



# 每天 读懂全球知名 英文报刊

金利 主编

*Fashion & Lifestyle*

10  
分钟

➤ 生活时尚



大连理工大学出版社  
DALIAN UNIVERSITY OF TECHNOLOGY PRESS



# 每天 读懂全球知名 10 英文报刊

金利 主编

*Fashion & Lifestyle*

分钟

➤ 生活时尚

副主编 何 静 李岩岩 陈 娜 肖 琦 李山丽 白 敏  
编 委 杨云云 闵 慧 高楠楠 蒋志华 谭若辰 范芙蓉 肖严艳  
贾玉双 黄江露 李素素 李逸民 马晓龙 张新良 周自珍  
周利芬 关晓蕙 展 萍 员小亮 韩 丹 龙 微 金立伟  
李如意



大连理工大学出版社  
DALIAN UNIVERSITY OF TECHNOLOGY PRESS

## 图书在版编目 (CIP) 数据

每天 10 分钟读懂全球知名英文报刊. 生活时尚 / 金利主编. — 大连: 大连理工大学出版社, 2014.6

ISBN 978-7-5611-9217-7

I. ①每… II. ①金… III. ①英语 - 语言读物 IV. ① H319.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 116992 号

大连理工大学出版社出版

地址: 大连市软件园路 80 号 邮政编码: 116023

发行: 0411-84708842 邮购: 0411-84703636 传真: 0411-84701466

E-mail: dutp@dutp.cn URL: <http://www.dutp.cn>

大连住友彩色印刷有限公司印刷

大连理工大学出版社发行

---

幅面尺寸: 168mm × 235mm 印张: 18.5 字数: 426 千字

印数: 1-5000

2014 年 6 月第 1 版

2014 年 6 月第 1 次印刷

---

责任编辑: 高 颖

责任校对: 范珂艳

装帧设计: 对岸书影

---

ISBN 978-7-5611-9217-7

定价: 28.80 元

每天10分钟  
读懂全球知名英文报刊

生活  
时尚

# 前言 Preface

英语学习最重要的是对英语思维方式的学习，有些读者经常会遇到这样的情况，明明英语成绩还不错，但是想用英语表达自己的想法时，总是不知道该说什么或者说出来的话不地道，这就是英语思维的欠缺。

如今，全球知名英文报刊作为信息的媒介和载体，越来越受到社会各界的重视。在阅读这些报刊的过程中，读者不但能丰富和拓展自己的知识，获取全球最新资讯，同时也能掌握英语为母语国家的思维方式。

不要把阅读全球知名报刊想得很难，用聪明的方法来阅读，你会发现，读懂正宗地道的英语并不难！

## 每天10分钟，读懂全球知名报刊

面对长篇累牍的英文报刊，读者朋友们往往会望洋兴叹：满篇英文如何读懂？本书教会你无痛阅读的独门秘笈“BHR”：

**Browsing快速浏览关键词**——在有限的时间里，必须先取得明确的阅读方向，这个方向就在文章的标题、小标题或重复出现的关键词里。

**Hunting猎取主题句**——掌握关键信息后，立即回过头阅读英文文章，此时你要具备鹰眼般的锐利眼神，精确猎取主题句。

这样一来，即便你没有更多的时间阅读全文，也能大概了解文章内容。

**Reading仔细阅读**——获取了文章的大意后，再回过头来仔细享受阅读的乐趣吧！

1分钟了解背景提要+2分钟浏览热点表达+5分钟阅读主题文章+2分钟复习生词解释=10分钟读懂英文报刊！

在读懂文章的同时，掌握时尚生活资讯，这本书非你莫属！因为：

## 这里有你最感兴趣的文章

选取读者感兴趣的新潮生活方式、精彩纷呈的休闲娱乐活动、新新人类理财理念、绿色健康生活新方式、网络科技等十类主题文章，文章全部精选自全球知名英

文报刊，内容丰富充实，多方面延伸学习触角，拓展读者对生活的思考。

### 这里有你最想了解的背景

不懂文章背景，读起文章来一定会感到云里雾里。了解文章背景，不仅让读者做到文章大致内容和脉络结构了然于心，还能扩充自己的生活常识。

### 这里有你最需要的热点表达

当外出就餐开始使用电子菜单，当单车运动成为一种文化，当阅读方式不再仅限于文字，当遭遇颠覆生活的创新网络新事物，当遭遇杜拉拉式的职场尴尬……这些英文该如何表达？全球海量知名报刊中又有哪些能为你所用的前沿资讯？本书从十类你最关注的时尚生活主题出发，精选时文，为读者一一挖掘可学、可用的主题热点表达。在阅读的过程中了解实用表达，学完就能用！

下面就跟随本书一起来感受全球知名时尚生活的资讯风暴吧。

编者  
2014.5

每天10分钟  
读懂全球知名英文报刊

社会  
文化

# 目录 Contents

## Chapter 1 ▶ 时尚生活新态度

Module 1 电子菜单渐成餐桌新时尚 | 2

Module 2 星期天购物你开心吗? | 5

Module 3 步行的乐趣 | 9

Module 4 金钱=幸福? | 12

Module 5 不再只是另一张漂亮的面孔 | 15

Module 6 衣服会说话 | 18

Module 7 骑车是一种生活方式 | 22

## Chapter 2 ▶ 休闲娱乐

Module 1 无人驾驶汽车适合你吗? | 28

Module 2 和孩子一起种植 | 32

Module 3 假期健身运动减脂 | 36

Module 4 美国最美的城镇广场 | 40

Module 5 蹦极 | 45

Module 6 出租游英伦 | 48

Module 7 巴黎冬日风情 | 52

Module 8 人间天堂——巴厘岛 | 56

Module 9 美国旅游风尚 | 60

## Chapter 3 ▶ 社会广角

- Module 1 DIY关系治疗 | 66
  - Module 2 听出万卷书 | 69
  - Module 3 青少年整形热 | 73
  - Module 4 噪音污染困扰欧洲民众 | 78
  - Module 5 如何谈论老年问题 | 81
  - Module 6 中央供暖导致肥胖 | 85
  - Module 7 出国留学应对学费上涨 | 89
- 

## Chapter 4 ▶ 智慧生活

- Module 1 女孩们，做回自己吧！ | 94
  - Module 2 味觉障碍 | 97
  - Module 3 容貌魅力与婚姻质量 | 101
  - Module 4 假笑不利于健康 | 104
  - Module 5 开心也需适可而止 | 107
  - Module 6 为什么不是我？ | 110
  - Module 7 健康购物避开高热量食物 | 113
  - Module 8 如何挑选最实惠的婚礼礼物 | 117
- 

## Chapter 5 ▶ 网络黄金时代

- Module 1 让你的电脑运转如新 | 122
- Module 2 用软件跨越语言的障碍 | 126
- Module 3 让你的电脑数据永不丢失 | 130

- Module 4 告别有线电视费账单 | 134
- Module 5 你的身份信息安全吗? | 138
- Module 6 苹果将推出新一代iOS系统 | 142
- Module 7 插入服务 | 147
- 

## Chapter 6 ▶ 走进魅力自然

- Module 1 挪威人和自然 | 152
- Module 2 世界奇观——科罗拉多大峡谷 | 155
- Module 3 河马的惬意生活 | 160
- Module 4 顺鱼而走 | 165
- Module 5 你可能会用到的3种生存技能 | 169
- Module 6 美国最佳湖泊度假胜地 | 173
- 

## Chapter 7 ▶ 聪明理财胜经

- Module 1 用反抵押贷款完美规划退休生活 | 178
- Module 2 如何减少自费医疗开支 | 182
- Module 3 恢复个人信用评分 | 186
- Module 4 门票省钱新方法 | 190
- Module 5 怎样购车最划算? | 194
- Module 6 巧用信用卡聪明消费 | 198
- Module 7 提高信用卡额度的聪明之道 | 202
-

## Chapter 8 ▶ 人在职场

- Module 1 你被捉弄了吗? | 208
  - Module 2 像时钟一样生活 | 211
  - Module 3 企业文化至关重要 | 216
  - Module 4 高效回复办公电子邮件 | 220
  - Module 5 InDesign的企业管理之道 | 224
  - Module 6 网络求职非你莫属 | 228
  - Module 7 医护助理需求旺盛 | 233
- 

## Chapter 9 ▶ 健康生活

- Module 1 上网能减肥吗? | 240
  - Module 2 不良饮食习惯 | 244
  - Module 3 吃饭分心增腰围 | 248
  - Module 4 红酒有益健康 | 251
  - Module 5 吃得好, 学得棒 | 255
  - Module 6 苏打税会遏制肥胖吗? | 258
  - Module 7 比你父母更健康的生活方式 | 262
- 

## Chapter 10 ▶ 科技让生活更美好

- Module 1 城市的未来 | 268
  - Module 2 老鼠、人类和命运 | 272
  - Module 3 外卖咖啡的环境代价 | 276
  - Module 4 不能承受之轻 | 279
  - Module 5 仿生建筑 | 283
-

# CHAPTER

## 时尚生活 新态度

- |              |          |
|--------------|----------|
| 电子菜单渐成餐桌新时尚  | Module 1 |
| 星期天购物你开心吗?   | Module 2 |
| 步行的乐趣        | Module 3 |
| 金钱=幸福?       | Module 4 |
| 不再只是另一张漂亮的面孔 | Module 5 |
| 衣服会说话        | Module 6 |
| 骑车是一种生活方式    | Module 7 |



## 1 min 了解背景提要

### E-menu 电子菜单

- ★ 随着科技的进步，电子产品已经成为人们生活中不可或缺的一部分，它们使我们的生活更加丰富多彩和便捷。
- ★ 电子菜谱点菜器是一款融合传统菜谱与无线点菜信息化于一体的电子点菜设备，是餐饮业的一项重大革新。
- ★ 高清液晶触摸屏及人性化的界面设计，满足了顾客浏览的便利性与自助点菜的需求，同时，也为餐厅带来了诸多好处，如：减低运营成本、提高营业额、减少工作失误、提升店面形象等。
- ★ 电子菜单自诞生后，迅速风靡于世界各国餐厅，引发了一场新型点菜时尚风暴。

## 2 min 浏览热点表达

tantalizing photograph 诱人的照片      privately owned start-up 私营公司

self-service canteen 自助餐厅      impulse-buying 冲动购买

information technology 信息技术      boost revenues 增加收入

order food 点餐      at table 在桌旁      instead of 替代

depend on 依赖于      cut costs 降低成本      note choice 记录菜单

novelty value 独特价值      touch-screen 触屏      supply to 提供给

call ahead 提前打电话      check out 查看      argue on 争论

## 5 min 阅读主题文章

## 电子菜单渐成餐桌新时尚

Restaurants in Europe, the United States and Japan are testing technology to let diners order their food direct from a screen at their table instead of depending on a fellow human being to note their choice.<sup>①</sup>

Besides cutting costs, companies that sell the “e-menu” argue the bytes-for-bites approach has a novelty value that can lure younger customers, and boost revenues as tantalizing photographs of succulent steaks and gooey desserts tempt diners to order more.<sup>②</sup> In Israel, privately owned start-up Conceptic has already installed e-Menu technology in sushi bars, pubs and family restaurants. The system is based on touch-screens already used in self-service canteens or for ticketing in airports and cinemas. “It’s about impulse-buying,” said Adi Chitayat, Conceptic’s chief executive. “If a person starts looking at pictures of chocolate cake, the chances are he’ll order it.”

欧洲、美国和日本的饭店正在试用一种可以让顾客直接通过餐桌上的显示屏点菜的技术，从而可以代替人工记录菜单。

推广这种“电子菜单”的公司称，除了节约成本，这种新潮的点菜方法还可以吸引<sup>①</sup>年轻顾客，而且那些让人垂涎欲滴的多汁牛排和香甜可口的甜点图片会吸引人们多点菜，这样营业额就会增加了。在以色列，私营企业“新观念”公司已经将“电子菜单”技术应用到了寿司店、酒吧和家庭饭馆中。该系统使用的是触摸屏，已被应用于自助式餐厅以及机场和电影院的售票系统。“新观念”公司的执行总裁阿迪·齐塔亚特说：“这会让顾客冲动消费<sup>②</sup>。如果一个人开始盯着巧克力蛋糕的图片看，那么十有八九，他会点它。”

●本段只有一句话，句子较长。作者提出了正在进行新型电子菜单点餐技术的测试。

●从besides、argue可知，本段描述了电子菜单的诸多好处。

① lure和tempt都有“吸引”的意思，其他相关词还有：  
attract 吸引，诱惑  
entice 诱惑，怂恿  
interest 引起……的意愿

② “冲动消费”即impulse-buying；“匆忙之下做出的决定”即impulse-decision。

●根据逻辑词also可推断本句承接上文，为中心句，介绍了电子菜单在多个国家都颇受欢迎，市场前景非常看好。

The firm has also supplied its systems to restaurants in France, South Africa and Belgium. ● Frame, a trendy sushi restaurant in Tel Aviv which has installed the system, said sales on tables with the e-Menu have increased by about 11 percent. Customers often call ahead to reserve spots equipped with the screens, manager Natalie Edry told reporters. At one of the e-Menu tables, information technology worker Gil Uriel and his young family were enthusiastic as they checked out pictures of the dishes on offer and argued on desserts. “It’s more visual,” said Uriel. “We can still choose, we can still argue—but it’s much easier when you can all see it.”

④“预订”的英文表达为 reserve，其形容词形式为 reserved，意为“预订的，矜持的”，如：The English have a reputation for being reserved. (英国人以拘谨而闻名。)

该公司也已经向法国、南非和比利时的餐厅提供了这种系统。Frame是（以色列）特拉维夫的一家流行寿司店，他们已经安装了这套系统。据说，他们在餐桌上安装电子菜单后，营业额增长了约11%。这家饭店的经理纳塔莉·爱得利告诉记者，顾客总是打电话预订带有电子菜单的餐桌。年轻的IT工程师吉尔·乌力尔与妻子和孩子坐在一张装有电子菜单的餐桌前，兴致勃勃地翻看着提供的各种菜肴的图片，讨论着该点什么甜点。“这样就更直观了。”乌力尔说，“我们依然可以选择，可以讨论——但当你可以看见图片，就容易了很多。”

## 2 min 复习生词解释

novelty 新颖，新奇

revenue 收益

succulent 鲜美多汁的

impulse-buying 冲动购买

enthusiastic 热心的，热情的

lure 吸引，引诱

tantalizing 诱人的

gooey 胶粘的

trendy 流行的



## 1 min 了解背景提要

### Born Shopaholic 天生购物狂

- ★ 女人天生是购物狂，无法控制对商品的占有欲。女性购物的体验更多地体现在享受购物的过程，即使逛而不买，也可以通过商场的商品、价格、品质等带来满足感。
- ★ 女性逛街喜欢结伴而行，这样不仅可以互相提供参考意见，也是一种轻松快乐的人际交往方式，相互之间更容易获得人际交往的满足感。
- ★ 现在，周日更多是人们购物、娱乐的日子，但你知道吗？这一传统在公元4世纪就在罗马出现了。在指定罗马历法时，罗马皇帝君士坦丁大帝把这一天定为合法假日，后被世界各国广泛采用。按照西方传统，星期日是耶稣复活日，是人们去教堂做礼拜的日子，因此西方把这一天看作最神圣的日子，称之为“安息日”或“主日”。

## 2 min 浏览热点表达

take a toll on 给……造成损失

level of happiness 幸福水平

so-called 所谓的

blue law 蓝法

be linked with 与……连接

decline in 下降

lead to 导致

have no measurable effect 没有明显效果

|                              |                                |
|------------------------------|--------------------------------|
| meaningful conclusion 有意义的结论 | according to 根据, 按照            |
| conclusive evidence 确凿证据     | a causal effect 有因果效应          |
| tend to 倾向于                  | link to 与……连接                  |
| hang out 闲逛                  | desire to 渴望                   |
| compared to 与……相比            | a longer period of time 更长一段时间 |

## 5 min 阅读主题文章

星期天购物你开心吗?

How do you spend your Sunday? For many, this traditional day of rest and churchgoing has become a day to shop, but it may be taking a toll on happiness.● Researchers from DePaul University tracked church attendance and levels of happiness among Americans living in states that had cancelled so-called blue laws which once required most retailers to stay closed on Sundays.

The researchers found that allowing stores to open on Sundays was linked with a decline in church attendance among white women, which led to a subsequent decline in happiness.● Among black women, the cancel of the

你的星期天是如何度过的? 对于许多人来说, 这个传统的<sup>①</sup>休息和上教堂的日子已经变成了购物日, 但这可能会以牺牲幸福为代价。德保罗大学的研究人员对生活在已经取消蓝法的州的美国人进行跟踪调研, 研究参加教堂活动和幸福水平之间的关系。所谓的“蓝法”曾一度要求大多数零售商周日关门停业。

研究人员发现, 允许商店在星期日营业与白人女性参加教堂活动频率下降有关, 并导致幸福度下降。而蓝法的废除对黑人女性并

●本句为文章的主题句。作者通过回答上一句的提问, 直接提出论点, 即星期日购物可能会以牺牲幸福为代价。在阅读文章时, 如果文章首句是问句, 则可重点关注针对这个问题的回答。

●从research、found可知本段是关于调研的结果。

①“传统的”用英语来说就是traditional, 其他相关词还有: accustomed 习惯的, 通常的; conventional 传统的, 习用的; customary 习俗的, 习惯的

blue laws had no measurable effect, although that may be because the sample size was too small to draw any statistically meaningful conclusions.

Notably, the finding was true only for women.<sup>①</sup> For men, the cancel of blue laws didn't seem to influence church attendance or levels of happiness. Since the cancel of blue laws, women are about 17 percent less likely to report being “pretty happy”, and more likely to report being “not happy,” according to the study. “People know there is a correlation between religiosity and happiness, but there's not conclusive evidence that there is a causal effect,” said a professor of economics at DePaul. “Our paper tends to provide more conclusive evidence that religiosity among women does affect happiness.”

So why would Sunday shopping make women less happy?<sup>②</sup> Part of the reason may be that some of the women were required to work on Sundays after the cancel of blue laws. “People don't like to work on Sundays,” the professor said. Or the decline in women's happiness once Sunday

●本句为文章的主题句，作者进一步指出这项研究仅对女性有影响。

●由首句的问题可知，本段进一步探讨了周日购物会使女性的幸福指数下降的原因。

没有明显的影响，尽管这可能是因为样本量太小，以至于无法得出任何统计学上有意义的结论。

这一发现在很大程度上只针对女性而言。对于男性来说，废除蓝法似乎并没有影响他们参加教堂活动和他们的幸福水平。该研究表明，自从蓝法废除后，约17%的女性不大可能会报告“非常高兴”，而更可能报告“不高兴”。“人们知道，宗教虔诚度和幸福具有相关性，但没有确凿的证据表明，这其中有因果效应<sup>③</sup>，”德保罗大学的经济学教授说道。“我们的论文倾向于提供更多确凿的证据来表明，女性的宗教虔诚度确实会影响幸福度。”

③“因果效应” By causal effect,  
“温室效应” By greenhouse effect.

那么，为什么星期天购物会让女性幸福度减少呢？部分原因可能是蓝法废除后，一些女性被要求在星期日工作。“人们不喜欢在

shopping is allowed may be linked to the behavior of their children, many of whom may start hanging out at shopping malls on Sundays. Earlier research has shown that the cancel of blue laws is linked with more risk-taking behavior by teens. Or it may simply be that the lure of shopping is more powerful than the desire to attend church, even though it brings less happiness.

“Shopping is kind of addictive, and even though it doesn't make people happy, they're doing it and they don't return to church as much because of that,” the professor said. “There is instant gratification from shopping compared to the benefits of church which may occur over a longer period of time.”

●通过本句我们可知这项研究的结论是，周日购物尽管会影响人的幸福指数，但人们依然会去购物。

周日工作，”该教授说道。自从星期天购物被允许后，女性幸福指数下降的原因或许还与其孩子的行为有关，其中许多孩子可能一到星期天就开始四处逛商场。早期的研究表明，蓝法的废除与青少年更为冒险的行为相关。或者可能仅仅是因为购物欲望比参加教堂活动的愿望要大得多，即使购物会降低幸福指数。

③ “上瘾”即addictive，其名词形式为“addiction”，“戒毒”即drug addiction如：She helped him fight his drug addiction. (她帮助他戒毒。)

“购物令人上瘾<sup>③</sup>。虽然它不会让人感到快乐，但人们并不会因此而返回教堂，他们依然去购物。”该教授说，“与购物得到的即时满足相比，教会的好处可能需要一个较长的时期才能显现。”

## 2 min 复习生词解释

attendance 参与，出席

subsequent 随后的，后来的

statistically 统计上地

correlation 相关性

notably 尤其，在很大程度上

addictive 使人上瘾的

retailer 零售商

measurable 显著的

surpass 超越，胜过

religiosity 笃信宗教

causal 因果关系的

gratification 满足，快感