

A2.22 Igiene personale



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

Lo spazzolino	<i>(The toothbrush)</i>	Il profumo	<i>(Perfume)</i>
Il dentifricio	<i>(Toothpaste)</i>	Il cotton fioc	<i>(Cotton swab)</i>
Spazzolare i denti	<i>(Brush your teeth)</i>	Il pettine	<i>(Comb)</i>
Il sapone	<i>(Soap)</i>	Il rasoio	<i>(Razor)</i>
Il docciaschiuma	<i>(Shower gel)</i>	Lavare le mani	<i>(Wash your hands)</i>
Lo shampoo	<i>(Shampoo)</i>	Bagnarsi	<i>(Get wet)</i>
La crema	<i>(Cream / lotion)</i>	Essere allergico	<i>(To be allergic)</i>
Il deodorante	<i>(Deodorant)</i>	Avere i capelli puliti	<i>(To have clean hair)</i>

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



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.

Some parts of the body need extra attention, even when you take a shower. When you use shampoo, it helps to massage your scalp so it gets cleaner. For your nails, you can use a brush with Marseille soap every day. You can also clean your belly button with soap and water. As soon as you finish your shower, dry your feet well.

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

1-b 2-c 3-a

2. Grammar: Time expressions: durante, fino a, appena, etc.

Expressions like *durante*, *fino a*, *appena*, *ancora*, *subito* indicate when something happens.



Espressione (Expression)	Esempio (Example)
Durante (During)	Mi insapono durante la doccia. (I soap myself during the shower.)
Fino a (Until)	Studio fino a mezzanotte. (I study until midnight.)
Finché (Until (as long as))	Resto finché non arrivi. (I'll stay until you arrive.)
Appena / Non appena (As soon as / As soon as)	Appena mi sveglio, mi lavo i denti. (As soon as I wake up, I brush my teeth.) Non appena torno, faccio la doccia. (As soon as I come back, I take a shower.)
Ancora (Still)	Uso ancora il deodorante del mese scorso. (I'm still using last month's deodorant.)
Non ancora (Not yet)	Non mi sono ancora lavato. (I haven't washed yet.)
Subito (Right away)	Mi lavo subito dopo la colazione. (I wash right away after breakfast.)

- _____ 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

Rewrite the phrases

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

(I study until midnight.)

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

(I stay at the doctor's office until you arrive.)

- (Durante) Mi insapono mentre faccio la doccia.

(I soap myself during the shower.)

3. Exercises



1. Match the items that have a related meaning.

- | | |
|----------------------|-------------------------------|
| 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. Pharmacy notice: hygiene products and sensitive skin (Audio available in app)

Fill in the gaps: 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.

At the pharmacy: this week there is a discount on personal hygiene products. Available: toothbrush, toothpaste, Marseille soap, a gentle shower gel, shampoo and a moisturizing cream. If you are allergic or have skin irritation, choose fragrance-free formulas and test them first on a small patch of skin.

Practical tip: wash your hands during the day and dry them thoroughly until the skin is completely dry, especially after showering. Right after shampooing, massage the scalp for one minute and rinse thoroughly. If you need help, ask at the counter.

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

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

- 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.

True False

-



4. Choose the correct solution

1. Appena sono arrivato a casa, mi _____
_____ e poi ho usato il docciaschiuma.
(As soon as I got home, I got wet and then I used the shower gel.)
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.
(While I was in the shower I got wet and washed my hair with shampoo.)
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.
(As soon as I finished working, I wet my hands and put on the soap.)
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. Read the dialogue and answer the questions

Cliente (Giulia): *Buongiorno, cerco un deodorante delicato perché sono allergica ad alcuni profumi.*
(Good morning. I'm looking for a mild deodorant because I'm allergic to some fragrances.)

Farmacista (Marco): *Capisco. Lo preferisce spray o roll-on? Questo è senza profumo e va bene per pelli sensibili.*
(I understand. Do you prefer a spray or a roll-on? This one is fragrance-free and suitable for sensitive skin.)

Cliente (Giulia): *Preferisco il roll-on, grazie. Inoltre mi serve una crema: dopo la doccia la mia pelle è molto secca.*
(I prefer the roll-on, thank you. I also need a cream: my skin gets very dry after showering.)

Farmacista (Marco): *Allora le consiglio questa crema idratante. Se vuole, posso anche suggerire un docciaschiuma neutro e senza profumo.*
(In that case I recommend this moisturizing cream. If you like, I can also suggest a neutral, fragrance-free shower gel.)

Cliente (Giulia): *Va bene, prendo il deodorante roll-on e la crema idratante. Grazie, così evito problemi.*
(All right, I'll take the roll-on deodorant and the moisturizing cream. Thanks — that should prevent any problems.)

1. Che problema ha Giulia con alcuni prodotti?

2. Quali due prodotti compra alla fine?



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

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



Write an appropriate response: *Puoi prendere... per favore? / Appena puoi, compra... / Sono allergico/a a..., quindi preferisco...*

Important verbs

Bagnarsi (to get wet)

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