ressemblera-t-il ou -elle ? Comment son corps s'adaptera-t-il à son environnement de
travail ? A l'université de Nantes, une équipe de chercheurs et d'ingénieurs se penche
sérieusement sur la question de la santé des télétravailleurs du futur et travaille déjà à la
création d'un environnement domestique propice au télétravail à long terme.

MARKS

Questions

Re-read lines 1–11.

1. The Covid-19 pandemic had a significant impact on the number of people working from home.
 - (a) What was the situation in relation to working from home before the pandemic? 2
 - (b) The arrival of the pandemic in March 2020 changed everything.
 - (i) What statistics underline this? 1
 - (ii) What specifically changed, according to the article? 3
 - (c) What question does the reader need to ask in relation to the shift to working from home? 1

Re-read lines 12–18.

2. What benefits are there for the nearly four million French employees currently working from home? State any **three** things. 3

Re-read lines 19–28.

3. Not everything is positive for those who work from home and people can feel under pressure. What do recent studies say about this? State any **three** things. 3

Questions (continued)

Re-read lines 37–41.

4. The article goes on to explore the findings of a recent study from the OIT.
- | | |
|--|---|
| (a) What has it revealed about the shift to working from home? | 1 |
| (b) What statistics illustrate these findings? | 1 |

Re-read lines 42–50.

5. The article mentions the views of the psychologist, Nicole Durand.
- | | |
|---|---|
| (a) What does she think about the statistics in the OIT study? | 1 |
| (b) What does she highlight about those who work from home? | 1 |
| (c) Durand thinks that the pandemic is responsible for a worsening health crisis. | |
| (i) What does she say about this? State any one thing. | 1 |
| (ii) She mentions seemingly insignificant interactions in the workplace that can have a positive impact on well-being. Give any two examples of these. | 2 |

Re-read lines 51–58.

- | | |
|---|---|
| 6. Working from home can have a negative effect on the human body. Give any two examples of situations and their physical effects. | 2 |
|---|---|

Re-read lines 59–63.

- | | |
|--|---|
| 7. What are they doing at the University of Nantes to improve future health prospects? | 1 |
|--|---|

Now consider the article as a whole.

- | | |
|---|---|
| 8. What is the writer's overall purpose in writing about this subject? Justify your response with close reference to the points made and the language used. | 7 |
|---|---|

SECTION 2 — TRANSLATION — 20 marks

- | | |
|---|----|
| 9. Translate the underlined section into English: (lines 29–36) | 20 |
| <i>Lorsque Louise Plombier . . . pour mes collègues ! »</i> | |

[END OF QUESTION PAPER]

[OPEN OUT]

DO NOT WRITE ON THIS PAGE

[BLANK PAGE]

DO NOT WRITE ON THIS PAGE