

**ZADANIE 3.**

Jakie zabiegi na twarz, dekolt i szyję powinna wykonać kosmetyczka? Dopasuj polskie opisy i niemieckie nazwy zabiegów.

*Welche Behandlungen sollte eine Kosmetikerin für Gesicht, Dekolleté und Ordne anwenden?*

Klientka ma rozszerzone pory ○

Klientka ma trądzik ○

Klientka ma przebarwienia skórne ○

Klientka ma zniszczoną i suchą skórę ○

Klientka ma delikatne zmarszczki ○

Mikrodermabrasion

Feuchtigkeitsmaske und Ampullenkur

Fältchenreduzierung

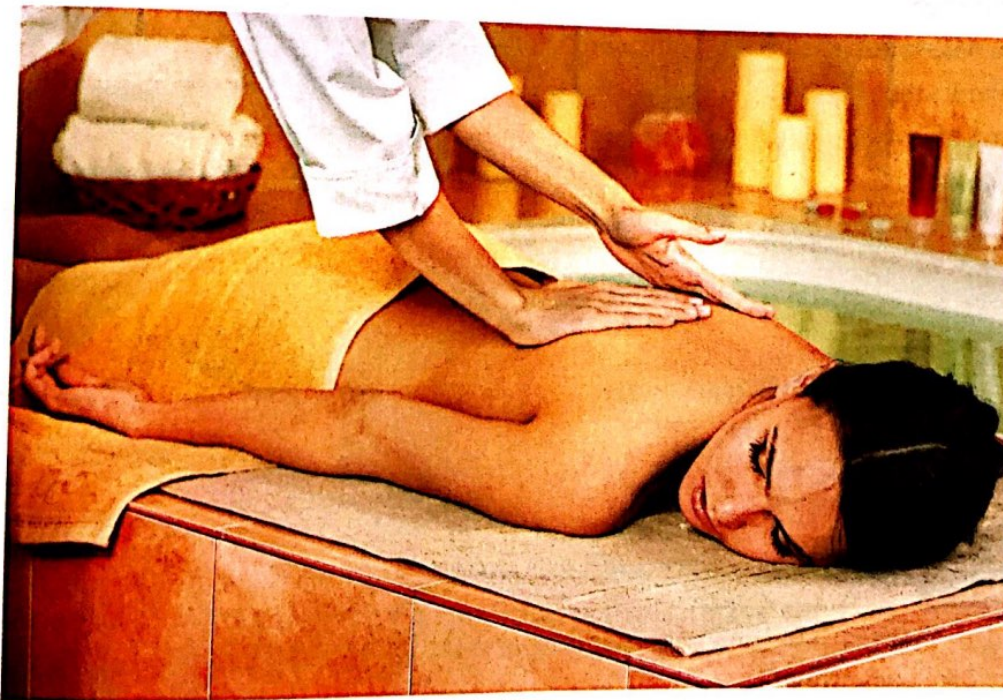
Enzympeeling

Fruchtsäurepeeling (Alpha-Hydroxy-- Säuren, AHA)

## 9.6. Masaż Massage

**ZADANIE 1.**

Obejrzyj obrazek, a następnie odpowiedz na pytania.  
*Sieh dir das Foto an und antworte auf die Fragen.*



a) Wen und was siehst du auf dem Foto?

---



---

b) Womit beschäftigt sich die Masseurin?

---



---

c) Findest du die Arbeit einer Masseurin schwer? Warum?

---



---

d) Möchtest du als Masseurin arbeiten? Begründe deine Meinung.

---



---

### ZADANIE 2.

Przetłumacz na język polski nazwy rodzajów masażu.  
*Übersetze ins Polnische die Namen von Massagearten.*

- a) Aroma-Massage
- b) Bein-Massage
- c) Bernstein-Massage
- d) Entspannungs-Massage
- e) Ganzkörper-Massage
- f) Gesichts-Massage
- g) Hand-Massage
- h) Heil-Massage
- i) Rücken-Massage
- j) Entschlankungs-Massage
- k) Segment-Massage
- l) Sport-Massage

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



### ZADANIE 3.

Jaki rodzaj masażu powinna wykonać masażystka w przypadku wymienionych poniżej dolegliwości pacjentów?

*Welche Massage sollte eine Masseurin geben, wenn die Kunden solche Beschwerden haben?*

- bóle kręgosłupa
- rwa kulszowa
- bóle pleców
- bóle mięśni i stawów
- nadwaga
- bóle głowy

---



---



---



---



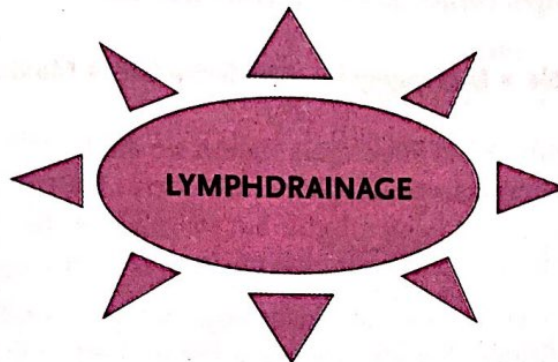
---

**ZADANIE 4.**

Co rozumiesz pod pojęciem drenaż limfatyczny? Wybierz odpowiednie wyrazy i napisz je wokół obrazka.

*Was verstehst du unter dem Wort Lymphdrainage? Wähle entsprechende Wörter aus und schreibe sie rund um „die Sonne“ herum.*

Massagetechnik • Lymphflüssigkeit • Therapieform • Pflege • Marketing • Fettabbau • Lymphgefäße • Heilmethode • Bodystyling • Elektrostimulation • Traumfigur • Behandlung • Schmerzlinderung • Lymphsystem • Technologie • Entstauungstherapie • Lymphödeme • Operationen • Lymphabfluss

**ZADANIE 5.**

Uporządkuj chronologicznie etapy wykonywania masażu klasycznego.  
*Ordne die Etappen der klassischen Massage in entsprechender Reihenfolge.*

- Tiefenmassage
- Klopfmassage
- mitteltiefe Massage
- Gleitmassage
- Entspannungsmassage

**ZADANIE 6.**

Jak nazywają się podstawowe techniki (ruchy i chwyt) masażu? Od czasowników utwórz imiesłowy przymiotnikowe i przetłumacz je na język polski.

*Wie nennt man die Haupttechniken und -griffe der Massage? Bilde die Attributpartizipien von den Verben und übersetze sie ins Polnische.*

Beispiel: streichen – streichende Griffe

glaskać – ruch głaskania / głaskanie

gleiten – \_\_\_\_\_ Griffe  
 kreisen – \_\_\_\_\_ Griffe  
 ziehen – \_\_\_\_\_ Griffe  
 kneten – \_\_\_\_\_ Griffe  
 wringen – \_\_\_\_\_ Griffe

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

klopfen – \_\_\_\_\_ Griffe \_\_\_\_\_  
 trommeln – \_\_\_\_\_ Griffe \_\_\_\_\_  
 rollen – \_\_\_\_\_ Griffe \_\_\_\_\_  
 kneifen – \_\_\_\_\_ Griffe \_\_\_\_\_  
 schlagen – \_\_\_\_\_ Griffe \_\_\_\_\_

**ZADANIE 7.**

Jakich środków (kosmetyków) używa masażystka podczas masażu? Do opisów dopasuj odpowiednie nazwy.

*Welche Kosmetikartikel benutzt die Masseurin während einer Massage?*

*Ordne den Beschreibungen entsprechende Bezeichnungen zu.*

**Massageöle • Massagegel • ätherische Öle • Massagesalbe**

\_\_\_\_\_ erleichtern das Massieren, indem sie die Hände oder ein Massagegerät leicht über die Haut gleiten lassen. Es gibt verschiedene Duftvarianten. Hierzu werden einige Tropfen ätherischen Öls beigemischt. Sie sorgen sowohl für eine wohlriechende und entspannte Atmosphäre als auch für eine positive Wirkung auf die Haut.

\_\_\_\_\_ haben viele Anwendungsgebiete, wirken beruhigend oder anregend und sorgen für Wohlbefinden. Sie stammen aus kontrolliert biologischem Anbau, ohne Zusatz von synthetischen Stoffen.

\_\_\_\_\_ wird meistens für Heilmassagen und in der Therapie für viele Beschwerden verwendet. Sie wirkt entspannend und anregend auf die Muskeln, Sehnen und Bänder. Sie erhöht die Wärmewirkung der Massage.

\_\_\_\_\_ wird als Gleitmittel für Massagen verwendet, ist für jeden Hauttyp geeignet, auch für sehr empfindliche Bereiche, meistens farblos, geruchslos und geschmeidig. Es kann in einigen Varianten klebrig sein.

