

Why Do We Change the Clocks? | Curious English

English learning resource · FR

Key words & expressions · English + French

3 learning entries

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

1

put the clocks back / forward

reculer / avancer les horloges

DEF

To change the time shown on clocks by one hour earlier or later for the seasonal time change.

Back means one hour earlier; forward means one hour later. The clocks go back describes the change itself. Dates and rules depend on the country.

FR

Modifier d'une heure l'heure affichée, en arrière ou en avant, lors du changement saisonnier.

Back signifie une heure plus tôt ; forward, une heure plus tard. The clocks go back décrit le changement lui-même. Les dates et les règles dépendent du pays.

We put the clocks back in autumn.

We put the clocks back in autumn. → Nous reculons les horloges en automne.

Remember to put the kitchen clock forward when summer time begins.

Remember to put the kitchen clock forward when summer time begins. → Pense à avancer l'horloge de la cuisine quand l'heure d'été commence.

2

an extra hour in bed

une heure de plus au lit

DEF

One additional hour spent resting or sleeping in bed.

Extra means additional, not unusually long. The phrase describes time in bed, so it does not guarantee an extra hour of sleep.

FR

Une heure supplémentaire passée à se reposer ou à dormir au lit.

Extra signifie supplémentaire, pas exceptionnellement long. L'expression décrit du temps au lit et ne garantit donc pas une heure de sommeil supplémentaire.

I am hoping for an extra hour in bed on Sunday.

I am hoping for an extra hour in bed on Sunday. → J'espère passer une heure de plus au lit dimanche.

After a busy week, she enjoyed an extra hour in bed.

After a busy week, she enjoyed an extra hour in bed. → Après une semaine chargée, elle a apprécié une heure de plus au lit.



3

your body clock*ton horloge biologique***DEF**

Your body's internal sense of timing, including when you feel ready to sleep or wake up.

An everyday expression often used to explain feeling awake or sleepy at a different time from the clock. This language lesson is not medical or sleep advice.

FR

Le sens interne du temps de ton corps, notamment le moment où tu te sens prêt à dormir ou à te réveiller.

Expression courante pour expliquer que l'on se sent éveillé ou somnolent à un moment différent de celui indiqué par l'horloge.

Cette leçon de langue ne donne pas de conseils médicaux ni sur le sommeil.

The clock says seven, but my body clock thinks it is eight.

The clock says seven, but my body clock thinks it is eight. → L'horloge indique sept heures, mais mon horloge biologique croit qu'il est huit heures.

After the long journey, my body clock was still on home time.

After the long journey, my body clock was still on home time. → Après le long voyage, mon horloge biologique était encore à l'heure de chez moi.

