

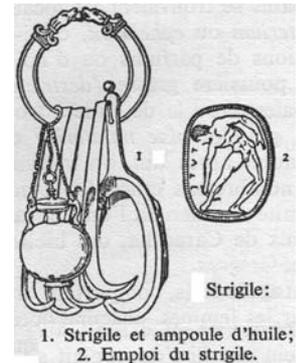
- Fiche Civilisation : *Bains et thermes* -

**Introduction**

- Les thermes apparaissent sous l'Empire (en 33 a.C.)
- Dans les premiers siècles de Rome, l'hygiène laisse beaucoup à désirer ; c'est aux Grecs que les Romains empruntent ces nouvelles habitudes de propreté

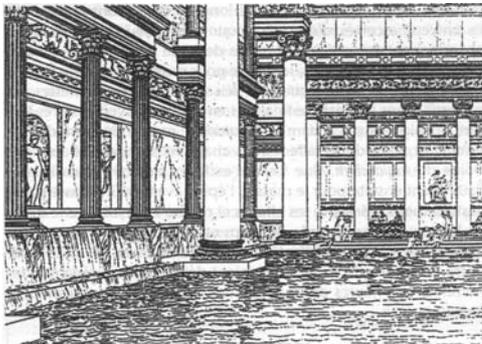
**I. Les bains publics (*balnea*)**

- Ils apparaissent en premier (à partir du IIIème s. a.C.) : ce sont de petits édifices sombres uniquement destinés à la toilette, payants mais peu coûteux.
- On s'y rend aux *nundinae*, tous les 9 jours ; le reste du temps, on se contente d'une toilette rapide à l'aide du **strigile**, grattoir qui permet de racler et d'éliminer la crasse.
- En 33 a.C. Rome compte 170 établissements de bains et 856 au IVème siècle p.C.



**II. Les thermes**

- Il s'agit de **vastes complexes de loisirs gratuits** financés et construits par les empereurs.
- L'entrée est gratuite et **chaque citoyen y passe 2 heures par jour en moyenne** avant la *cena* (repas du soir).



Thermes de Caracalla (intérieur). Restitution de la piscine d'eau froide et du nymphée (mur de gauche).

- Les thermes les plus célèbres sont ceux de Caracalla (sur 11 ha) et ceux de Dioclétien (14 ha) ils pouvaient accueillir jusqu'à 1500 baigneurs à la fois (la grande piscine couvrait 2500 m2)

- Les thermes sont **richement décorés** : immenses voûtes recouvertes d'or, énormes colonnes, marbres les plus rares, mosaïques, vitraux colorés, tableaux, statues.

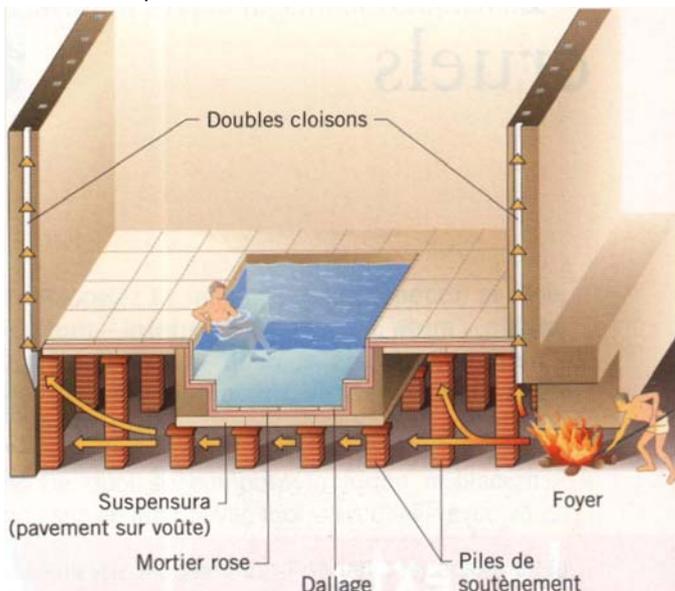
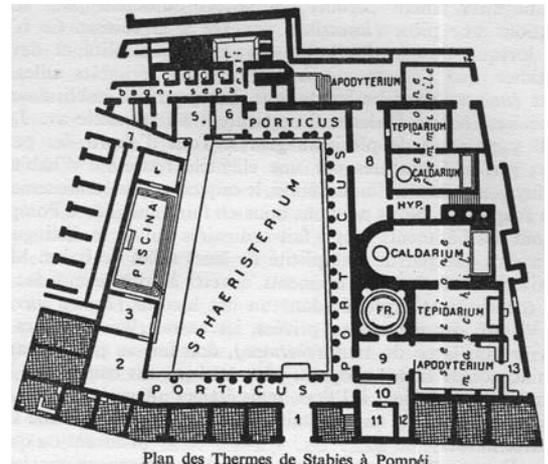
- Les thermes se constituent des pièces suivantes : vestiaire (*apodyterium*), salle chaude (*caldarium*), salle froide (*frigidarium*), salle tiède (*tepidarium*), salles très chaudes pour les bains de vapeur (*sudatorium*), gymnase (*palaestra*), **bibliothèque**, salles de massage, salles de repos, de conversation, de conférences, jardins pour la

promenade, boutiques, et vendeurs ambulants

- Après l'effort dans la piscine, le nageur passe dans le *sudatorium* puis se dégrasse dans le *caldarium* avant de se raffermir le corps dans l'eau du *frigidarium* et de se faire masser et épiler par des esclaves pour rentrer chez lui à l'heure du dîner.

- La chaleur des salles chaudes provient d'un système complexe de **conduits d'air chaud** produit par de **grands foyers alimentés en charbon** par les esclaves (l'air chaud se répand sous les carrelages et s'échappe par des **tubulures en terre cuite** situées dans les parois des salles).

- Ce système appelé **hypocauste** existait également dans les demeures romaines les plus riches.



Hypocauste d'une villa gallo-romaine à Saint-Romain en Gal (photo 2005)