

Objectif Anglais :
: 15 minutes par jour
pendant 1 mois
pour tout comprendre.



Objectif Anglais : 15 minutes par jour pendant 1 mois pour tout comprendre.

Par Fusianima Expert

ÉDITIONS FUSIANIMA

[Lire la version interactive sur Fusianima.com](https://Fusianima.com)

Table des matières

Chapitre 1 : L'État d'Esprit Gagnant : Les Secrets des Polyglottes pour 15 Minutes d'Or	4
Chapitre 2 : Kit de Survie Immédiat : Salutations et Premiers Échanges	7
Chapitre 3 : Le Cœur de la Langue : Maîtriser le Présent sans Stress	10
Chapitre 4 : Lexique Malin : Les 300 Mots pour Comprendre 80% des Conversations	13
Chapitre 5 : Raconter son Histoire : Le Passé en toute Simplicité	16
Chapitre 6 : L'Art de la Connexion : Petits Mots pour de Grandes Phrases	19
Chapitre 7 : Se Projeter : Parler du Futur et de ses Projets	22
Chapitre 8 : L'Oreille Absolue : Comprendre les Accents et le Débit Réel	25
Chapitre 9 : Socialiser avec Panache : Small Talk et Expressions Courantes	28
Chapitre 10 : L'Anglais du Quotidien : Achats, Restaurant et Voyages	31
Chapitre 11 : Nuances et Opinions : Sortir des Phrases Toutes Faites	34
Chapitre 12 : Le Boost de Confiance : Idiomatismes et Argot Essentiel	37
Chapitre 13 : Professionnel mais Cool : L'Anglais au Travail	40
Chapitre 14 : Le Sommet de la Pyramide : Conditionnels et Hypothèses	43
Chapitre 15 : Objectif Autonomie : Votre Plan d'Action pour l'Après-Mois	46

Chapitre 1

L'État d'Esprit Gagnant : Les Secrets des Polyglottes pour 15 Minutes d'Or

L'État d'Esprit Gagnant : Les Secrets des Polyglottes pour 15 Minutes d'Or

Pour réussir votre défi de 30 jours, le secret ne réside pas dans la quantité d'heures passées devant un livre, mais dans l'efficacité chirurgicale de vos sessions. Voici comment transformer 15 minutes ordinaires en un levier de progression fulgurant.

Étape 1 : Mettre en place votre Routine Immuable

La régularité bat l'intensité. Pour que l'anglais devienne un automatisme, vous devez réduire la résistance cognitive au démarrage.

- **Le Moment Sacré** : Choisissez un créneau fixe (au réveil, pendant le trajet, ou juste avant le dîner) et tenez-vous-y.
- **L'Ancrage** : Liez votre session d'anglais à une habitude existante (Ex: "Quand je bois mon premier café, j'ouvre mon application").
- **Zéro Distraction** : Passez votre téléphone en mode "Ne pas déranger". 15 minutes de concentration totale valent 2 heures de travail distrait.
- **La Règle des 2 Minutes** : Si vous n'avez vraiment pas envie, engagez-vous à ne faire que 2 minutes. Souvent, c'est le démarrage qui est le plus dur.

Étape 2 : Pratiquer la Mémorisation Active

Les polyglottes n'apprennent pas par cœur, ils récupèrent l'information. C'est la différence entre lire une leçon et tester son cerveau.

- L'Active Recall (Rappel Actif) : Fermez votre manuel et essayez de lister de mémoire les 5 mots appris hier avant de commencer la nouvelle leçon.
- La Répétition Espacée (SRS) : Revoyez une information à des intervalles croissants (1 jour, 3 jours, 1 semaine) pour l'ancrer dans la mémoire à long terme.
- La Contextualisation : Ne mémorisez jamais un mot seul. Apprenez toujours une courte phrase complète (Ex: "I need a coffee" au lieu de juste "Coffee").
- L'Auto-Correction : Enregistrez-vous sur votre téléphone et réécoutez-vous pour comparer votre prononciation avec celle d'un natif.

Étape 3 : Gérer la Motivation et le "Plateau"

L'enthousiasme des premiers jours retombe souvent après une semaine. Voici comment rester focus jusqu'au 30ème jour.

- Célébrez les Micro-Victoires : Réussir à comprendre une phrase dans une série ou commander un plat en anglais est une victoire. Notez-la.
- Visualisez l'Objectif : Pourquoi apprenez-vous ? Pour un voyage, une promotion, ou le plaisir ? Gardez cette image mentale bien vivante.
- La Loi de Pareto : Concentrez-vous sur les 20% de vocabulaire qui sont utilisés dans 80% des conversations quotidiennes.
- Ne visez pas la perfection : L'objectif est la communication, pas l'absence totale d'accent ou d'erreurs grammaticales.

Étape 4 : Les Outils Numériques Indispensables

Optimisez chaque seconde de vos 15 minutes grâce à une "Stack" technologique performante.

- Anki ou Quizlet : Pour créer des cartes mémoires (flashcards) utilisant la répétition

espacée.

- DeepL Write : Pour corriger vos formulations et apprendre des structures de phrases plus naturelles que les traductions littérales.
- Language Reactor : Une extension Chrome pour regarder Netflix ou YouTube avec des doubles sous-titres et un dictionnaire intégré.
- Podcast "6 Minute English" (BBC) : Idéal pour habituer votre oreille à un débit naturel sur des formats ultra-courts.

LE CONSEIL PRO : Appliquez la méthode du "Shadowing". Dès que vous entendez une phrase en anglais (vidéo, podcast), répétez-la immédiatement à haute voix en imitant l'intonation et le rythme exact de l'interlocuteur. C'est l'exercice le plus puissant pour muscler votre aisance orale en un temps record.

Chapitre 2

Kit de Survie Immédiat : Salutations et Premiers Échanges

Kit de Survie Immédiat : Salutations et Premiers Échanges

Bienvenue dans votre premier module de 15 minutes. L'objectif aujourd'hui est de vous donner les clés pour briser la glace avec assurance, que ce soit dans un cadre professionnel ou lors d'une rencontre amicale.

1. L'Art de Saluer : Choisir le Bon Registre

En anglais, la façon de dire "bonjour" varie selon l'heure de la journée et votre niveau de proximité avec l'interlocuteur.

Étape 1 : Les salutations liées au moment de la journée

- Good morning : À utiliser de l'aube jusqu'à midi (Bonjour/Bon matin).
- Good afternoon : À utiliser de midi jusqu'à environ 17h-18h (Bon après-midi).
- Good evening : À utiliser dès que la soirée commence (Bonsoir).
- Good night : Attention, ceci s'utilise uniquement pour dire "bonne nuit" au moment de partir ou de dormir.

Étape 2 : Les salutations informelles (Cercle amical)

- Hello : Le plus universel, passe partout.
- Hi : Très courant, légèrement plus décontracté.
- Hey : Très informel, à réserver aux amis proches.

- How is it going? : Une manière dynamique de dire "Comment ça va ?".

2. Se Présenter avec Simplicité

Une fois le contact établi, il est temps de dire qui vous êtes. Restez concis et efficace.

Étape 3 : Donner son identité

- My name is [Prénom] : La forme complète et classique.
- I am [Prénom] : Plus direct, souvent utilisé au téléphone ou lors d'une fête.
- I'm from [Pays/Ville] : Pour indiquer votre origine (Ex: "I'm from Paris").
- Nice to meet you : L'expression indispensable pour dire "Enchanté(e)".

3. Poser les Questions de Base

Pour engager la conversation, vous devez interroger votre interlocuteur. Voici les structures essentielles.

Étape 4 : Les questions rituelles

- How are you? : Le classique "Comment allez-vous ?".
- What is your name? : "Comment vous appelez-vous ?".
- Where are you from? : "D'où venez-vous ?".
- What do you do? : Pour demander la profession ou l'activité principale.

4. Les Formules de Politesse Indispensables

La courtoisie est le moteur des échanges en anglais. Ces mots sont vos meilleurs alliés pour instaurer un climat de confiance.

Étape 5 : Le vocabulaire de la courtoisie

- Please : "S'il vous plaît". À placer systématiquement lors d'une requête.
- Thank you / Thanks : "Merci". Thanks est plus court et fréquent.
- You're welcome : "De rien" ou "Je vous en prie".
- Excuse me : Pour attirer l'attention ou passer dans une foule.
- Sorry / I'm sorry : Pour présenter des excuses sincères.

LE CONSEIL PRO : Ne cherchez pas la perfection grammaticale dès le premier jour. Dans un échange de survie, l'intonation et le sourire comptent autant que les mots. Si vous ne comprenez pas la réponse, dites simplement : "Could you repeat slowly, please?" (Pourriez-vous répéter lentement, s'il vous plaît ?).

Chapitre 3

Le Cœur de la Langue : Maîtriser le Présent sans Stress

Module : Le Cœur de la Langue : Maîtriser le Présent sans Stress

Bienvenue dans ce module essentiel. En anglais, le présent n'est pas unique : il se divise en deux formes selon que vous parlez d'une habitude ou d'une action immédiate. En 15 minutes, nous allons simplifier ces concepts pour les rendre naturels.

Étape 1 : Le Présent Simple – Pour vos habitudes et vérités

Le Present Simple s'utilise pour tout ce qui est permanent, répétitif ou général. C'est le temps de la routine.

- Quand l'utiliser : Pour parler de votre quotidien, de vos goûts ou de faits établis (ex: "Le soleil se lève à l'est").

- La règle d'or : Le verbe ne change pas, sauf à la 3ème personne du singulier (he, she, it) où l'on ajoute un -s.

- Exemples concrets :

- I work every day. (Je travaille tous les jours).
- She likes chocolate. (Elle aime le chocolat).
- We live in Paris. (Nous habitons à Paris).

Étape 2 : Le Présent Continu – Pour l'action "en direct"

Le Present Continuous sert à décrire ce qui se passe exactement au moment où vous parlez. C'est l'équivalent de "être en train de".

- La structure : Sujet + Auxiliaire BE (am/is/are) + Verbe se terminant par -ING.
- Quand l'utiliser : Pour décrire une scène sous vos yeux ou une action temporaire.
- Exemples concrets :
 - I am speaking to you. (Je suis en train de vous parler).
 - Look! It is raining. (Regarde ! Il pleut).
 - They are waiting for the bus. (Ils attendent le bus).

Étape 3 : Comment choisir le bon présent ?

Pour ne plus hésiter, fiez-vous aux mots-clés qui accompagnent souvent ces phrases. Ils servent de déclencheurs mentaux.

- Indices pour le Présent Simple :
 - Always (toujours)
 - Usually (habituellement)
 - Every day (chaque jour)
 - Often (souvent)
- Indices pour le Présent Continu :
 - Now (maintenant)
 - At the moment (en ce moment)

- Listen! / Look! (Écoute ! / Regarde !)

Étape 4 : Exercice d'application rapide

Pour ancrer ces notions, essayez de traduire mentalement ces deux situations basées sur votre routine :

- Situation A : "D'habitude, je bois du thé." (Habitue = Présent Simple) -> I usually drink tea.
- Situation B : "Mais là, je bois un café." (Action en cours = Présent Continu) -> But now, I am drinking a coffee.

LE CONSEIL PRO : Ne vous saturez pas l'esprit avec les exceptions grammaticales au début. Retenez simplement que si vous pouvez ajouter "en train de" dans votre phrase en français, vous devez utiliser la forme en -ING en anglais. Pour tout le reste, restez sur le présent simple !

Chapitre 4

Lexique Malin : Les 300 Mots pour Comprendre 80% des Conversations

Module : Lexique Malin – Les 300 Mots pour Comprendre 80% des Conversations

Saviez-vous que dans la plupart des conversations quotidiennes, nous utilisons toujours le même petit cercle de mots ? C'est ce qu'on appelle la loi de Pareto : 20 % du vocabulaire permet de comprendre 80 % des échanges. Ce module vous donne les clés pour maîtriser ces mots indispensables sans vous épuiser.

Étape 1 : Les Briques de Construction (La Structure)

Avant de nommer les objets, vous devez maîtriser les "mots-colle" qui structurent toutes les phrases anglaises.

- Les Pronoms : I (je), You (tu/vous), He/She (il/elle), We (nous), They (ils/elles).
- Les Verbes Piliers : To be (être), To have (avoir), To do (faire), To go (aller), To want (vouloir), To get (obtenir/devenir).
- Les Connecteurs : And (et), But (mais), Because (parce que), So (donc), Or (ou), With (avec).
- Les Indicateurs de Temps : Now (maintenant), Later (plus tard), Today (aujourd'hui), Yesterday (hier), Tomorrow (demain).

Étape 2 : Le Vocabulaire Thématique Stratégique

Voici les mots essentiels regroupés par "univers" pour faciliter la mémorisation visuelle et contextuelle.

Thème A : La Maison et le Quotidien

- Home / House : La maison / le foyer.
- Kitchen : La cuisine (lieu de vie central).
- Bed / Sleep : Lit / dormir.
- Food / Drink : Nourriture / boisson.
- Work / Job : Travail / métier.
- Time : Le temps / l'heure.

Thème B : La Ville et les Déplacements

- Street / Road : Rue / route.
- Shop / Store : Magasin.
- Train / Bus / Car : Les moyens de transport principaux.
- Where is... ? : Où se trouve... ? (La question de survie).
- Left / Right / Straight : Gauche / Droite / Tout droit.
- Money / Price : Argent / prix.

Thème C : Les Émotions et l'État d'Esprit

- Happy / Sad : Heureux / triste.
- Good / Bad : Bon-Bien / Mauvais.
- Hungry / Thirsty : Faim / soif.
- Tired : Fatigué.

- Like / Love / Hate : Aimer / adorer / détester.
- Help : Aide / aider.

Étape 3 : Astuces pour Deviner le Sens des Mots Inconnus

Il est impossible de tout connaître immédiatement. Voici comment ne pas paniquer face à un mot nouveau :

- Repérez les "Vrais Amis" : L'anglais et le français partagent des milliers de racines communes (ex: Information, Attention, Possible, Table). Si un mot ressemble au français, il y a 80 % de chances qu'il ait le même sens.
- Utilisez le Contexte : Si vous comprenez "I am eating an [Apple]", même si vous ignorez le mot "Apple", le verbe "eating" vous indique qu'il s'agit de nourriture.
- Identifiez la Nature du Mot : Si le mot finit par -ly, c'est souvent un adverbe (manière). S'il finit par -tion, c'est un nom.
- La Technique du "Pareil au Même" : Remplacez mentalement le mot inconnu par "truc" ou "chose" pour voir si le sens global de la phrase reste clair.

LE CONSEIL PRO :

N'essayez pas d'apprendre des listes alphabétiques. Apprenez les mots par couples d'opposés (ex: Big/Small, Hot/Cold). Votre cerveau crée ainsi des connexions neuronales deux fois plus rapides et retient le vocabulaire sur le long terme.

Chapitre 5

Raconter son Histoire : Le Passé en toute Simplicité

1. Le Prétérit : L'Outil de Narration par Excellence

Pour raconter un souvenir, une anecdote ou une action terminée dans le passé, l'anglais utilise principalement le Prétérit (ou Past Simple). C'est le temps de la narration par excellence.

Étape 1 : Maîtriser la règle de base (Verbes Réguliers)

La majorité des verbes anglais sont "réguliers". Pour les conjuguer au passé, il suffit d'ajouter une terminaison unique à toutes les personnes :

- Ajoutez -ED à la fin du verbe de base.
- Exemple : To walk (marcher) devient walked.
- Exemple : To watch (regarder) devient watched.
- Si le verbe se termine déjà par "e", ajoutez simplement un -D (Ex : To live devient lived).

Étape 2 : Mémoriser les Incontournables (Verbes Irréguliers)

Certains verbes très fréquents ne suivent pas la règle du "-ed". Ils changent de forme et doivent être appris par cœur. Voici les 10 plus utiles pour raconter votre journée :

- B e (Ê t r e) !' W a s / W e r e
- G o (A l l e r) !' W e n t

- Have (Avoir) !' Had
- Do (Faire) !' Did
- Say (Dire) !' Said
- See (Voir) !' Saw
- Eat (Manger) !' Ate
- Drink (Boire) !' Drank
- Get (Obtenir/Arriver) !' Got
- Take (Prendre) !' Took

Étape 3 : Structurer votre récit

Pour que votre histoire soit fluide et naturelle, vous devez lier vos phrases avec des marqueurs de temps et des connecteurs logiques :

- Yesterday (Hier) ou Last week (La semaine dernière).
- First (D'abord) : Pour introduire le début de l'action.
- Then / After that (Ensuite / Après cela) : Pour marquer la progression.
- Finally (Finalement / Enfin) : Pour conclure votre anecdote.
- Suddenly (Soudainement) : Pour introduire un élément de surprise.

Étape 4 : La formule magique pour une anecdote réussie

Suivez ce schéma simple pour construire n'importe quel souvenir en 3 phrases :

- Le Contexte : "Last summer, I went to London." (L'été dernier, je suis allé à

Londres).

- L'Action : "I saw the Big Ben and ate a great fish and chips." (J'ai vu Big Ben et j'ai mangé un super fish and chips).
- La Conclusion : "It was a wonderful trip!" (C'était un voyage merveilleux !).

LE CONSEIL PRO : Pour mémoriser les verbes irréguliers sans effort, ne les apprenez pas par liste alphabétique. Regroupez-les par sonorités. Par exemple, apprenez ensemble Sing/Sang, Ring/Rang, Drink/Drank. Votre cerveau retiendra le "rythme" de la transformation beaucoup plus facilement !

Chapitre 6

L'Art de la Connexion : Petits Mots pour de Grandes Phrases

L'Art de la Connexion : Petits Mots pour de Grandes Phrases

Pour passer du niveau débutant au niveau intermédiaire, le secret ne réside pas dans la taille de votre vocabulaire, mais dans votre capacité à lier vos idées. Sans connecteurs, votre anglais ressemble à une suite de robots : "I am tired. I go to bed." Avec les connecteurs, vous créez du flux et de la logique.

1. "And" : Le Pont de la Continuité

C'est le connecteur le plus simple. Il sert à additionner des informations de même nature sans changer la direction de votre pensée.

- Usage : Ajouter une information ou une action supplémentaire.
- Exemple simple : "I like tea and I like coffee."
- Astuce fluide : Évitez de l'utiliser plus de deux fois dans la même phrase pour ne pas paraître répétitif.

2. "But" : Le Pivot du Contraste

Le mot "But" est essentiel pour nuancer votre propos. Il prévient votre interlocuteur que vous allez introduire une opposition ou une exception.

- Usage : Marquer une différence ou un obstacle entre deux idées.
- Exemple simple : "I want to go out, but it is raining."
- Point de vigilance : Placez toujours une petite virgule juste avant le "but" pour une

ponctuation parfaite à l'écrit.

3. "Because" : L'Ancre de la Justification

Pourquoi faites-vous cela ? Pourquoi pensez-vous cela ? "Because" permet de donner de la profondeur à vos phrases en expliquant la cause.

- Usage : Répondre à la question "Why?" (Pourquoi ?).
- Exemple simple : "I am learning English because I want a better job."
- Règle d'or : Ne commencez pas une phrase à l'oral par "Because" si vous ne maîtrisez pas encore bien la structure ; placez-le au milieu pour plus de sécurité.

4. "Although" : La Touche de Sophistication

C'est le mot magique pour transformer une phrase basique en une pensée complexe. Il signifie "bien que" ou "quoique".

- Usage : Exprimer une concession ou un fait surprenant malgré un contexte donné.
- Exemple simple : "Although it is expensive, I will buy it."
- Placement : Contrairement aux autres, vous pouvez le placer très naturellement au début de votre phrase pour un effet plus élégant.

5. Exercice Pratique : Vos 15 Minutes Chrono

Pratiquez dès maintenant pour ancrer ces mécanismes dans votre cerveau.

- Minutes 1 à 5 : Écrivez 3 phrases simples sur votre journée (ex: "I ate an apple").
- Minutes 6 à 10 : Fusionnez ces phrases en utilisant and, but ou because.
- Minutes 11 à 15 : Essayez de créer une phrase complexe en commençant par although pour exprimer une nuance sur votre apprentissage de l'anglais.

LE CONSEIL PRO : Ne cherchez pas à apprendre 50 connecteurs d'un coup.

Maîtrisez parfaitement ces quatre-là (And, But, Because, Although). Ils couvrent 80 % de vos besoins quotidiens pour structurer une pensée cohérente et convaincante à l'oral.

Chapitre 7

Se Projeter : Parler du Futur et de ses Projets

Maîtriser le Futur : Vos Projets et Intentions en Anglais

Pour parler de l'avenir avec assurance, il est essentiel de distinguer les nuances entre les différentes formes du futur. En anglais, le choix dépend de votre degré de certitude et du moment où la décision a été prise.

Étape 1 : Utiliser "Going to" pour les projets et intentions

On utilise "Going to" pour exprimer une intention réfléchie ou un plan déjà établi avant le moment où l'on parle.

- Structure : Sujet + verbe BE (am/is/are) + going to + verbe à l'infinitif.
- Exemple personnel : I am going to learn English every day. (J'ai l'intention d'apprendre l'anglais chaque jour).
- Exemple professionnel : We are going to launch a new project next month. (Nous allons lancer un nouveau projet le mois prochain).
- Indice visuel : On l'utilise quand on voit des signes que quelque chose va arriver (ex: Look at those clouds, it is going to rain).

Étape 2 : Utiliser "Will" pour les décisions spontanées et les promesses

On utilise "Will" pour les décisions prises sur le vif, les prédictions générales ou les engagements formels.

- Structure : Sujet + will + verbe à l'infinitif.

- Décision immédiate : The phone is ringing. I will answer it! (Le téléphone sonne. Je vais répondre !).

- Promesse : I will help you with your presentation tomorrow. (Je t'aiderai pour ta présentation demain).

- Prédiction : I think it will be a great meeting. (Je pense que ce sera une excellente réunion).

Étape 3 : Fixer des rendez-vous et gérer son agenda

Pour prendre rendez-vous, on utilise souvent le Present Continuous (be + ing) pour des événements fermement planifiés dans un agenda.

- Rendez-vous fixe : I am meeting the CEO at 2 PM. (J'ai rendez-vous avec le PDG à 14h).

- Déplacement : She is flying to London on Tuesday. (Elle s'envole pour Londres mardi).

- Questions utiles :

- What are you doing next Monday? (Que fais-tu lundi prochain ?)

- Will you be available at 10 AM? (Seras-tu disponible à 10h ?)

Étape 4 : Parler de ses objectifs à court et long terme

Pour discuter de vos ambitions professionnelles ou personnelles, enrichissez votre vocabulaire avec ces expressions clés :

- To aim for : viser un objectif. (I aim to become fluent in six months).

- To plan to : prévoir de. (I plan to expand my business abroad).

- To achieve : accomplir/atteindre. (I hope I will achieve my sales targets).
- To reach a milestone : franchir une étape importante.

Étape 5 : Votre routine de 15 minutes pour pratiquer

Optimisez votre temps d'apprentissage avec cet exercice quotidien rapide :

- Minutes 1-5 : Listez 3 choses que vous avez déjà planifiées pour demain (Utilisez "Going to").
- Minutes 6-10 : Imaginez 3 promesses ou prédictions pour votre carrière (Utilisez "Will").
- Minutes 11-15 : Rédigez un court e-mail fictif pour fixer un rendez-vous la semaine prochaine.

LE CONSEIL PRO : Pour paraître plus naturel à l'oral, les anglophones contractent presque toujours "going to" en "gonna" et "will" en "ll" (ex: I'm gonna go / I'll help you). Utilisez-les dans des contextes informels pour gagner en fluidité !

Chapitre 8

L'Oreille Absolue : Comprendre les Accents et le Débit Réel

MODULE : L'Oreille Absolue : Comprendre les Accents et le Débit Réel

Le plus grand choc pour un apprenant est souvent la différence entre l'anglais "parfait" des manuels et l'anglais parlé dans la rue. Ce module vous donne les clés pour décoder le flux naturel de la langue et ne plus être perdu face à un locuteur natif.

Étape 1 : Dompter les contractions orales (Connected Speech)

Dans la vie réelle, les anglophones "mangent" leurs mots pour gagner en fluidité. Comprendre ces contractions est la première étape pour ne plus avoir l'impression qu'ils parlent trop vite.

- Gonna / Wanna / Gotta : Les versions contractées de "going to", "want to" et "have got to".
- Dunno : La contraction ultra-courante de "I don't know".
- Whatcha : Utilisé pour "What are you" (ex: Whatcha doing?).
- Les sons "T" disparus : En anglais américain, le "t" entre deux voyelles se prononce souvent comme un "d" léger (ex: Water devient Wader).
- L'élision du "H" : Dans les phrases rapides, le "h" des pronoms disparaît souvent (ex: Tell 'im au lieu de Tell him).

Étape 2 : L'exercice du "Shadowing" (L'écoute active)

Cette méthode consiste à répéter un court extrait audio presque en même temps que le

locuteur, comme une ombre (shadow). C'est l'exercice le plus efficace pour synchroniser votre cerveau avec le débit réel.

- Choisissez un clip court : Prenez une séquence de 30 secondes d'un podcast ou d'une série.
- Écoute et lecture : Écoutez avec le script sous les yeux pour identifier chaque mot.
- Imitation simultanée : Relancez l'audio et parlez en même temps que la voix, en mimant l'intonation, les pauses et l'accentuation.
- Enregistrez-vous : Comparez votre version avec l'original pour ajuster votre rythme.

Étape 3 : S'immerger sans béquilles (Séries et Podcasts)

Pour progresser, vous devez habituer votre cerveau à deviner le sens sans passer par la traduction systématique ou les sous-titres français.

- La règle du "Sans Sous-Titres" : Regardez des épisodes que vous connaissez déjà par cœur. Votre cerveau se concentrera uniquement sur les sons, car l'intrigue est déjà acquise.
- Les sous-titres anglais uniquement : Si vous avez besoin d'aide, utilisez uniquement les sous-titres dans la langue cible pour lier le son à l'orthographe.
- Podcasts spécialisés : Commencez par des podcasts avec un débit contrôlé comme "6 Minute English" (BBC) avant de passer à des contenus natifs comme "The Daily" (NYT).
- Variation des accents : Alternez chaque jour entre un contenu américain, britannique et australien pour muscler votre agilité auditive.

Étape 4 : La routine quotidienne de 15 minutes

La clé du succès est la régularité plutôt que l'intensité. Voici comment découper votre

séance :

- 0-5 min : Écoute passive d'une radio anglophone (BBC, NPR) pour s'imprégner de la mélodie.
- 5-12 min : Séance de Shadowing intensive sur un dialogue spécifique.
- 12-15 min : Notez 3 expressions ou contractions entendues et répétez-les à voix haute.

LE CONSEIL PRO : Ne cherchez pas à comprendre 100 % des mots. À l'oral, l'anglais est une langue accentuelle : concentrez-vous sur les mots porteurs de sens (noms, verbes) qui sont prononcés plus fort, et ignorez les "petits mots" (at, to, the) qui sont souvent écrasés.

Chapitre 9

Socialiser avec Panache : Small Talk et Expressions Courantes

Module : Socialiser avec Panache - Small Talk et Expressions Courantes

Le Small Talk est l'art de briser la glace. Ce n'est pas seulement parler de "pluie et de beau temps", c'est créer une connexion immédiate avec votre interlocuteur pour instaurer un climat de confiance.

Étape 1 : Maîtriser les sujets universels

Pour ne jamais être à court d'idées, appuyez-vous sur les trois piliers de la conversation spontanée :

- La Météo (The Weather) : Un classique indémodable en anglais.
 - "Lovely day, isn't it?" (Belle journée, n'est-ce pas ?)
 - "Can you believe all this rain?" (Vous croyez toute cette pluie ?)
- Les Loisirs (Hobbies) : Idéal pour trouver des points communs.
 - "What do you like to do in your free time?" (Qu'aimez-vous faire de votre temps libre ?)
 - "Have you seen any good movies lately?" (Avez-vous vu de bons films récemment ?)
- L'Actualité (News & Events) : Pour des discussions plus dynamiques.
 - "Did you hear about the new project?" (Avez-vous entendu parler du

nouveau projet ?)

- "Are you going to the office party tomorrow?" (Allez-vous à la fête du bureau demain ?)

Étape 2 : Poser des questions ouvertes

Pour éviter les conversations "cul-de-sac" qui s'arrêtent par un simple oui ou non, utilisez les questions ouvertes (Open-ended questions). Elles forcent votre interlocuteur à développer sa réponse.

- Utilisez la méthode 5W1H : Who (Qui), What (Quoi), Where (Où), When (Quand), Why (Pourquoi), How (Comment).
- Au lieu de : "Do you like your job?" (Aimes-tu ton travail ?)
- Dites : "What is the most interesting part of your job?" (Quelle est la partie la plus intéressante de ton travail ?)
- Au lieu de : "Did you have a good weekend?" (As-tu passé un bon week-end ?)
- Dites : "How did you spend your weekend?" (Comment as-tu passé ton week-end ?)

Étape 3 : Utiliser les "Fillers" pour gagner du temps

Les fillers sont des petits mots de remplissage qui vous permettent de réfléchir à votre prochaine phrase sans créer de silence gênant. Ils vous font paraître beaucoup plus naturel.

- Well... (Eh bien...) : Pour introduire une opinion.
- Actually... (En fait...) : Pour apporter une précision ou corriger doucement.
- I mean... (Je veux dire...) : Pour reformuler une idée.

- You know... (Vous savez...) : Pour créer une complicité.
- Let me see... (Voyons voir...) : Pour gagner 3 secondes de réflexion pure.
- Basically... (En gros / Fondamentalement...) : Pour résumer votre pensée.

Étape 4 : Réagir avec enthousiasme

La socialisation est un échange. Montrez que vous écoutez activement grâce à ces expressions courtes :

- "Really?" (Vraiment ?) : Pour marquer la surprise.
- "That's interesting!" (C'est intéressant !) : Pour encourager l'autre à continuer.
- "I see what you mean." (Je vois ce que vous voulez dire.) : Pour valider un point de vue.
- "Sounds great!" (Ça a l'air génial !) : Pour réagir à un projet ou une idée.

LE CONSEIL PRO : Ne cherchez pas la perfection grammaticale lors du Small Talk. L'objectif est la fluidité et le lien social. Si vous bloquez sur un mot, utilisez un geste ou un "filler" comme "How do you say...?", puis enchaînez. Votre sourire compte plus que votre accent !

Chapitre 10

L'Anglais du Quotidien : Achats, Restaurant et Voyages

Module : L'Anglais du Quotidien – Achats, Restaurant et Voyages

Ce module vous donne les clés pour communiquer avec assurance lors de vos déplacements. L'objectif est de maîtriser les expressions indispensables pour ne jamais être au dépourvu.

Section 1 : Au Restaurant – Passer commande avec aisance

Étape 1 : De l'arrivée au dessert

- S'installer : "A table for two, please" (Une table pour deux, s'il vous plaît).
- Demander la carte : "Could we have the menu, please?" (Pourrions-nous avoir la carte ?).
- Commander : "I would like to have the..." (Je voudrais prendre le...).
- Préciser la cuisson : "Rare" (Bleu), "Medium" (À point), "Well-done" (Bien cuit).
- Boissons : "Still water" (Eau plate) ou "Sparkling water" (Eau gazeuse).
- Demander l'addition : "Could I have the bill, please?" (Puis-je avoir l'addition ?).

Section 2 : Le Shopping – Trouver l'article parfait

Étape 2 : Explorer et essayer

- S'informer sur le prix : "How much is this?" (Combien cela coûte-t-il ?).

- Chercher une taille : "Do you have this in size M / Large / Small?" (Avez-vous ceci en taille M / L / S ?).

- Essayer un vêtement : "Where are the fitting rooms?" (Où sont les cabines d'essayage ?).

- Changer d'avis : "I'll leave it, thank you" (Je vais le laisser, merci).

- Payer : "Do you accept credit cards?" (Acceptez-vous les cartes de crédit ?).

- Obtenir un reçu : "Can I have a receipt?" (Puis-je avoir un reçu ?).

Section 3 : Voyages et Orientations – Se déplacer sans faute

Étape 3 : Demander son chemin et prendre les transports

- L'emplacement : "Where is the nearest bus station?" (Où est la station de bus la plus proche ?).

- La direction : "How do I get to the museum?" (Comment vais-je au musée ?).

- Acheter un billet : "A one-way ticket to London, please" (Un aller simple pour Londres, s'il vous plaît).

- Le trajet : "Which platform does the train leave from?" (De quel quai part le train ?).

- Indications clés : "Go straight" (Allez tout droit), "Turn left" (Tournez à gauche), "Turn right" (Tournez à droite).

Section 4 : Gérer les Imprévus – Garder le contrôle

Étape 4 : Situations d'urgence et petits problèmes

- Perte d'objets : "I have lost my passport / my wallet" (J'ai perdu mon passeport / mon portefeuille).

- Retards : "My flight has been cancelled / delayed" (Mon vol a été annulé / retardé).
- Santé : "I need to see a doctor" (J'ai besoin de voir un médecin).
- Besoin d'aide : "Could you help me, please?" (Pourriez-vous m'aider, s'il vous plaît ?).
- Incompréhension : "Could you repeat more slowly, please?" (Pourriez-vous répéter plus doucement ?).

LE CONSEIL PRO :

N'essayez pas de faire des phrases grammaticalement parfaites. Dans le feu de l'action, privilégiez les mots-clés et la politesse (Please, Thank you, Excuse me). Les anglophones apprécieront votre effort et seront beaucoup plus enclins à vous aider si vous commencez votre phrase par un sourire et un "Excuse me".

Chapitre 11

Nuances et Opinions : Sortir des Phrases Toutes Faites

Module : Nuances et Opinions – Sortir des Phrases Toutes Faites

Pour communiquer efficacement en anglais, il ne suffit pas de traduire vos pensées mot à mot. Il faut savoir y injecter de la nuance pour paraître plus naturel et, surtout, plus diplomate.

Étape 1 : Exprimer son accord ou son désaccord avec diplomatie

En anglais, un "No" catégorique peut paraître impoli. Utilisez ces formules pour nuancer vos interactions sociales ou professionnelles :

- Pour donner son accord avec enthousiasme : "I couldn't agree more" (Je ne pourrais pas être plus d'accord) ou "That's a valid point" (C'est un argument valable).
- Pour un accord partiel : "I see what you mean, but..." (Je vois ce que vous voulez dire, mais...) ou "Up to a point, I agree" (Je suis d'accord jusqu'à un certain point).
- Pour exprimer un désaccord poli : "I'm afraid I disagree" (Je crains de ne pas être d'accord) ou "I'm not so sure about that" (Je n'en suis pas si sûr).
- Pour solliciter l'avis de l'autre : "What are your thoughts on this?" (Quelles sont vos pensées à ce sujet ?).

Étape 2 : Utiliser les modaux pour suggérer ou interdire

Les verbes modaux sont les outils par excellence de la nuance. Ils modifient le sens du verbe principal pour exprimer une intention précise :

- SHOULD (Le conseil) : Utilisez-le pour suggérer une action sans l'imposer.

Exemple : "You should try this restaurant" (Tu devrais essayer ce restaurant).

- MUST (L'obligation forte) : À réserver aux règles ou aux nécessités absolues.

Exemple : "You must wear a seatbelt" (Tu dois porter la ceinture).

- MUSTN'T (L'interdiction) : Pour dire que quelque chose est défendu. Exemple :

"You mustn't smoke here" (Il ne faut pas fumer ici).

- CAN / CAN'T (La possibilité ou l'incapacité) : Pour exprimer ce qui est possible ou autorisé. Exemple : "We can meet at 5 PM" (Nous pouvons nous voir à 17h).

Étape 3 : Enrichir ses adjectifs pour être plus précis

L'erreur classique est de répéter sans cesse les mots "good", "bad" ou "nice". Pour booster votre niveau, remplacez-les par des termes plus spécifiques :

- Pour remplacer "Good" (Positif) : Utilisez Great (Super), Amazing (Incroyable), Outstanding (Exceptionnel) ou Reliable (Fiable).

- Pour remplacer "Bad" (Négatif) : Préférez Awful (Affreux), Challenging (Difficile/Stimulant) ou Disappointing (Décevant).

- Pour décrire une opinion ou un ressenti : Utilisez Interesting (Intéressant), Boring (Ennuyeux) ou Straightforward (Simple/Direct).

Étape 4 : Exercice d'application (15 minutes)

- Minutes 1 à 5 : Choisissez un sujet simple (ex: le télétravail) et écrivez deux phrases d'accord et deux phrases de désaccord en utilisant les formules de l'Étape 1.

- Minutes 6 à 10 : Transformez trois ordres directs en suggestions polies en utilisant "Should". Exemple : "Do your homework" devient "You should do your homework".

- Minutes 11 à 15 : Reprenez votre dernier e-mail ou message écrit en anglais et

remplacez tous les adjectifs basiques par des synonymes plus riches de l'Étape 3.

LE CONSEIL PRO : Pour paraître plus "Native", commencez souvent vos phrases d'opinion par "To be honest..." (Pour être honnête) ou "If you ask me..." (Si vous voulez mon avis). Cela adoucit immédiatement votre propos et prépare votre interlocuteur à entendre votre point de vue, même s'il diffère du sien.

Chapitre 12

Le Boost de Confiance : Idiomatismes et Argot Essentiel

Module : Le Boost de Confiance - Idiomatismes et Argot Essentiel

Pour passer d'un anglais scolaire à une communication fluide, il est indispensable de maîtriser les codes du langage informel. Ce module vous donne les clés pour comprendre les conversations réelles et injecter de la personnalité dans votre discours.

Étape 1 : Dompter les Phrasal Verbs incontournables

Les verbes à particule sont le cœur de l'anglais parlé. Ils remplacent souvent des verbes plus formels d'origine latine.

- Get along (with) : Bien s'entendre avec quelqu'un.
- Look forward to : Avoir hâte de quelque chose (indispensable pour les e-mails et les rendez-vous).
- Find out : Découvrir ou apprendre une information.
- Run out of : Ne plus avoir de quelque chose (ex: "We ran out of coffee").
- Give up : Abandonner ou arrêter une habitude.
- Show up : Arriver ou se présenter à un endroit.

Étape 2 : Colorer votre langage avec des expressions idiomatiques

Les expressions idiomatiques permettent de ne plus traduire mot à mot et d'adopter les images mentales des natifs.

- A piece of cake : Quelque chose de très facile (l'équivalent de "c'est du gâteau").
- Under the weather : Se sentir un peu malade ou pas dans son assiette.
- To cut a long story short : Pour faire court / en résumé.
- To break the ice : Briser la glace pour détendre l'atmosphère.
- Once in a blue moon : Très rarement (tous les 36 du mois).
- To hit the nail on the head : Voir juste, mettre le doigt sur le problème.

Étape 3 : L'Argot (Slang) pour sonner naturel et comprendre l'humour

L'argot n'est pas forcément vulgaire ; il est souvent synonyme de proximité et de décontraction.

- What's up? : Quoi de neuf ? (La salutation la plus courante entre amis).
- I'm game : Je suis partant / je suis chaud pour cette activité.
- A bummer : Une déception, quelque chose de dommage.
- No biggie : Pas de problème / c'est rien du tout.
- To chill : Se relaxer, passer du temps calmement.
- Mate / Buddy : Ami, pote (Mate est très britannique/australien, Buddy est plus américain).

Étape 4 : Décoder l'humour et le sarcasme

L'humour anglophone repose souvent sur le décalage entre le ton et le contenu du message.

- Le Sarcasme : C'est le "second degré". Les natifs l'utilisent pour souligner une

évidence ou se moquer gentiment.

- L'Auto-dérision : Savoir rire de soi-même est une marque de confiance et de maîtrise sociale en pays anglophone.
- Les "Puns" : Ce sont des jeux de mots basés sur les homophones (mots qui se prononcent pareil mais ont un sens différent).
- Deadpan humor : Dire quelque chose de drôle ou d'absurde avec un visage totalement sérieux.

LE CONSEIL PRO : Ne surchargez pas votre mémoire. Choisissez trois expressions parmi cette liste aujourd'hui. Essayez de les utiliser mentalement dans une situation imaginaire de votre quotidien. C'est l'utilisation contextuelle qui ancrera ces mots dans votre mémoire à long terme, pas la simple lecture.

Chapitre 13

Professionnel mais Cool : L'Anglais au Travail

Module : Professionnel mais Cool – L'Anglais au Travail

Travailler en anglais ne signifie pas forcément utiliser un langage complexe ou soutenu. Aujourd'hui, le monde de l'entreprise privilégie la clarté et l'efficacité. Ce module vous donne les clés pour communiquer avec assurance sans paraître rigide.

Étape 1 : Rédiger des emails impactants et directs

L'objectif d'un bon email professionnel est d'être lu et compris en moins de 30 secondes. Voici comment structurer vos messages :

- L'objet (Subject Line) : Soyez explicite. Utilisez des préfixes comme [Action Required], [Update] ou [Question].
- La salutation : Oubliez le trop formel "Dear Sir/Madam". Préférez "Hi [Prénom]" ou "Hello Team" pour un ton moderne.
- Le corps du message : Allez droit au but. Utilisez des phrases courtes.
 - "I'm writing to you about..." (Je vous écris au sujet de...)
 - "Just a quick follow-up on..." (Juste un petit suivi sur...)
- La conclusion (Call to action) : Dites clairement ce que vous attendez.
 - "Let me know what you think." (Dites-moi ce que vous en pensez.)
 - "Please send me the file by Friday." (Merci de m'envoyer le fichier d'ici vendredi.)

- La signature : Restez simple avec "Best,", "Regards," ou "Thanks,".

Étape 2 : Participer à une réunion courte (Daily Stand-up)

En réunion, l'important n'est pas de faire de longs discours, mais de montrer que vous êtes impliqué. Utilisez ces formules types :

- Prendre la parole : "Can I jump in here?" (Puis-je intervenir ?) ou "I'd like to add something." (J'aimerais ajouter quelque chose.)
- Donner son accord : "I agree with you." ou "That makes sense." (C'est logique / Je comprends.)
- Demander une précision : "Could you clarify that point?" (Pourriez-vous clarifier ce point ?) ou "What do you mean by...?" (Que voulez-vous dire par... ?)
- Conclure : "Sounds like a plan!" (On fait comme ça !) ou "Let's wrap this up." (Terminons là-dessus.)

Étape 3 : Présenter un projet simple en 3 points

Pour présenter un projet ou une idée de manière structurée, suivez la méthode "Past-Present-Future" :

- Le Passé (Le contexte) : "Last week, we identified a problem with..." (La semaine dernière, nous avons identifié un problème avec...)
- Le Présent (La solution) : "So, we are currently working on..." (Donc, nous travaillons actuellement sur...)
- Le Futur (L'objectif) : "The goal is to finish by next Monday." (L'objectif est de finir d'ici lundi prochain.)

Étape 4 : Maîtriser le jargon "Corporate" indispensable

Le jargon professionnel anglais est omniprésent. Voici les termes que vous entendrez le plus souvent :

- ASAP : As Soon As Possible (Le plus vite possible).
- FYI : For Your Information (Pour votre information).
- Feedback : Un retour ou un commentaire sur un travail.
- Deadline : La date limite.
- To touch base : Reprendre contact ou faire un point rapide avec quelqu'un.
- Workflow : Le flux ou l'organisation du travail.
- Pain point : Une difficulté ou un problème spécifique à résoudre.

LE CONSEIL PRO : Ne vous excusez jamais pour votre niveau d'anglais ("Sorry for my bad English"). Cela diminue votre crédibilité. Si vous cherchez un mot, dites simplement "How do you say...?" ou reformulez avec des mots simples. L'important en milieu pro est la clarté du message, pas la perfection de l'accent.

Chapitre 14

Le Sommet de la Pyramide : Conditionnels et Hypothèses

Module : Le Sommet de la Pyramide – Conditionnels et Hypothèses

Félicitations, vous atteignez les sommets de la langue anglaise ! Maîtriser les conditionnels, c'est passer de la simple description de la réalité à la capacité de spéculer, de rêver et d'analyser vos choix passés.

Étape 1 : Le Réel et le Possible (Conditionnels 0 & 1)

Avant de plonger dans l'imaginaire, fixons les règles des scénarios probables ou automatiques.

- Le Conditionnel Zéro (Vérités générales) : On utilise "If + Présent, Présent".
 - Exemple : If you heat ice, it melts. (Si tu chauffes la glace, elle fond).
- Le Premier Conditionnel (Le futur probable) : On utilise "If + Présent, WILL + Verbe".
 - Structure : If + Present Simple / Future Simple.
 - Usage : Pour une situation qui a de fortes chances de se produire.
 - Exemple : If it rains, I will stay home. (S'il pleut, je resterai à la maison).

Étape 2 : L'Imaginaire et l'Hypothétique (Le Second Conditionnel)

C'est ici que vous commencez à explorer des scénarios qui n'existent pas encore ou qui sont peu probables.

- La structure : "If + Prétérit (Past Simple), WOULD + Verbe".

- Le cas particulier de "To Be" : Pour être très correct, on utilise souvent "were" à toutes les personnes.

- Exemple : If I were you, I would go. (Si j'étais toi, j'irais).

- L'usage : Rêver (If I won the lottery...) ou donner des conseils.

Étape 3 : Le Remords et le Regret (Le Troisième Conditionnel)

Le troisième conditionnel permet de revenir sur le passé pour imaginer une issue différente. C'est la structure la plus complexe, mais la plus riche.

- La construction : If + Past Perfect (had + participe passé) / WOULD HAVE + participe passé.

- L'intention : Exprimer que l'occasion est passée et qu'on ne peut plus rien changer.

- Exemple concret : If I had studied more, I would have passed the exam. (Si j'avais plus étudié, j'aurais réussi l'examen).

Étape 4 : Exprimer des Souhaits avec "I Wish"

Pour exprimer un désir de changement dans le présent ou un regret sur le passé, l'anglais utilise le verbe To Wish.

- Souhait présent : I wish + Prétérit.

- Exemple : I wish I spoke English fluently. (Je voudrais parler anglais couramment).

- Regret passé : I wish + Past Perfect.

- Exemple : I wish I had seen that movie. (J'aurais aimé voir ce film).
- Agacement : I wish + WOULD (pour demander à quelqu'un de changer de comportement).
- Exemple : I wish you would stop shouting! (J'aimerais que tu arrêtes de crier !).

Étape 5 : Votre routine de 15 minutes pour ce module

Appliquer ces structures demande de la répétition mentale. Voici comment pratiquer efficacement :

- Minutes 1 à 5 : Listez 3 choses que vous ferez demain si tout se passe comme prévu (Conditionnel 1).
- Minutes 6 à 10 : Imaginez ce que vous feriez avec 1 million d'euros (Conditionnel 2).
- Minutes 11 à 15 : Repensez à un petit regret d'hier et formulez-le avec "If I had..." (Conditionnel 3).

LE CONSEIL PRO : Ne vous laissez pas intimider par la longueur des phrases du 3ème conditionnel. Pour vous aider, retenez que le "would have" se contracte presque toujours à l'oral en "would've" ou même un son très court "woulda". Entraînez-vous à dire "I would've gone" rapidement pour sonner comme un natif !

Chapitre 15

Objectif Autonomie : Votre Plan d'Action pour l'Après-Mois

Module : Objectif Autonomie – Votre Plan d'Action pour l'Après-Mois

Félicitations ! Vous venez de boucler 30 jours de pratique intensive. L'objectif n'est pas de s'arrêter en si bon chemin, mais de passer d'un apprentissage actif à une pratique naturelle et durable.

Étape 1 : Faire le bilan de vos acquis

Avant de regarder devant vous, prenez un instant pour mesurer le chemin parcouru. Cela booste la confiance en soi.

- Compréhension orale : Identifiez si vous saisissez désormais l'idée globale d'une vidéo ou d'une chanson simple sans lire la traduction.
- Fluidité : Notez si vous hésitez moins sur les structures de base (présent, passé, futur).
- Vocabulaire : Listez mentalement 10 nouveaux mots ou expressions que vous utilisez désormais sans réfléchir.
- Confiance : Évaluez votre niveau d'appréhension face à une interaction en anglais par rapport au premier jour.

Étape 2 : Créer votre routine d'entretien personnalisée

Pour ne pas perdre vos réflexes, vous n'avez plus besoin de 15 minutes d'exercices formels, mais de 10 minutes d'immersion quotidienne. Choisissez votre menu :

- Lundi & Jeudi (Écoute) : Écoutez un podcast court ou une chanson en prêtant attention aux paroles.
- Mardi & Vendredi (Lecture) : Lisez un article de presse (BBC News, Simple English) ou suivez un compte Instagram anglophone sur votre passion.
- Mercredi & Samedi (Expression) : Parlez seul pendant 2 minutes sous la douche ou en cuisinant pour raconter votre journée en anglais.
- Dimanche (Détente) : Regardez un épisode de série ou une vidéo YouTube en VOST Anglais (évitez le français).

Étape 3 : Utiliser les ressources "sans effort"

Intégrez l'anglais dans vos outils technologiques pour progresser de manière passive et automatique.

- Paramètres système : Passez l'interface de votre smartphone et de vos réseaux sociaux en anglais.
- Applications mobiles : Gardez une application de type Duolingo ou Babbel pour les moments d'attente (transports, files d'attente).
- Extensions navigateur : Installez Language Reactor sur Chrome pour avoir un double sous-titrage sur Netflix et YouTube.
- Podcasts spécialisés : Abonnez-vous à "6 Minute English" de la BBC pour un format court et parfaitement adapté au niveau intermédiaire.

Étape 4 : Se fixer un nouveau défi concret

L'autonomie se nourrit de projets. Sans objectif, la motivation s'étirole. Choisissez votre prochain cap :

- Défi Voyage : Préparer un itinéraire et réserver des activités en communiquant

uniquement en anglais.

- Défi Culture : Lire un premier roman court en anglais (format "Graded Readers" adapté à votre niveau).
- Défi Social : Participer à un "Café Polyglotte" ou utiliser une application de tandem linguistique comme HelloTalk.
- Défi Pro : Mettre à jour votre profil LinkedIn ou votre CV en anglais.

LE CONSEIL PRO : Ne visez jamais la perfection, visez la régularité. Il vaut mieux pratiquer 5 minutes chaque jour que 2 heures une seule fois par mois. L'anglais n'est plus une matière scolaire, c'est désormais un outil de votre quotidien. Usez-en et abusez-en !

FIN

Merci d'avoir lu "Objectif Anglais : 15 minutes par jour pendant 1 mois pour tout comprendre"

Une œuvre écrite par Fusianima Expert

[Lire la version interactive et commenter](#)

[Découvrir les autres œuvres de l'auteur](#)