

Extrait du Lycée de la Côte d'Albâtre

<http://stvalery-lyc.spip.ac-rouen.fr/spip.php?article425>

# les thermes

- Réalisations d'élèves - Projets pédagogiques et travaux d'élèves - Latin - Architecture romaine -



Date de mise en ligne : lundi 30 mai 2005

---

Copyright © Lycée de la Côte d'Albâtre - Tous droits réservés

---

DE THERMIS :  
LES THERMES.

### I. Définition.

Les thermae (thermes) romains étaient des bâtiments destinés à abriter des salles où l'on pouvait se baigner et recevoir divers soins du corps. Il existait déjà 170 petits établissements de bains « balneae » et grands complexes « thermae » en 33 avant J.-C. à Rome. L'entrée coûtait très peu cher ; un quart d'as et gratuit pour les enfants au 1<sup>er</sup> siècle av J.-C.

### II. Les étapes du bain.

Le Romain se déshabille dans l' apodyterium (vestiaire) puis il va à la palaestra (palestre). Il y pratiquait de l'exercice , après s'être enduit le corps d'huile ; après l'exercice, il se décapait afin d'enlever l'huile, la peau morte et la saleté avec un strigile, outil recourbé en corne ou en métal, et ensuite il allait se rafraîchir à la natatio.

Enfin, il entame son circuit des bains. Il pénètre d'abord dans le frigidarium : pièce froide comportant une vaste piscine à ciel ouvert délimitée par huit piliers et quatre bassins d'eau froide aménagés aux quatre coins. Il passe ensuite dans le tepidarium : salle où l'air permettait la transition avant de passer dans le caldarium. Enfin il entre dans le caldarium :salle chaude où l'on trouvait des bassins d'eau chaude et d'une vasque d'eau labrum.

### III. Le chauffage par hypocauste.

Les thermes comportaient, au sous-sol, le praefurnium où circulait de l'air chaud provenant d'un énorme four alimenté en bois par les esclaves pour faire chauffer les bains et les pièces. Les romains portaient des chaussures à semelle pour éviter de se brûler. L'air chaud circule autour de piles de briques qui soutiennent le plancher. Puis l'air s'élève à l'intérieur des briques creuses des cloisons.

### IV. Après le bain.

Le romain peut se faire masser, épiler, parfumer, discuter avec ses amis, voire même aller à la bibliothèque.