

Liebe Leserinnen und (Leser),

in den letzten Wochen haben wir uns viel mit dem Thema „Latein heute“ beschäftigt und eine Wandlung zu einer römischen Frau gemacht. Wir haben uns sowohl mit sehr aufwendigen, als auch mit einfacheren Frisuren beschäftigt, aber auch mit extremem Make-up und prunkvollem Schmuck. Wir haben in dieser Zeit festgestellt, dass sich das Schminken und Frisieren nicht wirklich vom heutigen unterscheidet. Der Aufwand, nur um anderen zu gefallen, war definitiv genauso groß.

Wir wollen euch jetzt Schritt für Schritt zeigen, wie auch Ihr euch in eine römische Frau verwandeln könnt. Viel Spaß!

FRISUREN FÜR FRAUEN IM ALTEN ROM

Eine Frau musste damals immer lange Haare haben, dies war mit das wichtigste, um die weibliche Attraktivität hervorzuheben. Außerdem besaß fast jede Frau eine Sklavin, welche für Frisuren und Make-Up zuständig war. Diese aufwendige Prozedur konnte mehrere Stunden dauern. Die Frisurenmode hing vom sozialen Stand und Alter ab.

Hilfsmittel: Haarbänder, Haarnadeln, Haarklammern, Lockenstab

1.FRISUR: OCTAVIA

Schritt 1: Einen Mittelscheitel machen und beide Haarhälften um den Kopf herum binden und in einander verknoten



Schritt 2: Beide Enden übereinander legen und unter den oberen Strähnen feststecken



Schritt 4: Ein Band um den Kopf herum wickeln und hinten verknoten



Quelle: www.remote.org/frederik/projects/frau-rom

2. FRISUR: JUNGFERNFRISUR

Schritt 1: An jeder Seite zwei gleich dicke Zöpfe flechten und mit einem Haarband fixieren



Schritt 2: Alle vier Zöpfe an der gegenüberliegenden Seite feststecken



Schritt 3: Die Frisur mit einem Band verzieren



Quelle: Buch „Reise in das alte Rom“ Sauerländer Verlag

3.FRISUR: TULUS

Schritt 1: Einen Zopf in der Mitte des Kopfes binden



Schritt 2: Locken aufdrehen und diese rollen und feststecken



Schritt 3: Alle restliche Strähnen auch aufdrehen und genauso feststecken wie bei Schritt 2



Schritt 4: Mit einem Haarband oder Spangen fixieren und damit kleinere Haare verstecken



Quelle: www.remote.org/frederik/projects/frau-rom

MAKE-UP FÜR FRAUEN IM ALTEN ROM



Wichtig für das Make-Up damals waren vor allem der Lidstrich aus einer Ruß-Öl Mischung und sehr dunkle Augenbrauen und Wimpern. Die Augenbrauen und Wimpern wurden mit Asche gefärbt.

Um dem Nasenknochen und den Wangenknochen einen Schimmer zu verleihen, wurde grau-blauer Eisenstein zermahlen und leicht aufgetragen.



Durch ein weißes Puder aus Kreide und kräftiges rotes Rouge aus Lackmusflechte, wurden die Wangenknochen noch mehr hervorgehoben. Lidschatten gab es damals nur in einem

dunklen grün, braun und blau. Dieser wurde aus Azurit und Malachit gewonnen. Auch Lippenstifte gab es nur in einem dunklen rot-braun Ton, welcher aus Ochsenblut oder Ocker bestand.



Generell war die Kosmetik damals, der heutigen Zeit sehr ähnlich. In dieser Tabelle könnt ihr erkennen welche Produkte es heute noch genauso oder in ähnlicher Art gibt:

Produkte damals	Produkte heute
- weißes Puder aus Kreide	- Puder zum Mattieren in angepassten Farben
- rotes Rouge	- Rouge in allen Rottönen und Konsistenzen
- Schimmer	- Highlighter
- Asche für Wimpern und Augenbrauen	- Wimperntusche und Augenbrauenstift/Puder
- grüner, blauer, brauner Lidschatten#	- Lidschatten in allen Farben
- Lidstrich aus Ruß und Öl	- Eyeliner mit verschiedenen Applikatoren
- roter Lippenstift	- Lippenstift und Lipgloss in allen Farben



Quellen: www.info-antike.de/frisur1
www.beautycheck.de/cmsms/index.php/antike
www.remote.org/frederik/projects/frau-rom

SCHMUCK DER FRAUEN IM ALTEN ROM



Armreifen in Schlangenform aus dem 1. Jahrhundert n. Chr.

Reiche Frauen im alten Rom trugen viel Schmuck, welcher sehr teuer war. Sie wählten zwischen Diademen oder goldenen Haarbändern (vittae), Halsbändern- und Halsketten (monilia), Ohringen (inaures), Armreifen (armillae), Brustschmuck oder Fingerringen. Für aufwendige Frisuren wurden auch güldene Haarnetze (reticula) verwendet. Weniger wohlhabende Frauen trugen Schmuck aus Glas und Bronze. Diese Schmuckstücke wechselten je nach Epochen ihre Beliebtheit. In der klassischen Epoche z.B. waren dünne Spiralen aus geflochtenem Draht und Blütenblätter aus Blattmetall sehr beliebt.

Häufige Motive der Schmuckstücke waren Spiralen, naturalistische Muster, Tintenfische und andere Tiere wie z.B. oben die Schlange, Seesterne und Schmetterlinge. Kleine Goldscheiben oder ovale Plättchen waren zum Verzieren von Diademen oder anderen Schmuckstücken auch sehr beliebt. Im 3. Jahrhundert v. Chr. verzierte man sehr häufig Hals- und Armbänder mit Goldmünzen.

Gold war das beliebteste Schmuckmetall. Dieses Schmuckmetall wurde außerdem häufig mit Edelsteinen wie Saphiren, Smaragden, Aquamarinen oder Topasen besetzt. Neben Gold und Edelsteinen waren Perlen am begehrtesten und wurden extra aus Ägypten importiert. Perlen gab es in allen Größen und Formen, doch längliche Perlen waren am beliebtesten. Die Perlen die für den Ohrschmuck verwendet wurden, mussten beim Gehen klappern, denn dieses erzeugte ein Lustgefühl immer mehr Perlen zu besitzen.



Quellen: home.arcor.de/mvcg/LEBEN/LEBEN.htm
www.info-antike.de/frisur1.htm
de.wikipedia.org/wiki/Frauen_im_Alten_Rom
www.imperiumromanum.com/Kultur/luxus/luxus_03.htm

KLEIDUNG DER FRAUEN IM ALTEN ROM

Die Kleidung der Frauen bestand aus mehreren Schichten. Einige dieser Schichten findet man heute auch wieder wie beispielsweise Unterwäsche. Aber auch viele andere Kleidungsstücke gibt es heute in anderer Form auch zu kaufen, aber dazu kommen wir später.



Eine Frau mit einer kunstvollen Frisur und schlichten Goldcreolen.

1. Schicht: Die Brust damals wurde nicht etwa von einem BH gehalten, sondern von einem einfachen trägerlosen Band, genannt *strophium* oder *mamillare*.

Es gab auch eine Art Unterhose. Die *feminalia* oder auch *subligaculum* bestand aus einem Leinentuch, welches man sich um die Lenden wickelte. Natürlich gibt es heute auch Unterwäsche. Diese ist zwar aufwendiger gestaltet, hatte ihr Vorbild aber im alten Rom.

2. Schicht: Über der Unterwäsche trug man eine *tunica* (mit einem Gewand vergleichbar), das in der Regel länger war als bei Männern. Diese Tunika findet man heute in fast jedem Modegeschäft wieder. Sie ist heute bestickt oder verziert, entspricht aber von der Art her dem, was man damals *tunica* nannte.

3. Schicht: Eine *stola* war ein Trägerkleid aus Wolle, welches zum Halt mit Schnüren unter der Brust und um die Hüfte gebunden wurde. Diese hoben sich meist farblich von der *tunica* ab. Kleider in allen möglichen Farben und aus allen möglichen Stoffen findet man natürlich auch heute noch. Meist trägt man diese aber ohne etwas darunter.

4. Schicht: Die vierte und letzte Schicht der Kleidung konnte je nach Wetterlage variieren. Bei angenehmem Wetter bestand diese letzte Schicht aus einer *palla*, einem rechteckigem Tuch, welches meist nur über der linken Schulter lag. Wurde es etwas kühler bedeckte man zusätzlich den Kopf.

Die *lacerna* war ein „Wettermantel“ der bei schlechtem Wetter getragen wurde.

Zusätzlich trugen manche Römer auch eine *paenula*, welche mit dem heutigen Poncho vergleichbar ist.

5. Schritt: Schuhe gab es für Frauen in zwei verschiedenen Variationen. Es gab Sandalen, *soleae* oder *sandalia*, welche nur aus Sohle und Riemen bestanden. Sie waren sehr bequem und wurden deshalb nur zu Hause getragen. Einzige Ausnahme war, der Weg zum Gastmahl mit Freunden. Dort durfte man diese Sandalen tragen, ansonsten galten sie als nicht sittsam. Neben den Sandalen gab es auch noch die „Normalschuhe“, *calceus*. Diese waren fest und gingen über den Knöchel. Sie waren sowohl bei Frauen, als auch bei Männern typische Ausgangsschuhe. Männer bevorzugten diese Schuhe in natürlichen Farben, aber auch bei Frauen wurde nur bei Farbe und Material, jedoch nicht beim Schnitt, Unterschiede gemacht.



Hier sieht man eine typisch gekleidete, römische Frau. Sie trägt eine grüne *tunica*, eine weiße *stola* und *sandlia*, welche von den langen Gewändern bedeckt werden.

Quellen: http://www.bglerch.asn-ktn.ac.at/latein/latein_schuhe.htm
<http://www.retrobibliothek.de/retrobib/seite.html?id=130154>
http://www.imperiumromanum.com/kultur/luxus/luxus_03.htm

Nachdem wir euch jetzt Schritt für Schritt erklärt haben, wie ihr euch in eine römische Frau verwandeln könnt, hoffen wir, ihr habt auch etwas gelernt. Vielleicht wisst ihr jetzt mehr über römische Frauen und könnt erkennen, wie viele Parallelen es zu heute gibt, vielleicht hat es euch auch einfach gefallen Frisuren, Make-Up oder Kleidung nachzumachen und euch einmal zu fühlen wie eine römische Frau. Wir haben jedenfalls festgestellt, dass es heute viel einfacher ist sich zu schminken und zu frisieren. Wir müssen unsere Schminke nicht selber machen und brauchen keine Sklaven die uns stundenlang frisieren. Abschließend hoffen wir nun es hat euch gefallen und ihr schaut euch auch die anderen Beiträge zum Thema „Latein heute“ an!

Lea & Jill