



MuséAl
site antique • Alba



L'EXOMIDE :

- Prendre un tissu de couleur unie.
- Couper un rectangle avec pour largeur la distance épaule/genou, et pour la longueur la distance épaule/cheville.
- Prendre le tissu dans le sens de la longueur et le plier en deux.
- Faire passer le tissu sous le bras droit et attacher les pointes du tissu au-dessus de l'épaule gauche (nœud ou épingle à nourrice, fibule).
- Une fois l'exomide mis en place, mettre une ceinture (cordelette, lien de cuir ou galons) à la taille.

➤ **L'exomide est une sorte de tablier qui était porté par les artisans comme tenue de travail ou par les gladiateurs !**

