

A2.22.1 Sich waschen

Myć się

<https://app.colanguage.com/pl/niemiecki/dialogi/koerperpflege>



1. Obejrzyj wideo i odpowiedz na powiązane pytania.

Wideo:

https://www.youtube.com/watch?v=Dg5LY3EbfsU&list=PL0lYecvSr2cNoCkWQgFQ1wrDC_N4_tizW&index=27

Duschen	(Prysznic)	Lauwarm	(Letnia)
Haut	(Skóra)	Trocken	(Sucha)
Haare	(Włosy)	Schutz	(Ochrona)
Shampoo	(Szampon)	Waschen	(Mycie)
Warm	(Ciepła)		

1. Was ist ein häufiger Grund für trockene Haut?

- a. Zu wenig Trinken
- b. Zu kaltes Wasser
- c. Zu häufiges Duschen
- d. Zu wenig Creme

2. Wodurch entstehen oft fettige Haare?

- a. Zu wenig Waschen
- b. Zu viel Shampoo
- c. Zu kurze Haare
- d. Zu lauwarmes Wasser

3. Wie viele Duschen pro Woche werden empfohlen?

- a. Zwei bis drei Duschen pro Woche
- b. Einmal pro Woche
- c. Jeden Tag
- d. Vier bis fünf Duschen pro Woche

4. Wie soll man laut Empfehlung duschen, damit die Haut gesund bleibt?

- a. Abwechselnd heiß und kalt für dreißig Minuten
- b. Lauwarm und sieben bis zehn Minuten
- c. Sehr heiß und mindestens zwanzig Minuten
- d. Sehr kalt und nur eine Minute

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

2. Przeczytaj dialog i odpowiedz na pytania.

Hautpflege und Duschen

Pielęgnacja skóry i prysznic

Thorsten: Deine Haare glänzen so schön. Hast du heute etwas anders bei deiner Pflege gemacht?

(Twoje włosy tak pięknie błyszczą. Czy dziś robiłaś coś inaczej w swojej pielęgnacji?)

Melanie: Ja, ich war beim Hautarzt, weil ich sehr trockene Haut habe.

(Tak, byłam u dermatologa, ponieważ mam bardzo suchą skórę.)

Thorsten: Ah, okay. Was hat er dir dort empfohlen?

(Ah, ok. Co ci tam polecił?)

Melanie: Dass ich nicht so oft und nicht so heiß duschen soll.

(Żeby nie brać prysznica tak często i nie tak gorącego.)

Thorsten: Duschst du jetzt also weniger als früher?	(Czyli teraz bierzesz prysznic rzadziej niż wcześniej?)
Melanie: Ja, und ich verwende dabei auch weniger Shampoo.	(Tak, i używam też mniej szamponu.)
Thorsten: Hilft das deiner Haut wirklich?	(Czy to naprawdę pomaga twojej skórze?)
Melanie: Ja, vor allem, wenn ich mich nach dem Duschen eincreme.	(Tak, zwłaszcza gdy posmaruję się kremem po prysznicu.)
Thorsten: Ich habe sehr sensible Haut. Deshalb benutze ich beim Duschen eine spezielle Seife.	(Mam bardzo wrażliwą skórę. Dlatego pod prysznicem używam specjalnego mydła.)
Melanie: Dann solltest du im Drogeriemarkt auch ein mildes Shampoo kaufen.	(W takim razie powinieneś też kupić w drogerii łagodny szampon.)

1. Warum war Melanie beim Hautarzt?
 - a. Weil sie eine neue Zahnbürste braucht.
 - b. Weil sie allergisch gegen Deodorant ist.
 - c. Weil sie sehr trockene Haut hat.
 - d. Weil sie ein neues Parfüm testen will.

2. Was macht Melanie jetzt nach dem Duschen?
 - a. Sie benutzt kein Shampoo und keine Seife mehr.
 - b. Sie nimmt ein heißes Bad.
 - c. Sie cremt sich mit Creme ein.
 - d. Sie putzt sich die Zähne mit neuer Zahnpasta.

1-c 2-c

3. Vergleichen Sie Ihre Körperpflege mit der Routine im Link. Was ist anders?

1. <https://www.dm.de/tipps-und-trends/hautpflege/gesicht/skincare-routine-2099434>