



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.

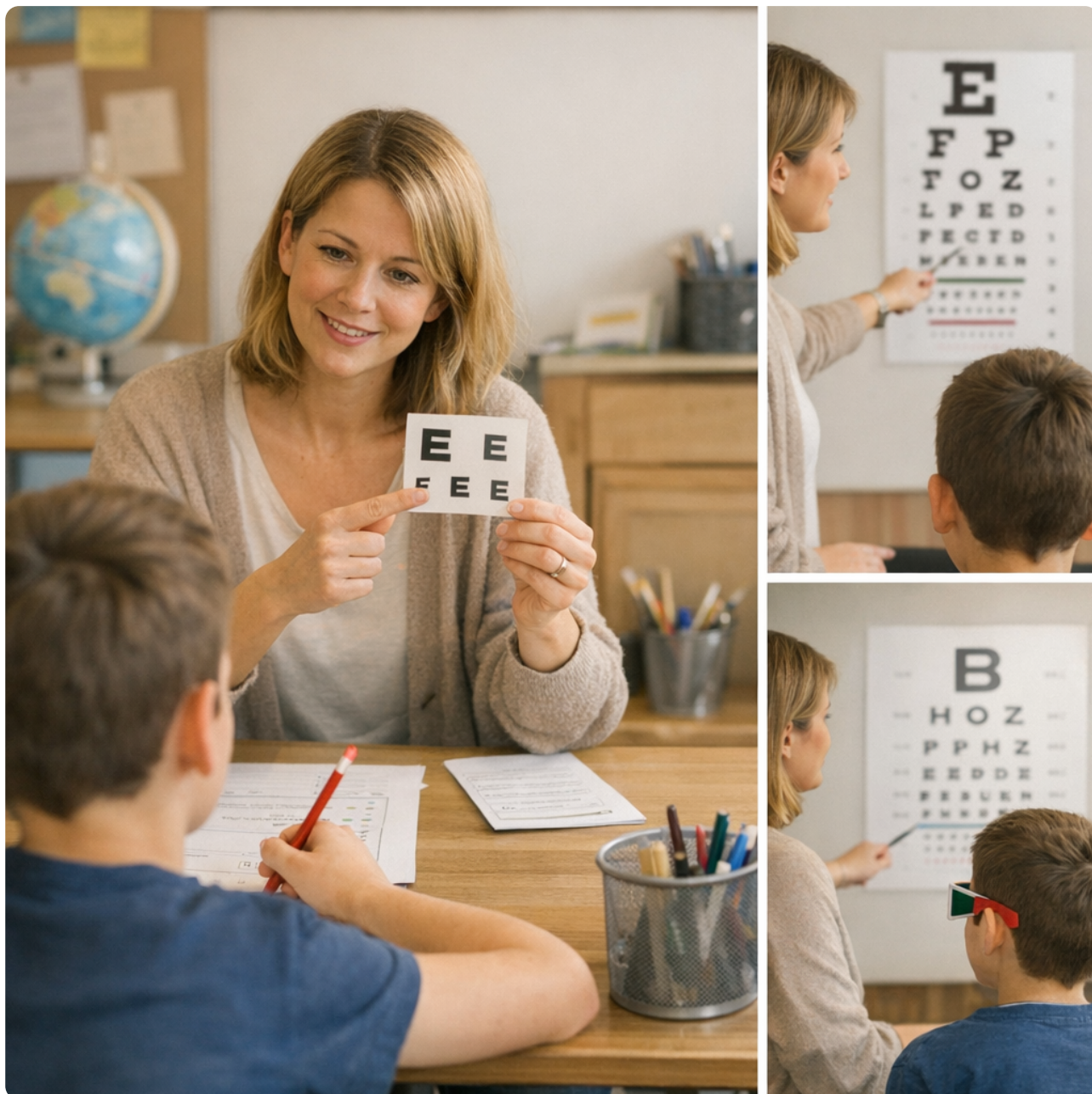
Quand « prend » sans -s est-il correct ?

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**.

Les erreurs réelles d'élèves et leur correction

Tu hésites entre **prend** et **prends** ? Dans une **copie d'élève** de CM2-6e, la faute vient rarement d'un simple oubli du -s. Elle naît surtout d'une confusion de fonction : soit tu t'adresses à quelqu'un, soit tu racontes ce qu'il fait. Écris donc **Prends soin de toi** dans un **message SMS**, parce que tu donnes un **conseil** direct. Même logique pour **prends ton temps** : l'orthographe correcte est celle de l'impératif. En revanche, dans « Il **prend** son temps », tu racontes une action ; c'est l'indicatif. Le bon réflexe est simple. Repère d'abord la situation de parole, puis seulement la terminaison.

Autre erreur fréquente : « quand on me dit *prend soin de toi* ». Ici, la **correction** est « quand on me dit **prends soin de toi** », car on cite une parole adressée à quelqu'un. Dans les cahiers, je vois aussi « bonne nuit, prend soin de toi » en **formule de clôture** : même règle, donc **prends**. La **signification**, elle, varie selon le contexte : tendre avec un ex, amical avec un ami, plus neutre avec une femme ou un homme qu'on connaît peu. L'orthographe, non. Elle ne bouge jamais.

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>



Ordre	Constat	Repère rapide
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