

# L'Hygiène du corps

## La toilette

L'eau est considérée comme bienfaisante et purificatrice.

La **toilette quotidienne** est simple : se laver les mains avant et après chaque repas, les pieds avant de se coucher ainsi que le visage.

Le **bain** est fréquent, il fait partie intégrante des rites de l'hospitalité et doit être offert aux invités après un long voyage. Mais il est difficile de dire à quelle fréquence le seigneur du château et sa famille utilisent la cuve à baigner qui doit, compte tenu du niveau de confort du logis se trouver dans sa demeure.

Pour les plus humbles, c'est hors du château, dans les rivières, les bains publics ou les étuves, qu'il faut se rendre pour se baigner.

A partir du XV<sup>e</sup> siècle, la pratique du bain disparaît progressivement.

Condamnée par l'église elle est également contre indiquée par la médecine.

## Body hygiene and washing

*Water was considered as beneficial and purifying.*

*The daily washing routine was simple : hands were washed before and after each meal, and feet and face before going to bed.*

*Bathing was frequent and was part of the rites of hospitality offered to guests after a long trip.*

*However, it is difficult to estimate how frequently the lord of a castle and his family used their bathing basin. This basin was a part of his household and reflected its level of comfort.*

*For the more humble, it is out of the castle, in rivers, public baths or steam rooms that one could bathe.*

*Starting from the 15th century, the bathing practice disappeared progressively.*

*It was condemned by the Church as well as advised against by doctors.*

## Les soins de beauté

Qu'ils soient pratiqués pour s'embellir ou se soigner, les soins du corps sont importants.

De nombreux objets du quotidien : des **peignes** d'os ou d'ivoire, des **pincés à épiler**, des **cure-dents**, des **cure-oreilles**, ainsi que des produits de beauté : des **savons** pour la peau ou les cheveux, des onguents, de l'eau de rose témoignent de cet intérêt.

Les Simples, plantes médicinales, cultivés dans les jardins clos apportent les premiers remèdes.

Dès le XII<sup>e</sup> siècle, les recettes apparaissent dans la littérature médicale.

On y indique entre autres comment s'épiler, se teindre les cheveux, se débarrasser des pellicules, se laver les dents et rafraîchir son haleine.

## Beauty care

*Body care was important, as much for beauty as for health.*

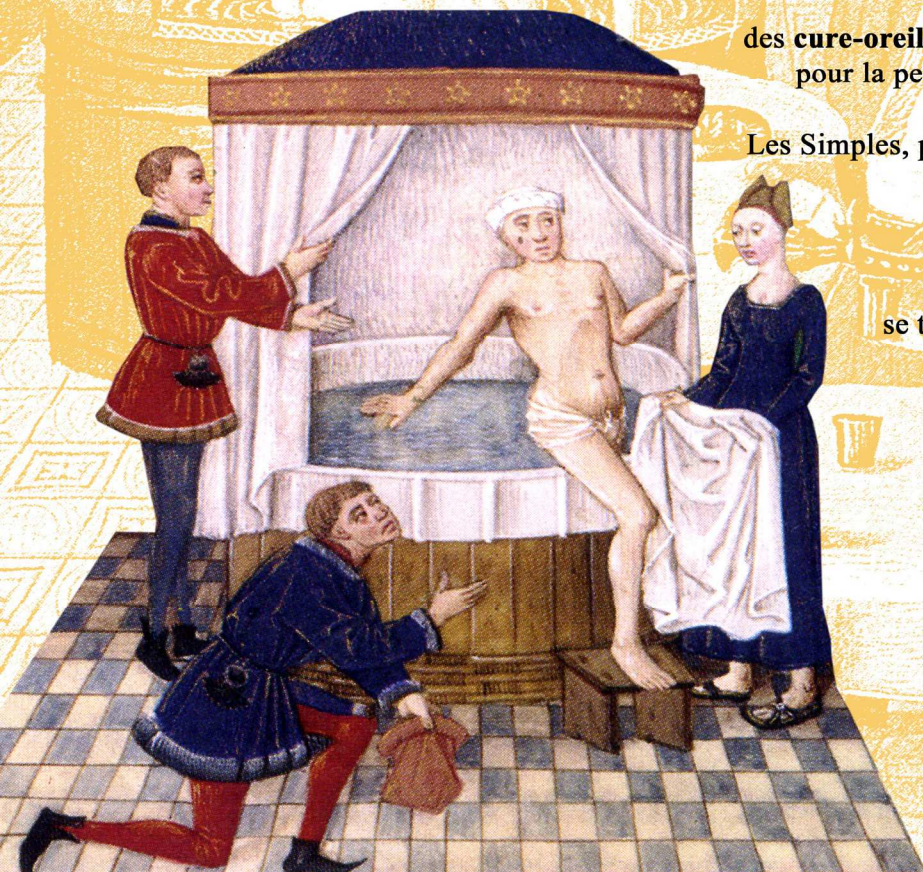
*There were many everyday utensils : bone or ivory combs, tweezers, tooth picks, ear picks.*

*There were beauty products : soaps for the skin or the hair, salves, rose water, all commodities that demonstrate the extent of this interest.*

*The Simples, or medicinal plants, were grown inside enclosed gardens and brought the first remedies.*

*As early as the 12th century, recipes start to appear within the medical literature.*

*There are indications regarding hair removal, hair dying, dandruff control, teeth brushing or bad breath problems.*



# L'Hygiène du corps

## La toilette

L'eau est considérée comme bienfaisante et purificatrice.

La **toilette quotidienne** est simple : se laver les mains avant et après chaque repas, les pieds avant de se coucher ainsi que le visage.

Le **bain** est fréquent, il fait partie intégrante des rites de l'hospitalité et doit être offert aux invités après un long voyage. Mais il est difficile de dire à quelle fréquence le seigneur du château et sa famille utilisent la cuve à baigner qui doit, compte tenu du niveau de confort du logis se trouver dans sa demeure.

Pour les plus humbles, c'est hors du château, dans les rivières, les bains publics ou les étuves, qu'il faut se rendre pour se baigner.

A partir du XV<sup>e</sup> siècle, la pratique du bain disparaît progressivement.

Condamnée par l'église elle est également contre indiquée par la médecine.

## Body hygiene and washing

*Water was considered as beneficial and purifying.*

*The daily washing routine was simple : hands were washed before and after each meal, and feet and face before going to bed.*

*Bathing was frequent and was part of the rites of hospitality offered to guests after a long trip.*

*However, it is difficult to estimate how frequently the lord of a castle and his family used their bathing basin. This basin was a part of his household and reflected its level of comfort.*

*For the more humble, it is out of the castle, in rivers, public baths or steam rooms that one could bathe.*

*Starting from the 15th century, the bathing practice disappeared progressively.*

*It was condemned by the Church as well as advised against by doctors.*

## Les soins de beauté

Qu'ils soient pratiqués pour s'embellir ou se soigner, les soins du corps sont importants.

De nombreux objets du quotidien : des **peignes** d'os ou d'ivoire, des **pinces à épiler**, des **cure-dents**, des **cure-oreilles**, ainsi que des produits de beauté : des **savons** pour la peau ou les cheveux, des onguents, de l'eau de rose témoignent de cet intérêt.

Les Simples, plantes médicinales, cultivés dans les jardins clos apportent les premiers remèdes.

Dès le XII<sup>e</sup> siècle, les recettes apparaissent dans la littérature médicale.

On y indique entre autres comment s'épiler, se teindre les cheveux, se débarrasser des pellicules, se laver les dents et rafraîchir son haleine.

## Beauty care

*Body care was important, as much for beauty as for health.*

*There were many everyday utensils : bone or ivory combs, tweezers, tooth picks, ear picks.*

*There were beauty products : soaps for the skin or the hair, salves, rose water, all commodities that demonstrate the extent of this interest.*

*The Simples, or medicinal plants, were grown inside enclosed gardens and brought the first remedies.*

*As early as the 12th century, recipes start to appear within the medical literature.*

*There are indications regarding hair removal, hair dying, dandruff control, teeth brushing or bad breath problems.*

