



A2.22 Körperpflege

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

Die Creme	<i>(the cream)</i>	Die Zahnbürste	<i>(the toothbrush)</i>
Das Deodorant	<i>(the deodorant)</i>	Die Zahnpasta	<i>(the toothpaste)</i>
Das Parfüm	<i>(the perfume)</i>	Baden	<i>(to bathe)</i>
Die Kosmetikprodukte	<i>(the cosmetic products)</i>	Sich eincremen	<i>(to put on cream)</i>
Das Shampoo	<i>(the shampoo)</i>	Sich die Hände waschen	<i>(to wash one's hands)</i>
Die Seife	<i>(the soap)</i>	Allergisch sein	<i>(to be allergic)</i>

1. Scan the QR code to watch the video, or read the text. (QR: Audio)



Viele Menschen duschen sehr oft, aber das ist nicht immer gut. Zu häufiges **Duschen** kann die **Haut** trocken machen und ihren natürlichen **Schutz** schwächen. Fettige **Haare** kommen oft von zu viel **Shampoo**, nicht von zu wenig Waschen. *Zuerst* duscht man kurz lauwarm, und *dann* wäscht man die Haare nur mit wenig Shampoo. Hautärzte empfehlen oft nur zwei bis drei Duschen pro Woche, etwa sieben bis zehn Minuten.

Many people shower very often, but that is not always good. Showering too often can make the skin dry and weaken its natural protection. Greasy hair often comes from too much shampoo, not from too little washing. First you take a short lukewarm shower, and then you wash your hair with only a little shampoo. Dermatologists often recommend only two to three showers per week, about seven to ten minutes.

1. Was ist oft der Grund für trockene Haut?
 - a. Zu wenig Shampoo
 - b. Kaltes Wasser und kurze Duschen
 - c. Eincremen nach dem Duschen
 - d. Zu häufiges Duschen
2. Warum werden die Haare oft fettig?
 - a. Weil sie nur lauwarm duschen
 - b. Weil sie zu kurz duschen
 - c. Weil sie zu viel Shampoo benutzen
 - d. Weil sie jeden Tag nicht gewaschen werden

1-d 2-c

2. Grammar: Temporal connectors: nachdem, zuerst, wenn



Temporal connectors can appear in German at the beginning of a sentence or in the middle of a sentence.

Konnektor (Connector)	Beispiel (Example)
nachdem (after)	Ich creme mich ein, nachdem ich gebadet habe. (<i>I put on cream after I have taken a bath.</i>)
zuerst / dann / schließlich (first / then / finally)	Zuerst benutze ich das Shampoo, dann/schließlich die Creme. (<i>First I use the shampoo, then/finally the cream.</i>)
wenn (when)	Ich gehe ins Bad, wenn ich aufstehe. (<i>I go to the bathroom when I get up.</i>)

1. _____ ich geduscht habe, benutze ich das Deodorant. (*After I have showered, I use the deodorant.*)
a. Zuerst b. Nachdem c. Wenn d. Nach dem
2. _____ putze ich mir die Zähne, dann wasche ich mir die Hände. (*First I brush my teeth, then I wash my hands.*)
a. Zuerste b. Zuerst c. Nachdem d. Wenn

1. Nachdem 2. Zuerst



Rewrite the phrases (QR: AI+)

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

(I go to the bathroom when I get up.)

2. (nachdem) Ich habe geduscht. Ich creme mich ein.

(After I have showered, I put lotion on.)

3. (nachdem) Ich putze mir die Zähne. Ich frühstücke.

(Before I have breakfast, I brush my teeth.)

1. Ich gehe ins Bad, wenn ich aufstehe. 2. Nachdem ich geduscht habe, creme ich mich ein. 3. Bevor ich frühstücke, putze ich mir die Zähne.

3. Exercises

1. Match the items that have a related meaning.

- | | |
|-----------------------------|----------------------------|
| a. zuerst | 1. nach dem Baden |
| b. wenn ich aufstehe | 2. als Erstes |
| c. nachdem ich gebadet habe | 3. am Morgen |
| d. sich die Hände waschen | 4. die Hände sauber machen |



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

2. Drugstore: Tips for sensitive skin (QR: Audio)



Fill in the gaps: nachdem, Seife, Shampoo, allergisch, Zuerst, baden, benutzen, Creme

Hinweis in unserer Drogerie: Wenn Sie empfindliche Haut haben oder (1) _____ sind, wählen Sie bitte milde (2) _____ und (3) _____ ohne starkes Parfüm. (4) _____ waschen Sie Hände und Gesicht, dann duschen oder (5) _____ Sie kurz und lauwarm. Danach gut abtrocknen.

Wenn die Haut trocken ist, (6) _____ Sie eine (7) _____ und cremen Sie sich ein, (8) _____ Sie gebadet haben. Für den Tag gibt es auch Deodorant. Fragen Sie unser Team gern nach passenden Kosmetikprodukten.

Notice in our drugstore: If you have sensitive skin or are allergic, please choose mild soap and shampoo without strong perfume. First wash your hands and face, then take a short, lukewarm shower or bath. Dry yourself well afterwards.

If your skin is dry, use a cream and apply it after you have bathed. There is also deodorant for the day. Feel free to ask our team about suitable cosmetic products.

(1) allergisch, (2) Seife, (3) Shampoo, (4) Zuerst, (5) baden, (6) benutzen, (7) Creme, (8) nachdem

1. Welche Produkte würden Sie in dieser Drogerie kaufen, wenn Sie trockene oder empfindliche Haut haben, und warum?
-

3. Listen to the audio fragment and choose the correct answer. (QR: Audio)

- Sie ist in der Drogerie, um mehrere Körperpflegeartikel zu kaufen.
- Sie möchte ein Shampoo mit starkem Duft, weil sie Parfüm sehr mag.
- Am Wochenende badet sie gerne.

True False

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



1-V 2-X 3-V

4. Choose the correct solution

1. Zuerst _____ ich ein neues Deodorant _____, dann habe ich mich schnell eingecremt. *(First I used a new deodorant, then I quickly put on lotion.)*
a. bin / benutzt b. hat / benutzt c. habe / benutze
d. habe / benutzt
2. Nachdem ich geduscht habe, _____ ich das Shampoo noch einmal _____. *(After I showered, I used the shampoo once again.)*
a. habe / benutzen b. habe / benutzt c. bin / benutzt
d. habe / benutzte
3. Wenn ich trockene Haut habe, _____ ich mich morgens mit einer Creme ein. *(When I have dry skin, I put on lotion in the mornings with a cream.)*
a. cremt b. gecremt c. creme d. cremst
1. habe / benutzt 2. habe / benutzt 3. creme

5. Roleplay - dialogues (QR: Audio)



In der Drogerie: Allergie beachten

- Kundin:** *Entschuldigung, ich suche ein Shampoo und eine Creme, aber ich bin allergisch gegen starke Düfte.
(Excuse me, I'm looking for a shampoo and a cream, but I'm allergic to strong fragrances.)*
- Drogerie-Mitarbeiter:** *Okay, dann würde ich ein Shampoo ohne Parfüm empfehlen und eine Creme für sensible Haut.
(Okay, then I would recommend a shampoo without perfume and a cream for sensitive skin.)*
- Kundin:** *Gibt es auch ein Deodorant ohne Duftstoffe? Normales Deodorant vertrage ich oft nicht.
(Is there also a deodorant without fragrances? I often can't tolerate regular deodorant.)*
- Drogerie-Mitarbeiter:** *Ja, hier ist eines ohne Duftstoffe; bei Kosmetikprodukten sollten Sie immer auf ‚parfümfrei‘ achten.
(Yes, here is one without fragrances; with cosmetic products you should always look for "fragrance-free".)*
- Kundin:** *Super, dann nehme ich das Shampoo, die Creme und das Deodorant. Danke für Ihre Hilfe.
(Great, then I'll take the shampoo, the cream, and the deodorant. Thank you for your help.)*

1. Welche Produkte möchte die Kundin kaufen und warum braucht sie Hilfe?
-

6. Speaking: translate and respond (QR: AI+)



Zuerst wasche ich mich, danach ... / Wenn ich allergisch bin, benutze ich lieber ... / Nachdem ich geduscht habe, creme ich mich ein oder benutze Deo.

1. Was machen Sie morgens im Bad - zuerst und danach?

2. Sie sind in einer Drogerie in Deutschland: Welche Hygieneprodukte möchten Sie kaufen und worauf achten Sie (z. B. bei empfindlicher Haut oder Allergien)?

7. Writing: WhatsApp (QR: AI+)

Hey Lara, ich bin gerade bei dm. Soll ich dir etwas mitbringen?

Bei den Hygiene-Sachen bin ich unsicher: brauchst du **Shampoo**, **Deodorant** oder **Zahnpasta**? Und welche **Seife** nimmst du im Moment?

Wenn du willst, kann ich auch eine **Creme** kaufen. Bist du gegen etwas **allergisch**?

LG, Jonas



Write an appropriate response: *Kannst du mir bitte ... mitbringen? / Zuerst brauche ich ..., dann ... / Wenn möglich, bitte ohne Duftstoffe, weil ...*

Important verbs

Benutzen (to use)

Perfekt

ich	habe benutzt
du	hast benutzt
er/sie/es	hat benutzt
wir	haben benutzt
ihr	habt benutzt
sie	haben benutzt

Sich eincremen (to put on sunscreen)

Präsens

creme mich ein
cremst dich ein
cremt sich ein
cremen uns ein
cremt euch ein
cremen sich ein