

A2.22.1 Sich waschen

Lavarse



Viele Menschen **duschen** jeden Tag, oft **warm** und lange. Hautärzte sagen aber: Zu häufiges **Waschen** kann der **Haut** schaden, weil der natürliche **Schutz** verloren geht. *Wenn man zu oft duscht, wird die Haut oft trocken. Fettige **Haare** entstehen häufig durch zu viel Shampoo. Besser sind zwei bis drei kurze Duschen pro Woche, lauwarm.*

*Muchas personas se **duchan** todos los días, a menudo con agua **caliente** y durante mucho tiempo. Pero los dermatólogos dicen: **lavarse** con demasiada frecuencia puede dañar la **piel** , porque se pierde la **protección** natural. Si uno se ducha demasiado a menudo, la piel suele reseca. El **cabello** graso suele aparecer por usar demasiado champú. Lo mejor es ducharse dos o tres veces por semana, poco tiempo y con agua tibia.*

1. Warum kann tägliches, langes Duschen ein Problem sein?
 - a. Weil lauwarmes Wasser die Haut fettig macht.
 - b. Weil es den natürlichen Schutz der Haut schädigen kann.
 - c. Weil Shampoo dann gar nicht mehr wirkt.
 - d. Weil man dadurch immer weniger schwitzt.
2. Wodurch entstehen fettige Haare oft?
 - a. Durch lauwarme Duschen.
 - b. Durch zu wenig Wasser beim Duschen.
 - c. Durch zu viel Shampoo.
 - d. Durch Haarewaschen nur am Morgen.
3. Welche Dusch-Routine wird empfohlen?
 - a. Einmal pro Woche warm duschen, dreißig Minuten.
 - b. Nur im Sommer duschen, im Winter nicht.
 - c. Jeden Tag kalt duschen, mindestens fünfzehn Minuten.
 - d. Zwei bis drei Mal pro Woche lauwarm duschen, sieben bis zehn Minuten.

1-b 2-c 3-d

2. Lee el diálogo y responde a las preguntas.

Zwei Freunde unterhalten sich über ihre Körperpflege.

Dos amigos hablan sobre el cuidado del cuerpo.

Thorsten: Deine Haare glänzen so schön. Hast du heute etwas anders bei deiner Pflege gemacht?

(Tu pelo brilla muchísimo. ¿Hoy has hecho algo diferente en tu rutina de cuidado?)

Melanie: Ja, ich war beim Dermatologen wegen meiner trockenen Haut.

(Sí, fui al dermatólogo por mi piel seca.)

Thorsten: Ah, okay. Was hast du dort für dich gelernt?

(Ah, vale. ¿Qué aprendiste allí?)

Melanie: Dass ich nicht so heiß duschen sollte.

(Que no debería ducharme con el agua tan caliente.)

Thorsten: Also duschst du jetzt weniger als früher?

(Entonces, ¿ahora te duchas menos que antes?)

Melanie: Ja, und dabei benutze ich auch weniger Shampoo.

(Sí, y además uso menos champú.)

Thorsten: Hilft das deiner Haut wirklich?

(¿De verdad eso le ayuda a tu piel?)

Melanie: Ja, vor allem, wenn ich mich nach dem Duschen eincreme.

(Sí, sobre todo si me pongo crema después de ducharme.)

Thorsten: Ich habe empfindliche Haut. Deshalb achte ich beim Duschen auf eine spezielle Seife.

(Tengo la piel sensible. Por eso, cuando me ducho, uso un jabón especial.)

Melanie: Dann solltest du im Laden auch ein mildes Shampoo kaufen.

(Entonces también deberías comprar un champú suave en la tienda.)

1. Warum war Melanie beim Dermatologen?

- a. Weil sie sich die Hände öfter waschen sollte.
- b. Weil sie trockene Haut hat.
- c. Weil sie eine neue Zahnbürste wollte.
- d. Weil sie allergisch auf Parfüm ist.

2. Was macht Melanie vor allem nach dem Duschen?

- a. Sie benutzt mehr Shampoo als früher.
- b. Sie badet jeden Tag warm.
- c. Sie cremt sich nach dem Duschen ein.
- d. Sie benutzt starkes Parfüm.

1-b 2-c

3. Acabas de llegar a Alemania y quieres comprar en dm productos para tu cuidado corporal diario.

Task: Schreibe sechs Sätze über deine Routine und benutze die Wörter: *zuerst, nachdem, dann, wenn, schließlich*; nenne mindestens drei Produkte, die du kaufen willst.

URL: Skincare Routine

Use in your answer: Skincare-Routine / reinigen / Toner (Gesichtswasser) / Serum / Gesichtscreme / zuerst / dann / schließlich