

Circuit des sources chaudes de Toscane

Lors d'un périple dans le sud de la Toscane au cours de l'été 2023, j'ai eu l'occasion de découvrir les sources chaudes de la station thermale de Saturnia... coup de foudre immédiat ! un moment magique, de bonne heure le matin, dans des "baignoires" naturelles baignées par une eau chaude des plus délicieuses !

Cela m'a donné envie d'en savoir plus sur les sources chaudes de Toscane, réputées depuis fort longtemps mais dont j'ignorais à peu près tout, à part celle des "Bagni San Filippo" que j'avais eu l'occasion de fréquenter lors d'un séjour dans le Val d'Orcia.

J'ai donc cherché à en savoir plus... et je suis assez rapidement tombé sur le site d'une "passionnée" qui a réalisé un très joli site : le blog de "Curl Wild Free" ; vous trouverez en fin de ces pages lien direct vers son blog*

Vu le sujet traité, je tenais évidemment à citer mes sources... ("jeu de mots" aurait dit Maître Capello)**

La Toscane est plus connue pour ses belles campagnes, ses villes historiques que ses sources chaudes naturelles ; pourtant, elles sont tout à fait remarquables et je vous propose d'en savoir plus sur sept d'entre elles (elles sont toutes gratuites !)

Réputées depuis l'Antiquité pour leurs propriétés curatives, elles sont encore aujourd'hui très prisées pour leur bienfaits sur la santé ; de plus, elles sont généralement situées dans des endroits pittoresques, en pleine nature, ce qui en fait une destination idéale pour se détendre et se ressourcer.

Vous trouverez ci-dessous une rapide présentation des différents lieux évoqués, en commençant par celui le plus au nord et en allant vers le sud.

1) La source chaude de Petriolo

Le Bagni di Petriolo est la source la plus chaude de toutes ! Les vasques pour se baigner sont au plus près de la source ce qui permet de profiter au mieux de la température chaude de l'eau et de ses bienfaits. Situés près de la ville de Sienne, les Bagni di Petriolo sont une destination moins connue mais très appréciée pour leurs sources chaudes. Elles sont composées de plusieurs baignoires d'eau chaude qui terminent leur course dans la rivière en contrebas. Notez qu'un centre Thermal payant est également présent à quelques centaines de mètres mais l'accès aux vasques tout près de la source est lui totalement gratuit !



2) Bagno Vignoni (thermes antiques romains)

Cette source ci est réservée au bain d'été car elle a la particularité de ne pas être chaude !

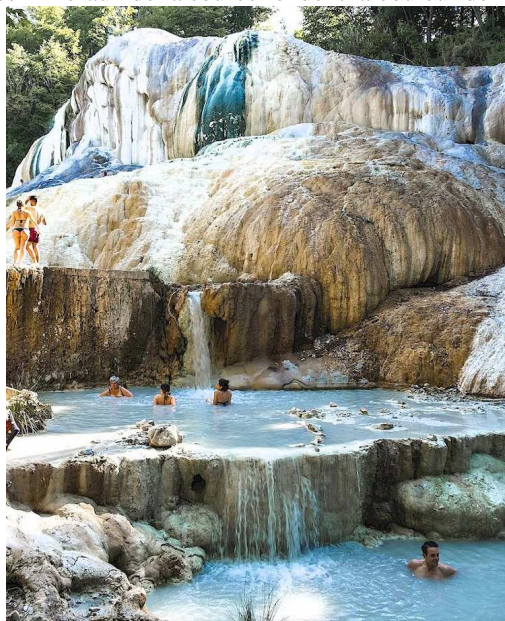
Parfait pour se rafraîchir pendant les longues journées caniculaires de Toscane !

L'accès est gratuit et l'endroit est très photogénique !



3) Bagni San Filippo

Nichée au coeur de la forêt, en plein milieu du Val d'Orcia, magnifique région typiquement toscane s'il en est, la source des Bagni San Filippo est la plus pittoresque de toutes ! Situées près de la ville de San Giovanni d'Asso, les Bagni San Filippo sont une pépite méconnue à découvrir absolument lors de votre voyage en Toscane ! Elles se composent de plusieurs piscines naturelles d'eau chaude qui terminent leur course dans la rivière. Les minéraux de la source rendent la couleur de l'eau d'un bleu laiteux, c'est magnifique !



4) Bagni Bossolo

Ils se trouvent sur un site archéologique romain ; il y a trois bassins ouverts à la baignade. Un à quelques mètres du parking, il s'agit d'un ancien lavoir dans lequel vous pouvez vous baigner. Puis les deux autres bassins se trouvent à quelques minutes à pied plus loin, plus près du site archéologique. Il n'y a pas de commodités sur place mais les parkings autour sont gratuits.



5) La Cascate del Mulino à Saturnia

Assurément la source thermale naturelle de Toscane la plus photogénique ! On a presque du mal à croire que cet endroit est naturel tellement c'est beau. Les vasques de travertins formées par l'accumulation de minéraux forment de magnifiques piscines naturelles à l'eau délicieusement chaude où se baigner. La cascade del Mulino est située dans le sud de la Toscane. Les Thermes de Saturnia sont une destination très populaire pour les amateurs de thermalisme et de bains dans des sources chaudes. La source est nichée dans la végétation, au pied d'un ancien moulin abandonné.



6) La piscine de Carletti

C'est une source thermale naturelle reconnue pour ses eaux chaudes et riches en minéraux, qui sont censées avoir des propriétés curatives et bénéfiques pour la santé. La piscine de Carletti est alimentée par une source chaude naturelle qui jaillit du sol à une température d'environ 37 degrés Celsius. Les eaux thermales sont riches en minéraux, comme le soufre, le calcium et le magnésium, qui ont des propriétés thérapeutiques et apaisantes pour la peau et les muscles. Des bassins ont été aménagés autour de la source pour permettre aux visiteurs de se baigner. C'est une association locale qui entretient les lieux. Un immense parking est situé à deux pas ce qui rend l'accès à cette source particulièrement facile.

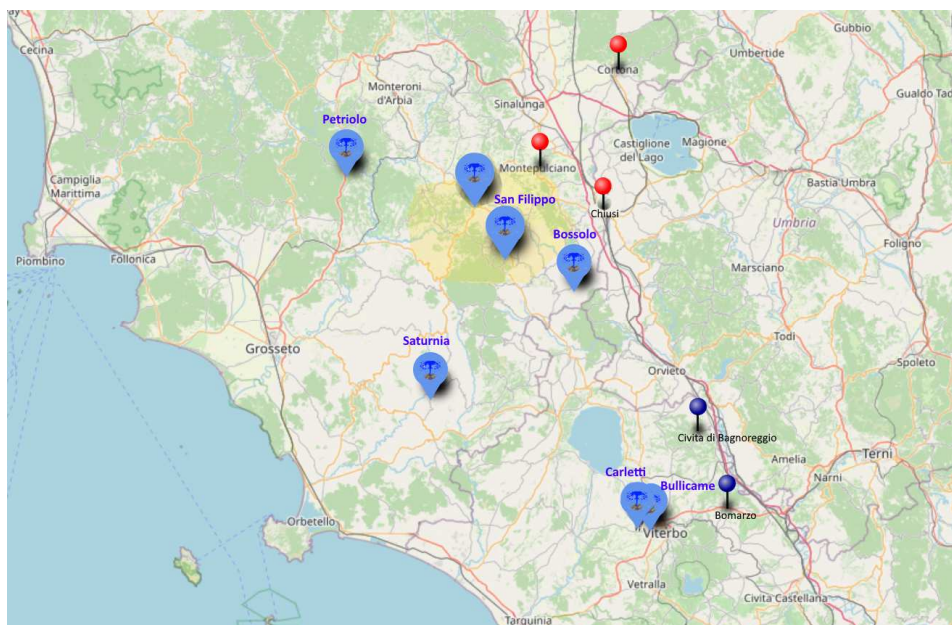


7) La source thermale de Bullicame

Cette source est si chaude qu'elle a été entourée par des grandes plaques de plexiglass afin d'empêcher les plus téméraires de se brûler. En effet, elle jaillit de la terre à près de 60°! L'eau de la source a été déviée dans un petit réseau de sillons qui mènent à deux bassins aménagés pour la baignade. Le petit bassin est le plus chaud et le grand bassin est tiède. La source se trouve dans un parc clôturé ; il n'y a pas de parking à proprement parler mais il est possible de se garer le long du parc. Ce dernier est ouvert par les agents municipaux le matin et refermé le soir donc ne songez pas à un bain de minuit ici !



La carte "générale des sources chaudes de Toscane



Les sources chaudes de Toscane sont réputées depuis l'Antiquité pour leurs propriétés curatives et sont encore aujourd'hui très prisées pour leurs **bienfaits sur la santé**.

L'eau thermale des sources chaudes a en effet de nombreux bienfaits pour le corps et l'esprit :
soulagement de la douleur et de l'inflammation : l'eau chaude des sources chaudes peut être bénéfique pour soulager la douleur et l'inflammation, en particulier dans les cas de rhumatismes, de douleurs articulaires et de maux de tête.

- ☒ détente musculaire et amélioration de la circulation sanguine : l'eau chaude des sources chaudes peut aider à détendre les muscles et à améliorer la circulation sanguine, ce qui peut être bénéfique pour les personnes souffrant de troubles de la circulation ou de tensions musculaires.
- ☒ amélioration de la peau et du bien-être général : l'eau chaude des sources chaudes peut aider à améliorer l'apparence de la peau et à favoriser le bien-être général en réduisant le stress et l'anxiété.
- ☒ purification des voies respiratoires : l'eau chaude des sources chaudes peut être bénéfique pour la purification des voies respiratoires et pour soulager les symptômes de l'asthme et de l'allergie.

Quelques conseils avant de se baigner dans la source chaude

- ☒ les eaux soufrées réagissent avec les métaux donc pensez à retirer tous vos bijoux avant d'entrer dans l'eau ; idem pour les pièces en métal de votre maillot de bain.
- ☒ le fond de l'eau est tapissé de petits cailloux, et certaines parties de travertins sont glissantes, emportez des chaussures d'eau pour plus de confort.
- ☒ l'eau de la source a tendance à assécher les cheveux, évitez de les immerger.

Lien vers les pages concernant les sources chaudes du blog de Curl Wild Free =
<https://lstu.fr/sources-chaudes-toscane>

**** blague de vieux boomer !**