



A2.22 Persoonlijke hygiëne

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

De tandenborstel	<i>(La brosse à dents)</i>	De deodorant	<i>(Le déodorant)</i>
De tandpasta	<i>(Le dentifrice)</i>	De zalf	<i>(La pommade)</i>
De shampoo	<i>(Le shampooining)</i>	De tanden poetsen	<i>(Se brosser les dents)</i>
De zeep	<i>(Le savon)</i>	De handen wassen	<i>(Se laver les mains)</i>
De gel	<i>(Le gel)</i>	Allergisch zijn	<i>(Être allergique)</i>
De parfum	<i>(Le parfum)</i>		

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



Veel mensen gebruiken elke dag **cosmetica** zoals zalf, gel en **parfums**. In een **dagcrème** zitten vaak veel stoffen, en sommige daarvan kunnen je huid irriteren. Je kunt dan rood worden of zelfs een allergie krijgen. *Voordat* je een nieuw product op je gezicht smeert, kun je het eerst veertien dagen op je elleboog testen. Op sociale media worden soms producten aangeraden die niet goed zijn voor een **gezonde huid**.

*Beaucoup de gens utilisent chaque jour des **cosmétiques** comme de la pommade, du gel et des **parfums**. Une **crème de jour** contient souvent beaucoup de substances, et certaines d'entre elles peuvent irriter ta peau. Tu peux alors rougir ou même développer une allergie. Avant d'appliquer un nouveau produit sur ton visage, tu peux d'abord le tester pendant quatorze jours sur ton coude. Sur les réseaux sociaux, on recommande parfois des produits qui ne sont pas bons pour une **peau saine**.*

1. Waarom is de kans groter op huidirritatie als je veel producten gebruikt?
 - a. Omdat je huid dan altijd jong blijft
 - b. Omdat dagcrème geen ingrediënten heeft
 - c. Omdat er dan meer verschillende stoffen op je huid komen
 - d. Omdat je huid daardoor nooit meer rood wordt
2. Wat kun je het best doen voordat je een nieuw product op je gezicht gebruikt?
 - a. Het met water verdunnen en daarna pas gebruiken
 - b. Het eerst veertien dagen op je elleboog smeren
 - c. Het meteen dik op je wangen smeren
 - d. Het alleen in de zon gebruiken
3. Wat is de waarschuwing over trends op sociale media?
 - a. Ze doen soms meer kwaad dan goed
 - b. Ze zijn altijd goedkoop en veilig
 - c. Ze zorgen ervoor dat je minder producten nodig hebt
 - d. Ze helpen alleen tegen rimpels

1-c 2-b 3-a



2. Grammaire: Expressions temporelles : avant que, après que, si, quand

Utilise *voordat*, *nadat*, *als*, *wanneer* pour décrire l'ordre chronologique des actions.

1. 'Voordat' indique une action qui se passe d'abord.
2. 'Nadat' indique une action qui se passe après.
3. Utilise 'als' et 'wanneer' pour des actions futures ou conditionnelles.

Tijdsbepaling (Indication de temps)	Betekenis (Signification)	Voorbeeld (Exemple)
Voordat (Avant que)	Gebeurtenis vooraf (<i>Événement avant</i>)	Voordat ik ga werken, ontbijt ik. (Avant d'aller travailler, je prends mon petit-déjeuner.)
Nadat (Après que)	Gebeurtenis achteraf (<i>Événement après</i>)	Nadat ik heb gegeten, poets ik mijn tanden. (Après avoir mangé, je me brosse les dents.)
Als (Si)	Bij een voorwaarde (<i>Avec une condition</i>)	Als ik ga slapen, poets ik mijn tanden. (Si je vais dormir, je me brosse les dents.)
Wanneer (Quand)	Specifiek moment (<i>Moment précis</i>)	Wanneer mijn huid droog is, gebruik ik zalf. (Quand ma peau est sèche, j'utilise de la pommade.)

1. _____ ik naar mijn werk ga, poets ik mijn tanden.
a. *Als* b. *Wanneer* c. *Nadat* d. *Voordat*
2. _____ ik shampoo heb gebruikt, spoel ik mijn haar goed uit.
a. *Nadat* b. *Voordat* c. *Als* d. *Wanneer*

1. *Voordat* 2. *Nadat*

Réécrivez les phrases

1. Ik ga naar mijn werk. Ik ontbijt thuis.

(*Avant que j'aille à mon travail, je prends mon petit-déjeuner à la maison.*)

2. Ik heb geluncht. Daarna bel ik mijn collega.

(*Après que j'ai déjeuné, j'appelle mon collègue.*)

3. Ik ga sporten. Ik doe eerst mijn schoenen aan.

(*Avant que j'aille faire du sport, je mets d'abord mes chaussures.*)

3. Exercices



1. Associez les éléments qui ont un sens lié.

- | | |
|---------------------|----------------------------|
| a. De tandenborstel | 1. zeep voor je haar |
| b. De tandpasta | 2. tegen zweetlucht |
| c. De shampoo | 3. pasta voor je tanden |
| d. De deodorant | 4. om je tanden te poetsen |

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

2. Droguerie : conseils sur la peau et les soins (Audio disponible dans l'application)

Remplissez les lacunes: als, nadat, shampoo, zeep, parfum, zalf, deodorant, allergisch

Bij drogisterij Kruidvat: Heb je snel een droge of rode huid? Test een nieuw product eerst 14 dagen op je elleboog. Krijg je jeuk of een zwelling, stop dan en vraag advies bij de apotheek. Gebruik na het douchen een milde _____ en kies een _____ zonder _____ als je _____ bent.

In de winkel kun je ook om hulp vragen. Zeg wat je zoekt, bijvoorbeeld _____ voor een gevoelige hoofdhuid of _____ voor droge handen. Vertel wanneer je de klachten ontstaan: _____ je een nieuw product hebt gebruikt of _____ je vaak je handen wast op je werk.

À la droguerie Kruidvat : Votre peau devient-elle vite sèche ou rouge ? Testez d'abord un nouveau produit pendant 14 jours sur votre coude. Si vous avez des démangeaisons ou un gonflement, arrêtez et demandez conseil à la pharmacie. Après la douche, utilisez un savon doux et choisissez un déodorant sans parfum si vous êtes allergique.

Dans le magasin, vous pouvez aussi demander de l'aide. Dites ce que vous cherchez, par exemple un shampooing pour un cuir chevelu sensible ou une pommade pour les mains sèches. Dites quand les symptômes apparaissent : après avoir utilisé un nouveau produit ou si vous vous lavez souvent les mains au travail.

1. Welke verzorgingsproducten koop je en wanneer gebruik je ze (bijvoorbeeld voordat je gaat werken of nadat je hebt gedoucht)?
-

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

Vrai Faux

Ze gaat na haar werk naar de drogist om onder andere deodorant en tandpasta te kopen.

Ze kiest shampoo en zeep met parfum, omdat ze dat lekker vindt.

Ze wil een zalfje omdat haar handen droog worden door het vaak handen wassen op kantoor.



4. Choisissez la bonne solution

1. Voordat ik naar mijn afspraak bij de tandarts ging, _____ ik me snel. *(Avant d'aller à mon rendez-vous chez le dentiste, je me suis rasé rapidement.)*
a. geschoren b. scheerde c. scheerden d. scheer
2. Nadat ik mijn handen had gewassen, _____ ik me met milde zeep gewassen. *(Après m'être lavé les mains, je me suis lavé avec un savon doux.)*
a. hebben b. had c. ben d. heb
3. Als ik allergisch was voor een shampoo, _____ ik me niet met gel. *(Si j'étais allergique à un shampooing, je ne me rasais pas avec du gel.)*
a. scheerden b. scheer c. geschoren d. scheerde

1. scheerde 2. heb 3. scheerde

5. Lisez le dialogue et répondez aux questions

Winkelmedewerker *Goedemiddag, kan ik u helpen?*

(Sanne): *(Bonjour, puis-je vous aider ?)*

Klant (Mark): *Ja graag. Ik zoek een deodorant zonder parfum, want ik ben soms allergisch.*

(Oui, volontiers. Je cherche un déodorant sans parfum, car je suis parfois allergique.)

Winkelmedewerker *Begrijpelijk. Wilt u een roller of een spray?*

(Sanne): *(Je comprends. Vous voulez un roll-on ou un spray ?)*

Klant (Mark): *Liever een roller. Heeft u ook een zalf voor als mijn huid toch rood wordt?*

(Plutôt un roll-on. Avez-vous aussi une pommade au cas où ma peau deviendrait quand même rouge ?)

Winkelmedewerker *Ja, die vindt u bij de producten voor een gevoelige huid. Ik pak er meteen een parfumvrije deodorant bij.*

(Sanne): *(Oui, vous la trouverez avec les produits pour peau sensible. Je vous prends tout de suite un déodorant sans parfum.)*

1. Welke deodorant zoekt Mark en waarom?

2. Wat adviseert Sanne als Marks huid rood wordt?



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

Voordat ik de deur uitga, poets ik mijn tanden en was ik mijn handen. / Als ik iets nieuws koop, kies ik een milde shampoo of zeep. / Wanneer ik allergisch ben, vraag ik om een ander product.

1. Wat doe je meestal voordat je naar je werk gaat om fris en verzorgd te zijn? Noem twee dingen uit je routine.

2. Je bent in de drogist en je zoekt een shampoo of deodorant, maar je bent allergisch voor sommige producten. Wat vraag je aan de medewerker?

7. WhatsApp

Hoi Sara,
Ik ben nu bij Kruidvat. We zijn bijna door de **tandpasta** en de **shampoo**. Wil je nog iets van **deodorant** of **zeep**?
Vorige keer kreeg je een rode huid van die nieuwe gel. Weet je nog welk merk je wél kunt gebruiken?
Groetjes,
Tom



Rédigez une réponse appropriée: *Kun je voor mij ... meenemen? / Als je ... ziet, neem dan ... mee. / Nadat ik ... had gebruikt, kreeg ik soms ... (jeuk / rode huid).*

Verbes importants

ik
jij/je
hij/zij/ze/het
wij/we
jullie
zij/ze

Zich scheren (se raser)

Onvoltooid verleden tijd (OVT)
scheerde me
scheerde je
scheerde zich
schereden ons
schereden je
schereden zich

Zich wassen (se laver)

Voltooid tegenwoordige tijd (VTT)
heb me gewassen
hebt je gewassen
heeft zich gewassen
hebben ons gewassen
hebben je gewassen
hebben zich gewassen