

## A2.22.1 Sich waschen

Lavarsi



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.

*Molte persone fanno la doccia ogni giorno, spesso calda e a lungo. Ma i dermatologi dicono: lavarsi troppo spesso può danneggiare la pelle, perché si perde la protezione naturale. Se si fa la doccia troppo spesso, la pelle spesso diventa secca. I capelli grassi si formano spesso a causa di troppo shampoo. Meglio due o tre docce brevi a settimana, tiepide.*

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

1-b 2-d 3-a

### 2. Leggi il dialogo e rispondi alle domande.

Zwei Freunde unterhalten sich über ihre Körperpflege.

*Due amici parlano della loro cura del corpo.*

- Thorsten:** Deine Haare glänzen so schön. Hast du heute etwas anders bei deiner Pflege gemacht? *(I tuoi capelli sono così lucenti. Hai fatto qualcosa di diverso oggi nella tua routine di cura?)*
- Melanie:** Ja, ich war beim Dermatologen wegen meiner trockenen Haut. *(Sì, sono stata dal dermatologo per la mia pelle secca.)*
- Thorsten:** Ah, okay. Was hast du dort für dich gelernt? *(Ah, ok. Che cosa hai imparato lì?)*
- Melanie:** Dass ich nicht so heiß duschen sollte. *(Che non dovrei fare la doccia così calda.)*
- Thorsten:** Also duschst du jetzt weniger als früher? *(Quindi adesso fai la doccia meno di prima?)*
- Melanie:** Ja, und dabei benutze ich auch weniger Shampoo. *(Sì, e durante la doccia uso anche meno shampoo.)*
- Thorsten:** Hilft das deiner Haut wirklich? *(E questo aiuta davvero la tua pelle?)*

- Melanie:** Ja, vor allem, wenn ich mich nach dem Duschen eincreme. *(Sì, soprattutto quando mi metto la crema dopo la doccia.)*
- Thorsten:** Ich habe empfindliche Haut. Deshalb achte ich beim Duschen auf eine spezielle Seife. *(Ho la pelle sensibile. Per questo, quando faccio la doccia, uso un sapone specifico.)*
- Melanie:** Dann solltest du im Laden auch ein mildes Shampoo kaufen. *(Allora dovresti comprare anche uno shampoo delicato al supermercato.)*

1. Warum war Melanie beim Dermatologen?
  - a. Weil sie sich die Hände öfter waschen sollte.
  - b. Weil sie trockene Haut hat.
  - c. Weil sie allergisch auf Parfüm ist.
  - d. Weil sie eine neue Zahnbürste wollte.
2. Was macht Melanie vor allem nach dem Duschen?
  - a. Sie badet jeden Tag warm.
  - b. Sie benutzt starkes Parfüm.
  - c. Sie cremt sich nach dem Duschen ein.
  - d. Sie benutzt mehr Shampoo als früher.

**1-b 2-c**

### **3. Sei nuovo in Germania e vuoi comprare da dm dei prodotti per la tua cura quotidiana del corpo.**

**Compito:** Schreibe sechs Sätze über deine Routine und benutze die Wörter: *zuerst, nachdem, dann, wenn, schließlich*; nenne mindestens drei Produkte, die du kaufen willst.

**URL:** Skincare Routine

**Use in your answer:** Skincare-Routine / reinigen / Toner (Gesichtswasser) / Serum / Gesichtscreme / zuerst / dann / schließlich