

e-book - Vol. 2

First Steps in English

Primeiros passos em inglês



FISK



A quarentena ainda vai fazer parte da nossa rotina por algum tempo. Mas, esse tempo não precisa ser um tédio, uma chatice. Podemos usar esse período de uma forma mais produtiva para manter a saúde mental e emocional.

Tem uma porção de coisas que podemos fazer, não só aquelas das quais já gostamos, mas outras que serão muito úteis para quando tudo voltar ao normal. Uma delas é finalmente aprender a falar inglês!

Então, que tal começar agora?



Uma das melhores atividades que podemos fazer quando estamos em casa é dormir. Como é bom acordar descansado(a) e revigorado(a)!



Did you sleep well last night?
Você dormiu bem a noite passada?

Yes, like a log. Why?
Sim, como uma pedra. Por quê?



You look sleepy.
Você parece estar com sono.

Well, in fact, I think it's because I overslept.
Bem, na verdade, eu acho que é porque dormi demais.



Para poder falar um pouquinho mais sobre como você dorme à noite, você vai precisar de um pouquinho mais de vocabulário. Dê uma olhada nessas palavras.

Bed
Cama

Crib
Berço

Doze off
Cochilar

Dream
Sonho

Dream (verb)
Sonhar

Early bird
Madrugador

Fall asleep
Cair no sono

Hammock
Rede

Heavy / Light sleeper
De sono pesado / sono leve

Insomnia
Insônia

Night owl
Pessoa que dorme bem tarde

Nightgown
Camisola

Nightmare
Pesadelo

Oversleep
Dormir demais

Pajamas
Pijama

Pillow
Travesseiro

Sleep in
Ficar na cama até tarde

Sleep late
Dormir até mais tarde

Sleep like a baby
Dormir como um anjo

Sleep like a log
Dormir como uma pedra

Sleepwalker
Sonâmbulo

Sleepy
Com sono

Snore
Roncar

Take a nap
Tirar uma soneca

Toss and turn
Revirar-se na cama

Turn in
Ir pra cama

Wake up
Acordar

Yawn
Bocejar

Quer dar um tempo nas preocupações e problemas atuais? Escolha um bom filme e viaje pelo mundo de faz-de-conta dos personagens. Você vai se sentir bem melhor, poder recomendar o filme para os amigos e depois conversarem juntos sobre ele!



What's your favorite type of movie?
Qual seu tipo de filme favorito?

I like comedies. How about you?
Gosto de comédias. E você?



I like action movies.
Let's see one right now.
Gosto de filmes de ação. Vamos ver um agora.

Good idea, but I choose the movie.
Boa ideia, mas eu escolho o filme.



OK. I get the popcorn.
OK. Eu pego a pipoca.

Types of movies

Action
Ação

Drama
Drama

Science fiction
Ficção científica

Adventure
Aventura

Fantasy
Fantasia

Superhero
Super-herói

Animation
Animação

Horror
Terror

Thriller
Suspense

Comedy
Comédia

Musical
Musical

War
Guerra

Documentary
Documentário

Romance comedy
Comédia romântica

Você curtiu o filme?
Então, você pode dizer:

This movie is excellent.
Este filme é excelente.

A masterpiece
Uma obra de arte

Full of surprises
Cheio de surpresas

Funny
Engraçado

Great
Ótimo

Informative
Informativo

Não gostou muito?
Então, diga:

This movie is not so good.
Esse filme não é tão bom assim.

A waste of time
Uma perda de tempo

Complex
Complexo

Predictable
Previsível

Senseless
Sem sentido

Terrible
Horível

Talking to your friends virtually

Conversar com seus amigos virtualmente

O distanciamento social é muito importante nesse período, mas aí bate aquela saudade dos amigos e familiares. A boa notícia é que não precisa ser assim. Com esse mundo virtual que não para de crescer, há muitas alternativas para você se socializar e ainda se manter seguro(a). Uma dessas alternativas é conversar com seus amigos através de mensagens de texto. E se vocês conversassem em inglês para atualizar o papo e ainda aprender um pouco mais? Fica a dica.



Hey! RUOK?

Hey! Are you OK?
Oi! Tudo bem?

Hi. I'm good. U?

Hi. I'm good. You?
Oi. Estou bem. E você?

WOT RU up2?

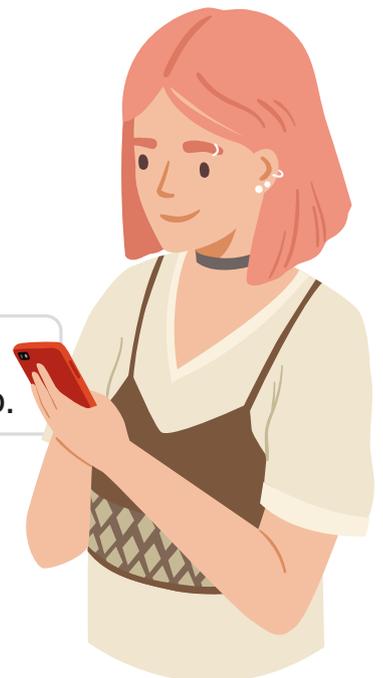
What are you up to?
O que você está fazendo agora?

Talking to my BF.

Talking to my boyfriend.
Falando com meu namorado.

LOL. Call me l8R?

Laughing out loud. Call me later?
Kkk. Me chama mais tarde?



Talking to your friends virtually

Conversar com seus amigos virtualmente

Achou difícil? Mas é só praticar! Dá uma olhadinha na lista de abreviações mais comuns e chame seus amigos para uma conversa divertida!

2day	Today	Hoje
2moro	Tomorrow	Amanhã
2nite	Tonight	Hoje à noite
B4N	Bye for now	Até logo
BRB	Be right back	Já volto
BT	But	Mas
CUL	See you later	Te vejo mais tarde
GR8	Great	Ótimo
L8R	Later	Mais tarde
LOL	Laughing out loud	Rindo muito
NP	No problem	Sem problemas
SB	Somebody	Alguém
THX	Thanks	Obrigado
TTYL	Talk to you later	Falo com você mais tarde
WOT	What	O que
XOXO	Hugs and kisses	Beijos e abraços
YW	You're welcome	De nada

Limpar a casa

Já dizia Mary Poppins “*Em cada trabalho que se faz há um elemento de diversão. Se você encontrar esse divertimento, o trabalho torna-se uma brincadeira*”. E é com esse espírito que vamos falar de limpar a casa e fazer o trabalho doméstico. Ficar feliz em lavar o banheiro pode ser um pouco difícil, mas podemos começar com outros trabalhos mais divertidos.



What chores do you do in your house?

Quais são as tarefas que você costuma fazer na sua casa?

I'm in charge of feeding the dog and watering the plants.

Eu sou responsável por dar comida para o cachorro e regar as plantas.



Well, I have to dust the furniture. But, I don't complain.

Bem, eu tenho que tirar o pó dos móveis. Mas, não reclamo.

Dusting is fun.

Tirar o pó é divertido.



Limpar a casa

Tem mais algumas tarefas que precisamos fazer. Que tal aproveitar que está em casa e dar uma ajudinha? Afinal, ainda não existe uma casa autolimpante!

Clean the carpets

Limpar os tapetes

Make the bed

Fazer a cama

Clean the windows

Limpar as janelas

Put things away

Guardar as coisas

Cook

Cozinhar

Scrub the toilet

Esfregar o vaso sanitário

Do the dishes

Lavar a louça

Sweep the floor

Varrer o chão

Do the ironing

Passar roupa

Take out the trash

Levar o lixo pra fora

Do the laundry

Lavar roupa

Tidy up the closet

Arrumar o armário

Dust the furniture

Tirar o pó dos móveis

Vacuum

Passar aspirador de pó

Feed the dog

Alimentar o cachorro

Wash the curtains

Lavar as cortinas

Fold the laundry

Dobrar a roupa lavada

Water the plants

Regar as plantas

Pensando em mais uma atividade que pode fazer você se sentir mais confortável durante o período de isolamento social? Que tal comer aquela comida favorita?

Você pode levantar do sofá agora mesmo e fazer aquela busca no armário da cozinha. Mas, faça escolhas saudáveis e controle-se para não comer tudo em um dia só!



What's your favorite food?
Qual é a sua comida favorita?

**I love lasagna.
Can you make lasagna?**
Eu adoro lasanha.
Você sabe fazer lasanha?



No, but I can make spaghetti.
Não, mas eu sei fazer espaguete.

OK. I like spaghetti too.
Legal. Eu também gosto de espaguete.



Comer

Além de comer, você pode chamar seus amigos online e conversar com eles sobre comida, trocar receitas, falar sobre as combinações esquisitas que vocês adoram e ainda dar boas risadas. Melhor ainda se essa conversa for em inglês. Dá uma olhada na lista de gostosuras que preparamos para você.

Apple pie Torta de maçã	Fish Peixe	Pancakes Panqueca
Bread Pão	French fries Batata frita	Pasta Massa
Brownies Brownies	Fruit Frutas	Pizza Pizza
Cake Bolo	Hamburgers Hambúrgueres	Rice Arroz
Cheese Queijo	Healthy food Comida saudável	Salad Salada
Chicken Frango	Ice cream Sorvete	Seafood Frutos do mar
Chocolate Chocolate	Junk food Comida não saudável	Spaghetti Espaguete
Cookies Biscoitos	Lasagna Lasanha	Sweets Doces
Donuts Rosquinhas	Marshmallow Marshmallow	Vegetables Legumes e verduras
Exotic food Comida exótica	Meat Carne	Yogurt Iogurte

Se você optar por fazer sua própria comida, parabéns! Você sabe como preparar seu prato favorito? Que tal pedir ajuda para uma pessoa da sua família? A Internet também pode te ajudar. Lá você encontra milhões de tutoriais prontos para te socorrer. Agora é só pôr a mão na massa!



Mom, do you need help in the kitchen?
Mãe, você precisa de ajuda na cozinha?

Sure! Can you cut these vegetables into cubes?
Claro! Você pode cortar estes legumes em cubos?



Here they are.
Aqui estão.

Now cook them in hot water.
Agora, cozinhe-os em água fervente.



Where can I heat the water?
Onde posso esquentar a água?

Use this pan, dear.
Use esta panela, querido.



Comer

Agora que você decidiu ser um *masterchef*, que tal aprender essas palavras?

Add
Adicionar

Baking tray
Assadeira

Beat
Bater

Boil
Ferver

Bowl
Tigela

Chop
Picar

Cook
Cozinheiro

Cook (verb)
Cozinhar

Cookbook
Livro de receitas

Dice
Cortar em forma de cubos

Dish
Prato

Fry
Fritar

Frying pan
Frigideira

Grease
Untar

Grill
Grelhar

Ingredients
Ingredientes

Kettle
Chaleira

Measuring cups
Medidores

Melt
Derreter

Mix
Misturar

Pan
Panela

Preheat
Pré-aquecer

Recipe
Receita

Roast
Assar

Steam
Cozinhar no vapor

Stir
Mexer

Olha quantas dicas! Mas, se você já fez todas as atividades que sugerimos e ainda quer fazer muitas outras, descanse um pouco e se prepare: temos mais sugestões para você. Veja o que é de seu interesse e divirta-se!

- **Read a good book** – Leia um bom livro
- **Start a journal / blog** – Escreva um diário / blog
- **Learn how to play a musical instrument** – Aprenda a tocar um instrumento
- **Build something with Lego** – Monte alguma coisa com Lego
- **Do a jigsaw puzzle** – Monte um quebra-cabeças
- **Play board games** – Jogue jogos de tabuleiro
- **Meditate** – Faça meditação
- **Work out** – Faça exercícios
- **Do charity** – Faça caridade
- **Send e-mails to family/friends** – Envie e-mails para a família/os amigos
- **Work from home** – Trabalhe de sua casa
- **Organize your drawers** – Organize as suas gavetas
- **Binge-watch a TV show** – Maratone uma série
- **Do yoga** – Faça yoga
- **Plan your next vacation** – Planeje a sua próxima viagem
- **Take free online courses** – Faça cursos online gratuitos
- **Grow a little garden** – Comece um pequeno jardim
- **Explore museums or parks that offer virtual tours**
– Explore museus ou parques que ofereçam passeios virtuais
- **Organize your photos** – Organize as suas fotos
- **Travel virtually** – Viaje virtualmente
- **Explore ways to save money** – Explore maneiras de economizar dinheiro
- **Redecorate your house** – Redecore a sua casa
- **Listen to podcasts** – Ouça podcasts
- **Learn some magic tricks** – Aprenda alguns truques de mágica

Fique em casa, mas seja produtivo. Em vez de pensar em coisas que não pode fazer, invista seu tempo em atividades que vão fazer você se sentir bem. Mas também tome cuidado para não se obrigar a ser produtivo o tempo todo. Procure fazer atividades que ajudem você a passar por esses tempos difíceis com mais leveza e que mantenham a sua sanidade intacta.

Se você sentiu que essa é a hora de aprender mais, a gente garante que a Fisk tem uma paixão enorme por ensinar e transformar a vida das pessoas.

O mais legal é que temos mais de **1.000 escolas espalhadas por todo o Brasil**. É muito provável que tenha uma ou mais escolas Fisk na sua cidade.

Saiba mais sobre os nossos cursos e dê uma chance para o seu futuro. Mais de 15 milhões de pessoas já estudaram na Fisk, consagrando-nos como um dos maiores centros de ensino do mundo.

Faça mais que um curso, faça Fisk.

FAÇA A SUA PRÉ-MATRÍCULA

**TENHO UMA DÚVIDA
SOBRE ESTE LIVRO**

**CONFIRA MAIS DICAS
NO NOSSO BLOG**



FAÇA MAIS. FAÇA FISK.



FISK.COM.BR