CỤM TỪ IELTS CƠ BẢN 6.5

1. **Relationship P1: Các mối quan hệ P1**

* **get on with somebody:** Hòa thuận với ai (phrase)

We used to **get on with** each other very well until we got into different universities.

Chúng tôi từng rất hòa thuận với nhau cho đến khi chúng tôi học khác trường đại học.

* **look up to somebody:** Ngưỡng mộ ai (phrase)

I really **look up to** those who always try to find joy and hope even in the worst situation.

Tôi thực sự ngưỡng mộ những người luôn cố gắng tìm kiếm niềm vui và hy vọng ngay cả trong tình huống xấu nhất.

* **stay in touch:** Giữ liên lạc (phrase)

Even though we were far from each other, we always **stayed in touch** on social media.

Dù ở xa nhau nhưng chúng tôi luôn giữ liên lạc trên mạng xã hội.

* **fall out with somebody:** Tranh cãi và bất hòa với ai (phrase)

He **fell out with** his family since he moved out to go to college.

Anh ấy bất hòa với gia đình kể từ khi anh ấy chuyển ra ngoài để học đại học.

* **grow apart from somebody:** Không thân thiết với ai nữa (phrase)

We simply **grew apart from** each other as we were too busy with our own stuff.

Chúng tôi chỉ đơn giản là không còn thân nhau nữa vì chúng tôi quá bận rộn với những công việc của riêng mình.

* **take after somebody:** Giống ai đó (về ngoại hình, tính cách) (phrase)

I **take after** my dad with my tall figure and round face, but I have my mother's eyes.

Tôi giống bố ở dáng người cao và khuôn mặt tròn, nhưng tôi lại có đôi mắt của mẹ.

* **grow up with somebody:** Lớn lên cùng với ai (phrase)

His parents had to work out of town all the time, so he **grew up with** his grandmother.

Cha mẹ anh ấy phải làm việc ngoài thị trấn suốt, nên anh ấy lớn lên với bà.

* **be close with somebody:** Thân thiết với ai (phrase)

In my family, I am really **close with** my sister. We tell each other everything and never fight.

Trong gia đình, tôi thực sự thân thiết với em gái. Chúng tôi kể cho nhau nghe mọi thứ và không bao giờ gây gổ đánh nhau.

* **be good fun:** (Ai đó) Là người vui vẻ khi ở chung (phrase)

I get along really well with my father, he is **good fun** to be with, and we see eye to eye on many things.

Tôi rất hợp với bố tôi, ở bên cạnh ông rất vui và chúng tôi có cùng quan điểm trong rất nhiều thứ.

* **extremely blunt:** Lỗ mãng (phrase)

My father can be **extremely blunt** sometimes, but he is a very genuine and kind person.

Cha tôi đôi khi hơi lỗ mãng, nhưng ông ấy là một người rất chân thành và tốt bụng.

1. **Relationship P2: Các mối quan hệ P2**

* **enthusiastic about something:** Thích thú điều gì (phrase)

We have many things in common. For example, both of us are **enthusiastic about** traveling, food, and meditation.

Chúng tôi có rất nhiều điểm chung. Ví dụ, chúng tôi đều thích thú với việc đi du lịch, đồ ăn và thiền.

* **nuclear family:** Gia đình hạt nhân (gồm bố mẹ và con) (phrase)

People nowadays have a tendency to live in a **nuclear family** instead of an extended one as the generation gap is getting bigger and bigger.

Mọi người ngày nay có xu hướng sống trong gia đình hạt nhân thay vì gia đình mở rộng khi khoảng cách thế hệ đang ngày càng lớn hơn.

* **be brought up:** Được nuôi dưỡng (phrase)

The way a child **is brought up** has a very strong influence on his belief system as well as his outlook on the world later in life.

Cách một đứa trẻ được nuôi dưỡng có ảnh hưởng mạnh mẽ đến đức tin cũng như thế giới quan của trẻ trong cuộc sống sau này.

* **come across as:** Được nhìn nhận như (phrase)

In my family, I always **come across as** a nerd who always has my head buried in a book.

Trong gia đình, tôi luôn được nhìn nhận như là một đứa mọt sách, lúc nào cũng thấy cắm mặt vào đọc sách thôi.

* **be laid-back:** Thoải mái, không lo nghĩ (tính cách) (phrase)

Unlike my mother, who takes things very seriously, I am quite **laid-back**.

Không giống mẹ tôi, mẹ lúc nào cũng nghiêm túc với mọi thứ, tôi khá là thoải mái.

* **widely dispersed:** Bị phân tán (xa nhau) (phrase)

Due to the convenience of transportation, many people have a tendency to establish their careers far away from home, which makes families **widely dispersed** and less close.

Do sự thuận tiện của giao thông, con người ngày này có xu hướng đi xa để lập nghiệp, điều đó khiến các gia đình ngày càng phân tán và ít thân thiết.

* **sense of identity:** Nhận thức về danh tính (phrase)

Families give people a **sense of identity**, which refers to the way you define yourself .

Gia đình cho con người ta một nhận thức về danh tính, là cách mà chúng ta định nghĩa bản thân mình.

* **be yourself with somebody:** Là chính mình với ai (phrase)

Be with someone that you can **be yourself with**, which means you don't have to pretend to be someone else when you are around them.

Hãy ở bên người mà bạn có thể là chính mình, nghĩa là bạn không phải giả vờ là một người khác khi ở cạnh họ.

* **argue over something:** Tranh cãi, tranh giành điều gì (phrase)

My sister and I are on very good terms. We never **argue over anything**.

Em gái và tôi có quan hệ rất tốt. Chúng tôi không bao giờ tranh giành bất cứ điều gì.

* **the black sheep of the family:** Kẻ lạc loài trong gia đình (phrase)

Since I didn't follow in the family footsteps, which is becoming a doctor instead of a breakdancer, everyone thinks that I am **the black sheep of the family**.

Vì tôi không theo nghiệp gia đình là trở thành một bác sĩ thay vì một vũ công, nên mọi người đều nghĩ rằng tôi là kẻ lạc loài trong gia đình.

1. **Health & Fitness P1: Sức khỏe & Thể chất P1**

* **maintain flexibility:** Giữ cơ thể dẻo dai (phrase)

My mom does yoga three times a week to **maintain flexibility**

Mẹ tôi tập yoga ba lần một tuần để giữ cho cơ thể dẻo dai

* **stay in shape:** Giữ gìn vóc dáng (phrase)

One of the most healthy ways to **stay in shape** is to lead an active lifestyle with exercises and sports as long as to maintain a balanced diet.

Một trong những cách lành mạnh nhất để giữ gìn vóc dáng là thực hiện một lối sống năng động có tập thể dục thể thao miễn là duy trì một chế độ ăn uống cân bằng.

* **work out:** Tập luyện (thể dục thể hình) (phrase)

She is always in great shape, yet she rarely **works out**. She must have a very fast metabolism.

Cô ấy lúc nào cũng thon thả, ấy vậy mà cô chẳng bao giờ tập luyện cả. Chắc hẳn cơ thể cô ấy trao đổi chất rất nhanh.

* **water sport:** Thể thao dưới nước (phrase)

If you love being in the water, you can try some **water sports** like water skiing or scuba diving.

Nếu bạn thích ở dưới nước, bạn có thể thử một số môn thể thao dưới nước như lướt ván hoặc lặn với bình dưỡng khí.

* **extreme sport:** Thể thao mạo hiểm (phrase)

Those who are adventurous may be interested in **extreme sports**, like skateboarding or rock climbing.

Những người ưa phiêu lưu có thể hứng thú với các môn thể thao mạo hiểm như trượt ván hoặc leo núi.

* **team sport:** Thể thao đồng đội (phrase)

**team sports** like football or basket ball can help children to increase interaction with others as well as to develop their communication skills.

Các môn thể thao đồng đội như bóng đá hoặc bóng rổ có thể giúp trẻ tăng tương tác với những người khác đồng thời phát triển kỹ năng giao tiếp của trẻ.

* **individual sport**: Thể thao cá nhân (phrase)

If you don't have a sports buddy, you can choose to play an **individual sport** such as running, golf or boxing.

Nếu không có người đồng hành, bạn có thể chọn chơi một môn thể thao cá nhân như chạy, chơi gôn hoặc quyền anh.

* **improve one's fitness:** Cải thiện sức khỏe thể chất của ai (phrase)

The fastest way to **improve your fitness** is to cut down on the amount of refined sugar in your diet.

Cách nhanh nhất để cải thiện sức khỏe thể chất là cắt giảm lượng đường tinh luyện trong khẩu phần ăn.

* **score the winning goal:** Ghi bàn thắng quyết định (phrase)

He **scored the winning goal** at the last minute of the game, which was unbelievable.

Anh ấy đã ghi bàn thắng quyết định ở phút cuối cùng của trận đấu, một điều thật đáng kinh ngạc.

* **be an up-and-coming talent:** Tài năng triển vọng (phrase)

My brother has a knack for football, and with the right training method, he is believed to be an **up-and-coming talent**.

Anh trai tôi có sở trường về bóng đá, và với sự đào tạo bài bản, mọi người tin rằng anh ấy sẽ trở thành một tiềm năng xuất chúng.

* **do cardiovascular exercises:** Thực hiện các bài tập tim mạch (phrase)

One of the most popular ways to lose weight is to **do cardiovascular exercises**, which increase your breathing and heart rate.

Một trong những cách phổ biến nhất để giảm cân là thực hiện các bài tập tim mạch để giúp tăng nhịp thở và nhịp tim.

1. **Health & Fitness P2: Sức khỏe & Thể chất P2**

* **do muscle-building:** Luyện tập cơ bắp (phrase)

Besides trying to lose weight, always remember to **do muscle-building** if you want to have a healthy-looking body.

Bên cạnh việc cố gắng giảm cân, hãy luôn nhớ luyện tập cơ bắp nếu bạn muốn có một cơ thể khỏe mạnh.

* **be beneficial for:** Có lợi cho (phrase)

Integrating a workout session into your daily routine is very **beneficial for** you since it not only helps you to keep fit, it also helps to reduce stress and anxiety.

Lồng ghép buổi tập luyện vào thói quen hàng ngày rất có lợi cho bạn vì nó không chỉ giúp bạn giữ dáng mà còn giúp giảm căng thẳng và sự lo âu.

* **in two minds about something:** Phân vân về điều gì (phrase)

I am **in two minds about** fad diets. They bring good results in a short amount of time, but I don't think they are healthy for the body.

Tôi đang phân vân về các chế độ ăn kiêng tạm thời. Chúng mang lại hiệu quả tốt trong khoảng thời gian ngắn, nhưng tôi không nghĩ rằng chúng tốt cho cơ thể.

* **lead a sedentary lifestyle:** Có lối sống ít vận động (phrase)

More and more people are **leading a sedentary lifestyle** nowadays, which is alarming because this lifestyle weakens us more than ever.

Ngày nay, ngày càng nhiều người có lối sống ít vận động, điều này thật đáng báo động bởi lối sống này khiến chúng ta trở nên yếu ớt hơn bao giờ hết.

* **couch potato:** Kẻ chây lười (phrase)

My mother is very active and healthy at her age. She does yoga three times per week, while I am just **a couch potato**, sitting at home with my phone all day.

Mẹ tôi rất năng động và khỏe mạnh ở độ tuổi của bà. Mẹ thường tập yoga ba lần mỗi tuần, trong khi tôi chỉ là một kẻ chây lười, ngồi ở nhà bấm điện thoại cả ngày.

* **set a good example:** Nêu gương tốt, là tấm gương tốt (phrase)

Parents should **set good examples** for their kids by doing exercise on a daily basis.

Cha mẹ nên nêu gương tốt cho con cái bằng cách tập thể dục hàng ngày.

* **balanced diet:** Chế độ ăn cân đối (phrase)

Eating a **balanced diet** is a sustainable way to maintain your good shape.

Có một chế độ ăn cân đối là một cách giữ dáng bền vững.

* **be sceptical of something:** Hoài nghi, nghi ngờ về điều gì (phrase)

I am highly **sceptical of fasting**, which is one of the ways to help you lose weight in a short time.

Tôi rất nghi ngờ về việc nhịn ăn, đó là một trong những cách giúp bạn giảm cân trong thời gian ngắn.

* **force somebody into:** Ép ai đó làm gì (phrase)

You shouldn't **force yourself into** extreme sports before your body is ready for them, because that might lead to unnecessary injuries.

Bạn không nên ép bản thân chơi những môn thể thao mạo hiểm trước khi cơ thể bạn sẵn sàng cho chúng, bởi vì điều đó có thể dẫn đến những chấn thương không đáng có.

* **stick firmly with something:** Gắn chặt với điều gì, tuân theo chặt chẽ (phrase)

If you want to build muscle, you need to create a workout schedule and **stick firmly with it**.

Nếu bạn muốn có cơ bắp, bạn cần phải tạo lập một lịch trình luyện tập và tuân theo nó một cách chặt chẽ.

* **sense of achievement:** Cảm giác đạt được thành tựu (phrase)

Team sports sometimes give the kids a **sense of achievement**, which motivates them to strive for the better in other areas of life.

Các môn thể thao đồng đội đôi khi mang lại cho trẻ cảm giác đạt được thành tựu, điều này tạo động lực khiến trẻ phấn đấu trở nên tốt hơn trong các lĩnh vực khác của cuộc sống.

1. **Studies & Work P1: Học tập & Làm việc P1**

* **work something out:** Tìm ra cách giải quyết cho cái gì (phrase)

I had been struggling with this question for 3 days, but in the end, I could **work it out**.

Tôi đã trầy trật với câu hỏi này trong 3 ngày, nhưng đến cuối cùng tôi đã tìm ra cách giải nó.

* **arts subject:** Môn nghệ thuật (phrase)

Many people believe that **arts subjects** are not practical and should be optional at school.

Nhiều người cho rằng các môn nghệ thuật là không thực tế và nên trở thành môn tự chọn ở trường.

* **scientific subject:** Môn khoa học (phrase)

Fewer and fewer students choose **scientific subjects** to focus on at high school because they think that arts subjects can be of better use later in life.

Ngày càng ít học sinh chọn các môn khoa học để tập trung ở trường trung học vì họ nghĩ rằng các môn nghệ thuật có ứng dụng tốt hơn trong cuộc sống sau này.

* **be motivated by:** Được thôi thúc bởi (phrase)

Some students **are motivated by** rewards to study harder.

Một số học sinh được thôi thúc bởi giải thưởng để có thể học hành chăm chỉ hơn.

* **be keen on:** Đam mê thứ gì (phrase)

I remember not **being keen on** science subjects when I was in high school. Those are very dry to me.

Tôi nhớ rằng mình không đam mê các môn khoa học khi tôi còn học trung học. Đối với tôi, chúng rất khô khan.

* **tuition fee:** Học phí (phrase)

In some developed countries, there is no **tuition fee** until the postgraduate level.

Ở một số nước phát triển, học sinh không cần đóng học phí cho đến khi học đến bậc sau đại học.

* **retake an exam:** Thi lại một kì thi (phrase)

You can always **retake the exam** until you get the score you desire.

Bạn luôn có thể thi lại kỳ thi đó cho đến khi đạt được số điểm mà mình mong muốn.

* **carry high prestige:** Có thanh thế (công việc, vị trí) (phrase)

Many people want jobs that **carry high prestige** like doctors or lawyers, but that requires a great deal of time and effort.

Nhiều người muốn những công việc có thanh thế như bác sĩ hay luật sư, nhưng điều đó đòi hỏi rất nhiều thời gian và công sức.

* **office job:** Một công việc văn phòng (phrase)

Parents in my country normally want their kids to seek **an office job** after graduating from university.

Các bậc phụ huynh ở quốc gia của tôi thường muốn con cái họ tìm được một công việc văn phòng sau khi tốt nghiệp đại học.

* **be self-employed:** Tự kinh doanh (phrase)

After some time working for different companies and gaining enough experience, I decided to start my own business and **be self-employed**.

Sau một thời gian làm việc cho các công ty khác nhau và tích lũy đủ kinh nghiệm, tôi quyết định khởi nghiệp và tự kinh doanh.

* **earn a great deal:** Kiếm được nhiều tiền (phrase)

I don't **earn a great deal** in my current job, but I enjoy working every day.

Tôi không kiếm được nhiều tiền với công việc hiện tại, nhưng tôi thích làm việc hàng ngày.

1. **Studies & Work P2: Học tập & Làm việc P2**

* **tremendous job satisfaction:** Vô cùng hài lòng với công việc (phrase)

As a doctor, seeing my patients making progress day after day gives me **tremendous job satisfaction**.

Là một bác sĩ, nhìn thấy bệnh nhân của mình khỏe hơn mỗi ngày khiến tôi vô cùng hài lòng với công việc.

* **work long hours:** Làm việc nhiều giờ (phrase)

My old job required **working long hours** and a lot of traveling, which was why I quit.

Công việc cũ của tôi đòi hỏi phải làm việc nhiều giờ và đi lại nhiều, đó là lý do tôi nghỉ việc.

* **be made redundant:** Bị thất nghiệp, bị cho nghỉ việc (phrase)

Due to the Covid-19 pandemic, thousands of people have **been made redundant** because their companies have no work to do.

Do dịch bệnh covid-19, hàng nghìn người đã bị thất nghiệp vì công ty của họ không có việc để làm.

* **get sacked:** Bị sa thải, bị đuổi việc (phrase)

He **got sacked** because they found out that he had been stealing from the company for a long time.

Anh ta bị sa thải vì bị phát hiện đã ăn cắp của công ty trong một thời gian dài.

* **be responsible for:** Chịu trách nhiệm về (phrase)

I am **responsible for** the sales and marketing department, with 20 people working under me.

Tôi chịu trách nhiệm về bộ phận bán hàng và tiếp thị, với 20 người làm việc dưới quyền.

* **be a workaholic:** Là người tham công tiếc việc, người nghiện công việc (phrase)

She is a **workaholic**. She can work continuously for months without a day off.

Cô ấy là một người tham công tiếc việc. Cô ấy có thể làm việc liên tục trong nhiều tháng mà không nghỉ ngày nào.

* **do overtime:** Làm thêm giờ (phrase)

In my new job, I rarely have to **do overtime** because the company encourages us to develop other interests outside of work as well.

Trong công việc mới, tôi hiếm khi phải làm thêm giờ vì công ty khuyến khích chúng tôi phát triển các mối quan tâm khác ngoài công việc.

* **the main breadwinner:** Là lao động chính (phrase)

Even though both my parents work, my mom is **the main breadwinner** in the family.

Mặc dù bố mẹ tôi đều đi làm nhưng mẹ tôi là lao động chính trong gia đình.

* **stay-at-home mom:** Bà mẹ nội trợ (phrase)

After getting married, my mom decided to become a **stay-at-home mom**, which was great because we grew up always having our mom around.

Sau khi kết hôn, mẹ tôi quyết định trở thành một bà mẹ nội trợ, điều này thật tuyệt vì chúng tôi luôn có mẹ ở bên trong quá trình trưởng thành.

* **recruit somebody for:** Tuyển dụng ai cho (vị trí nào) (phrase)

We need to **recruit an experienced individual for** the sales executive position.

Chúng tôi cần tuyển một người có kinh nghiệm cho vị trí điều hành kinh doanh.

* **build one's career:** Lập nghiệp, xây dựng sự nghiệp của ai (phrase)

After I graduated, I wanted to **build my career** in Hanoi because my parents and my friends are all here.

Sau khi tốt nghiệp, tôi muốn lập nghiệp ở Hà Nội vì bố mẹ và bạn bè đều ở đây.

* **rewarding job:** Công việc mang lại nhiều thỏa mãn (phrase)

Teaching is a very **rewarding job** where you can see your learners step out of their comfort zone and grow up.

Giảng dạy là một công việc mang lại nhiều thỏa mãn, nơi bạn có thể thấy học sinh của mình bước ra khỏi vùng an toàn và trưởng thành hơn.

1. **Nature & Environment P1: Thiên nhiên & Môi trường P1**

* **boiling hot summer:** Mùa hè nóng gay gắt (phrase)

It is predicted that we will have a **boiling hot summer** this year due to global warming.

Người ta dự đoán rằng chúng ta sẽ có một mùa hè nóng gay gắt trong năm nay do sự nóng lên toàn cầu.

* **get soaked to the skin:** Bị ướt sũng (phrase)

The weather is very unpredictable in this season. Therefore, always bring an umbrella with you so that you don't **get soaked to the skin** when it pours down.

Không thể đoán trước được thời tiết trong mùa này. Vì vậy, hãy luôn mang theo ô bên mình để không bị ướt sũng khi trời đổ mưa.

* **sun worshiper:** Người say mê tắm nắng (phrase)

As a **sun worshiper**, I tend to get really excited when summer comes.

Là một người say mê tắm nắng, tôi thường có xu hướng phấn khích vô cùng khi mùa hè đến.

* **get a good tan:** Có làn da rám nắng (phrase)

Summer is the time to have fun with your friends at the beach and **get a good tan**.

Mùa hè chính là thời điểm để vui chơi bên bạn bè trên bãi biển và có được một làn da rám nắng.

* **snuggle up:** Cuộn mình lại (Phrasal verb)

There is nothing better than **snuggling up** in your favorite blanket with a book and a cup of hot chocolate ready in hand.

Không có gì tuyệt vời hơn khi được cuộn mình trong chiếc chăn yêu thích của bạn với một cuốn sách trên tay và một cốc sôcôla nóng sẵn sàng trong tầm tay.

* **feel dehydrated:** Cảm thấy bị mất nước (phrase)

Make sure to drink a lot of water so that you don't **feel dehydrated** under this boiling hot weather.

Nhớ uống nhiều nước để không cảm thấy bị mất nước dưới thời tiết nắng nóng như thế này.

* **frozen to the bone:** Lạnh thấu xương (phrase)

I had been waiting for him in that cold weather for 2 hours. By the time he arrived, I had been **frozen to the bone**.

Tôi đã đợi anh ấy trong thời tiết lạnh giá đó suốt 2 tiếng đồng hồ. Lúc anh ấy đến, tôi đã lạnh thấu xương.

* **one's teeth are chattering:** (Ai đó lạnh đến mức) Răng va lập cập vào nhau (phrase)

It's so cold outside that **her teeth are chattering**.

Ngoài trời lạnh đến nỗi răng cô ấy va lập cập vào nhau.

* **protect the environment:** Bảo vệ môi trường (phrase)

The government should launch special campaigns to raise awareness of **protecting the environment** among people.

Chính phủ nên phát động các chiến dịch đặc biệt để nâng cao ý thức bảo vệ môi trường của người dân.

* **can't afford to worry about the environment:** Không đủ khả năng để lo lắng cho môi trường (phrase)

People in some developing countries **can't afford to worry about the environment** since they still have other survival needs to satisfy.

Người dân ở một số nước đang phát triển không thể lo lắng về môi trường vì họ vẫn có những nhu cầu sinh tồn khác cần đáp ứng.

* **struggle to do something: Chật vật làm gì (phrase)**

If we don't take action today, our next generation will probably have to **struggle to live** in the polluted environment that we leave.

Nếu chúng ta không hành động ngay hôm nay, rất có thể thế hệ sau của chúng ta sẽ phải chật vật sống trong một môi trường ô nhiễm mà chúng ta đã để lại.

* **lie with somebody: (Trách nhiệm) Thuộc về ai (phrase)**

The responsibility to protect the environment **lies with** both individuals and governments.

Trách nhiệm bảo vệ môi trường thuộc về cả cá nhân lẫn chính phủ.

1. **Nature & Environment P2: Thiên nhiên & Môi trường P2**

* **of one's own accord:** (Thuộc về) Tính tự giác của ai (phrase)

If everyone takes care of the living environment **of their own accord**, the world will be a much better place.

Nếu mọi người tự giác chăm sóc môi trường sống của chính mình, thế giới sẽ là một nơi tốt đẹp hơn nhiều.

* **be green:** Sống xanh (phrase)

Nowadays, **being green** is one of the most popular trends.

Ngày nay, sống xanh là một trong những xu hướng phổ biến nhất.

* **toxic waste:** Chất thải độc hại (phrase)

One of the ways to reduce pollution is to reduce the amount of **toxic waste** that a company can release into the environment.

Một trong những cách để giảm thiểu ô nhiễm là giảm lượng chất thải độc hại mà một công ty có thể thải ra môi trường.

* **incentivise somebody to do something:** Khích lệ ai làm gì (phrase)

Our manager **incentivised us to** get involved in the project with handsome bonuses.

Quản lý khuyến khích chúng tôi tham gia vào dự án với những món tiền thưởng hậu hĩnh.

* **take on the burden of:** Gánh thêm gánh nặng của (phrase)

If we don't take the environment seriously, our next generation will need to **take on the burden of** solving pollution in the future.

Nếu chúng ta không coi trọng môi trường, thế hệ tiếp theo của chúng ta sẽ phải gánh thêm gánh nặng của việc giải quyết ô nhiễm trong tương lai.

* **polluting lifestyle:** Lối sống ô nhiễm (phrase)

We need to change our current **polluting lifestyle** to protect the natural legacies for the future generation.

Chúng ta cần thay đổi lối sống ô nhiễm hiện tại để bảo vệ thiên nhiên cho thế hệ sau.

* **unbalance the ecosystem:** Làm mất cân bằng hệ sinh thái (phrase)

Human are intervening too harshly in natural processes, which may **unbalance the ecosystem**.

Con người đang can thiệp quá thô bạo vào các quá trình tự nhiên, điều này có thể làm mất cân bằng hệ sinh thái.

* **become unfit to do something:** Trở nên không thích hợp để làm gì (phrase)

If we keep on polluting our Mother Nature, soon it will **become unfit to** live on.

Nếu chúng ta tiếp tục làm ô nhiễm Mẹ thiên nhiên, nó sẽ sớm trở nên không thích hợp để sinh sống nữa.

* **lead to the extinction:** Dẫn đến sự tuyệt chủng (phrase)

The Earth has become warmer than ever, which has **led to the extinction** of many species.

Trái đất dần trở nên nóng hơn bao giờ hết dẫn đến sự tuyệt chủng của nhiều loài.

* **in one's wake:** Sau khi ai đó rời đi (phrase)

To protect the surroundings and our environment, we should leave no trash behind **in our wake**.

Để bảo vệ môi trường xung quanh, chúng ta không nên bỏ rác lại khi chúng ta rời đi.

* **destructive habit: Một thói quen có tính phá hủy (phrase)**

Littering is a very **destructive habit** that we all should try to break.

Xả rác là một thói quen có tính phá hủy và tất cả chúng ta nên cố gắng loại bỏ thói quen đó.

* **hold out some hope:** Giữ lấy hy vọng (phrase)

Let's **hold out some hope** that we will soon find a way to solve the plastic waste problems.

Hãy giữ lấy hy vọng rằng chúng ta sẽ sớm tìm ra giải pháp cho các vấn đề về rác thải nhựa.

1. **Language & Communication P1: Ngôn ngữ & Giao tiếp P1**

* **mother tongue:** Tiếng mẹ đẻ (phrase)

My **mother tongue** is Vietnamese, which is a minority language.

Tiếng mẹ đẻ của tôi là tiếng Việt, đây là một ngôn ngữ thiểu số.

* **be bilingual:** Là người song ngữ (phrase)

Even though my parents are Vietnamese, I **am bilingual**. I can speak English and Vietnamese.

Mặc dù bố mẹ đều là người Việt Nam nhưng tôi là người song ngữ. Tôi có thể nói cả tiếng Anh lẫn tiếng Việt.

* **widely spoken:** Được sử dụng rộng rãi (ngôn ngữ) (phrase)

It's always beneficial to learn a foreign language that is **widely spoken** besides your mother tongue.

Luôn luôn có lợi khi học một ngoại ngữ được sử dụng rộng rãi bên cạnh tiếng mẹ đẻ của bạn.

* **the global lingua franca:** Ngôn ngữ toàn cầu (phrase)

English has become **the global lingua franca**, which means we all should know the language if we want to become a global citizen.

Tiếng Anh đã trở thành ngôn ngữ toàn cầu, điều đó có nghĩa là tất cả chúng ta nên biết ngôn ngữ này nếu chúng ta muốn trở thành công dân toàn cầu.

* **be multilingual:** Đa ngôn ngữ (phrase)

**being multilingual** means that you can see the world through different lenses.

Đa ngôn ngữ có nghĩa là bạn có thể nhìn thế giới qua các lăng kính khác nhau.

* **be fluent in: Thông thạo (ngôn ngữ) (phrase)**

I used to **be fluent in** French, but now it gets so rusty that I barely can maintain a conversation.

Tôi đã từng thông thạo tiếng Pháp, nhưng giờ tiếng của tôi kém tới mức tôi khó có thể duy trì một cuộc trò chuyện.

* **pick up a language:** Học một ngôn ngữ (phrase)

The best way to **pick up a language** is to immerse yourself in the language by interacting with native speakers or materials in your targeted language.

Cách tốt nhất để học một ngôn ngữ là đắm mình trong ngôn ngữ đó thông qua việc tương tác với người bản xứ hoặc tài liệu sử dụng ngôn ngữ mà bạn nhắm tới.

* **acquire something:** Tiếp thu, học được cái gì (kiến thức) (phrase)

For some people, **acquiring a language** might be very easy, but for others, it is not.

Đối với một số người, tiếp thu một ngôn ngữ có thể rất dễ dàng, nhưng đối với những người khác thì không.

* **lose touch:** Mất liên lạc (phrase)

Back then, we didn't have the internet or telephone to call each other. He moved to another city, and we have **lost touch** ever since.

Hồi đó, chúng tôi không có internet hay điện thoại để gọi cho nhau. Anh ấy chuyển đến một thành phố khác, và chúng tôi mất liên lạc kể từ đó.

* **get back in touch:** Nối lại liên lạc (phrase)

The internet has helped millions of people **getting back in touch**, which is nothing but a miracle.

Internet đã giúp hàng triệu người nối lại liên lạc, điều này không khác gì một phép màu.

* **geographically close:** Gần gũi về mặt địa lý (phrase)

Today, you don't need to be **geographically close** to be in touch with someone. All you need is a smartphone connected to the internet.

Ngày nay, bạn không cần phải gần gũi về mặt địa lý để có thể liên lạc với ai đó. Tất cả những gì bạn cần là một chiếc điện thoại thông minh có kết nối internet.

1. **Language & Communication P2: Ngôn ngữ & Giao tiếp P2**

* **meet up face to face:** Gặp mặt trực tiếp (phrase)

The Covid-19 pandemic has made **meeting up face to face** become difficult than ever.

Đại dịch Covid-19 đã khiến việc gặp mặt trực tiếp trở nên khó khăn hơn bao giờ hết.

* **long distance communication:** Liên lạc đường dài (phrase)

With the advancement of technology, **long distance communication** has been made cheaper and easier than ever.

Với sự tiến bộ của công nghệ, liên lạc đường dài đã trở nên rẻ hơn và dễ dàng hơn bao giờ hết.

* **body language:** Ngôn ngữ cơ thể (phrase)

To communicate effectively, a good command of language is not enough, you need to be able to use **body language** as well.

Để giao tiếp hiệu quả, khả năng sử dụng ngôn ngữ tốt là chưa đủ, bạn cần phải có khả năng sử dụng ngôn ngữ cơ thể nữa.

* **tone of voice:** Giọng điệu (phrase)

Your **tone of voice** is a crucial factor if you want to become an impressive speaker.

Giọng điệu của bạn là một yếu tố quan trọng nếu bạn muốn trở thành một diễn giả ấn tượng.

* **in one's friendship circle:** Trong vòng bạn bè của ai (phrase)

Before, we only could share our stories **in our friendship circle**, but now just in the blink of an eye, the whole world can know your stories.

Trước đây, chúng ta chỉ có thể chia sẻ những câu chuyện của mình trong vòng bạn bè, nhưng bây giờ chỉ cần trong nháy mắt, cả thế giới có thể biết những câu chuyện của bạn.

* **be indispensable: Không thể thiếu được (phrase)**

Despite the dominance of widely spoken languages, minority languages **are indispensable** because they represent the significant cultures of the social group speaking them.

Bất chấp sự thống trị của các ngôn ngữ được sử dụng rộng rãi, các ngôn ngữ thiểu số vẫn không thể thiếu vì chúng đại diện cho nền văn hóa đặc trưng của nhóm người nói chúng.

* **immerse yourself in:** Đắm mình trong (phrase)

**immersing yourself in** the language and living the culture surely is the fastest way to learn a language.

Đắm mình trong ngôn ngữ và sống trong nền văn hóa chắc chắn là cách nhanh nhất để học một ngôn ngữ.

* **take the courage: Can đảm (để làm gì) (phrase)**

To be fluent in a language requires you to **take the courage** to make mistakes and grow from them.

Để thông thạo một ngôn ngữ đòi hỏi bạn phải can đảm phạm sai lầm và trưởng thành từ chúng.

* **be worth the effort:** Xứng đáng với công sức bỏ ra (phrase)

Learning English is not easy, but it will **be worth the effort**.

Học tiếng Anh không phải là dễ dàng, nhưng nó sẽ rất xứng đáng với công sức bỏ ra.

* **a way of seeing the world:** Một cách nhìn thế giới (phrase)

Speaking one more language means having one more **way of seeing the world**.

Nói thêm một ngôn ngữ nghĩa là có thêm một cách nhìn thế giới.

* **a walk in the park:** Dễ dàng (như đi dạo) (phrase)

Learning a language is not like **a walk in the park**, you need to face your fear and use the language.

Học ngoại ngữ không hề dễ dàng, bạn cần phải đối mặt với nỗi sợ hãi và sử dụng ngôn ngữ đó.

1. **Science & Technology P1: Khoa học & Công nghệ P1**

* **be a technophile:** Là một người yêu công nghệ (phrase)

My brother is **a technophile**. He's fanatic about technological devices, and always spends all of his savings on them.

Anh trai tôi là một người yêu công nghệ. Anh ấy rất say mê các thiết bị công nghệ và luôn dành toàn bộ số tiền tiết kiệm được cho chúng.

* **be a technophobe:** Là một người sợ công nghệ (phrase)

Even though I belong to generation Z, I am **a technophobe**. Brought up without smartphones or TVs, I am very nervous when encountering new technology.

Mặc dù tôi thuộc thế hệ Z, nhưng tôi là một người sợ công nghệ. Tôi lớn lên không có điện thoại thông minh hay TV nên tôi rất lo lắng khi gặp phải công nghệ mới.

* **cutting-edge technology:** Công nghệ tiên tiến (phrase)

The company invests a lot of money in installing **cutting-edge technology** to make sure its employees are always up-to-date.

Công ty đầu tư rất nhiều tiền vào việc lắp đặt công nghệ tiên tiến để đảm bảo nhân viên của mình luôn được cập nhật.

* **genetic engineering:** Kỹ thuật di truyền (phrase)

Our study also includes extensive information regarding genetically modified organisms and **genetic engineering**.

Nghiên cứu của chúng tôi cũng bao gồm nhiều thông tin liên quan đến các sinh vật biến đổi gen và kỹ thuật di truyền khác.

* **upgrade something:** Nâng cấp cái gì (hệ thống, máy móc, ...) (phrase)

Many applications require you to **upgrade** the operating system of your phone to the latest version.

Nhiều ứng dụng yêu cầu bạn nâng cấp hệ điều hành của điện thoại lên phiên bản mới nhất.

* **identity theft:** Ăn cắp danh tính, trộm danh tính (phrase)

Within the past couple of days in my office, I have come across three major bungles, including one **identity theft**.

Trong vòng vài ngày qua tại văn phòng của tôi, tôi đã bắt gặp ba hành vi phạm tội lớn, trong đó có một vụ trộm danh tính.

* **cyberbullying:** Sự bắt nạt trên mạng (noun)

**cyberbullying** is known as one of the nagging issues in today’s fast-paced society.

Bắt nạt trên mạng được biết đến là một trong những vấn đề nhức nhối trong xã hội có nhịp độ nhanh ngày nay.

* **internet addiction:** Sự nghiện internet (phrase)

Many young individuals nowadays fall prey to **internet addiction**.

Nhiều người trẻ ngày nay trở thành con mồi của chứng nghiện Internet.

* **technological development:** Sự phát triển công nghệ (phrase)

**technological development** has brought about many opportunities for human beings to explore the world and the outer space.

Sự phát triển công nghệ đã mang lại cho con người nhiều cơ hội để khám phá thế giới và không gian vũ trụ.

* **bring people together:** Gắn kết mọi người (phrase)

Despite its risks including identity theft, cyberbullying,... we can't deny that social media does **bring people together**.

Bất chấp những rủi ro bao gồm đánh cắp danh tính, bắt nạt trên mạng,... chúng ta không thể phủ nhận rằng phương tiện truyền thông xã hội đã gắn kết mọi người lại với nhau.

* **interfere with something:** Can thiệp vào cái gì (phrase)

Some people believe that we have **interfered with** the nature so deeply that we will have to face many severe consequences caused by our own actions.

Một số người cho rằng chúng ta đã can thiệp quá sâu vào thiên nhiên nên sẽ phải đối mặt với nhiều hậu quả nặng nề do chính hành động của mình gây ra.

1. **Science & Technology P2: Khoa học & Công nghệ P2**

* **manipulate genetic code:** Thao tác mã di truyền (phrase)

So far, we have learnt many things from **manipulating the genetic code** for protein production.

Chúng ta đã học được nhiều điều cho đến nay từ việc thao tác mã di truyền để sản xuất protein.

* **thought-provoking:** Có tính kích thích tư duy (phrase)

Thanks to scientists, many **thought-provoking** questions have been answered, and at the same time, many others have appeared.

Nhờ các nhà khoa học, nhiều câu hỏi kích thích tư duy đã được giải đáp và đồng thời nhiều câu hỏi khác cũng xuất hiện.

* **animal testing:** Thử nghiệm trên động vật (phrase)

**animal testing** is a very controversial topic that not so many people are comfortable discussing.

Thử nghiệm trên động vật là một chủ đề rất gây tranh cãi và không có nhiều người thoải mái thảo luận về nó.

* **keep morality in mind:** Giữ đạo đức (phrase)

I believe that scientists always need to **keep morality in mind** as sometimes when you are too carried away with your idea, you might overlook the detrimental consequences your invention can have on the world.

Tôi tin rằng các nhà khoa học luôn cần giữ đạo đức vì đôi khi bạn quá cuốn theo ý tưởng của mình, bạn có thể bỏ qua những hậu quả bất lợi mà phát minh của bạn có thể gây ra cho thế giới.

* **computer buff:** Người giỏi (và yêu thích) máy tính (phrase)

I am not **a computer buff** but I have enough knowledge to serve my needs.

Tôi không phải là một người giỏi máy tính nhưng tôi có đủ kiến thức để phục vụ các nhu cầu của mình.

* **wireless technology:** Công nghệ không dây (phrase)

**wireless technology** has ushered in an era of unprecedented technological advancement.

Công nghệ không dây đã mở ra một kỷ nguyên tiến bộ công nghệ chưa từng có.

* **technological advance:** Sự tiến bộ công nghệ (phrase)

**technological advance** has enabled us to do things that we have never imagined we could before.

Sự tiến bộ công nghệ đã cho phép chúng ta làm những điều chưa bao giờ tưởng tượng được trước đây.

* **instant messaging:** Sự nhắn tin tức thời (phrase)

Nowadays, with **instant messaging**, you can reach almost everyone in the world just in the blink of an eye.

Ngày nay, với tính năng nhắn tin tức thời, bạn có thể tiếp cận hầu hết mọi người trên thế giới chỉ trong nháy mắt.

* **get addicted to something:** Bị nghiện cái gì (phrase)

Children can only use the computer under the supervision of their parents because they can **get addicted to it**.

Trẻ em chỉ có thể sử dụng máy tính dưới sự giám sát của cha mẹ vì chúng có thể bị nghiện.

* **corrupted by the internet:** Bị hư hỏng/ sai lạc đi bởi internet (phrase)

Nowadays, the youth seem to be **corrupted by the internet** when the time they spend with their electronic devices is more than with their loved ones.

Ngày nay, giới trẻ dường như bị hư hỏng đi bởi internet khi thời gian chúng dành cho các thiết bị điện tử nhiều hơn là dành cho những người thân yêu của mình.

* **light-years ahead:** Đi trước thời đại, tiến bộ (phrase)

The computers we are using nowadays are **light-years ahead** of which people used in the 2000s.

Máy tính chúng ta đang sử dụng ngày nay đã tiến bộ hơn rất nhiều so với những chiếc máy được dùng vào những năm 2000.

1. **Hobbies P1: Sở thích P1**

* **can't stand something:** Không thể chịu được cái gì (phrase)

I **can't stand** having to wait in line when going to a restaurant. I'd rather find another place to eat.

Tôi không thể chịu được việc phải xếp hàng chờ đợi khi đến một nhà hàng. Tôi thà tìm một nơi khác để ăn còn hơn.

* **crazy about something:** Quá say mê cái gì (phrase)

I am **crazy about** keeping clean, I can't stand seeing a messy room.

Tôi quá say mê với việc giữ gìn sạch sẽ, tôi không thể chịu được khi nhìn thấy một căn phòng bừa bộn.

* **take it or leave it:** Chấp nhận hoặc từ bỏ/ có hay không có đều được (phrase)

Sports are not really my cup of tea. I can **take it or leave it**.

Thể thao không thực sự là sở thích của tôi. Có cũng được không có cũng được.

* **one's kind of something:** Là cách ai làm gì (phrase)

Doing a puzzle or knitting something is **my kind of** relaxation.

Chơi xếp hình hay đan len là cách thư giãn của tôi.

* **every now and again:** Thỉnh thoảng (phrase)

Before the Covid-19 pandemic, **every now and again** I traveled outside of the country. That's a way to freshen up for me.

Trước đại dịch Covid-19, thỉnh thoảng tôi đi du lịch nước ngoài. Đối với tôi, đó là một cách để làm mới bản thân.

* **have the time of one's life:** (Ai đó) Có một trải nghiệm tuyệt vời (phrase)

The trip to Thailand last summer was memorable. We really **had the time of our lives**.

Chuyến đi tới Thái Lan vào mùa hè năm ngoái quả là đáng nhớ. Chúng tôi đã có một trải nghiệm tuyệt vời.

* **sedentary hobby:** Sở thích ít vận động (phrase)

Personally, I prefer a **sedentary hobby**, I mean things like arts and crafts or gardening.

Cá nhân tôi thích các sở thích ít vận động, chẳng hạn như nghệ thuật và thủ công hoặc làm vườn.

* **exhilarating hobby:** Sở thích thú vị (phrase)

Skydiving is an **exhilarating hobby** that allows you to see the world from above without any glass windows.

Nhảy dù là một sở thích thú vị cho phép bạn ngắm nhìn thế giới từ trên cao mà không cần bất kỳ cửa sổ kính nào.

* **get obsessed with something:** Bị ám ảnh bởi cái gì (phrase)

I tend to **get obsessed with** the project that I work on. I often lose track of time or neglect other responsibilities if I am on the project.

Tôi có xu hướng bị ám ảnh bởi dự án mà tôi đang thực hiện. Tôi thường quên mất thời gian hoặc bỏ bê các trách nhiệm khác nếu tôi đang ở trong dự án.

* **indulge oneself with something:** Nuông chiều bản thân với cái gì (phrase)

Being on holiday for me means **indulging myself with** TV series.

Đối với tôi, kỳ nghỉ đồng nghĩa với việc nuông chiều bản thân với các bộ phim truyền hình dài tập.

* **enrich somebody:** Cải thiện bản thân ai (phrase)

Traveling is one of the hobbies that can **enrich you**.

Đi du lịch là một trong những sở thích có thể cải thiện bản thân.

1. **Hobbies P2: Sở thích P2**

* **the devil makes work for idle hands:** Nhàn cư vi bất thiện (phrase)

You should find a hobby to do when you have too much free time. You know, **the devil makes work for idle hands**.

Bạn nên tìm một sở thích để làm khi có quá nhiều thời gian rảnh. Bạn biết đấy, nhàn cư vi bất thiện mà.

* **be lethargic:** Lười nhác (phrase)

After a long hard working day, I tend to **be lethargic** and not want to do anything else.

Sau một ngày dài làm việc mệt mỏi, tôi có xu hướng trở nên lười nhác và không muốn làm bất cứ việc gì khác.

* **spend one's downtime doing something:** Dành thời gian nghỉ ngơi của ai để làm gì (phrase)

On the weekend, I often **spend my downtime** reading books or cooking my favorite meals.

Vào cuối tuần, tôi thường dành thời gian nghỉ ngơi để đọc sách hoặc nấu những món ăn yêu thích.

* **hectic schedule:** Lịch trình bận rộn (phrase)

Many people can't afford to take a week off to travel due to their **hectic schedules**.

Nhiều người không thể nghỉ dù chỉ một tuần để đi du lịch do lịch trình bận rộn của họ.

* **draw benefits from something:** Hưởng lợi từ điều gì (phrase)

You can take up a new hobby which you can **draw benefits from** later on like cooking or learning languages.

Bạn có thể có một sở thích mới mà bạn có thể hưởng lợi từ nó sau này như nấu ăn hoặc học ngôn ngữ.

* **develop one's ability to do something:** Phát triển khả năng làm gì (phrase)

Doing yoga can help you **develop your ability to** concentrate.

Tập yoga có thể giúp bạn phát triển khả năng tập trung.

* **increase one's attention span:** Cải thiện khả năng tập trung của ai (phrase)

One way to **increase your attention span** is to try taking up a new hobby like knitting or practicing meditation.

Một cách để cải thiện khả năng tập trung của bạn là thử theo đuổi một sở thích mới như đan lát hoặc tập thiền.

* **fit something in one's schedule:** Xếp cái gì vào lịch trình của ai (phrase)

Despite your hectic schedule, it's always good to fit one or two entertaining activities **in your schedule**.

Cho dù lịch trình bận rộn, bạn vẫn nên xếp một hoặc hai hoạt động giải trí trong lịch trình của mình.

* **take up something:** Theo đuổi cái gì (sở thích) (phrase)

**Taking up a new hobby** instead of spending time watching TV can do you more good than harm.

Theo đuổi một sở thích mới thay vì dành thời gian xem TV có thể có lợi cho bạn nhiều hơn là hại.

* **engaged in something:** Say sưa điều gì đó (phrase)

I was so **engaged in the yoga session** that I lost track of time.

Tôi đã say sưa theo lớp tập yoga đến nỗi tôi đã quên mất thời gian.

* **go window-shopping:** Mua sắm qua cửa sổ (xem mà không mua) (phrase)

I often **go window-shopping** when I have nothing to do. It's always good to see what is trendy on the market.

Tôi thường đi mua sắm qua cửa sổ khi tôi chẳng có gì để làm. Cũng rất tốt khi xem điều gì đang là xu hướng hiện nay trên thị trường.

1. **Culture & Modern Society P1: Văn hóa & Xã hội hiện đại P1**

* **mark the anniversary of:** Đánh dấu việc kỷ niệm của (phrase)

April 30th is the day that **marks the anniversary of** the south liberation.

Ngày 30 tháng 4 là ngày đánh dấu kỷ niệm giải phóng miền Nam.

* **sing one's national anthem:** Hát quốc ca của ai (phrase)

We normally **sing our national anthem** before starting a weekly school assembly.

Chúng tôi thường hát quốc ca trước khi bắt đầu buổi chào cờ hàng tuần.

* **set off the fireworks:** Bắn pháo hoa (phrase)

On Independence Day, the government always **set off the fireworks** to celebrate except for this year.

Vào ngày lễ Độc lập, chính phủ luôn bắn pháo hoa chào mừng, ngoại trừ năm nay.

* **be in a great mood:** Đang trong tâm trạng háo hức (phrase)

During the holiday, everyone is **in a great mood** and looking forward to a new year filled with love and joy.

Trong dịp lễ, ai cũng có tâm trạng vô cùng háo hức và mong chờ một năm mới ngập tràn yêu thương và nhiều niềm vui.

* **be granted the day off:** Được nghỉ (lễ, ...) (phrase)

For the Death anniversary of the Hung Kings, we are **granted the day off** to celebrate.

Giỗ Tổ Hùng Vương, chúng ta được nghỉ để tổ chức lễ.

* **protect one's heritage:** Bảo vệ di sản của ai (phrase)

**protecting our heritage** is just as important as building a new legacy for the next generations.

Bảo vệ di sản của chúng ta cũng quan trọng như gây dựng một di sản mới cho các thế hệ tiếp theo.

* **have historical significance:** Có ý nghĩa lịch sử (phrase)

The monument **has historical significance**, it represents a generation of young people who were willing to sacrifice everything for the liberation of the country.

Tượng đài kỷ niệm mang trong mình ý nghĩa lịch sử. Nó đại diện cho một thế hệ thanh niên sẵn sàng hy sinh tất cả vì sự nghiệp giải phóng đất nước.

* **natural heritage:** Di sản thiên nhiên (phrase)

We are proud of our **natural heritage** and trying our best to protect it so that we can pass it on.

Chúng tôi tự hào về di sản thiên nhiên của mình và cố gắng hết sức để bảo vệ nó để có thể truyền lại cho đời sau.

* **fascinating nightlife:** Cuộc sống về đêm hấp dẫn (phrase)

One of the most exciting aspects of this country's culture is its **fascinating nightlife**. You can see people enjoying the night with their friends while sipping tea.

Một trong những khía cạnh thú vị nhất của văn hóa quốc gia này là cuộc sống về đêm hấp dẫn. Bạn có thể bắt gặp hình ảnh người ta vừa thưởng thức buổi tối cùng bạn bè vừa nhâm nhi tách trà.

* **a lively culture life:** Đời sống văn hóa sôi động (phrase)

Each country has its own **lively culture life** that you have to immerse in it in order to feel.

Mỗi quốc gia đều có một đời sống văn hóa sôi động rất riêng mà bạn phải đắm mình vào đó để cảm nhận được.

* **the capital of culture:** Thủ đô văn hóa (phrase)

Even though Jakarta is the capital of Indonesia, Yogjakarta is actually its **capital of culture**.

Mặc dù Jakarta là thủ đô của Indonesia, Yogjakarta mới chính là thủ đô văn hoá của nó.

* **local inhabitant:** Cư dân địa phương (phrase)

**local inhabitants** are really proud of their city, so it's wise to show your enthusiasm about it when talking to them.

Cư dân địa phương thực sự tự hào về thành phố của họ, vì vậy, thật khôn ngoan khi thể hiện sự nhiệt tình của bạn về thành phố đó khi nói chuyện với họ.

1. **Culture & Modern Society P2: Văn hóa & Xã hội hiện đại P2**

* **feel homesickness:** Cảm nhận được nỗi nhớ nhà (phrase)

Children probably **feel homesickness** more acutely because they may never have been away from home before.

Trẻ em có lẽ cảm nhận nỗi nhớ nhà một cách mãnh liệt hơn vì trước đó chúng có thể chưa bao giờ cách xa nhà.

* **be closely attached to:** Gắn bó mật thiết với (phrase)

No matter where you go, you will always **be closely attached to** your motherland where you were born and bred.

Dù đi đâu làm gì, bạn cũng luôn gắn bó mật thiết với quê hương, nơi chôn nhau cắt rốn (nơi sinh ra và lớn lên).

* **experience culture shock:** Bị sốc văn hóa (phrase)

It's very common to **experience culture shock** when you are abroad, especially when the new culture is too different from the one you grow up with.

Bạn rất dễ bị sốc văn hóa khi ra nước ngoài, đặc biệt là khi nền văn hóa mới quá khác biệt so với nền văn hóa nơi bạn lớn lên.

* **crave something:** Ao ước, thèm muốn cái gì (phrase)

When you are abroad for too long, it's not uncommon to find yourself **craving food from home**.

Khi bạn sinh sống ở nước ngoài quá lâu, không có gì lạ khi bạn thấy thèm đồ ăn ở quê nhà.

* **in the hustle and bustle:** Nhịp sống hối hả (phrase)

Europeans when coming to Vietnam often get excited to see Hanoi **in the hustle and bustle** of everyday life.

Người châu Âu khi đến Việt Nam thường rất thích thú khi được ngắm nhìn Hà Nội trong nhịp sống hối hả thường nhật.

* **bring colors and excitement:** Mang lại màu sắc và sự hứng khởi (phrase)

Cultural diversity **brings colors and excitement** to the local inhabitants.

Sự đa dạng văn hóa mang đến nhiều màu sắc và sự hứng khởi cho cư dân địa phương.

* **develop an appreciation for something:** Bắt đầu trân trọng điều gì (phrase)

It's very interesting to see that when people go abroad, they suddenly **develop an appreciation for** their own culture.

Thật thú vị khi nhận ra rằng khi mọi người ra nước ngoài, họ đột nhiên bắt đầu trân trọng nền văn hóa của mình.

* **preserve a historic site:** Bảo tồn di tích lịch sử (phrase)

The government should make an effort to **preserve historic sites** from mass tourism in order to keep them for the future.

Chính phủ nên nỗ lực bảo tồn các di tích lịch sử khỏi du lịch đại trà nhằm mục đích lưu giữ chúng cho tương lai.

* **unspoken rule:** Quy tắc bất thành văn, luật bất thành văn (phrase)

One of the difficult parts about living in a foreign country is to figure out its cultural norms and **unspoken rules**.

Một trong những phần khó khi sống ở nước ngoài là phải hiểu được những phong tục và các quy tắc bất thành văn của nó.

* **develop a new custom:** Phát triển, tạo ra phong tục mới (phrase)

The young generation is continuously **developing new customs** besides maintaining and conserving the traditional ones.

Thế hệ trẻ đang tiếp tục phát triển những phong tục mới bên cạnh việc duy trì và bảo tồn những phong tục truyền thống.