

A2.22 Hygiène personnelle



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

Le bain	(Kąpiel)	Le déodorant	(Dezodorant)
La baignoire	(Wanna)	Le coton-tige	(Patyczek higieniczny)
La douche	(Prysznic)	Le peigne	(Grzebień)
Le savon pour les mains	(Mydło do rąk)	Le rasoir	(Golenie / Maszynka do golenia)
Le dentifrice	(Pasta do zębów)	La crème pour les cheveux	(Krem do włosów)
La brosse à dents	(Szczoteczka do zębów)	Se laver les mains	(Myć ręce)
Le shampoing	(Szampon)	Se maquiller	(Malować się)
Le gel douche	(Żel pod prysznic)		

1. Zeskanuj kod QR, aby obejrzeć wideo, lub przeczytaj tekst. (QR: Audio)



Avant, une professionnelle des **cosmétiques** avait trop de produits dans sa salle de bain. Elle a compris que c'était une **surconsommation** et elle a décidé de simplifier sa **routine d'hygiène**. Avec une amie, elle crée une petite marque avec des produits essentiels. Elle utilise surtout un baume multi-usages, une **crème hydratante** et un nettoyant visage. Ce choix rend sa routine plus simple et plus efficace.

Wcześniej profesjonalistka od **kosmetyków** miała za dużo produktów w swojej łazience. Zrozumiała, że to **nadmierna konsumpcja**, i postanowiła uprościć swoją **rutynę higieniczną**. Razem z przyjaciółką tworzy małą markę z podstawowymi produktami. Używa głównie wielofunkcyjnego balsamu, **kremu nawilżającego** i żelu do mycia twarzy. Ten wybór sprawia, że jej rutyna jest prostsza i bardziej skuteczna.

1. Pourquoi la salle de bain était-elle pleine de produits ?
 - a. Parce qu'elle fabriquait elle-même des cosmétiques à la maison.
 - b. Parce qu'elle n'avait pas de place pour ranger ses serviettes.
 - c. Parce que toute l'équipe testait des nouveautés et en emportait beaucoup.
 - d. Parce qu'elle achetait toujours les mêmes produits en grand format.
2. Quel est le premier produit lancé par la marque créée avec Camille ?
 - a. Une crème solaire pour l'été.
 - b. Un baume magique multi-usages.
 - c. Un démaquillant pour les yeux.
 - d. Un shampoing solide pour les cheveux.

1-c 2-b

2. Gramatyka: Les pronoms possessifs (le mien, le tien, le sien, le nôtre, le vôtre, le leur)



Zaimki dzierżawcze wskazują, do kogo należy dany przedmiot.

1. Zaimki dzierżawcze muszą odpowiadać rodzajowi i liczbie rzeczownika, na przykład son savon staje się le sien, a sa brosse staje się la sienne.

Pronoms (Zaimki)	Masculin (Rodzaj męski)	Féminin
Je	Le mien (mój)	La mienne (moja)
Tu	Le tien (twój)	La tienne (twoja)
Il / Elle	Le sien (jego / jej)	La sienne (jego / jej)
Nous	Le nôtre (nasz)	La nôtre (nasza)
Vous	Le vôtre (wasz)	La vôtre (wasza)
Ils / Elles	Le leur (ich)	La leur (ich)

- Vous préférez ce gel douche ou _____? (Wolisz ten żel pod prysznic czy swój?)
a. la vôtre b. le votre c. le vôtre d. le tien
- Vous utilisez une brosse à dents électrique ? Moi, j'utilise _____. (Używasz elektrycznej szczoteczki do zębów? Ja używam swojej.)
a. la sienne b. le mien c. la mien d. la mienne

1. le vôtre 2. la mienne

Przepisz zwroty (QR: A1+)



1. C'est mon stylo. C'est mon stylo, pas ton stylo.

(To jest mój długopis. To jest mój, nie twój.)

2. C'est ma brosse à dents. C'est ma brosse à dents, pas sa brosse à dents.

(To jest moja szczoteczka do zębów. To jest moja, nie jej.)

3. Voilà ton passeport. Ce n'est pas mon passeport, c'est ton passeport.

(Oto twój paszport. To nie jest mój, to jest twój.)

1. C'est mon stylo. C'est le mien, pas le tien. 2. C'est ma brosse à dents. C'est la mienne, pas la sienne. 3. Voilà ton passeport. Ce n'est pas le mien, c'est le tien.

3. Ćwiczenia

1. Dopasuj elementy o powiązanim znaczeniu.

- | | |
|----------------------------|--------------------------------|
| a. le savon pour les mains | 1. le savon pour la douche |
| b. le gel douche | 2. pour se brosser les dents |
| c. la brosse à dents | 3. pour se laver les mains |
| d. le déodorant | 4. contre les mauvaises odeurs |

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



2. Parafarmacja – lista do łazienki (QR: Audio)

Wypełnij luki: shampoing, rasoir, leur, dentifrice, mien, vôtre, déodorant, gel douche



Parapharmacie du Centre - Préparez votre visite

Pour gagner du temps, préparez une liste avant de venir. Pour l'hygiène quotidienne, nous proposons du (1) _____, du (2) _____, du (3) _____, du (4) _____ et des brosses à dents. Vous pouvez aussi trouver un (5) _____, un peigne, des coton tiges et du savon pour les mains.

Si vous hésitez, notez vos préférences : parfum ou sans parfum, peau sensible, format voyage. Pour éviter les confusions à la maison, écrivez le prénom sur chaque produit : le (6) _____, le (7) _____ ou le (8) _____ si vous faites les courses pour un proche.

Parafarmacja w Centrum – przygotuj swoją wizytę

Aby zaoszczędzić czas, przygotuj listę przed przyjściem. Do codziennej higieny oferujemy żel pod prysznic, szampon, dezodorant, pastę do zębów i szczoteczki do zębów. Możesz też znaleźć maszynkę do golenia, grzebień, patyczki kosmetyczne i mydło do rąk.

Jeśli się wahasz, zanotuj swoje preferencje: zapachowy lub bezzapachowy, skóra wrażliwa, format podróży. Aby uniknąć pomyłek w domu, napisz imię na każdym produkcie: twoje, ich lub moje, jeśli robisz zakupy dla bliskiej osoby.

(1) gel douche, (2) shampoing, (3) déodorant, (4) dentifrice, (5) rasoir, (6) vôtre, (7) leur, (8) mien

1. Quel(s) conseil(s) donne la notice pour organiser les produits à la maison et comment l'appliqueriez vous ?

3. Posłuchaj fragmentu audio i wybierz poprawną odpowiedź. (QR: Audio)

1. Elle va à la pharmacie parce qu'elle part en voyage le lendemain.
2. Chez elle, elle préfère prendre un bain plutôt qu'une douche.
3. Elle cherche des produits pour se laver les mains et pour les dents.

Prawda Falsz

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| <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. Wybierz poprawne rozwiązanie

1. Le matin, je _____ les mains avec du savon avant de partir au travail. *(Rano myję ręce mydłem przed wyjściem do pracy.)*
a. m'a lave b. me lave c. me laver d. me laves
2. Après la douche, tu _____ les cheveux avec du shampoing. *(Po prysznicu myjesz włosy szamponem.)*
a. te laves b. te lave c. t' lave d. te lavez
3. Au magasin, elle compare les déodorants et elle _____ souvent les mains pour tester les produits. *(W sklepie porównuje dezodoranty i często myje ręce, żeby przetestować produkty.)*
a. se laves b. sont lave c. se lave d. se laver

1. me lave 2. te laves 3. se lave

5. Odgrywanie ról - dialogi (QR: Audio)



Acheter des produits d'hygiène

- Client:** *Bonjour, je cherche un shampoing, un gel douche et un déodorant, s'il vous plaît.*
(Dzień dobry, szukam szamponu, żelu pod prysznic i dezodorantu, proszę.)
- Vendeuse:** *Bonjour. Pour le déodorant, vous préférez sans parfum ou avec un parfum discret ?*
(Dzień dobry. Jeśli chodzi o dezodorant, woli pani bezzapachowy czy z delikatnym zapachem?)
- Client:** *Sans parfum, si possible. J'aurais aussi besoin d'un dentifrice et d'une brosse à dents, j'ai oublié les miens en voyage.*
(Bezzapachowy, jeśli to możliwe. Potrzebowałabym też pasty do zębów i szczoteczki do zębów, zapomniałam swoich w podróży.)
- Vendeuse:** *Très bien. Pour la douche, je vous conseille ce gel douche pour peau sensible. Vous voulez aussi un savon pour les mains ?*
(Bardzo dobrze. Do kąpeli polecam ten żel pod prysznic do skóry wrażliwej. Czy chce pani też mydło do rąk?)
- Client:** *Oui, et des coton-tiges, s'il vous plaît. Je prends tout, merci.*
(Tak, i patyczki higieniczne, proszę. Biorę wszystko, dziękuję.)

1. Quels produits la cliente veut-elle acheter ?
-

6. Mówienie (QR: AI+)

Moi, j'utilise... et le mien est... / Je voudrais... s'il vous plaît, pour la douche / pour les mains. / C'est mon rasoir / C'est ton shampoing.



1. Le matin, quelle est votre routine d'hygiène avant d'aller au travail et quels produits utilisez-vous généralement ?

2. En parapharmacie, quels produits d'hygiène voulez-vous acheter et comment dites-vous que c'est le vôtre ou celui d'une autre personne ?

7. Pisanie: WhatsApp (QR: AI+)

Salut ! Je passe au Monoprix après le boulot. On n'a presque plus de **gel douche** et de **dentifrice**.

Tu veux que je prenne autre chose pour la salle de bain ? (shampoing, **savon pour les mains, déodorant...**)

Dis-moi aussi si tu préfères une grande ou une petite bouteille.

- Thomas



Napisz odpowiednią odpowiedź: *Tu peux prendre... s'il te plaît ? / Je préfère une grande/petite bouteille de... / Le tien/le mien est presque fini, donc...*

Ważne czasowniki

Se laver (myć się)

je/j'	me lave
tu	te laves
il/elle/on	se lave
nous	nous lavons
vous	vous lavez
ils/elles	se lavent