

## A2.22 Körperpflege



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

|                       |                            |                               |  |
|-----------------------|----------------------------|-------------------------------|--|
| <b>Die Creme</b>      | <i>(La crème)</i>          | <b>Die Zahnpasta</b>          | <i>(Le dentifrice)</i>                           |
| <b>Das Deodorant</b>  | <i>(Le déodorant)</i>      | <b>Die Kosmetikprodukte</b>   | <i>(Les produits cosmétiques)</i>                |
| <b>Das Parfüm</b>     | <i>(Le parfum)</i>         | <b>Baden</b>                  | <i>(Prendre un bain)</i>                         |
| <b>Die Seife</b>      | <i>(Le savon)</i>          | <b>Sich die Hände waschen</b> | <i>(Se laver les mains)</i>                      |
| <b>Das Shampoo</b>    | <i>(Le shampooing)</i>     | <b>Sich eincremen</b>         | <i>(Mettre de la crème / s'hydrater la peau)</i> |
| <b>Die Zahnbürste</b> | <i>(La brosse à dents)</i> | <b>Allergisch sein</b>        | <i>(Être allergique)</i>                         |

### 1. Scannez le code QR pour regarder la vidéo, ou lire le texte.

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.



*Beaucoup de gens se douchent tous les jours, souvent à l'eau chaude et longtemps. Mais les dermatologues disent que se laver trop souvent peut abîmer la peau, parce que la protection naturelle se perd. Si on se douche trop souvent, la peau devient souvent sèche. Les cheveux gras apparaissent souvent à cause d'un excès de shampooing. Le mieux, ce sont deux à trois douches courtes par semaine, tièdes.*

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

1-d 2-a 3-d

### 2. Grammaire: Connecteurs temporels: nachdem, zuerst, wenn

Les connecteurs temporels peuvent se placer en allemand au début de la phrase ou au milieu de la phrase.



| Konnektor (Connecteur)                                    | Beispiel (Exemple)   |
|---|--|
| nachdem (après que)                                       | Ich creme mich ein, <b>nachdem</b> ich gebadet habe. ( <i>Je mets de la crème, après m'être baigné(e).</i> )                                     |
| zuerst / dann / schließlich (d'abord / puis / finalement) | <b>Zuerst</b> benutze ich das Shampoo, <b>dann/schließlich</b> die Creme. ( <i>D'abord, j'utilise le shampooing, puis/finalement la crème.</i> ) |
| wenn (quand)  | Ich gehe ins Bad, <b>wenn</b> ich aufstehe. ( <i>Je vais à la salle de bain quand je me lève.</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

### Réécrivez les phrases

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

\_\_\_\_\_

(*Je mets de la crème après avoir pris un bain.*)

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

\_\_\_\_\_

(*Je vais à la salle de bain quand je me lève.*)

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

\_\_\_\_\_

(*D'abord, je prends une douche, puis je me sèche, enfin je m'habille.*)

### 3. Exercices

#### 1. Associez les éléments qui ont un sens lié.

- |                           |                            |
|---------------------------|----------------------------|
| 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. Parapharmacie : conseils pour peau sensible (Audio disponible dans l'application)

**Remplissez les lacunes:** 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.

*Bienvenue chez dm. Pour les peaux sèches ou sensibles, nous recommandons un savon doux et un déodorant sans alcool. Si vous êtes allergique, veuillez lire la liste des ingrédients sur l'emballage. Lavez-vous d'abord les mains, puis utilisez le shampoing et le dentifrice comme d'habitude. Après le bain, appliquez une crème pour éviter que la peau ne devienne sèche.*

*Vous trouverez les crèmes, brosses à dents et autres produits cosmétiques au rayon 3, et les parfums au rayon 5. En cas de question, notre équipe au point service est là pour vous aider.*

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

\_\_\_\_\_

#### 3. Écoutez le fragment audio et indiquez si les affirmations suivantes sont vraies ou fausses.

- |   |                          |                          |
|---|--------------------------|--------------------------|
| Die Person ist in einer Drogerie und will Produkte für die tägliche Hygiene kaufen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Sie kauft Parfüm, weil sie keine Allergien hat.                                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Die Creme braucht sie, weil ihre Haut im Winter trocken wird.                       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Vrai Faux



#### 4. Choisissez la bonne solution

1. Zuerst \_\_\_\_\_ ich die Zahnpasta, dann benutze ich die Zahnbürste. *(D'abord j'utilise le dentifrice, puis j'utilise la brosse à dents.)*  
a. benutzt    b. benutzte    c. benutzen    d. benutze
2. Wenn ich morgens aufstehe, \_\_\_\_\_ ich mich im Bad ein. *(Quand je me lève le matin, je me crème dans la salle de bain.)*  
a. cremt    b. creme    c. cremst    d. habe eingecremt
3. Nachdem ich das neue Shampoo \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_, riechen meine Haare frisch. *(Après avoir utilisé le nouveau shampooing, mes cheveux sentent frais.)*  
a. habe / benutzen    b. hat / benutzt    c. habe / benutzt  
d. bin / benutzt

1. benutze 2. creme 3. habe / benutzt

#### 5. Lisez le dialogue et répondez aux questions

**Kundin (Mara):** *Entschuldigung, ich suche eine Creme und ein Deodorant – ich bin allerdings allergisch gegen Duftstoffe.*  
*(Excusez-moi, je cherche une crème et un déodorant – je suis allergique aux parfums.)*

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

**(Herr Becker):** *(Alors je vous recommande une crème non parfumée et un déo sans parfum, c'est mieux pour les peaux sensibles.)*

**Kundin (Mara):** *Haben Sie auch eine milde Seife? Im Büro muss ich mir sehr oft die Hände waschen.*  
*(Avez-vous aussi un savon doux? Au bureau, je dois me laver les mains très souvent.)*

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

**(Herr Becker):** *(Oui, celui-ci est pour peaux sensibles. Pour la douche, nous avons ce shampooing sans parfum.)*

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

*(Parfait, je prends la crème, le déo, le savon et le shampooing, s'il vous plaît.)*

1. Welche Produkte möchte Mara kaufen und warum?

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



## 6. Répondez aux questions en utilisant le vocabulaire de ce chapitre.

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.



**Rédigez une réponse appropriée:** *Kannst du bitte ... mitbringen? / Zuerst ..., dann ... / Ich bin gegen ... allergisch, deshalb ...*  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

| <b>Verbes importants</b> | <b>Benutzen</b> ( <i>utiliser</i> ) | <b>Sich eincremen</b> ( <i>s'enduire de crème</i> ) |
|--------------------------|-------------------------------------|---|
| ich                      | Perfekt<br>habe benutzt             | Präsens<br>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                                     |