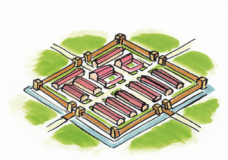


HET BADHUIS - BADHUISRITUELEN



Romeinse tijd

Groep 5 - 8

Opdracht

Baden was voor de Romeinen een dagelijks gebeuren. Het nemen van een bad ging anders dan tegenwoordig. Je kunt het het best vergelijken met naar de sauna gaan in onze tijd.

Wanneer je je had uitgetkleed in het apodyterium, ging je naar het frigidarium, de koude zaal. De tuniek, mantel en sandalen werden meestal onder de hoede van een slaafje achtergelaten, om diefstal te voorkomen. Daarna ging je door naar het tepidarium. Hier kon je lichaam wennen aan de warmte. De volgende ruimte was het sudatorium, waar het droog en heet was. Hiervan ging je transpireren. Hier bleef je een tijdje om over van alles en nog wat te praten met je vrienden of met een toevallige buurman. Af en toe nam je uit een kruik of pannetje (pantera) wat koud water om je lichaam mee te besprenkelen.

Dan volgde het inzalven. De baders maakten hun lichaam schoon dat met zweet en stof bedekt was. De Romeinen gebruikten voor het schoonmaken van hun lichaam geen zeep, maar wreven zich in met olie. Tot de persoonlijke badspullen behoorde, behalve een olieflesje (balsarium) en badsandalen, ook een strigilis. Dit was een ijzeren of bronzen haakvormige krabber, waarmee de olie, zweet en vuil van het lichaam werd geschraapt. De badolie werd bewaard in potjes van glas, metaal of aardewerk.

De leerlingen gaan zelf Romeinse badolie maken en een buideltje met geurige kruiden voor in bad.

Romeinse badolie.

Was de kruiden onder stromend water uit de kraan. Snijd de verse kruiden op het snijplankje in kleine stukjes. Doe de gesneden kruiden in het flesje. Giet er met het trechtertje olijfolie bij. Doe de dop op het flesje. Goed schudden! Nu de olie een dag en een nacht laten staan. De kruiden moeten goed in de olie trekken. Maak een label of etiket voor het flesje, hierop schrijf je welke soort badolie je gemaakt hebt.

Kruidenbuideltje voor in bad.

Knip een stukje (kaas)doek van ongeveer 15 x 15 cm. Kies een geurig kruid uit, dat je lekker vindt ruiken. Schep wat van het kruid in het midden van het doekje. Doe er wat tarwevlokken bij om het badwater wat zachter te maken. Bind het dicht met een koordje. Als je een bad gaat nemen, kun je het buideltje aan de kraan hangen terwijl het water loopt. Of je laat het in het buideltje in het bad drijven.

LESIDEE

Materiaal

- Blad 1 Foto strigilus en balsamarium
- Blad 2 Lavendel
- Blad 3 Pepermunt
- Glazen flesje of potje
- Olijfolie
- Verse kruiden: bijvoorbeeld lavendel of (peper)munt
- Mes of schaar
- Snijplankje
- Trechtertje
- Etiket of label
- Stukje (kaas)doek 15 × 15 cm.
- Gedroogde kruiden: bijv. lavendel, tijm of rozemarijn
- Evt. wat tarwevlokken (dit maakt het water zachter)
- Koordje/touwtje

