



Prepare-se para
Falar Francês...

Ativando o francês que
já existe em você!





Introdução

*Bonjour ! Je m'appelle Elisa Touchon Fingermann...
sou professora de francês e franco-brasileira.*

Sou apaixonada por ensinar a língua e a cultura francesa e já ajudei **mais de 20 mil pessoas** a falarem francês com confiança e leveza.

E este ebook que você tem em mãos é mais do que um simples material de leitura. É uma ferramenta para essa transformação que vai acontecer com você, porque **se você seguir tudo direitinho como vou te explicar no nosso evento, você vai falar francês com confiança e naturalidade** (e em apenas 6 meses).

O ebook foi pensado como um guia prático para te acompanhar durante as aulas, assim você pode imprimir, fazer anotações e usar como um mapa de tudo que vamos aprender juntos(as) nessa semana.

Alors... On y va? (então, vamos lá?)





Programação

Programação

Antes de continuar, é importante que você guarde as datas da **Virada Francesa 2026**, Para isso, recomendo você colocar lembretes na sua agenda, garantindo assim que você seja lembrado(a) e consiga assistir às aulas durante o nosso evento.

De 05 a 11/01, ocorre a Virada Francesa 2026, o evento 100% gratuito e ao vivo, para você começar o ano com um plano eficaz para falar francês com naturalidade - isso em apenas 6 meses, mesmo começando do zero.

Durante essa semana, você vai entender em detalhes como funciona o método Francês Ativo, que eu mesma desenvolvi e que já transformou a vida de milhares de alunos. As aulas serão **ao vivo** de segunda a sexta, às 20h, e no sábado e domingo, às 10h (horário de Brasília).

Aula 1: segunda, às 20h (05/01)

Aula 2: terça-feira, às 20h (06/01)

Aula 3: quarta-feira, às 20h (07/01)

Aula 4: quinta-feira, às 20h (08/01)

Aula 5: sexta-feira, às 20h (09/01)

Aula 6: sábado, às 10h (10/01)

Aula 7: domingo, às 10h (11/01)





E agora, é hora de ativar o francês que já existe em você.

Durante a **Virada Francesa 2026**, você vai perceber que falar francês com leveza e clareza está muito mais perto do que imaginava.

A cada dia, uma nova aula ao vivo vai te mostrar um caminho diferente para destravar a fala, entender com mais facilidade e ganhar confiança de verdade, mesmo que hoje você ainda ache que “não sabe nada”.

Tudo o que você vai viver nessa semana gira em torno de um conceito que eu chamo de **Tripé da Ativação**.

Mas calma, deixa eu te explicar isso direito na próxima página, porque é justamente esse segredo que transforma teoria em prática e faz o francês acontecer de verdade na sua boca.





O “Tripé” da Ativação

Você pode até estranhar um pouco essa frase, “tripé da ativação”, mas esse é um termo para descrever **a combinação perfeita** do que você precisa para **falar, ler, escrever e entender francês** com confiança e naturalidade.

O tripé é composto do seguinte:

- Teoria;
- Prática;
- E imersão (sem pressão).

O que isso quer dizer?

Teoria envolve os fundamentos da língua, como: gramática, vocabulário, etc. Você pode obter conhecimento disso vendo aulas ou lendo alguma explicação, por exemplo.

Prática é, como gosto de dizer, se colocar em movimento! Sem ela, nada acontece – você precisa da prática para transformar informação em conhecimento. Praticar fica muito mais simples com o que vou ensinar no evento, então, preste bastante atenção principalmente na aula 3.

E por fim, **imersão** (sem pressão). Para você falar francês com confiança, você precisa “consumir” conteúdos autênticos franceses (notícias, filmes, podcasts, etc.).

Vou te dar um exemplo para ficar claro por que isso é tão importante, comparando com o português. Se um estrangeiro estudar português apenas na teoria, ele vai esperar que as pessoas digam “está”, quando na verdade, a gente fala muito “tá” no dia a dia...



O “Tripé” da Ativação Pt.²

...E essa expectativa dele, de ouvir “está”, pode frustrá-lo demais, por não conseguir entender ou não se expressar como os nativos falam, a ponto de desistir de aprender a língua! Isso faz parte de fenômenos linguísticos normais, que ocorrem em todo idioma, e no francês também.

Quero destacar uma coisa, que é muito importante: o “sem pressão” da **imersão**. Você não precisa (e não recomendo) ver, ler ou ouvir conteúdos pelos quais você não tem interesse algum. Na realidade, você deve fazer exatamente o contrário: **fazer o que você JÁ gosta em francês!**

Você gosta de ler livros, ou ver filmes? Assistir, ou ler notícias? Prefere ler histórias em quadrinhos, ou ver séries de TV? Ouvir músicas, ou ouvir podcasts? Ou tudo isso e mais um pouco (rs)?

Todas essas atividades vão te conferir muito repertório do francês autêntico dos nativos, porém elas só vão ser eficazes mesmo se você escolher fazer coisas que já gosta.

E aqui chegamos à primeira parte prática do nosso ebook, que você pode fazer antes do evento mesmo. Responda aqui embaixo: **O que você AMA fazer, que poderia fazer com prazer em francês também?**

Escreva abaixo e, quem sabe, já imaginando como seria a sua rotina com essas práticas também (você vai ver quão poderoso isso é na aula 2!). Ex: “acordar e começar o dia lendo 5 páginas do Le Petit Prince (O Pequeno Príncipe)”.



O “Tripé” da Ativação Pt.³

Para concluir sobre o “tripé” da ativação, eu coloquei um gráfico para representar como você pode abordar o contato com a língua e com a cultura francesa.



“Mas, Elisa. Tem dois conjuntos de setas aí (rs)... não tá errado?” A-há, sabia que você ia pensar nisso. O gráfico é assim justamente para evitar uma grande fonte de frustração de quem estuda francês. Não é porque você estudou teoria, que só pode ir pra prática e, depois, imersão.

Na realidade, os três pilares se retroalimentam. É assim que funciona com aprendizagem de um idioma. Você ouve uma palavra, aplica em uma frase e, um dia, ouve de um nativo a mesma palavra, num contexto diferente.

Essa experiência simplifica, otimiza e enriquece o aprendizado, também te blinda contra o esquecimento de vocabulário e torna a sua fala muito mais natural.

O “Tripé” da Ativação Pt. (final)



Pense num banquinho com três pernas, como esse ao lado. Se você tira uma ou duas, ele vai cair. Se você coloca a mais, ele continua de pé, mas é desnecessário. Ele só precisa das três para se sustentar.

O tripé da ativação é basicamente isso. E ao longo das 07 aulas do evento, **você vai entender como faço você passar de forma mais objetiva pela teoria, colocar em prática o mais rápido possível**, para poder **passar o máximo de tempo no conteúdo autêntico francês**, onde mora grande parte da recompensa de saber este lindo idioma.

O que é “ativar o francês”, ou por que você tem muitas vantagens para aprender a língua francesa

O que descrevi nas páginas anteriores, o “tripé” (teoria + prática + imersão), funciona para aprendizagem de qualquer idioma. Você precisa da exposição à cultura, da prática da conversação e de um conhecimento básico da teoria para ir avançando em qualquer língua.

Mas o que talvez não tenham te falado antes (ou não tenham dado tanta importância) é que, por você já saber português, já tem muito do francês dentro de você, **já que ambas as línguas se originaram no latim.**

Vou ser breve sobre isso porque é um assunto pra outra hora, mas foi descobrindo esses atalhos que eu fiquei fluente em espanhol, sozinha, sem nunca ter feito aulas antes. Claro, eu estava num ambiente onde se falava espanhol (quando morei em Buenos Aires, Argentina), mas **você se surpreenderia com a quantidade de pessoas que me mandam mensagens, dizendo que moram na França há anos** (ou em outro país francófonos, como Canadá) e, apesar disso, **ainda não falam o idioma.**

Lá na Argentina, eu sofri muito, e já contei uma ou outra história nas minhas redes sociais, de **como tiravam sarro da minha pronúncia, ou das palavras que eu falava errado. Mas eu não desisti.** Eu pensava: “esse cara fala um idioma. Eu falo quatro”, e continuava insistindo, porque cada erro era um aprendizado novo, e fui percebendo que as similaridades dos idiomas (*similaridad*, em espanhol, e *similarité*, em francês) me ajudava muito a avançar mais rápido. Em 3 meses, eu já conversava em qualquer situação e fazia amizades.



Aula 1 - Faça deste O Seu Ano Francês

Nesta primeira aula, eu vou te mostrar por que o problema nunca foi você e sim o método que te ensinaram até hoje. Você vai entender por que tantas pessoas desistem do francês e como, a partir de agora, 2026 pode ser o ano em que você finalmente começa a falar francês de verdade, com confiança e desde o primeiro dia.

Escreva palavras que você aprendeu em francês até agora

- _____
- _____
- _____
- _____

Espaço para Anotações da Aula 1



Aula 2 - O seu plano simples para falar francês em 2026

Na Aula 2, você vai criar um plano simples e possível para começar a falar francês em 2026, sem sobrecarga e sem métodos complicados. Tudo começa pela pronúncia francesa, aprendendo como destravar a boca e o ouvido desde o início. Nesta aula, você vai entrar em contato com os sons-chave do francês, entender o ritmo e a melodia do idioma e perceber que é possível melhorar a pronúncia sem decorar regras. Além disso, você terá exercícios guiados, tanto durante a aula quanto para praticar em casa, para incluir o francês de forma natural na sua rotina.

Exercício 2.1

O que quer dizer MMS?

M:

M:

S:

Exercício 2.2 – Treino de pronúncia

Agora, fale em voz alta as três palavras trabalhadas na aula, prestando atenção no som, no ritmo e no movimento da boca.

Se quiser, anote abaixo como você escreveria esses sons aproximados em português:

Exercício 2.3 – Seu plano prático para os próximos dias

Agora que você percebeu que pode incluir o francês na sua vida, escreva um pequeno planejamento para os próximos dias. Pense em como você vai praticar as 4 competências: ler, ouvir, falar e escrever.

O que você pretende fazer em francês nos próximos dias?

Espaço para Anotações da Aula 2



Aula 3 - As incroyable semelhanças entre o francês e o português

Nesta aula, você vai descobrir que o francês não é tão distante do português quanto parece. A partir de uma história 100% em francês, vamos aprender a reconhecer palavras, sons e estruturas que você já conhece, usando estratégias simples para entender o idioma mesmo sendo iniciante.

Anotações – Aula 3

Exercício 3 – Respondendo em francês

Responda em francês, mesmo que seja usando palavras soltas.

💡 Dica: você já conhece várias palavras usadas na história!
Qui est le personnage principal ?

Où se passe l'histoire ?



Aula 4 - Como entender o francês falado através de atalhos entre os idiomas

Na Aula 4, você vai aprender como ouvir francês de verdade, mesmo quando parece que as palavras desaparecem ou o ritmo é muito rápido. Vamos trabalhar os sons que se “comem” no francês falado, as liaisons (quando as palavras se conectam), e você vai conhecer atalhos mentais para reconhecer padrões de frases sem precisar traduzir palavra por palavra. Durante a aula, vamos aplicar tudo isso na história da Alice, para treinar a escuta ativa e desenvolver a compreensão natural do idioma. Enquanto acompanha a aula, faça anotações do que considerar mais importante ou de estratégias que você quer aplicar no seu dia a dia.

Exercício 4.1 – Escuta ativa

Escute a história da Alice e marque palavras ou expressões que você conseguiu reconhecer. Não se preocupe se não entendeu tudo; o objetivo é perceber padrões e sons.

Exercício 4.2 – Cognatos e atalhos mentais

Liste 5 palavras ou expressões em português que você já conhece e tente identificar seu equivalente em francês na história. Observe as semelhanças de som e significado.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Exercício 4.3 – Reflexão

Anote uma estratégia que você aprendeu nesta aula que vai te ajudar a entender francês falado mesmo quando o ritmo é rápido.



Aula 5- O passo a passo para criar as suas frases em francês, mesmo saindo do zero no idioma

Nesta aula, você vai descobrir como criar frases em francês mesmo começando do zero, mesmo que nunca tenha estudado a língua antes.

Exercício 5.1

Pegue a frase base Je parle français e crie suas formas derivadas:

-
-
-

Parler (falar)

J'ai parlé (eu falei)

Je vais parler (eu vou falar)

Exercício 5.2

Qual destas afirmações está INCORRETA:

Derivar uma frase é:

- Mudar 1 elemento a cada vez formando novas frases.
- Mudar o tempo verbal ou a pessoa e assim ter uma nova frase.
- Complementar a frase para mudá-la.
- Fazer uma frase completamente nova procurando palavras no dicionário.
- Se apoiar na estrutura como uma referência para falar coisas diferentes.

Espaço para Anotações da Aula 5



Aula 6- O que fazer, exatamente, para ativar o seu francês em 6 meses ou menos

Nessa aula, vamos traçar metas reais, ativar o que você aprendeu até aqui e projetar seus próximos passos com leveza e clareza.

Você vai perceber que falar francês com confiança e naturalidade em 6 meses não é um sonho distante.

Exercício 6.1

Escreva 3 objetivos que você quer alcançar em francês nos próximos 6 meses:

Exercício 6.2

Escreva algumas frases simples contando seus planos, usando o futuro simples em francês. Pense em coisas que você realmente quer viver nos próximos meses.

Aqui vão alguns exemplos pra te inspirar:

- Je changerai de travail. (Eu vou trocar de emprego.)
- Je voyagerai en France. (Eu vou viajar para a França.)
- Je regarderai des films en français sans sous-titres. (Eu vou assistir filmes em francês sem legenda.)
- Je vais me sentir bien. (Eu vou me sentir bem)

O que mais vai ser uma realidade? Escrever é uma forma de se comprometer com o seu sonho



Aula 7- Os segredos que você deve ouvir de quem falou francês em 6 meses

Nesta aula, você vai descobrir como falar francês com confiança e naturalidade em apenas 6 meses, ouvindo diretamente quem já conseguiu esse objetivo. Vamos explorar estratégias práticas e aplicáveis, hábitos que realmente funcionam no dia a dia e dicas para acelerar seu aprendizado de forma concreta.

Durante a aula, faça anotações sobre insights, ideias e práticas que você quer aplicar no seu próprio aprendizado.

Exercício – Aplicando na prática

Escolha uma dica ou estratégia que mais te inspirou durante a aula e escreva como você vai colocar em prática nos próximos dias:

Anotações – Aula 7

**A Virada Francesa 2026 vai começar,
aproveite ao máximo, aplique o Francês
Ativo e... Fale francês com confiança em
apenas 6 meses!**

Estou muito feliz que você esteja participando do nosso evento!

Caso você esteja vendo esse ebook no momento que baixou, lembre-se de inserir as datas das aulas na sua agenda, porque em breve, você já vai conseguir compreender como você pode falar francês com naturalidade e confiança sem precisar ficar anos estudando o idioma.

E se você não entrou no grupo do WhatsApp para receber os avisos sobre as aulas, clique no botão abaixo:

QUERO ENTRAR NO GRUPO

Ao entrar na comunidade, você vai receber uma mensagem individual te convidando a responder uma pesquisa de participação e **receber de presente um vídeo e um novo ebook**, que se aprofunda nas **curiosidades sobre a cultura francesa** e na pronúncia de cada letra do alfabeto em francês.

Números Oficiais do Francês Ativo

**55 (11) 91225-0787 –
Atendimento Humanizado**

55 (11) 98461-6449 – Mensagens Automáticas;

55 (24) 99208 3095 – Mensagens Automáticas

55 (11) 95955 6896 – Mensagens Automáticas

ADM OFICIAL: 55 (24) 97403-1326 – Mensagens Automáticas

**Se você receber contato de um número que
não esteja nesta lista, saiba que não é a
equipe do Francês Ativo.**

Caso isso aconteça, recomendo que entre em contato com a nossa equipe por um dos números oficiais acima. Estamos disponíveis para te ajudar e orientar sobre como denunciar e bloquear contatos indesejados.