

Is It Too Late to Start Again? | How to Live a Good Life, Episode 4

English learning resource · FR

Key words & expressions · English + French

12 learning entries

Study task: Listen again and notice the expressions you studied.

1

too late

trop tard

DEF

After the time when an action seems possible, useful or acceptable.

The episode challenges too late when it expresses fear rather than an objective deadline. It often follows be: It is too late to call.

FR

Après le moment où une action semble encore possible, utile ou acceptable.

L'épisode remet en cause trop tard lorsque l'expression traduit une peur plutôt qu'une véritable échéance.

Martin believed it was too late to contact Tomás after eleven years.

Martin croyait qu'il était trop tard pour contacter Tomás après onze ans.

It may feel too late to change direction, but feeling is not always fact.

Il peut sembler trop tard pour changer de direction, mais un sentiment n'est pas toujours un fait.

2

to write somebody off

faire une croix sur quelqu'un · écarter quelqu'un

DEF

To decide that a person has no chance of succeeding, improving or being useful.

An informal phrasal verb with a dismissive tone. It can be reflexive: do not write yourself off.

FR

Décider qu'une personne n'a aucune chance de réussir, de progresser ou d'être utile.

Phrasal verb informal au ton dépréciatif; il peut aussi s'employer de manière réfléchie.

Martin was writing himself off before he had even sent the message.

Martin faisait une croix sur lui-même avant même d'avoir envoyé le message.

Do not write her off because she is older than the other candidates.

Ne l'écarte pas parce qu'elle est plus âgée que les autres candidats.

3

to move on

passer à autre chose · aller de l'avant

DEF

To leave a past situation or relationship behind and continue with life.

It can mean emotional recovery, accepting change or progressing to something new. It does not always mean forgetting.

FR

Laisser derrière soi une situation ou une relation passée et poursuivre sa vie.

L'expression peut évoquer la guérison, l'acceptation ou une nouvelle étape; elle ne signifie pas forcément oublier.

Both friends assumed that the other had moved on.

Les deux amis pensaient que l'autre était passé à autre chose.

After the company closed, she needed time before she could move on.

Après la fermeture, elle a eu besoin de temps avant de pouvoir aller de l'avant.



4

an expiry date*date d'expiration · date de péremption*

DEF

A date after which something should no longer be used; figuratively, a supposed limit on how long something can last. *British spelling; American English normally uses expiration date. The episode applies the label metaphorically to friendship.*

FR

Date après laquelle un produit ne devrait plus être utilisé; au figuré, limite supposée de durée.

L'épisode applique métaphoriquement à l'amitié une étiquette normalement apposée sur un produit.

Julia asks whether friendship has an expiry date.

Julia demande si l'amitié a une date d'expiration.

A career setback does not put an expiry date on your ability to learn.

Un revers professionnel ne fixe pas de date d'expiration à votre capacité d'apprendre.

5

to start again from zero*recommencer à zéro · repartir de zéro*

DEF

To rebuild an activity or life situation without the resources, position or familiarity previously available.

The phrase emphasises loss of continuity. It does not literally mean having nothing; experience and relationships may remain.

FR

Reconstruire une activité ou une situation de vie sans les ressources, la position ou les repères précédents.

L'expression insiste sur la rupture, mais ne signifie pas littéralement ne plus rien avoir.

Miriam left her country and felt she was starting again from zero.

Miriam a quitté son pays avec l'impression de repartir de zéro.

Changing careers can feel like starting again from zero, even when your skills transfer.

Changer de carrière peut donner l'impression de recommencer à zéro, même si vos compétences sont transférables.

6

resilience*résilience · capacité de rebondir*

DEF

The ability to adapt and continue after serious difficulty, loss or change.

Resilience does not require denying pain or claiming suffering was beneficial. It describes adaptation, not emotional invulnerability.

FR

Capacité à s'adapter et à continuer après une difficulté, une perte ou un changement majeur.

La résilience n'exige ni de nier la douleur ni de prétendre que la souffrance a été bénéfique.

The episode defines resilience as continuing without denying what happened.

L'épisode définit la résilience comme le fait de continuer sans nier ce qui s'est passé.

Her resilience included asking for help rather than handling everything alone.

Sa résilience consistait aussi à demander de l'aide au lieu de tout affronter seule.

7

to make sense of something*donner du sens à quelque chose · comprendre quelque chose*

DEF

To understand a confusing event or organise it into a meaningful explanation.

Make sense of takes a noun or pronoun. It focuses on reaching understanding, whereas make sense means to be logical.

FR

Comprendre un événement déroutant ou l'organiser en une explication cohérente.

Make sense of prend un complément; make sense sans of signifie être logique ou compréhensible.

Talking to supportive people can help you make sense of a crisis.

Parler à des personnes bienveillantes peut vous aider à donner du sens à une crise.

I wrote down the events to make sense of what had happened.

J'ai noté les événements pour comprendre ce qui s'était passé.



8

to belong*appartenir · se sentir à sa place*

DEF

To feel accepted, connected and at home within a group or place.

For social membership, use belong to a group; for feeling comfortable in a place, belong in is also common. It is not only about legal membership.

FR

Se sentir accepté, relié et chez soi au sein d'un groupe ou dans un lieu.

Belong to indique l'appartenance à un groupe; belong in insiste sur le fait d'avoir sa place quelque part.

Miriam feared it was too late to belong in Lisbon.

Miriam craignait qu'il soit trop tard pour se sentir à sa place à Lisbonne.

Learning people's names helped him feel that he belonged to the community.

Apprendre le nom des gens l'a aidé à se sentir membre de la communauté.

9

a third place*tiers-lieu · lieu social régulier*

DEF

A regular social setting outside home and work where people can meet and gradually form connections.

A sociological term. Cafés, libraries, markets and community centres can act as third places when repeated visits create familiarity.

FR

Lieu de sociabilité en dehors du domicile et du travail où les gens se rencontrent et créent progressivement des liens.

Terme sociologique; cafés, bibliothèques, marchés et centres de quartier peuvent devenir des tiers-lieux grâce à des visites répétées.

The Saturday market became Miriam's third place.

Le marché du samedi est devenu le tiers-lieu de Miriam.

Our local library is a third place where neighbours often meet.

Notre bibliothèque est un tiers-lieu où les voisins se rencontrent souvent.

10

to give up*abandonner · renoncer*

DEF

To stop trying to do something because success seems too difficult or unlikely.

A separable phrasal verb: give the course up or give up the course. Without an object, it means stop trying entirely.

FR

Cesser d'essayer parce que la réussite paraît trop difficile ou improbable.

Phrasal verb séparable; sans complément, il signifie cesser complètement d'essayer.

People often give up before small repeated actions have time to change their lives.

Les gens abandonnent souvent avant que de petites actions répétées aient le temps de changer leur vie.

She nearly gave up the class during her first month.

Elle a failli abandonner le cours pendant son premier mois.



11

emotionally meaningful*important sur le plan émotionnel · porteur de sens affectif*

DEF

Personally important because it creates genuine emotional value or connection.

A common collocation in psychology. Meaningful is stronger than pleasant: an experience may be difficult and still emotionally meaningful.

FR

Important personnellement parce que cela crée une véritable valeur émotionnelle ou un lien authentique.

Collocation fréquente en psychologie; meaningful va plus loin qu'agréable et peut qualifier une expérience difficile.

As time feels limited, people may prioritise emotionally meaningful relationships.

Lorsque le temps semble limité, les gens peuvent privilégier les relations importantes sur le plan émotionnel.

The conversation was uncomfortable but emotionally meaningful.

La conversation était inconfortable, mais porteuse de sens affectif.

12

generativity*générativité · désir de contribuer aux générations suivantes*

DEF

The desire to guide, support or create something useful for people who come after you.

A psychology term associated especially with midlife and later life. It includes teaching, mentoring, caring, volunteering and creating a lasting contribution.

FR

Désir de guider, soutenir ou créer quelque chose d'utile pour ceux qui viennent après soi.

Terme psychologique associé surtout au milieu et à la seconde partie de la vie; il inclut l'enseignement, le mentorat, le soin, le bénévolat et la transmission.

Miriam expresses generativity by teaching Spanish to the children.

Miriam exprime sa générativité en enseignant l'espagnol aux enfants.

Mentoring younger colleagues gave him a new sense of generativity after retirement.

Accompagner de jeunes collègues lui a donné un nouveau sentiment de transmission après la retraite.

