

Slow English Podcast. Vocabulary Focus — 10 Idioms That Make English Flow

English learning resource · FR

Line-by-line · English + French

99 lines

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

Idioms are like tiny stories hidden inside language.

Les idiomes sont comme de petites histoires cachées dans la langue.

When you learn them slowly — not by memorizing, but by feeling them — they make your English sound alive.

Quand tu les apprends lentement — pas en mémorisant, mais en les ressentant — ils font sonner ton anglais comme vivant.

Exactly.

Exactement.

Today we'll explore ten idioms that appeared across our episodes — words and phrases that native speakers use every day to show emotion, advice, and rhythm.

Aujourd'hui, nous allons explorer dix idiomes qui sont apparus dans nos épisodes — des mots et des phrases que les locuteurs natifs utilisent tous les jours pour montrer des émotions, des conseils et du rythme.

And if you stay with us till the end, you'll discover how using just a few of these idioms can make your conversations warmer, clearer, and more natural.

Et si tu restes avec nous jusqu'à la fin, tu découvriras comment utiliser juste quelques-uns de ces idiomes peut rendre tes conversations plus chaleureuses, plus claires et plus naturelles.

So let's slow down and listen closely.

Alors ralentissons et écoutons attentivement.

Ten idioms — ten small pieces of real life.

Dix idiomes — dix petites pièces de la vie réelle.

☐ PART 1 — make up your mind

☐ PARTIE 1 — prends une décision

This one means “to decide.” Simple, right?

Celui-ci signifie “décider.” Simple, non ?

But make up your mind has personality — it shows hesitation, thought, and finally, action.

Mais prendre une décision a de la personnalité — cela montre l'hésitation, la réflexion et enfin, l'action.

Compare it with decide.

Compare-le avec décider.



Decide sounds like paperwork.

Décider sonne comme de la paperasse.

Make up your mind feels human — a little frustration, a little courage.

Prendre une décision se sent humain — un peu de frustration, un peu de courage.

Example: “I couldn’t make up my mind about which podcast to listen to first.” Or, “Just make up your mind and start speaking English.”

Exemple : “Je ne pouvais pas me décider pour quel podcast écouter en premier.” Ou, “Prends juste une décision et commence à parler anglais.”

It’s perfect when you’ve been overthinking — like many of us do.

C’est parfait quand tu as trop réfléchi — comme beaucoup d’entre nous le font.

□ PART 2 — give it a try

□ PARTIE 2 — essaie-le

Our next one sounds friendly and positive — give it a try.

Notre prochain sonne amical et positif — essaie-le.

It means “try something new, even if you’re not sure.”

Cela signifie “essaie quelque chose de nouveau, même si tu n’es pas sûr.”

In the “Morning Routines” episode, Peter said, “Just give it a try — one sentence at a time.” It’s the opposite of fear.

Dans l’épisode “Routines Matinales”, Peter a dit : “Essaie-le simplement — une phrase à la fois.” C’est l’opposé de la peur.

Compare it with attempt — that’s too formal.

Compare-le avec tenter — c’est trop formel.

Give it a try feels like a friend’s voice.

L’essayer se sent comme la voix d’un ami.

You can say, “I’ve never recorded my voice before, but I’ll give it a try.”

Tu peux dire, “Je n’ai jamais enregistré ma voix avant, mais je vais essayer.”

It’s encouragement in three small words.

C’est un encouragement en trois petits mots.

□ PART 3 — step by step

□ PARTIE 3 — étape par étape

Here comes the philosophy of slow learning in three beats: step by step.

Voici la philosophie de l’apprentissage lent en trois temps : étape par étape.

It means “little by little, calmly.”

Cela signifie “petit à petit, calmement.”



In “Calm Shadowing,” we said: “Fluency is built step by step, not overnight.”

Dans “Ombre Calme”, nous avons dit : “La fluidité se construit étape par étape, pas du jour au lendemain.”

Compare it with gradually — that’s academic.

Compare-le avec progressivement — c’est académique.

Step by step paints a picture: walking, moving forward, no rush.

Étape par étape peint une image : marcher, avancer, sans se presser.

Example: “I’m building my confidence step by step.”

Exemple : “Je construis ma confiance étape par étape.”

It’s not about speed — it’s about staying on the path.

Ce n’est pas une question de vitesse — c’est une question de rester sur le chemin.

□ PART 4 — sooner or later

□ PARTIE 4 — tôt ou tard

Everyone who studies English needs this one — sooner or later.

Tout le monde qui étudie l’anglais a besoin de celui-ci — tôt ou tard.

It means “eventually, it will happen.”

Cela signifie “finalement, cela arrivera.”

It’s perfect when you’re patient but hopeful.

C’est parfait quand tu es patient mais plein d’espoir.

“Sooner or later, all that listening will pay off.”

“Tôt ou tard, toute cette écoute portera ses fruits.”

Compare it with eventually — similar meaning, but sooner or later has warmth and rhythm.

Compare-le avec finalement — signification similaire, mais tôt ou tard a de la chaleur et du rythme.

It sounds like experience speaking — not a grammar book.

Cela sonne comme l’expérience qui parle — pas un livre de grammaire.

□ PART 5 — keep an open mind

□ PARTIE 5 — garde l’esprit ouvert

This one is all about curiosity — keep an open mind.

Celui-ci parle de curiosité — garde l’esprit ouvert.

It means “stay ready for new ideas.”

Ça veut dire “reste prêt pour de nouvelles idées.”

In “Broken Language Learning,” we said: “You have to keep an open mind about how adults learn.”

Dans “Apprentissage de Langage Cassé”, nous avons dit : “Tu dois garder l’esprit ouvert sur la façon dont les adultes apprennent.”



Compare it with be flexible — open mind sounds deeper, like empathy and wisdom.

Compare-le avec être flexible — l'esprit ouvert sonne plus profond, comme l'empathie et la sagesse.

Example: "I didn't like podcasts at first, but I kept an open mind and now I love them."

Exemple : "Je n'aimais pas les podcasts au début, mais j'ai gardé l'esprit ouvert et maintenant je les adore."

It's a beautiful reminder for every learner: the more open your mind, the more English fits inside it.

C'est un beau rappel pour chaque apprenant : plus ton esprit est ouvert, plus l'anglais y entre.

□ PART 6 — get out of your comfort zone

□ PARTIE 6 — sors de ta zone de confort

This one has energy — get out of your comfort zone.

Celui-ci a de l'énergie — sors de ta zone de confort.

It means to do something new or uncomfortable to grow.

Ça veut dire faire quelque chose de nouveau ou d'inconfortable pour grandir.

In "Shadowing Practice," Peter used it perfectly: "You grow faster when you get out of your comfort zone."

Dans "Pratique de Shadowing", Peter l'a utilisé parfaitement : "Tu grandis plus vite quand tu sors de ta zone de confort."

Compare it with challenge yourself.

Compare-le avec défie-toi toi-même.

Same idea, but this idiom is visual — you can see the zone, and you're stepping out.

Même idée, mais cet idiome est visuel — tu peux voir la zone, et tu sors.

Example: "I joined a conversation group to get out of my comfort zone."

Exemple : "J'ai rejoint un groupe de conversation pour sortir de ma zone de confort."

It's courage in one sentence.

C'est du courage en une phrase.

□ PART 7 — go with the flow

□ PARTIE 7 — laisse-toi aller

From courage to calmness — go with the flow.

Du courage à la sérénité — laisse-toi aller.

It means to relax and accept things as they come.

Ça veut dire se détendre et accepter les choses comme elles viennent.

When we recorded "Calm English," you said: "Stop forcing it — just go with the flow." It fits perfectly with slow learning.

Quand nous avons enregistré "Anglais Calme", tu as dit : "Arrête de forcer — laisse-toi juste aller." Ça s'adapte parfaitement à l'apprentissage lent.



Compare it with relax — that's passive.

Compare-le avec se détendre — c'est passif.

Go with the flow means you still move — but gently.

Se laisser aller signifie que tu bouges encore — mais doucement.

Example: "When my plan changed, I went with the flow and enjoyed it."

Exemple : "Quand mon plan a changé, je me suis laissé aller et j'ai apprécié."

It's the art of adapting.

C'est l'art de s'adapter.

□ PART 8 — don't beat yourself up

□ PARTIE 8 — ne te fais pas de reproches

Here's an idiom every learner needs — don't beat yourself up.

Voici un idiome dont chaque apprenant a besoin — ne te fais pas de reproches.

It means "don't be too hard on yourself."

Ça veut dire « ne sois pas trop dur avec toi-même. »

In "Broken Language Learning," we said: "Students beat themselves up for small mistakes."

Dans « Apprentissage de Langage Cassé », nous avons dit : « Les étudiants se font des reproches pour de petites erreurs. »

Compare it with forgive yourself — similar, but don't beat yourself up is emotional and common in speech.

Compare-le avec te pardonner — similaire, mais ne pas te faire de reproches est émotionnel et courant dans la parole.

Example: "I made a mistake during the call, but I'm not going to beat myself up about it."

Exemple : « J'ai fait une erreur pendant l'appel, mais je ne vais pas me faire de reproches à ce sujet. »

It's the voice of self-kindness.

C'est la voix de la bienveillance envers soi-même.

□ PART 9 — practice makes perfect

□ PARTIE 9 — la pratique rend parfait

The classic one — practice makes perfect.

Le classique — la pratique rend parfait.

It means "the more you practice, the better you get."

Ça veut dire "plus tu pratiques, mieux tu deviens."

It appeared in almost every episode — our philosophy in one line.

Ça apparaissait dans presque chaque épisode — notre philosophie en une ligne.



But remember: in slow learning, we change it slightly.

Mais souviens-toi : dans l'apprentissage lent, on le change légèrement.

We like to say “practice makes progress.” Because perfection is impossible, but progress is beautiful.

On aime dire “la pratique fait le progrès.” Parce que la perfection est impossible, mais le progrès est beau.

Example: “Keep shadowing every morning.

Exemple : “Continue à imiter chaque matin.

Practice makes progress.”

La pratique fait le progrès.” Ce petit changement transforme la pression en patience.

That small change turns pressure into patience.

Ce petit changement transforme la pression en patience.

□ PART 10 — it’s never too late

□ PARTIE 10 — il n’est jamais trop tard

And finally — it’s never too late.

Et enfin — il n’est jamais trop tard.

The most hopeful idiom in the list.

L’idiome le plus plein d’espoir de la liste.

It means “you can start again anytime.” In “Morning Routines,” we reminded listeners that it’s never too late to rebuild your habits.

Ça veut dire “tu peux recommencer à tout moment.” Dans “Routines du Matin,” nous avons rappelé aux auditeurs qu’il n’est jamais trop tard pour reconstruire tes habitudes.

Compare it with you still have time — true, but it’s never too late feels stronger, like encouragement from a friend.

Compare-le avec “tu as encore le temps” — c’est vrai, mais “il n’est jamais trop tard” semble plus fort, comme un encouragement d’un ami.

Example: “It’s never too late to learn English slowly — and enjoy it.”

Exemple : “Il n’est jamais trop tard pour apprendre l’anglais lentement — et en profiter.”

It’s optimism in four words.

C’est de l’optimisme en quatre mots.

□ CLOSING REFLECTION

□ RÉFLEXION FINALE

Ten idioms, ten emotions.

Dix idiomes, dix émotions.



Make up your mind, give it a try, step by step, sooner or later, keep an open mind, get out of your comfort zone, go with the flow, don't beat yourself up, practice makes perfect, it's never too late.

Prends ta décision, essaie, étape par étape, tôt ou tard, garde l'esprit ouvert, sors de ta zone de confort, laisse-toi porter, ne te blâme pas, la pratique rend parfait, il n'est jamais trop tard.

Each one describes a moment in your learning life.

Chacun décrit un moment de ta vie d'apprentissage.

Together, they sound like advice from an older friend — gentle but real.

Ensemble, ils sonnent comme des conseils d'un ami plus âgé — doux mais réel.

So, let me ask you something.

Alors, laisse-moi te poser une question.

Which of these idioms feels closest to your life right now?

Lequel de ces idiomes te semble le plus proche de ta vie en ce moment ?

And second — which one would you like to live by this week?

Et deuxièmement — lequel aimerais-tu suivre cette semaine ?

Maybe you need to get out of your comfort zone.

Peut-être que tu as besoin de sortir de ta zone de confort.

Or maybe it's time to go with the flow.

Ou peut-être qu'il est temps de te laisser porter.

Whatever you choose, remember: slow learning isn't about memorizing idioms — it's about feeling them until they become yours.

Quoi que tu choisisses, souviens-toi : apprendre lentement ne consiste pas à mémoriser des idiomes — il s'agit de les ressentir jusqu'à ce qu'ils deviennent les tiens.

So take them, repeat them softly, and let them live in your stories.

Alors prends-les, répète-les doucement, et laisse-les vivre dans tes histoires.

Thanks for listening, friends.

Merci d'avoir écouté, les amis.

In our next episode, we'll slow down again — this time with ten grammar structures that make English flow like music.

Dans notre prochain épisode, nous allons ralentir à nouveau — cette fois avec dix structures grammaticales qui font que l'anglais coule comme de la musique.

Until then, keep an open mind... and remember — it's never too late.

Jusqu'à alors, garde l'esprit ouvert... et souviens-toi — il n'est jamais trop tard.

