



A2.22 Igiene personale

- Parla di prodotti e pratiche per l'igiene.
- Spiega quali prodotti per l'igiene desideri nel negozio.

Lo spazzolino	<i>(La brosse à dents)</i>	Il cotton fioc	<i>(Le coton-tige)</i>
Il dentifricio	<i>(Le dentifrice)</i>	Il deodorante	<i>(Le déodorant)</i>
Spazzolare i denti	<i>(Se brosser les dents)</i>	Il profumo	<i>(Le parfum)</i>
Il pettine	<i>(Le peigne)</i>	La crema	<i>(La crème)</i>
Il rasoio	<i>(Le rasoir)</i>	Lavare le mani	<i>(Se laver les mains)</i>
Lo shampoo	<i>(Le shampooining)</i>	Bagnarsi	<i>(Se mouiller)</i>
Il docciaschiuma	<i>(Le gel douche)</i>	Essere allergico	<i>(Être allergique)</i>
Il sapone	<i>(Le savon)</i>	Avere i capelli puliti	<i>(Avoir les cheveux propres)</i>

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



Alcune parti del corpo hanno bisogno di più attenzione, anche quando fai **la doccia**. Quando usi **lo shampoo**, è utile massaggiare la *cute* per pulirla meglio. Per le unghie si può usare ogni giorno **una spazzola** con il **sapone di Marsiglia**. Anche l'ombelico si pulisce con **acqua e sapone**. *Appena* finisci la doccia, asciuga bene i piedi.

Certaines parties du corps ont besoin de plus d'attention, même quand tu prends la douche. Quand tu utilises le shampooining, il est utile de masser le cuir chevelu pour mieux le nettoyer. Pour les ongles, on peut utiliser chaque jour une brosse avec du savon de Marseille. Le nombril aussi se nettoie avec de l'eau et du savon. Dès que tu as fini la douche, essuie bien tes pieds.

1. Quando fai lo shampoo, che cosa spesso non si pulisce bene?
 - a. La cute
 - b. I piedi
 - c. Le orecchie
 - d. I capelli
2. Che cosa si consiglia di usare ogni giorno per pulire bene le unghie?
 - a. Un deodorante forte
 - b. Una spazzola con il sapone di Marsiglia
 - c. Solo acqua fredda
 - d. Un batuffolo di cotone con alcool
3. Quando è importante asciugare bene i piedi?
 - a. Quando compri lo shampoo
 - b. Durante la colazione
 - c. Fino a mezzanotte
 - d. Appena finita la doccia

1-a 2-b 3-d

2. Grammaire: Les expressions de temps : **durante, fino a, appena, etc.**

Des expressions comme *durante, fino a, appena, ancora, subito* indiquent quand quelque chose se passe.



Espressione (Expression)	Esempio (Exemple)
Durante (Pendant)	Mi insapono durante la doccia. (<i>Je me savonne pendant la douche.</i>)
Fino a (Jusqu'à)	Studio fino a mezzanotte. (<i>J'étudie jusqu'à minuit.</i>)
Finché (Jusqu'à ce que)	Resto finché non arrivi. (<i>Je reste jusqu'à ce que tu arrives.</i>)
Appena / Non appena (À peine / Dès que)	Appena mi sveglio, mi lavo i denti. (<i>À peine je me réveille, je me brosse les dents.</i>) Non appena torno, faccio la doccia. (<i>Dès que je rentre, je prends une douche.</i>)
Ancora (Encore)	Uso ancora il deodorante del mese scorso. (<i>J'utilise encore le déodorant du mois dernier.</i>)
Non ancora (Pas encore)	Non mi sono ancora lavato. (<i>Je ne me suis pas encore lavé.</i>)
Subito (Tout de suite)	Mi lavo subito dopo la colazione. (<i>Je me lave tout de suite après le petit-déjeuner.</i>)

- _____ il viaggio in treno mi lavo le mani con il gel disinfettante.
a. Durante b. Fino a c. Appena d. Ancora
- Studio _____ mezzanotte, poi mi faccio la doccia e vado a dormire.
a. durante b. subito c. appena d. fino a

1. Durante 2. fino a

Réécrivez les phrases

- (Fino a) Studio. Poi è mezzanotte e smetto.

(*J'étudie jusqu'à minuit.*)

- (Finché) Resto in ambulatorio. Tu arrivi. Poi vado via.

(*Je reste au cabinet jusqu'à ce que tu arrives.*)

- (Durante) Mi insapono mentre faccio la doccia.

(*Je me savonne pendant la douche.*)

3. Exercices

1. Associez les éléments qui ont un sens lié.

- | | |
|----------------------|-------------------------------|
| a. Lo spazzolino | 1. per lavare i denti |
| b. Il dentifricio | 2. la pasta per i denti |
| c. Lavare le mani | 3. pulirsi le mani |
| d. Appena mi sveglio | 4. subito dopo che mi sveglio |

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



2. Avis à la pharmacie : produits d'hygiène et peaux sensibles (Audio disponible dans l'application)

Remplissez les lacunes: shampoo, spazzolino, dentifricio, mani, igiene, allergico

In farmacia: questa settimana sconto sui prodotti per l' _____ personale. Disponibili lo _____ , il _____ , il sapone di Marsiglia, un docciaschiuma delicato, lo _____ e una crema idratante. Per chi è _____ o ha irritazioni, scegliete formule senza profumo e provatele prima su una piccola zona della pelle.

Consiglio pratico: lavate le _____ durante la giornata e asciugatevi bene fino a quando la pelle è completamente asciutta, soprattutto dopo la doccia. Appena finite lo shampoo, massaggiare la cute per un minuto e risciacquate bene. Se avete bisogno di aiuto, chiedete al banco.

À la pharmacie : cette semaine réduction sur les produits d'hygiène personnelle. Disponibles la brosse à dents, le dentifrice, le savon de Marseille, un gel douche doux, le shampoing et une crème hydratante. Pour les personnes allergiques ou sujettes à des irritations, choisissez des formules sans parfum et testez-les d'abord sur une petite zone de peau.

Conseil pratique : lavez-vous les mains au cours de la journée et séchez-les soigneusement jusqu'à ce que la peau soit complètement sèche, surtout après la douche. Dès que vous avez fini le shampoing, massez le cuir chevelu pendant une minute et rincez abondamment. Si vous avez besoin d'aide, demandez au comptoir.

1. Quali prodotti per l'igiene menzionati nell'avviso sono adatti a una pelle sensibile e perché?
- _____

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

- La persona sta preparando una piccola borsa per un breve viaggio di lavoro.
Chiede uno shampoo profumato, perché non ha problemi di allergie.
Vuole una crema perché lavarsi spesso le mani le rende la pelle secca.

Vrai Faux

-



4. Choisissez la bonne solution

1. Appena sono arrivato a casa, mi _____
_____ e poi ho usato il docciaschiuma.
(Dès que je suis arrivé à la maison, je me suis mouillé puis j'ai utilisé le gel douche.)
a. mi ho bagnato b. mi ero bagnato
c. mi sono bagnato d. mi sono bagnata
2. Durante la doccia mi _____
_____ e ho lavato i capelli con lo shampoo.
(Pendant la douche je me suis mouillée et j'ai lavé mes cheveux avec du shampoing.)
a. mi stavo bagnando b. mi ha bagnata
c. mi sono bagnata d. mi sono bagnato
3. Non appena ho finito di lavorare, mi _____
_____ le mani e ho messo il sapone.
(Dès que j'ai fini de travailler, je me suis mouillé les mains et j'ai mis du savon.)
a. mi sono bagnati b. mi sono bagnata
c. mi sono bagnato d. mi ho bagnato
1. mi sono bagnato 2. mi sono bagnata 3. mi sono bagnato

5. Lisez le dialogue et répondez aux questions

- Cliente (Giulia):** *Buongiorno, cerco un deodorante delicato perché sono allergica ad alcuni profumi.*
(Bonjour, je cherche un déodorant doux parce que je suis allergique à certains parfums.)
- Farmacista (Marco):** *Capisco. Lo preferisce spray o roll-on? Questo è senza profumo e va bene per pelli sensibili.*
(Je comprends. Le préférez-vous en spray ou en roll-on ? Celui-ci est sans parfum et convient aux peaux sensibles.)
- Cliente (Giulia):** *Preferisco il roll-on, grazie. Inoltre mi serve una crema: dopo la doccia la mia pelle è molto secca.*
(Je préfère le roll-on, merci. J'ai aussi besoin d'une crème : après la douche, ma peau est très sèche.)
- Farmacista (Marco):** *Allora le consiglio questa crema idratante. Se vuole, posso anche suggerire un docciaschiuma neutro e senza profumo.*
(Alors je vous conseille cette crème hydratante. Si vous voulez, je peux aussi vous proposer un gel douche neutre et sans parfum.)
- Cliente (Giulia):** *Va bene, prendo il deodorante roll-on e la crema idratante. Grazie, così evito problemi.*
(D'accord, je prends le déodorant roll-on et la crème hydratante. Merci, ainsi j'évite les problèmes.)



1. Che problema ha Giulia con alcuni prodotti?

2. Quali due prodotti compra alla fine?

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

Di solito, la mattina/di sera io... / Appena torno a casa, mi lavo le mani e... / Vorrei un prodotto che sia per pelle sensibile/per capelli puliti

1. Qual è la tua routine di igiene personale al mattino o alla sera?

2. Sei in farmacia e vuoi comprare un prodotto per la pelle o per i capelli: cosa chiedi e perché?

7. WhatsApp

Ciao! Sono al supermercato. Nel reparto bagno ci sono tante cose e non so cosa prendere.

In casa abbiamo finito il **dentifricio** e il **docciaschiuma**. Vuoi anche **shampoo** o **deodorante**?

Dimmi:

- che tipo (per pelle sensibile? profumato?)
- se sei **allergico** a qualcosa
- se devo prendere anche **cotton fioc** o **sapone**

Grazie! - Luca



Rédigez une réponse appropriée: *Puoi prendere... per favore? / Appena puoi, compra... / Sono allergico/a a..., quindi preferisco...*

Verbes importants

Bagnarsi (*se bagnare*)

Passato prossimo

io	mi sono bagnato
tu	ti sei bagnato
lui/lei	si è bagnato
noi	ci siamo bagnati
voi	vi siete bagnati
loro	si sono bagnati