

A2.22 Persoonlijke hygiëne



- Praat over hygiëneproducten en routines.
- Leg uit welke hygiëneproducten je in de winkel wilt hebben.

De tandenborstel	<i>(The toothbrush)</i>	De parfum	<i>(The perfume)</i>
De tandpasta	<i>(The toothpaste)</i>	De zalf	<i>(The ointment)</i>
De shampoo	<i>(The shampoo)</i>	Allergisch zijn	<i>(To be allergic)</i>
De zeep	<i>(The soap)</i>	De handen wassen	<i>(To wash the hands)</i>
De gel	<i>(The gel)</i>	De tanden poetsen	<i>(To brush the teeth)</i>
De deodorant	<i>(The deodorant)</i>		

1. Scan the QR code to watch the video, or read the text.



1. Wat is een mogelijk gevolg als een stof je huid irriteert?
 - a. Je huid wordt rood en kan gaan zwellen.
 - b. Je krijgt nooit meer rimpels.
 - c. Je hoeft geen dagcrème meer te gebruiken.
 - d. Je huid wordt sterker en gezonder.
2. Hoeveel verschillende stoffen smeren sommige tienermeisjes elke dag op hun huid?
 - a. Ongeveer tweehonderd verschillende stoffen.
 - b. Ongeveer drie verschillende stoffen.
 - c. Ongeveer duizend verschillende stoffen.
 - d. Ongeveer twintig verschillende stoffen.
3. Wat moet je doen als je twijfelt over een nieuw huidproduct?
 - a. Altijd twee verschillende crèmes tegelijk gebruiken.
 - b. Het meteen elke dag op je gezicht smeren.
 - c. Het eerst veertien dagen op je elleboog smeren.
 - d. Het eerst alleen in het weekend gebruiken.
4. Waarom moet je voorzichtig zijn met producten die influencers aanraden?
 - a. Omdat ze soms dure of schadelijke producten promoten.
 - b. Omdat alle influencers in België wonen.
 - c. Omdat deze producten nooit op sociale media staan.
 - d. Omdat influencers geen huid hebben.

1-a 2-a 3-c 4-a

2. Grammar: Time expressions: before, after, if, when

Use 'voordat', 'nadat', 'als', 'wanneer' to describe the time order of actions.



1. 'Voordat' indicates an action that happens first.
2. 'Nadat' indicates an action that happens later.
3. Use 'als' and 'wanneer' for future or conditional actions.

Tijdsbepaling (Time expression)	Betekenis (Meaning)	Voorbeeld (Example)
Voordat (Before)	Gebeurtenis vooraf (Event beforehand)	Voordat ik ga werken, ontbijt ik. (Before I go to work, I have breakfast.)
Nadat (After)	Gebeurtenis achteraf (Event afterwards)	Nadat ik heb gegeten, poets ik mijn tanden. (After I have eaten, I brush my teeth.)
Als (If)	Bij een voorwaarde (With a condition)	Als ik ga slapen, poets ik mijn tanden. (If I go to sleep, I brush my teeth.)
Wanneer (When)	Specifiek moment (Specific moment)	Wanneer mijn huid droog is, gebruik ik zalf. (When my skin is dry, I use ointment.)

- _____ ik deze shampoo koop, wil ik weten of hij goed is voor een gevoelige huid.
a. Als b. Wanneer c. Nadat d. Voordat
- _____ ik mijn handen heb gewassen, gebruik ik altijd een beetje zalf tegen een droge huid.
a. Nadat b. Voordat c. Als d. Wanneer

1. Voordat 2. Nadat

Rewrite the phrases

- (voordat) Ik ga naar mijn werk. Eerst drink ik koffie.

(Voordat ik naar mijn werk ga, drink ik koffie.)

- (nadat) Ik poets mijn tanden. Ik heb gegeten.

(Nadat ik gegeten heb, poets ik mijn tanden.)

- (voordat) Ik neem een douche. Ik ga slapen.

(Voordat ik ga slapen, neem ik een douche.)

3. Exercises



1. Match the items that have a related meaning.

- | | |
|---------------------|---------------------------|
| a. de tandenborstel | 1. middel tegen zweet |
| b. de tandpasta | 2. je handen schoonmaken |
| c. de deodorant | 3. de pasta voor tanden |
| d. de handen wassen | 4. de borstel voor tanden |

a-4 b-3 c-1 d-2

2. Announcement: new rules for the locker room (Audio available in app)

Fill in the gaps: scheren, allergisch, deodorant, handen, zeep, parfum, shampoo, zalf

Vanaf maandag gelden er nieuwe afspraken in de kleedkamers van Sportcentrum West. Was altijd je _____ als je binnenkomt of nadat je naar het toilet bent geweest. Douchen mag, maar gebruik je eigen _____ en _____ ; het sportcentrum plaatst geen gedeelde flessen meer.

Krijg je een droge of rode huid? Vraag bij de balie naar een neutrale _____. Let ook op met sterke _____ of _____ , vooral als je _____ bent. Wil je je _____ , doe dat het liefst thuis voordat je gaat sporten, zodat de wastafels schoon blijven en anderen minder hoeven te wachten.

Starting Monday there will be new rules in the locker rooms at Sports Center West. Always wash your hands when you arrive or after using the toilet. You may shower, but use your own shampoo and soap; the sports center no longer provides shared bottles.

Do you notice dry or red skin? Ask at the reception for a neutral ointment. Also be careful with strong deodorants or perfumes, especially if you have allergies. If you want to shave, do so at home before exercising so the sinks stay clean and others don't have to wait.

- Welke producten mag je niet delen in de kleedkamer en wat vraagt het sportcentrum daarvoor?

- Wat moet je doen als je een rode of droge huid krijgt na het sporten?

3. Listen to the audio fragment and indicate whether the following statements are true or false.

- Ze ging naar de winkel omdat haar hygiëneproducten bijna op waren.
- Ze kocht deodorant met parfum, omdat ze dat lekker vindt.
- Ze koos een zalf voor haar droge handen.

True False

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



4. Choose the correct solution

- Voordat ik naar mijn werk ging, _____ ik me *(Before I went to work, I shaved quickly.)*
snel.
a. schoor b. scheer c. geschoren d. schoren
 - Nadat ik me _____, doe ik *(After I have washed myself, I put on deodorant.)*
deodorant op.
a. had / gewassen b. ben / gewassen c. heeft / gewassen
d. heb / gewassen
 - Gisteren _____ ik me voordat ik naar de *(Yesterday I shaved before I went to the store.)*
winkel ging.
a. geschoren b. schoor c. scheerde d. scheer
1. schoor 2. heb / gewassen 3. schoor

5. Read the dialogue and answer the questions

- Klant:** *Hallo, ik zoek een deodorant en zeep, maar ik ben allergisch voor sommige merken.*
(Hello, I'm looking for a deodorant and some soap, but I'm allergic to certain brands.)
- Drogist:** *Oké, wilt u een deodorant zonder parfum? Die is vaak beter voor een gevoelige huid.*
(Okay — would you like a fragrance-free deodorant? Those are usually better for sensitive skin.)
- Klant:** *Graag. Heeft u ook een zalf of gel voor een geïrriteerde huid?*
(Yes, please. Do you also have an ointment or gel for irritated skin?)
- Drogist:** *Ja, deze zalf is mild. Probeer eerst een beetje op uw onderarm.*
(Yes, this ointment is mild. Try a small amount first on your forearm.)



- Welke producten wil de klant kopen?

- Waarom vraagt de klant om een andere deodorant?

6. Answer the questions using the vocabulary from this chapter.

Voordat ik naar mijn werk ga, ... / Nadat ik mijn tanden heb gepoetst, ... / Als ik allergisch ben, dan vermijd ik ...

- Welke verzorgingsproducten gebruik je elke dag en wat doe je eerst en daarna in je ochtendroutine?

- Je bent in de drogist en zoekt een deodorant die goed werkt maar niet te sterk ruikt. Wat vraag je aan de medewerker en welke eigenschappen wil je?

7. Writing correspondence



Important verbs

Zich scheren *(to shave)*

Onvoltooid verleden tijd (OVT)

scheerde me

scheerde je

scheerde zich

schereden ons

schereden je

schereden zich

Zich wassen *(to wash oneself)*

Voltooid tegenwoordige tijd (VTT)

heb me gewassen

hebt je gewassen

heeft zich gewassen

hebben ons gewassen

hebben je gewassen

hebben zich gewassen

ik

jij/je

hij/zij/ze/het

wij/we

jullie

zij/ze