

LES TERMES

La pràctica del bany és molt anterior a l'època dels romans, però varen ser ells els qui idearen un edifici on dur a terme aquesta activitat. Les termes romanes van ser un dels edificis més característics de l'Imperi. Fins i tot s'ha arribat a parlar de com de romanitzat estava un territori, a partir del nombre d'edificis termals que hi havia en un indret.

Eren molt més que un lloc on anar a banyar-se. S'hi anava a relacionar-se, a parlar i a instruir-se. A les termes de Roma hi havia, fins i tot, biblioteques. En diferents edificis d'aquest tipus hi havia escrita la cita: *mens sana in corpore sano* (una ment sana en un cos sa).

Els edificis termals es poden classificar en quatre grans grups. D'una banda les grans termes imperials, fetes construir sobretot a Roma pels emperadors per guanyar-se l'estima dels ciutadans, com les termes de Domicià o Caracal·la, encara dempeus. També hi havia les termes públiques de les ciutats o municipis. D'aquestes n'hi havia de marítimes, amb unes característiques pròpies, situades a la costa, normalment fora de la muralla, a tocar de la porta, com les de Bàr-

cino (amb un complex per homes i un per dones). Un altre tipus eren els *balneum*, que trobem a les cases i vil·les, per l'ús dels seus habitants i els seus convidats. I finalment hi havia els balnearis, les termes medicinals, on s'utilitzava l'aigua per usos terapèutics, com les de Caldes de Montbui o les de Caldes de Malavella.

Les termes acostumaven a disposar de diferents cambres. Primer s'accedia a l'apoditeri, que feia les funcions de vestíbul i vestidor. D'aquí es passava al tepidari, una sala temperada sense piscina, a la que a vegades hi havia un *labrum* o pica. Des d'aquesta sala es podia anar al frigidari, una sala freda amb piscina, o al caldari, una sala calenta, també amb piscina. Al costat del caldari s'acostumava a trobar un *laconicum*, una sauna seca, o una *comcamerata sudatio*, una d'humida. També podia haver-hi sales petites per a massatges i uncions amb oli. Un altre element força comú a les termes era la *palestra*, espai de jocs on es practicaven diversos exercicis d'atletisme i pilota.



Termes de Caldes de Montbui

SABIES QUE...

Malgrat s'ha parlat molt de les orgies a les termes, homes i dones no es banyaven junts, perquè normalment hi havia espais separats o horaris diferents.

L'emperador Octavi August, va ser guarit a Tàrraco pel seu metge Musa mitjançant l'aplicació de banys d'aigua de mar.

Per anar a les termes públiques es pagava una entrada, tot i que eren força econòmiques. Els nens tenien entrada lliure.

TERMES

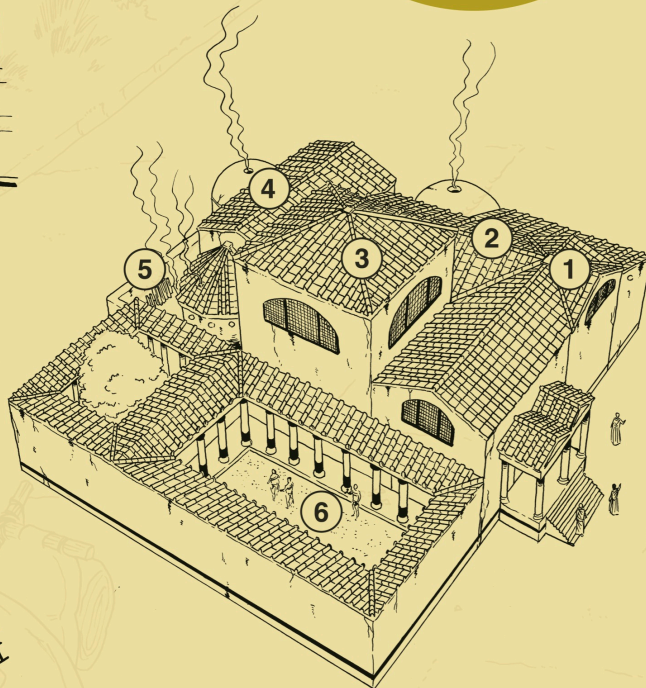
1 Apoditeri (vestidor)



2 Tepidari (sala temperada)



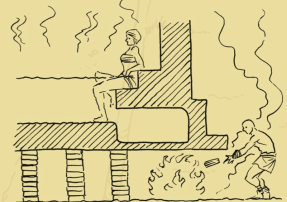
3 Frigidari (banys freds)



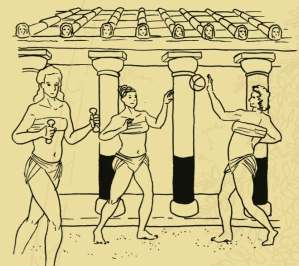
4 Caldari (banys calents)



5 Hipocaust (sistema per escalfar l'aigua i les estances)



6 Palestra (pati per fer exercici)



Representació idealitzada d'unes termes



viaaugustapenedes.cat
CAT / CAST / ENG / FRA



enoturismePENEDÈS
l'aroma d'una terra



CONSELL COMARCAL
ALT PENEDÈS



Diputació
Barcelona



BCN+ Costa
Barcelona