

Weekly English Recap: Time, Risk & Better Choices — 38 Shadowing Pairs

English learning resource · FR

Key words & expressions · English + French

17 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

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.



3

play with fire*jouer avec le feu*

DEF

Do something risky that could cause serious trouble.

Usually a warning, not praise for being brave; the fire is figurative. Use be playing with fire or play with fire.

FR

Faire quelque chose de risqué qui pourrait entraîner de sérieux problèmes.

*Généralement un avertissement, pas un éloge du courage ; le feu est figuré. On emploie play with fire ou be playing with fire.**You are playing with fire by sharing your password.**You are playing with fire by sharing your password. → Tu joues avec le feu en partageant ton mot de passe.**Ignoring the safety checks is playing with fire.**Ignoring the safety checks is playing with fire. → Ignorer les vérifications de sécurité, c'est jouer avec le feu.*

4

put all your eggs in one basket*mettre tous ses œufs dans le même panier*

DEF

Rely on just one plan, option or source of success.

The image is of losing every egg if one basket falls. It applies to work, study and opportunities, not only money; often used as advice with do not.

FR

Compter sur un seul projet, une seule option ou une seule source de réussite.

*L'image évoque la perte de tous les œufs si un panier tombe. Cela concerne le travail, les études et les occasions, pas seulement l'argent ; souvent un conseil avec do not.**Do not put all your eggs in one basket by applying to only one course.**Do not put all your eggs in one basket by applying to only one course. → Ne mets pas tous tes œufs dans le même panier en postulant à une seule formation.**Depending on one customer means putting all our eggs in one basket.**Depending on one customer means putting all our eggs in one basket. → Dépendre d'un seul client revient à mettre tous nos œufs dans le même panier.*

5

stick your neck out*se mouiller / s'exposer*

DEF

Expose yourself to risk or criticism by doing or saying something.

Often used for supporting someone or making a bold prediction. Stick your neck out for someone highlights whom you are supporting; it does not describe a physical movement.

FR

S'exposer à un risque ou à des critiques en faisant ou en disant quelque chose.

*Souvent pour soutenir quelqu'un ou faire une prédiction audacieuse. Stick your neck out for someone souligne qui l'on soutient ; aucun mouvement physique du cou.**Julia stuck her neck out for my unusual proposal.**Julia stuck her neck out for my unusual proposal. → Julia s'est mouillée pour ma proposition inhabituelle.**I will stick my neck out and predict that the new café will succeed.**I will stick my neck out and predict that the new café will succeed. → Je vais me mouiller et prédire que le nouveau café réussira.*

6

take a leap of faith*faire un pari fondé sur la confiance*

DEF

Act despite uncertainty because you choose to trust or believe.

Emphasises trust when success is uncertain; it does not require ignoring evidence or preparation. Take the plunge instead emphasises finally deciding after hesitation.

FR

Agir malgré l'incertitude parce qu'on choisit de faire confiance ou de croire.

Insiste sur la confiance quand le succès est incertain, sans exiger d'ignorer les preuves ou la préparation. Take the plunge insiste sur la décision finale après une hésitation.

Joining the new team was a leap of faith.

Joining the new team was a leap of faith. → Rejoindre la nouvelle équipe a été un pari fondé sur la confiance.

We checked the plan carefully before taking a leap of faith.

We checked the plan carefully before taking a leap of faith. → Nous avons soigneusement vérifié le plan avant de faire ce pari fondé sur la confiance.

7

I've ... since [starting point]*faire quelque chose depuis un point de départ*

DEF

Describe a situation that began at a stated time and continues now.

Use have or has + past participle; since introduces the starting point, not the length of time. This lesson covers continuing situations, not every use of the present perfect.

FR

Décrire une situation commencée à un moment indiqué et toujours vraie maintenant.

En anglais, have ou has + participe passé ; since introduit le point de départ, pas la durée. Cette leçon traite des situations continues, pas de tous les emplois du present perfect.

I've lived here since October 2023.

I've lived here since October 2023. → J'habite ici depuis octobre 2023.

She has known her neighbour since school.

She has known her neighbour since school. → Elle connaît son voisin depuis l'école.

8

I've ... for [duration]*faire quelque chose depuis une certaine durée*

DEF

Describe how long a continuing situation has lasted.

For introduces a length such as three years. Have or has + past participle connects the situation to now; I lived there for three years instead describes a finished period.

FR

Décrire depuis combien de temps une situation continue.

For introduit une durée, comme trois ans. Have ou has + participe relie la situation au présent ; I lived there for three years décrit au contraire une période terminée.

I've worked here for two years.

I've worked here for two years. → Je travaille ici depuis deux ans.

We've known each other for a long time.

We've known each other for a long time. → Nous nous connaissons depuis longtemps.



9

rage bait*piège à indignation*

DEF

Online content deliberately designed to make people angry so that they react and give it attention.

Informal, usually uncountable. An angry response does not prove the creator intended manipulation. Looks like rage bait expresses uncertainty; Oxford selected the term in 2025 but did not invent it.

FR

Contenu en ligne délibérément conçu pour mettre les gens en colère afin qu'ils réagissent et lui apportent de l'attention.

Informel, généralement indénombrable. Une réaction de colère ne prouve pas une intention manipulatrice. Looks like rage bait exprime une incertitude ; Oxford a choisi le terme en 2025 sans l'inventer.

That post looks like rage bait.

That post looks like rage bait. → Cette publication ressemble à un piège à indignation.

The creator admitted posting insults as rage bait to attract more comments.

The creator admitted posting insults as rage bait to attract more comments. → Le créateur a admis publier des insultes comme pièges à indignation pour attirer davantage de commentaires.

10

a hot take*une opinion tranchée exprimée à chaud*

DEF

A strong opinion expressed quickly, often before much careful thought, and sometimes intended to provoke discussion.

Informal and countable. It can be sincere, playful or provocative, without being rage bait. Calling someone else's opinion a hot take can sound dismissive; a strong opinion is more neutral.

FR

Une opinion forte exprimée rapidement, souvent sans réflexion approfondie et parfois pour susciter la discussion.

Informel et dénombrable. Elle peut être sincère, amusante ou provocatrice sans être du rage bait. Qualifier l'opinion d'autrui de hot take peut sembler méprisant ; a strong opinion est plus neutre.

Hot take: the best part of a holiday is coming home.

Hot take: the best part of a holiday is coming home. → Opinion provocatrice : le meilleur moment des vacances, c'est le retour à la maison.

Her hot take about the film started a lively conversation at lunch.

Her hot take about the film started a lively conversation at lunch. → Son opinion tranchée exprimée à chaud sur le film a lancé une discussion animée au déjeuner.

11

be content with*être satisfait de / se contenter de*

DEF

Feel satisfied with what you have, without needing more.

Content is an adjective here, with stress on the second syllable. It expresses satisfaction, not a rule against ambition. Use with before the thing you accept.

FR

Être satisfait de ce que l'on a, sans avoir besoin de plus.

Content est ici un adjectif accentué sur la deuxième syllabe. Il exprime la satisfaction, pas l'interdiction d'avoir de l'ambition ; with introduit ce dont on se satisfait.

I am content with a quiet weekend at home.

I am content with a quiet weekend at home. → Un week-end tranquille à la maison me suffit.

She was content with her small flat.

She was content with her small flat. → Elle était satisfaite de son petit appartement.



12

run out of time*manquer de temps / ne plus avoir de temps*

DEF

Have no time left, or approach the point when it will be too late.

Be running out of time often means some time remains but the deadline is close. Run is figurative here, not physical movement.

FR

Ne plus avoir de temps ou approcher du moment où il sera trop tard.

Be running out of time signifie souvent qu'il reste un peu de temps, mais que l'échéance approche. Run est figuré, sans course physique.

We are running out of time, so let us finish the meeting.

We are running out of time, so let us finish the meeting. → Le temps nous manque, terminons donc la réunion.

I ran out of time before I answered the last question.

I ran out of time before I answered the last question. → Je n'ai plus eu le temps de répondre à la dernière question.

13

make a detour*faire un détour*

DEF

Take a longer or different route instead of going directly.

A detour may avoid an obstacle or allow an extra visit. It need not be an accidental wrong turn; made is the past of make.

FR

Prendre un itinéraire plus long ou différent au lieu d'aller directement.

Un détour peut éviter un obstacle ou permettre une visite supplémentaire. Ce n'est pas forcément une erreur de chemin ; made est le passé de make.

We made a detour to see the river.

We made a detour to see the river. → Nous avons fait un détour pour voir la rivière.

The closed road forced us to make a detour.

The closed road forced us to make a detour. → La route fermée nous a obligés à faire un détour.

14

That was my fault*c'était ma faute*

DEF

I was responsible for the mistake or problem.

Direct and natural with friends or colleagues. It identifies responsibility for an action, not your worth as a person. There has been a mistake does not identify who caused it.

FR

J'étais responsable de l'erreur ou du problème.

Direct et naturel entre amis ou collègues. Cela concerne une action, pas votre valeur personnelle. There has been a mistake n'identifie pas le responsable.

That was my fault: I sent the old version.

That was my fault: I sent the old version. → C'était ma faute : j'ai envoyé l'ancienne version.

The booking was wrong, and that was my fault.

The booking was wrong, and that was my fault. → La réservation était incorrecte, et c'était ma faute.



15

Let me put it right*laisse-moi arranger ça*

DEF

Let me take action to correct the problem.

Common in British English; Let me fix it is another natural option. Name a concrete action and do not guarantee an outcome outside your control.

FR

Laisse-moi agir pour corriger le problème.

Courant en anglais britannique ; Let me fix it est également naturel. Précisez une action concrète sans garantir un résultat hors de votre contrôle.

Let me put it right: I will send the correct file.

Let me put it right: I will send the correct file. → Laisse-moi arranger ça : j'enverrai le bon fichier.

Let me put it right by calling the restaurant.

Let me put it right by calling the restaurant. → Laisse-moi arranger ça en appelant le restaurant.

16

shrinkflation*réduflation*

DEF

A reduction in the amount of a product without a corresponding reduction in its price.

Usually uncountable. The price may stay the same or rise; compare quantity and price, not wrapper size alone. A change in ingredients is not automatically shrinkflation.

FR

Réduction de la quantité d'un produit sans diminution correspondante de son prix.

Généralement indénombrable. Le prix peut rester stable ou augmenter ; comparez quantité et prix, pas seulement l'emballage.

Changer les ingrédients n'est pas automatiquement de la réduflation.

The same-price chocolate bar contains less chocolate: that is shrinkflation.

The same-price chocolate bar contains less chocolate: that is shrinkflation. → La tablette au même prix contient moins de chocolat : c'est de la réduflation.

The report compared pack weights and prices to identify shrinkflation.

The report compared pack weights and prices to identify shrinkflation. → Le rapport a comparé poids des paquets et prix pour identifier la réduflation.

17

get less for your money*en avoir moins pour son argent*

DEF

Receive less in return for the amount you spend.

A conversational comparison of value or quantity. In this episode it concerns less product at the same price; if both quantity and price fall, compare their proportions before deciding.

FR

Recevoir moins en échange de la somme dépensée.

Comparaison courante de valeur ou de quantité. Ici, moins de produit au même prix ; si quantité et prix baissent, comparez les proportions avant de conclure.

The bar is smaller at the same price, so I get less for my money.

The bar is smaller at the same price, so I get less for my money. → La tablette est plus petite au même prix, donc j'en ai moins pour mon argent.

We checked the weight to see whether we were getting less for our money.

We checked the weight to see whether we were getting less for our money. → Nous avons vérifié le poids pour voir si nous en avions moins pour notre argent.

