



A2.22 Hygiène personnelle

- Parlez des produits d'hygiène et des routines.
- Expliquez quels produits d'hygiène vous souhaitez avoir en magasin.

Le bain	<i>(bath)</i>	Le coton-tige	<i>(cotton swab)</i>
La baignoire	<i>(bathtub)</i>	Le rasoir	<i>(razor)</i>
La douche	<i>(shower)</i>	Le déodorant	<i>(deodorant)</i>
Le gel douche	<i>(shower gel)</i>	Le peigne	<i>(comb)</i>
Le savon pour les mains	<i>(hand soap)</i>	La crème pour les cheveux	<i>(hair cream)</i>
Le shampoing	<i>(shampoo)</i>	Se laver les mains	<i>(to wash one's hands)</i>
Le dentifrice	<i>(toothpaste)</i>	Se maquiller	<i>(to put on makeup)</i>
La brosse à dents	<i>(toothbrush)</i>		

1. Scan the QR code to watch the video, or read the text.



Avant, une personne avait beaucoup de **cosmétiques** dans sa salle de bain, mais elle utilisait seulement quelques produits. Elle a décidé de réduire la **surconsommation** et de garder l'**essentiel** pour sa **routine d'hygiène**. Avec une amie, elle a créé une petite marque et a lancé un baume multi-usages. Aujourd'hui, elle utilise trois produits : un baume, une **crème hydratante** et un nettoyant. Cette routine est plus simple et plus efficace.

*Before, a person had a lot of **cosmetics** in their bathroom, but they used only a few products. They decided to reduce **overconsumption** and keep the essentials for their **hygiene routine**. With a friend, they created a small brand and launched a multi-purpose balm. Today, they use three products: a balm, a **moisturizing cream**, and a cleanser. This routine is simpler and more effective.*

1. Pourquoi la salle de bain était-elle pleine de produits inutilisés ?
 - a. Parce qu'elle n'aimait pas se démaquiller le soir.
 - b. Parce qu'elle n'avait pas de place dans ses placards.
 - c. Parce qu'elle achetait toujours les mêmes produits au supermarché.
 - d. Parce qu'elle travaillait dans un site où l'équipe testait beaucoup de marques.
2. Quel est le premier produit lancé par la marque créée avec Camille ?
 - a. Une crème hydratante pour le corps.
 - b. Un baume magique multi-usages.
 - c. Un shampoing pour cheveux secs.
 - d. Un démaquillant pour les yeux.
3. Quels produits utilise-t-elle aujourd'hui pour sa routine ?
 - a. Trois produits : le baume, une crème hydratante et un nettoyant visage.
 - b. Deux produits : savon et parfum.
 - c. Trois produits : shampoing, après-shampoing et gel douche.
 - d. Cinq produits : démaquillant, sérum, masque, crème, parfum.

1-d 2-b 3-a

2. Grammar: Possessive pronouns (le mien, le tien, le sien, le nôtre, le vôtre, le leur)

Possessive pronouns show who an object belongs to.



1. Possessive pronouns must match the gender and number of the noun; for example, son savon becomes le sien, and sa brosse becomes la sienne.

Pronoms (<i>Pronouns</i>)	Masculin (<i>Masculine</i>)	Féminin
Je	Le mien (<i>Mine</i>)	La mienne (<i>Mine</i>)
Tu	Le tien (<i>Yours</i>)	La tienne (<i>Yours</i>)
Il / Elle	Le sien (<i>His / hers</i>)	La sienne (<i>His / hers</i>)
Nous	Le nôtre (<i>Ours</i>)	La nôtre (<i>Ours</i>)
Vous	Le vôtre (<i>Yours</i>)	La vôtre (<i>Yours</i>)
Ils / Elles	Le leur (<i>Theirs</i>)	La leur (<i>Theirs</i>)

- Je ne trouve plus mon shampoing ; tu peux me prêter _____ ?
 a. la tienne b. le ton c. le tien d. le sien
- J'ai ma brosse à dents, mais où est _____ ?
 a. la sienne b. le tien c. la tien d. la tienne

1. le tien 2. la tienne

Rewrite the phrases

- C'est mon passeport.

(C'est le mien.)

- C'est ma carte bancaire.

(C'est la mienne.)

- Ce sont tes clés.

(Ce sont les tiennes.)

3. Exercises



1. Match the items that have a related meaning.

- | | |
|-----------------------|---------------------------|
| a. Le gel douche | 1. se nettoyer les mains |
| b. Se laver les mains | 2. à moi |
| c. le mien | 3. le savon pour le corps |
| d. la tienne | 4. à toi |

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

2. Information notice - Gym: hygiene and changing rooms (Audio available in app)

Fill in the gaps: gel douche, shampoing, vôtre, coton-tiges, nôtre, dentifrice, déodorant, douche

Pour le confort de tous, merci de respecter ces règles aux vestiaires. Après l'entraînement, prenez une _____ et utilisez votre _____ ou votre savon pour les mains. Séchez-vous bien et mettez du _____. Ne laissez pas de _____ ni d'emballages dans les casiers.

À la réception, nous vendons aussi des produits de base : _____ , _____ , brosse à dents et rasoir. Si vous oubliez quelque chose, demandez-nous. Pour éviter les erreurs, ne prenez pas le savon d'une autre personne : utilisez le _____ ou demandez le _____ .

For everyone's comfort, please follow these rules in the changing rooms. After training, take a shower and use your shower gel or your hand soap. Dry yourself well and put on deodorant. Do not leave cotton swabs or packaging in the lockers.

At the reception desk, we also sell basic products: shampoo, toothpaste, toothbrush and razor. If you forget something, ask us. To avoid mistakes, do not take another person's soap: use yours or ask for ours.

1. Quels produits sont proposés à la réception et quelles règles devez-vous suivre aux vestiaires après l'entraînement ?

3. Listen to the audio fragment and indicate whether the following statements are true or false.

- Elle achète des produits parce qu'elle part en déplacement le lendemain.
Le rayon est vide donc elle repart sans déodorant.
Elle met dans son panier du savon pour les mains et des coton-tiges.

True False

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



4. Choose the correct solution

1. Quand j'étais étudiant, je _____ rarement avant de sortir. *(When I was a student, I rarely put on makeup before going out.)*
a. me maquiller b. me maquillais c. me maquillait
d. me maquille
2. Au collège, tu _____ un peu pour les fêtes de fin d'année. *(In middle school, you put on a bit of makeup for the end-of-year parties.)*
a. te maquilles b. te maquillais c. te maquilleras
d. te maquillait
3. Avant, elle _____ dans la salle de bains, mais elle prenait son temps. *(Before, she used to put on makeup in the bathroom, but she took her time.)*
a. s'est maquillé b. se maquillaient c. se maquillait
d. se maquiller
1. me maquillais 2. te maquillais 3. se maquillait

5. Read the dialogue and answer the questions

- Cliente:** *Bonjour, je cherche un gel douche pour peau sensible et un shampoing, s'il vous plaît.*
(Hello, I'm looking for a shower gel for sensitive skin and a shampoo, please.)
- Vendeuse:** *Bonjour, bien sûr. Vous préférez un gel douche sans parfum ou avec un parfum léger ? Et votre shampoing, c'est pour cheveux secs ou normaux ?*
(Hello, of course. Do you prefer a fragrance-free shower gel or one with a light scent? And your shampoo, is it for dry or normal hair?)
- Cliente:** *Sans parfum, s'il vous plaît. Pour le shampoing, plutôt cheveux secs. J'ai aussi besoin de dentifrice et d'une brosse à dents.*
(Fragrance-free, please. For the shampoo, more for dry hair. I also need toothpaste and a toothbrush.)
- Vendeuse:** *D'accord. Pour cheveux secs, je vous recommande ce shampoing et cette crème pour les cheveux. Voulez-vous aussi un déodorant et un savon pour les mains ?*
(Okay. For dry hair, I recommend this shampoo and this hair cream. Would you also like a deodorant and a hand soap?)
- Cliente:** *Oui, un déodorant sans alcool si possible, et un savon doux pour les mains. Je prends ceux-là, merci.*
(Yes, an alcohol-free deodorant if possible, and a gentle hand soap. I'll take those, thank you.)



1. Quels produits la cliente veut-elle acheter ?

2. Pourquoi la cliente choisit-elle un gel douche sans parfum ?

6. Answer the questions using the vocabulary from this chapter.

Je me lave les mains avec... et ensuite je... / Je voudrais le mien / le vôtre, s'il vous plaît. / Pour moi, le meilleur, c'est...

1. Le matin, quelle est votre routine d'hygiène avant d'aller au travail ? Dites deux ou trois actions et les produits que vous utilisez.

2. Vous êtes dans une pharmacie en France et vous cherchez un gel douche et un déodorant. Que demandez-vous au vendeur et lesquels préférez-vous ?

7. WhatsApp

Salut ! Je suis à la pharmacie/supermarché. Il n'y a presque plus de **gel douche** et de **shampoing** dans la salle de bain. Tu veux que je prenne aussi du **dentifrice** ou du **savon pour les mains** ?

Au fait, j'ai trouvé une **brosse à dents** près du lavabo. C'est *la tienne* ou *la mienne* ?

- Thomas



Write an appropriate response: *Tu peux prendre ..., s'il te plaît ? / Pour moi, il me faut ... (et aussi ...). / La brosse à dents est la mienne / la tienne, et le dentifrice est le mien / le tien.*

Important verbs

Se maquiller (to put on make-up)

	Imparfait
je/j'	me maquillais
tu	te maquillais
il/elle/on	se maquillait
nous	nous maquillions
vous	vous maquilliez
ils/elles	se maquillaient