



A2.22 Körperpflege

- Sprich über Hygieneprodukte und Routinen.
- Erklären Sie, welche Hygieneartikel Sie im Laden wünschen.

Die Creme	<i>(La crema)</i>	Die Zahnpasta	<i>(La pasta de dientes)</i>
Das Deodorant	<i>(El desodorante)</i>	Die Zahnbürste	<i>(El cepillo de dientes)</i>
Das Parfüm	<i>(El perfume)</i>	Baden	<i>(Bañarse)</i>
Die Kosmetikprodukte	<i>(Los productos cosméticos)</i>	Sich die Hände waschen	<i>(Lavarse las manos)</i>
Die Seife	<i>(El jabón)</i>	Sich eincremen	<i>(Ponerse crema)</i>
Das Shampoo	<i>(El champú)</i>	Allergisch sein	<i>(Ser alérgico)</i>

1. Escanea el código QR para ver el vídeo, o lee el texto.

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

1-b 2-a 3-b

2. Gramática: Conectores temporales: **nachdem, zuerst, wenn**

Los conectores temporales pueden colocarse en alemán al principio de la oración o en medio de la oración.



Konnektor (Conector)	Beispiel (Ejemplo)
nachdem (<i>después de que</i>)	Ich creme mich ein, nachdem ich gebadet habe. (<i>Me pongo crema después de que me he bañado.</i>)
zuerst / dann / schließlich (<i>primero / luego / por último</i>)	Zuerst benutze ich das Shampoo, dann/schließlich die Creme. (<i>Primero uso el champú, luego/por último la crema.</i>)
wenn (<i>cuando</i>)	Ich gehe ins Bad, wenn ich aufstehe. (<i>Voy al baño cuando me levanto.</i>)

1. Ich putze mir die Zähne, _____ ich zur Arbeit gehe, und benutze dann noch Deodorant.
a. wenn b. bevor c. nachdem d. zuerst
2. _____ ich gebadet habe, creme ich mich ein, weil meine Haut sonst trocken wird.
a. Zuerst b. Nachdem c. Dann d. Wenn

1. bevor 2. Nachdem

Reescribe las frases

1. (nachdem) Ich bade. Ich creme mich ein.

(*Me pongo crema después de bañarme.*)

2. (wenn) Ich stehe auf. Ich gehe ins Bad.

(*Voy al baño cuando me levanto.*)

3. (zuerst - dann - schließlich) Ich dusche. Ich trockne mich ab. Ich ziehe mich an.

(*Primero me ducho, luego me seco y finalmente me visto.*)

3.Ejercicios

1. Relaciona los elementos que tienen un significado relacionado.

- | | |
|---------------------------|----------------------------|
| a. die Seife | 1. Creme auftragen |
| b. sich die Hände waschen | 2. zum Händewaschen |
| c. sich eincremen | 3. die Hände sauber machen |
| d. das Deodorant | 4. gegen Schweißgeruch |

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



2. Drogería: indicaciones para piel sensible (Audio disponible en la aplicación)

Rellena los huecos: cremen, Deo, allergisch, Seife, Zuerst, Hände, benutzen, Nachdem

Willkommen bei dm. Für trockene oder empfindliche Haut empfehlen wir milde _____ und ein _____ ohne Alkohol. Wenn Sie _____ sind, lesen Sie bitte die Inhaltsstoffe auf der Packung. _____ waschen Sie sich die _____, dann _____ Sie Shampoo und Zahnpasta wie gewohnt. _____ Sie gebadet haben, _____ Sie sich ein, damit die Haut nicht trocken wird.

Creme, Zahnbürsten und andere Kosmetikprodukte finden Sie in Gang 3, Parfüm in Gang 5. Bei Fragen hilft unser Team am Servicepunkt.

Bienvenido a dm. Para piel seca o sensible recomendamos jabón suave y un desodorante sin alcohol. Si es alérgico, lea por favor los ingredientes en el envase. Primero lávese las manos, luego use champú y pasta de dientes como de costumbre. Después de bañarse, aplíquese crema para que la piel no se reseque.

Cremas, cepillos de dientes y otros productos cosméticos los encontrará en el pasillo 3; perfumes en el pasillo 5. Si tiene preguntas, nuestro equipo en el punto de atención le ayudará.

1. Welche Produkte werden empfohlen und was sollen Sie tun, wenn Sie allergisch sind?

3. Escucha el fragmento de audio e indica si las siguientes afirmaciones son verdaderas o falsas.

Die Person ist in einer Drogerie und will Produkte für die tägliche Hygiene kaufen.

Verdadero Falso

Sie kauft Parfüm, weil sie keine Allergien hat.

Die Creme braucht sie, weil ihre Haut im Winter trocken wird.



4. Elige la solución correcta

1. Zuerst _____ ich die Zahnpasta, dann benutze ich die Zahnbürste. *(Primero uso la pasta de dientes, luego uso el cepillo de dientes.)*
a. benutzt b. benutzte c. benutzen d. benutze
2. Wenn ich morgens aufstehe, _____ ich mich im Bad ein. *(Cuando me levanto por la mañana, me echo crema en el baño.)*
a. cremt b. creme c. cremst d. habe eingecremt
3. Nachdem ich das neue Shampoo _____ / _____, riechen meine Haare frisch. *(Después de haber usado el champú nuevo, mi cabello huele fresco.)*
a. habe / benutzen b. hat / benutzt c. habe / benutzt
d. bin / benutzt

1. benutze 2. creme 3. habe / benutzt

5. Lee el diálogo y responde a las preguntas

Kundin (Mara): *Entschuldigung, ich suche eine Creme und ein Deodorant – ich bin allerdings allergisch gegen Duftstoffe.*

(Perdone, busco una crema y un desodorante; sin embargo, soy alérgica a las fragancias.)

Drogerie-Mitarbeiter *Dann empfehle ich Ihnen eine unparfümierte Creme und ein Deo ohne Parfüm, das ist besser für empfindliche Haut.*

(Herr Becker): *(Entonces le recomiendo una crema sin perfume y un desodorante sin perfume; es mejor para la piel sensible.)*

Kundin (Mara): *Haben Sie auch eine milde Seife? Im Büro muss ich mir sehr oft die Hände waschen.*

(¿Tiene también un jabón suave? En la oficina tengo que lavarme las manos muy a menudo.)

Drogerie-Mitarbeiter *Ja, diese hier ist sensitiv. Fürs Duschen hätten wir dieses Shampoo ohne Duftstoffe.*

(Herr Becker): *(Sí, este es para piel sensible. Para la ducha tenemos este champú sin fragancias.)*

Kundin (Mara): *Prima, dann nehme ich die Creme, das Deo, die Seife und das Shampoo, bitte.*

(Perfecto, entonces me llevo la crema, el desodorante, el jabón y el champú, por favor.)

1. Welche Produkte möchte Mara kaufen und warum?

2. Was empfiehlt Herr Becker für die Hände und fürs Duschen?



6. Responde a las preguntas usando el vocabulario de este capítulo.

Zuerst wasche ich mich und dann ... / Nachdem ich geduscht habe, benutze ich ... / Wenn ich allergisch bin, brauche ich ein Produkt ohne Duft.

1. Erzählen Sie kurz von Ihrer Morgenroutine: Was machen Sie zuerst, und was machen Sie, nachdem Sie geduscht haben?

2. Sie sind in einer Drogerie in Deutschland: Welche Hygieneprodukte möchten Sie kaufen, und was sagen Sie, wenn Sie gegen ein Produkt allergisch sind?

7. WhatsApp

Laura: Hey, ich bin gerade bei dm. Für das Gästezimmer will ich noch ein paar Sachen kaufen. Was brauchen wir?

- **Zahnbürste / Zahnpasta**
- **Seife** oder Duschgel
- **Shampoo**
- **Deodorant**

Und noch eine Frage: Bist du gegen etwas **allergisch**? Dann kaufe ich lieber etwas Mildes. Ich bin noch 10 Minuten hier.



Escribe una respuesta adecuada: *Kannst du bitte ... mitbringen? / Zuerst ..., dann ... / Ich bin gegen ... allergisch, deshalb ...*

Verbos importantes	Benutzen (usar)	Sich eincremen (untarse)
	Perfekt	Präsens
ich	habe benutzt	creme mich ein
du	hast benutzt	cremst dich ein
er/sie/es	hat benutzt	cremt sich ein
wir	haben benutzt	cremen uns ein
ihr	habt benutzt	cremt euch ein
sie	haben benutzt	cremen sich ein