

## A2.22 Persoonlijke hygiëne



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

**De tandenborstel**  
**De tandpasta**  
**De shampoo**  
**De zeep**  
**De zalf**  
**De gel**

**De deodorant**  
**De parfum**  
**De tanden poetsen**  
**De handen wassen**  
**Allergisch zijn**

### 1. Scan de QR-code om de video te bekijken, of lees de tekst.



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**.

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

1-c 2-a 3-b



## 2. Grammatica: Tijdsbepalingen: voordat, nadat, als, wanneer

Gebruik voordat, nadat, als, wanneer om de tijdsvolgorde van handelingen te beschrijven.

1. 'Voordat' geeft een actie aan die eerst gebeurt.
2. 'Nadat' geeft een latere handeling aan.
3. Gebruik 'als' en 'wanneer' voor toekomstige of voorwaardelijke handelingen.

Tijdsbepaling	Betekenis	Voorbeeld
<b>Voordat</b>	Gebeurtenis vooraf	<b>Voordat</b> ik ga werken, ontbijt ik.
<b>Nadat</b>	Gebeurtenis achteraf	<b>Nadat</b> ik heb gegeten, poets ik mijn tanden.
<b>Als</b>	Bij een voorwaarde	<b>Als</b> ik ga slapen, poets ik mijn tanden.
<b>Wanneer</b>	Specifiek moment	<b>Wanneer</b> mijn huid droog is, gebruik ik zalf.

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

### Herschrijf de zinnen

1. Ik ga naar mijn werk. Ik ontbijt thuis.  
\_\_\_\_\_
2. Ik heb geluncht. Daarna bel ik mijn collega.  
\_\_\_\_\_
3. Ik ga sporten. Ik doe eerst mijn schoenen aan.  
\_\_\_\_\_

### 3.Oefeningen



#### 1. Koppel de items die een verwante betekenis hebben.

- |                     |                            |
|---------------------|----------------------------|
| 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. Drogisterij: advies over huid en verzorging (Audio beschikbaar in de app)

**Vul de lege plekken in:** 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.

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

\_\_\_\_\_

#### 3. Luister naar het audiofragment en geef aan of de volgende uitspraken waar of onwaar zijn.

Waar Onwaar

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. Kies de juiste oplossing

- Voordat ik naar mijn afspraak bij de tandarts ging, \_\_\_\_\_ ik me snel.  
a. geschoren      b. scheerde      c. scheerden      d. scheer
- Nadat ik mijn handen had gewassen, \_\_\_\_\_ ik me met milde zeep gewassen.  
a. hebben      b. had      c. ben      d. heb
- Als ik allergisch was voor een shampoo, \_\_\_\_\_ ik me niet met gel.  
a. scheerden      b. scheer      c. geschoren      d. scheerde

1. scheerde 2. heb 3. scheerde

#### 5. Lees de dialoog en beantwoord de vragen

**Winkelmedewerker** *Goedemiddag, kan ik u helpen?*

**(Sanne):**

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

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

**(Sanne):**

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

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

**(Sanne):** *een parfumvrije deodorant bij.*

- Welke deodorant zoekt Mark en waarom?

---

- Wat adviseert Sanne als Marks huid rood wordt?

---

#### 6. Beantwoord de vragen met het vocabulaire uit dit hoofdstuk.

*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.*

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

---

- 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



**Schrijf een passende reactie:** *Kun je voor mij ... meenemen? / Als je ... ziet, neem dan ... mee. / Nadat ik ... had gebruikt, kreeg ik soms ... (jeuk / rode huid).*

---

---

---

### Belangrijke werkwoorden

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

### Zich scheren (*zich scheren*)

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

### Zich wassen (*zich wassen*)

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