



Prends soin de toi : l'orthographe juste en CM2-6e

Apprends à écrire « prends soin de toi » sans faute : leçon claire, exercices progressifs, correction détaillée et PDF à imprimer.

orthographe-français

Prénom : _____

Date : ____ / ____ / ____

Version imprimable

La forme correcte est « prends soin de toi ». On s'adresse à « tu » : le verbe prendre se met donc à l'impératif présent, 2e personne du singulier, qui s'écrit « prends » avec un -s. « Prend » sans -s correspond à « il/elle prend ».

En CM2 et en 6e, beaucoup d'élèves écrivent « prend soin de toi » parce qu'ils entendent le même son dans « il prend » et « tu prends ». Si tu hésites, cherche d'abord à qui tu parles : à une personne que tu encourages, ou à quelqu'un dont tu racontes l'action. Ce repère fait gagner du temps et évite les réitations fragiles. Avec un mini-diagnostic visuel et quelques paires pièges, tu vas reconnaître très vite la logique de « prends » et ne plus confondre impératif et indicatif dans les formules du quotidien.

Pourquoi écrit-on « prends soin de toi » et non « prend soin de toi » ?

Tu hésites entre *prend ou prends* ? La forme correcte est **prends soin de toi**. Ici, tu t'adresses directement à une personne, comme dans un message, une carte ou une fin de mail : le verbe se met donc à l'**impératif présent**, à la 2e personne du singulier. Résultat : on écrit **prends** avec un -s. C'est la même logique que dans « prends ton cahier » ou « prends ton temps ». En classe de 6e, l'erreur revient souvent parce que ce -s ne s'entend pas à l'oral. Piège classique. Pourtant, la valeur grammaticale, elle, ne bouge pas : on donne un conseil, presque un petit ordre affectueux.

À l'inverse, **prend** sans -s appartient à l'**indicatif présent** : « il prend soin de lui », « elle prend son sac ». Le test est simple. Si tu peux remplacer par « tu prends » ou si tu t'adresses à quelqu'un, choisis l'**impératif de prendre** : **prends, prenons, prenez**. Si la phrase raconte une action de « il » ou « elle », garde l'indicatif. Rien à moderniser ici : selon les **Rectifications orthographiques du français en 1990**, cette conjugaison n'a

pas été modifiée. Pour le bon usage, le Dictionnaire de l'Académie française, publié par l'Académie française, reste une référence solide quand un doute d'orthographe persiste.

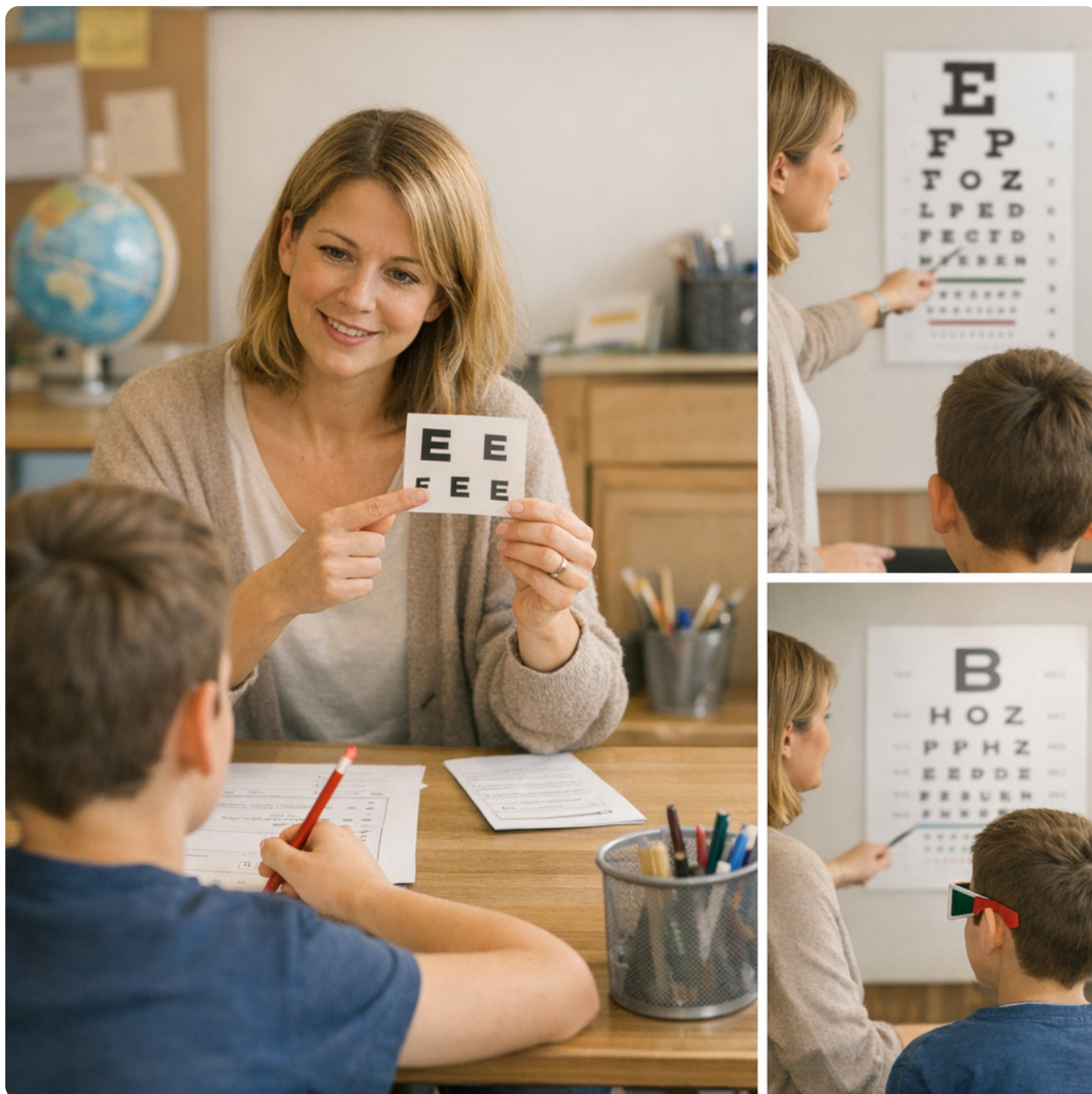
Quand « prend » sans -s est-il correct ?

Tu rédiges un message et tu bloques sur « ... soin de toi ». Le bon choix dépend du mode verbal. **Prend** sans s est correct quand la phrase décrit une action à l'**indicatif** et que le sujet, écrit ou sous-entendu, est *il*, *elle* ou *on*, donc à la 3e personne du singulier : « Elle prend soin de toi. » À l'inverse, si tu donnes un conseil, un ordre ou une consigne à quelqu'un, tu passes à l'**impératif**, avec la 2e personne du singulier : « Prends soin de toi. » Même bascule avec « prends ton temps » face à « il prend son temps ». En CM2-6e, la faute vient souvent d'un réflexe trop rapide : on regarde le verbe, mais pas le sujet.

Situation grammaticale	Forme correcte
Conseil adressé à une personne	Prends soin de toi.
Action racontée, sujet = elle	Elle prend soin de toi.
Conseil poli ou à plusieurs personnes	Prenez soin de vous.
Action racontée, sujet = il	Il prend son temps.

Pour retenir **quand écrire prend**, teste une substitution simple : si tu peux dire *il prend*, le **prend sans s** est possible ; si tu parles à *tu*, il faut *prends*. La **conjugaison prendre** à l'impératif se résume à trois formes : « prends », « prenons », « prenez ». **Le Figaro** a déjà relevé le même piège sur d'autres verbes : on confond facilement constat et injonction.

Prend soin de toi ou Prends soin de toi ? — Débétiseur



Diagnostic CM2-6e : le test visuel en 3 étapes

En **CM2** comme en **6e**, l'hésitation surgit souvent au moment d'écrire « ... soin de toi ». Piège classique. Au lieu de réciter une règle floue, applique un **test visuel orthographe** rapide : il marche aussi bien dans un message que dans une *lecture de consigne*, dès lors que tu dois choisir entre **prend** et **prends**.

1. Cherche un **sujet exprimé** : si la phrase contient *il, elle* ou *on*, tu n'es généralement pas à l'impératif.
2. Demande-toi si tu t'adresses directement à quelqu'un : conseil, ordre ou recommandation = souvent **phrase injonctive**, donc impératif.

3. Fais le test mental « *tu prends* » : si la reformulation sonne juste, ton **astuce prend ou prends** valide la forme avec **s**.

Teste sur trois cas. « **Prends** ton cahier. » fonctionne : aucun sujet écrit, tu parles à quelqu'un. « **Prends** soin de toi. » suit la même logique. Contre-exemple : « Il **prend** soin de lui. » Ici, le sujet est visible, donc le verbe reste à l'indicatif. Cette *méthode pour retenir* évite le par cœur : absence de sujet + adresse directe = **prends**.

10 paires pièges du type prends/prend à comparer

La vraie clé de **prends soin de toi**, c'est la personne du verbe. Même son, autre fonction. À l'*impératif*, tu donnes un ordre ; à l'*indicatif*, tu racontes une action. Compare ces phrases presque jumelles : tu cesses de réciter une règle abstraite et tu repères enfin ce qui change vraiment. C'est le cœur des **paires pièges orthographe**, surtout quand l'oreille, elle, n'aide presque pas.

Ordre	Constat	Repère rapide
Prends soin de toi.	Il prend soin de toi.	<i>tu / il</i>
Prends ton temps.	Elle prend son temps.	ordre / récit
Prends ce cahier.	On prend ce cahier.	-s / rien
Prends-en un.	Il en prend un.	même verbe, autre mode
Prenons l'escalier.	Nous prenons l'escalier.	<i>nous</i>
Prenez place.	Vous prenez place.	politesse / fait
Profites-en.	Il en profite.	piège voisin
Vas-y.	Il y va.	autre verbe, même logique
Manges-en.	Il en mange.	<i>en</i> change la forme
Prends le bus.	Il prend le bus.	cas standard

Le Figaro, en 2018, rappelait le cas *profites-en* : le **-s** réapparaît devant *en*, donc ce n'est pas exactement le même mécanisme que *prends/prend*. Autre faux cousin : *elle s'en est pris*, discuté par **Femme Actuelle** en 2025, relève du participe passé d'un verbe pronominal. Rien à voir, donc, avec une simple opposition impératif/indicatif. Même prudence pour *jerrican*, lié aux **Rectifications orthographiques du français en 1990**, ou pour *René Duguay-Trouin*, qui est un nom propre : ici, le vrai sujet, c'est la **conjugaison**.



Retiens ce test rapide : si tu peux ajouter « tu », écris « prends » ; si tu peux remplacer par « il » ou « elle », écris « prend ». Recopie ensuite cinq formules utiles — « prends soin de toi », « prends ton temps », « prends place », « il prend la route », « elle prend son cahier » — pour ancrer le bon réflexe. Puis vérifie tes réponses avec la correction et refais les phrases sans regarder le modèle.

[Continue sur blog-orthographique.fr](https://blog-orthographique.fr)

Blog Orthographique - Document pédagogique