



NATURISME - CAMPING - ALIMENTATION SAINE - HYGIÈNE NATURELLE

TENTES DE CAMPING
ET PLAGE
SACS DE COUCHAGE
SACS A DOS
PARASOLS - STORES

AIRÉSOLEIL

M. AUBRY, Fabricant.

22, Avenue Philippe-Auguste

PARIS (XI^e)

Tél. : ROQ. 39-24

Métro : Nation ou Avron

Renseignements gratuits
contre enveloppe timbrée.

Vente directe et par correspondance.

Se recommander de « La Vie au
Soleil » ou de la F. F. N.

EDUCATEURS, NATURISTES
CAMPEURS, CULTURISTES
AMIS DU SOLEIL, DE L'AIR
PUR ET DE L'EAU CLAIRE

Voici le livre que vous attendiez :

LA VIE SAINE

par Alain VALIÈRE

36 leçons d'hygiène pratique.

L'OUVRAGE LE PLUS PRÉCIEUX QUE
VOUS PUISSIEZ METTRE DANS LES
MAINS DE VOS ENFANTS ET DE VOS
CANDIDATS AU C.E.P.E.

Ouvrage illustré : 300 francs.
(Franco : 330 francs)

EDITIONS « LA VIE AU SOLEIL »
33, RUE POISSONNIÈRE - PARIS

ARTICLES de SPORT CAMPING VÊTEMENTS SPORT

Spécialistes BLUE JEAN'S
et MOCASSINS

TENUES COLONIALES
CHASSE SOUS-MARINE

Meilleur accueil aux amis naturistes
dans nos deux magasins :

PATRICK-SPORT

51, boulevard Rochechouart
TRU. 51-63 - Métro Pigalle

SPORT-AZUR

88, rue de Sèvres - SÉG. 35-37
Métro Duroc

Remise importante aux Naturistes
sur présentation de leur carte ou
du présent numéro de *La Vie au
Soleil*.

5^e ANNÉE - SEPTEMBRE-OCTOBRE 1953

BIMESTRIEL

LA VIE AU SOLEIL

ORGANE OFFICIEL DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE NATURISME

DIRECTEUR : ALBERT LECOQ

33, Rue Poissonnière, PARIS-2^e - Tél. : CENtral 96-39

Chèques Postaux : PARIS N° 1894-18. — BRUXELLES N° 6003-05.

	Abonnements : Un an.	
	Sous bande	Sous pli fermé
France.	450	660
Italie.	550	700
Canada, Luxembourg .	550	800
Autres Pays.	550	950

Pour tout changement d'adresse
joindre 30 francs.

Les articles publiés dans ce magazine
n'engagent pas la F.F.N.

COMITE DE LECTURE

Albert Lecocq.	Jacques Chauvier.
Marc Dazin.	Pierre Even.
Henri Adam.	Jacques Graverau.
Fabien Causse.	Henri Kuttner.

★ SERVICE DE LA PUBLICITÉ : ★

Editions Publicitaires CHANDOR

22, Faubourg du Temple. PARIS-XI^e

Tél. OBE 58-72 — CCP 7278.67 Paris

NOTES D'UN NATURISTE

Pourquoi existons-nous ?

Celui qui pense aux maux sans nombre qui accablent l'espèce humaine en vient parfois à se demander pourquoi nous existons. Mais il ne le saura jamais. Nul philosophe, nul savant ne pourra le lui dire. Cela est du domaine de l'absolu.

Cependant, si l'homme était heureux, se poserait-il cette question ? Je ne le crois pas.

Il est certain que le primitif ne cherchait pas à savoir quelle était la raison de son existence. Libre dans les bois, sein et fort, heureux à la manière des animaux sauvages, il était fait pour la vie qu'il menait.

Seul, le civilisé, ou censé tel, devait se le demander. Et c'est moins par curiosité que par dépit. Il croit que la nature lui est hostile, il la tient pour responsable de tous ses maux, il s'est persuadé qu'il était sur la terre pour souffrir, et c'est dans cette mauvaise

disposition d'esprit qu'il aborde la question.

N'oublions pas que la nature nous a donné, avec le libre arbitre, la notion du bien et du mal. Est-ce sa faute si nous avons fait plus de mal que de bien, ruiné notre santé, compliqué à l'extrême notre vie et organisé le monde en dépit du bon sens ?

Avouons donc que nous avons des torts.

Au lieu de tant se plaindre de la nature, l'homme ferait mieux de changer de conduite. Il ne s'agit pas de revenir à l'état primitif. Mais il faut entrer dans la voie de la sagesse. C'est le seul moyen de diminuer la somme de nos souffrances. Elle seule nous mènera à une vie meilleure. Et, dans cette voie, c'est le naturisme qui sera notre guide.

A. DESCAZUX.

L'ANNUAIRE DU NATURISTE

F.F.N.

Memento Naturiste 53

Edition considérablement augmentée

C'est l'ouvrage indispensable à tous naturistes, dirigeants, voyageurs, fabricants et marchands de produits intéressant la diététique et le plein air, etc...

Franco : 230 francs.

Par 10 : 140 fr. — Par 25 : 120 fr.
plus 5 % port.

F.F.N. C.C.P. Paris n° 8454-05.

PISCINE - TENNIS
FRONTON - VOLLEY-BALL
DECK - TENNIS, etc...

Club Gymnique de France

Bois d'Auteuil
Villecresnes (S.-et-O.)
Tél. : 58

La Rentabilité des Entreprises Naturistes

par Albert LECOQ.

L'homme est aujourd'hui incapable de suivre la civilisation dans la voie où elle s'est engagée.

Alexis CARREL.

EN matière économique, il est dangereux de procéder par affirmation ; seuls les faits permettent de conclure.

Pour cette raison, nous avons mené une enquête qui nous autorise à faire une triple constatation :

1° IL EXISTE MAINTENANT UN PUBLIC NATURISTE.

Nous entendons par là qu'il y a désormais en France des dizaines de milliers de gens qui ne conçoivent plus de passer des vacances ailleurs que dans les centres naturistes spécialement aménagés.

Les plages gymniques se multiplient ; après l'île du Levant et, plus récemment, le Centre Hélio-Marin de Montalivet, viennent d'éclorre successivement les Agriates, en Corse ; le Centre Naturiste Méditerranéen, dans l'Aude ; le Centre Sylvio-Marin de Lacanau, en Gironde ; le Centre Hélio-Marin de Pirou-Plage, sur la Manche ; sans oublier les dernières réalisations en Algérie. Ces « stations » naturistes attirent une clientèle étrangère de plus en plus nombreuse, notamment les peuples nordiques en quête d'une marchandise rare chez eux : le soleil.

Les vacances (trop) vite passées, les naturistes cherchent à s'intégrer naturellement dans les clubs locaux ou régionaux, où ils voudront poursuivre périodiquement, et, pour certains, chaque week-end, cette cure de santé et de lumière qui est devenue pour eux comme un besoin vital.

Rien qu'autour de la capitale, les clubs se sont multipliés et la plupart sont combles, malgré leur inconfort et souvent leur éloignement.

Côté diététique, et sans aller jusqu'au végétarisme intégral, la plupart de nos contemporains commencent à s'intéresser sérieusement à leur alimentation, c'est-à-dire à la nature des aliments qu'ils ingèrent, à leurs qualités et à leur quantité.

L'élan avait été donné avant la guerre et l'on comptait bien une quarantaine de restaurants végétariens rien qu'à Paris. Des années de restriction ont créé certainement des complexes légitimes qui ont amené un désir de saturation quantitative, sinon qualitative. La première vague est passée et beaucoup de personnes cherchent maintenant à se ressaisir et à se préoccuper d'améliorer une nourriture dont l'excès et les altérations recommencent à les rendre malades. Les restaurants végétariens n'ont pas encore retrouvé leur vogue d'antan (à Paris, on peut les compter sur les doigts d'une seule main !) mais, par contre, indice remarquable, il y aura bientôt dans la capitale cent épiceries de régime spécialisées, sans tenir compte des dépôts dans la plupart des magasins d'alimentation. Le succès, à quelques mois de différence, de deux salons de la diététique et la pousée extraordinaire des comptoirs d'aliments sains, témoignent du goût prononcé d'un large public pour une réforme alimentaire.

2° LA PLUPART DES ENTREPRISES NATURISTES SONT PROSPÈRES.

Les milieux naturistes, comme les pouvoirs publics, ne pourront que se réjouir si la consommation des médicaments diminue, parce que celle des produits sains augmente.

Qu'il s'agisse de commerces patentés ou d'associations sans but lucratif, on doit reconnaître que ce secteur de l'économie n'a pas à se plaindre du manque de clients et d'affaires — toutes proportions gardées, — ou d'adhérents et de l'assiduité de ceux-ci.

Et cependant, l'acheteur d'aliments classiques estime généralement, à tort d'ailleurs, que les produits diététiques coûtent cher (les notions de qualité et de pouvoir nutritionnel sont encore trop abstraites), qu'un repas sans viande ne vaut pas 400 francs (!), etc.

D'autre part, les centres de plein-air, gymniques ou non, mais de caractère naturiste, sont loin d'offrir à leurs adhérents le confort et l'équipement que présentent certains clubs privés ou plages parisiennes ouvertes au grand public.

Les clubs naturistes, n'ayant aucun but commercial et dirigés par des bénévoles non appointés, ne recevant pas de subventions de l'Etat à l'instar des clubs sportifs, de camping ou d'éducation populaire, percevant enfin des cotisations assez élevées afin d'entretenir des petits domaines, rigoureusement clos si l'on y pratique le nudisme, les clubs naturistes ont des ressources trop minimes pour pouvoir offrir à leurs fervents adeptes autre chose que le droit de jouir du soleil et de la lumière en toute liberté, par intermittence.

Malgré leur rusticité, qui n'arrive pas à décourager les bonnes volontés, ces clubs sont prospères en ce sens qu'ils sont très fréquentés. Un club gymnique parisien de moins de deux hectares enregistre 10.000 entrées par an !

Cinq jours par semaine, des piscines parisiennes réservent des fins d'après-midi, à une heure mal commode, aux naturistes. On y compte, à chaque séance, de 50 à 70 baigneurs, sur une heure de temps. Quelle autre société aligne une telle affluence ?

3° LES ENTREPRISES NATURISTES SONT INSUFFISANTES.

D'une part, elles ne sont pas assez nombreuses ; d'autre part, l'accroissement incessant des effectifs naturistes exigerait qu'elles répondent mieux aux besoins actualisés, par leur étendue, leur équipement, leurs possibilités d'accueil, etc. Enfin, il faut leur donner ce caractère populaire pour qu'elles soient réellement accessibles à toutes les bourses et à toutes les conditions.

A une époque où tout se monnaie, on ne peut éternellement faire appel aux bonnes volontés, ou tout au moins uniquement à elles.

Toute association, qui atteint mille membres et dont les activités complexes exigent une organisation administrative, doit pouvoir appointer honnêtement un secrétaire permanent ou entrer délibérément dans un système d'exploitation rentable. Cela n'exclut pas certains contrôles destinés à empêcher des abus et à maintenir la « ligne ».

Bien des gens disposent de capitaux, petits et gros, à investir dans un commerce ou une industrie, en y consacrant toute leur activité. Ils ignorent certainement les possibilités offertes par les besoins de ce monde nouveau des naturistes.

Voici quelques exemples de ces organisations à créer. Qu'on ne pense pas qu'il s'agisse là d'élucubrations d'une imagination débordante. L'énumération qui suit représente déjà une sélection de très nombreuses demandes adressées à la F.F.N., et en cours d'étude :

(Suite page 26)

Les bonnes adresses :

DAKATINE Pure pâte d'arachides

LA CACAHUËTE DE PARIS, BONBON RICHÉ A LA DAKATINE
LE BISCUIT JIKA-DOU, ENRICHI A LA DAKATINE
C.P.S., 6, Rue Régis, PARIS-6° - LIT. 74-77.

NATURISTES : Demandez les Produits C.P.S. à votre fournisseur habituel.

POUR LA SANTÉ

116, rue de Vaugirard, PARIS-6°.
LIT. 92-69

(Près gare Montparnasse)

ALIMENTATION NATURELLE

Produits MONO, etc.

Tous PRODUITS de RÉGIME

Paul NAUDET

209, Boulevard PEREIRE - PARIS
(angle rue Guersant) GAL. 67-67

Vente en gros et en détail des produits
alimentaires garantis par L'AFRAN
(Association Française de Recherches
pour une alimentation normale).

G. ROUX

49, Rue de Maubeuge — TRU. 24-77

TOUT POUR LA SANTÉ

Produits de Régime.

Près gares NORD et EST.

A LA PORTE CHINOISE

71, boulevard de Courcelles, PARIS
CAR. 81-48

Produits coloniaux de qualité.

Thés — Régimes — Cafés
EXPEDITIONS EN PROVINCE

Végétariens, Naturistes

LE PAIN TOTAL GALLI

14, Rue Guénégaud, Paris-6°

ODE. 57-67. Métro: Odéon et Pont-Neuf

Le meilleur pain de tout Paris.

Farine de blé pur - Broyage à la meule

LEVAIN NATUREL - Cuisson au bois

MIELS DAIRE et ses Fils

Apiculteurs récoltants

71, rue du Rocher, PARIS-8°. LAB 23-13

et 95, avenue du Maine, PARIS-14°

Le miel est la nourriture des dieux
et des Naturistes.

Centre de Diététique



SPÉCIALITÉS ALIMENTAIRES NATURELLES
VÉGÉTALIENNES & DE RÉGIMES

VIE & SANTÉ

LES NATURISTES APPRÉCIENT EN CONNAISSEURS
nos aliments entièrement naturels sans produits chimiques ni
manipulations industrielles destructrices.

VENTE AU DETAIL

DANS TOUTES LES BONNES MAISONS DE RÉGIME

ET A L'USINE

21, Rue de Diane, ARGENTEUIL (S.-O.) — Tél. ARGenteuil 11-46

FORCE ET SANTÉ

32, rue Léopold-Bellan - Paris-2°
GUT. 75-77 (Métro Sentier)

Produits naturistes et diabétiques

Pain complet et intégral, Miels

Olives noires, Ananas.

Tous les Agrumes et Fruits secs

Confitures

AND. PIERAL

28 bis, rue du Cardinal-Lemoine

PARIS-V° - Tél. ODE. 97-22

Au pur sucre de canne non raffiné.

En vente dans les Maisons de Régime

ALIMENTATION NATURELLE

Tous Produits Diététiques

Méthodes: Vie Claire, Gayelord Hauser,
Mono, Carton, Bircher.

55, r. d'Alésia, Paris-14°.

LAVENNE GOB 58-55 - M° Alésia

Pains complets.

PRODUITS POUR DIABÉTIQUES

Un bon déjeuner du matin.

le déjeuner VALMONT

Composé de cacao, sucre de canne, lait,
et parfumé de vanille naturelle Bourbon.
En vente dans les Maisons de Régimes.

14, rue Vintimille, Paris-9 — TRI 95-11

Ne fatigue pas le foie.

CLAIREVIE

INSTITUT DE DIÉTÉTIQUE

présente une incomparable sélection de produits alimentaires naturels.

Magasins à Paris :

51, rue de Miromesnil (8°), 19, rue de la Verrerie (4°), 220, rue de la Convention (15°)

ANJou 02-71

TURbigo 95-97

LIVRAISONS A PARIS. Expéditions en province et dans le monde entier.

Tarifs et conditions sur demande.

NATURISTES... consommez le PUR JUS DES POMMES,

intégral, sans alcool, préparé par :

ALINDRET

sans adjonction quelconque et uniquement

stabilisé par la méthode expérimentale de Pasteur.

Boisson agréable et salubre, Demandez-là à votre fournisseur habituel, ou à :

ALINDRET — FREPILLOIN (Seine-et-Oise) Tél. 13

NATURISTES, vous trouverez

les meilleurs pains complets

et produits de santé :

MONO, Vie et Santé, Pural.

à la boulangerie BONIS,

1, Rue Costex, Paris-4°.

Métro: Bastille (angle boul. Henri-IV)

VIE ET LUMIÈRE

RESTAURANT VÉGÉTARIEN

chez notre ami Thoumieux

79, rue Saint-Dominique, Paris-7°

(Métro: Latour-Maubourg).

PLATS COPIEURS DE 50 à 100 frs

L'Aliment Pur

118, Av. Mozart, 16° - AUT. 79-92

Alimentation

Naturiste et Végétarienne

Pains et Produits de Régime

Produits PURAL, Mono, etc.

ALIMENTS DE RÉGIME
PRODUITS DE SANTÉ ET NATURISTES

A la Gare St-Lazare

29, RUE DE LONDRES - PARIS

MAGASIN OUVERT

de 10 heures à 19 heures et le lundi

LES EXQUISSES SPÉCIALITÉS DE SANTÉ

VENTES ET
DEGUSTATIONS

MONO

33, Rue de Châteaudun
PARIS (9°) - TRI 12-27

POUR LE CAMPING • LA VIE AU GRAND AIR ET LE SPORT

SOLEIOU

PRODUITS DE SANTÉ

70, rue Mazarine — PARIS-6°

LÉGUMES CRUS EN SALADE

par André SIMONETON.

Nous présentons ci-dessous un extrait de l'excellent ouvrage d'André Simoneton, Ingénieur E.B.P., sous le titre de « Radiocativité des Aliments », Hypothèses sur la Vie et la Santé; cet ouvrage a paru récemment et ne manquera pas de passionner tous les naturalistes qui se préoccupent de leur alimentation.

La salade constitue la meilleure façon de manger les légumes. Non pas une simple salade, se faisant avec une seule salade verte, mais une salade au sens propre du mot, c'est-à-dire (mélange de choses). C'est un mélange choisi qu'il faut faire et comportant le plus grand nombre possible de crudités, même du chou cru. La radiation de l'ensemble qui en résulte est supérieure, surtout aspergé d'huile d'olive et de citron.

— Salade verte crue, oignons crus, navets et carottes crus, champignons de Paris crus.

— ou encore une salade comportant des légumes crus et cuits à l'étouffée (sans eau).

— Petits pois, pomme de terre, salade de saison, carottes crues, radis, olives noires, betteraves rouges crues.

Aussi, nous ne pouvons que recommander l'usage des hors-d'œuvre, surtout assaisonnés, non pas avec du vinaigre (vinaigre) et encore moins avec du vinaigre d'alcool, mais du citron; celui-ci apporte ses vitamines, tout comme l'huile d'olive, ce qui donne un ensemble parfaitement homogène, et d'une dynamisation maximum.

La variété des salades est infinie et, avec de l'imagination, on peut faire des combinaisons parfaites, où l'on trouve des radis, olives, choux rouges et blancs, oignons, betteraves rouges, haricots verts, navets, poireaux et même pâte de blé (pâtes alimentaires), blé germé, riz, céleri cru, etc.

Dans ces salades, l'incorporation de champignons crus, coupés en tout petits morceaux, constitue un appoint important. Leur radiation est supérieure, et nous les avons fait figurer dans notre tableau des aliments. Les champignons crus sont, à notre avis, l'un des meilleurs légumes.

Ce type de salade évite de boire. C'est un plat savoureux et très nourrissant. Il faut en avoir fait l'expérience pour le croire: une bonne assiette de salade ainsi faite remplace à la fois des hors-d'œuvre et le plat de légumes cuits. Cette salade, un plat chaud, un dessert, devraient être les seuls plats d'usage courant dans les repas ordinaires. On s'aperçoit à ce régime qu'on sort de table complètement restauré et parfaitement dispos et léger.

Mais pour faire une bonne salade, il faut choisir une huile d'excellente qualité, c'est-à-dire très dynamisée. Les meilleures salades se font à l'huile d'olives, à l'huile de noix, à l'huile d'arachide. Quant aux ersatz à base de gélatines, d'herbes marines et vinaigre, c'est le zéro absolu, alors autant s'en passer.

Bien entendu, tous les légumes doivent être cueillis bien mûrs, et mangés aussitôt la cueillette.

Pour tous les légumes, il en est de même: il faut absolument les manger très frais, car tous perdent leurs radiations dès la cueillette. Les fruits, au contraire, peuvent souvent, comme nous l'avons dit, continuer à mûrir pendant plusieurs jours.

Nous n'avons pas trouvé de légumes qui mûrissent de cette façon. C'est dommage, car si les fruits supportent bien le transport du lieu de production parfois très éloigné au lieu de consommation, les légumes, eux, doivent pousser presque à l'endroit où ils doivent être consommés.

(Suite page 23).

QUELQUES

DESSERTS

NATURISTES

GATEAU BOURBONNAIS AU MIEL

Faites dissoudre dans un demi-litre de lait 100 grammes de sucre; ajoutez ensuite 120 grammes de miel liquide et un bâton de vanille; faites bouillir et écumez.

Quand le liquide sera tiède, retirez la vanille, ajoutez deux jaunes d'œufs battus, 100 grammes d'amandes coupées finement et de la farine, en tournant continuellement, jusqu'à ce que la pâte soit suffisamment épaisse. Façonnez de la forme qu'il vous plaira et faites cuire au four.

(Extrait du journal « Le Miel »).

★

GALETTES AUX FRUITS

Cette recette peut se faire en toute saison, car on peut l'exécuter avec poires, pommes, groseilles, cerises, fraises, prunes, abricots, etc... Prendre 250 grammes de farine complète fraîchement moulu et la délayer dans un saladier avec une pincée de sel, de l'huile et un peu d'eau. Ajouter même poids de fruits coupés en tranches minces et dénoyautés s'il y a lieu, ainsi que 125 grammes de raisins secs. Bien mélanger. Cuire dans la poêle comme une crêpe, en graissant avec un peu d'huile. Feu moyen, poêle couverte au début. Lorsqu'un côté est cuit, il se détache avec une lame de couteau. Cuire de l'autre côté.

(Extrait du journal « La Vie Claire »).

★

PETITS PAINS D'EPICE

On mélange 500 grammes de farine de seigle et 500 grammes de farine de froment, 1 kilo du meilleur miel et cuit avec 180 grammes de beurre pendant dix minutes, puis retiré du feu et mélangé à la farine. Lorsque la masse est refroidie, on y ajoute un peu de levure de boulanger, étendre la pâte de manière à la réduire à l'épaisseur d'un doigt, la découper en tablettes carrées que l'on fait cuire à une chaleur modérée (20 minutes environ). Il faut garder ces pâtisseries huit jours avant de les manger, les premiers jours elles sont dures, mais, au bout d'une semaine, elles s'attendrissent.

La farine de seigle peut être remplacée par de la farine de sarrasin.

(Extrait du journal « L'Heure d'Etre »).

BISCOTTES LEGENDRE

Maison JOUSSELME
6, boulevard Edgar-Quinet, PARIS-14^e.
Tél. DANton 67-08
ALIMENTATION DIÉTÉTIQUE

Nouveauté D^r LEFEBURE La Respiration Rythmique & la Concentration Mentale

Franco: 760 fr.
Ed. A R Y A N A
36, rue Grégoire-de-Tours, Paris-6^e
C.C.P. 3017-39.

REGIMES: Gayelord Hauser, Mono,
Puraliment, Vie et Santé

Mme NIELLET
83 bis, rue de l'Abbé-Groult, PARIS-15
Tél. VAU 00-20
(Métro: Vaugirard, Convention)
Pains complets. — Dépôt d'argile.

RESTAURANT VITA VEGETARIEN

90, rue du Bac - PARIS-7^e
(Métro: rue du Bac)
Fermé samedi soir et dimanche
Prix fixe et à la Carte
17 ans d'existence.

Maison VERLET

PRODUITS NATURELS ET DE REGIME
Dégustation
256, Rue Saint-Honoré, Paris-1^{er}
OPE. 42-58
THES et CAFES
importés des meilleures origines

PRECURSEUR DE L'ALIMENTATION DIETETIQUE DEPUIS 1865

Les Aliments Diététiques

RAPPROCHENT LA SCIENCE de la Cuisine et donnent le ton à l'alimentation de la nouvelle époque.

Centre de Diététique PUR ALIMENT, 15, Rue Honnet, Clichy (Seine) - Tél. PEReire 25-75.

PURAL

Contre le Végétarisme ! ⁽¹⁾

par Pierre EVEN

LE VEGETARISME EST LA LUEUR DANS L'ABIME

A la campagne comme à la ville, les conditions de vie deviennent de plus en plus artificielles. Factice et vitesse viennent troubler la vie dans ses manifestations les plus simples !

Laissez-nous nos terres, n'en faites pas des lacs, ni des champs d'aviation. Laissez-nous croire encore que Dieu a bien fait ce qu'il a fait. Ne cherchez pas à le corriger, car c'est vous qui serez corrigés.

Nous ne croyons pas les maladies « normales », fatales, inévitables.

Hommes insensés qui combattez un système sans le connaître, apprenez d'abord ce qu'est le végétarisme, faites l'expérience du naturisme-végétarien. Faites-la intelligemment. Pourquoi refuseriez-vous ? En dehors du point de vue sentimental basé sur la raison : le respect de la vie animale, des points de vue religieux, philosophiques et autres, ne voyez-vous pas la grande horde des gens qui souffrent, des malades ?

Hommes insensés, ne voyez-vous pas la tuberculose toujours présente, le cancer qui se multiplie, la folie grandissante des gens et du monde, par le nombre croissant des crimes individuels et collectifs ? Ne comprenez-vous pas que l'insémination artificielle est un crime de lèse-nature, que la femme naturiste n'a pas besoin de couveuse ? *Combattez-nous... si nous avons tort* et si notre œuvre est dangereuse pour l'homme. Mais avant, démontrez-nous nos erreurs. Où sont-elles ?

Dites-nous si nous avons tort de conseiller une vie moins agitée, plus aérée, plus ensoleillée, tort de prétendre qu'il ne faut pas donner la tuberculose à un nouveau-né, mais plutôt un salaire à sa mère — qui travaille — équivalent au tiers de celui d'un député qui... (pas de commentaires).

Dites-nous si le plus beau tableau de l'artiste est *L'Enfant au sein de sa Mère*,

ou bien l'enfant au biberon dans une caserne de nouveau-nés ? Est-ce là une forme nouvelle du retour à la nature ? Allez-vous créer « la nature artificielle » ! Comble de la folie !

Dites-nous si l'enfant nourri par sa mère n'est pas la pierre angulaire de la régénération humaine. Expliquez-nous, du régime végétarien et du régime carné, quel est celui qui permettra à la femme de redevenir la mère de tous les hommes. Expliquez-nous comment votre alimentation carnée permettra l'accouchement sans douleur et un relèvement rapide.

SEULE, nous l'affirmons hautement, sans craindre l'ombre d'un démenti, *l'alimentation végétarienne naturiste* permet à la femme, *elle-même végétarienne naturiste*, l'accouchement naturel, sans douleur, des relevailles rapides, plus forte après qu'avant, et l'allaitement normal et bien équilibré. Le lait animal est absolument impropre à assurer solidement la base de la vie humaine.

Reculez, hommes, qui trouvez « naturel » de remplacer votre femme par une vache auprès de votre enfant, fût-elle pasteurisée ! Ne dites pas que nous exagérons. C'est la triste vérité ! Vous le savez ! Si encore l'homme procréait comme l'animal ! Un animal n'est jamais ivre quand il s'accouple.

Dites-nous si les conditions de travail sont toujours bonnes dans les usines, les bureaux, les ateliers... dans des chambres et ailleurs ? Expliquez-nous si la consommation des mets factices : conserves, pain blanc, cuisson autoclave-minute est inoffensive pour l'homme. Dites-nous si les engrais chimiques sont utiles à la production saine des légumes et fruits qui nous sont indispensables, ou bien s'ils empoisonnent la race ? Expliquez-nous si l'abus, voire

l'usage des médicaments chimiques constitue une source de guérison pour le malade ou bien le contraire ?

Dites-nous, si vous la connaissez, quelle est l'origine des trente-six formes de cancer, dont vous parlez sans la définir ?

Dites-nous enfin, si les problèmes posés ci-dessus ne comportent pas dans leurs données une cause possible d'affaiblissement général, de cancer en particulier ?

Dites-nous si les lois de l'honneur et de la probité dans la médecine sont toujours bien respectées ?

Si vous ne démontrez pas nos erreurs, si, au contraire, comme nous le supposons, vous pensez que nous avons raison sur bien des points, alors ne semez pas le trouble dans l'esprit de ceux qui s'approchent de nous. Ne détruisez pas les bons effets de la thérapeutique de l'espoir, de la confiance, que nous réussissons. Pourquoi faites-vous cela ? Joignez-vous plutôt à nous et vous pourrez, si vous voulez, réaliser de belles et grandes transformations.

Il n'est jamais trop tard pour bien faire.

★ ★

N'est-il pas nécessaire que l'Humanité devienne consciente, pure, meilleure, pour que s'épanouissent les plus belles vertus humaines ?

Nous avons essayé d'apporter quelques raisons qui justifient notre foi en un avenir plus clair. Sans prétendre être compris de tous, car nos explications sont trop incomplètes, nous croyons cependant que beaucoup de nos lecteurs tenteront un effort de perfectionnement vers plus d'harmonie et nous espérons sincèrement que notre grand idéal humain de santé, de bonheur et de paix progressera en rapport avec le développement du végétarisme.

COURRIER DES LECTEURS

(1) Voir *La Vie au Soleil*, n°s 28 et 29.

**TOUTES LES SPECIALITES
DE REGIME
ET PRODUITS NATURELS**

**ALIMENTATION
DU DIABÉTIQUE**

**64, Produits Anglais et Suisses
Faub. S' Martin Paris Bot. 51-36
(Métro : Château-d'Eau.)**

MAYERBLAN

« J'ai lu avec un grand intérêt votre article sur le retour à la nature.

Je me réjouis de lire que le véritable naturiste ne doit pas se contenter du stade et de la piscine, mais rechercher un retour authentique à la vie naturelle comportant, non seulement le séjour dans la nature, mais aussi l'exploitation intelligente de ses ressources, ce qui est pour l'homme l'activité la plus normale, la plus morale et la plus saine.

On s'aperçoit d'une manière particulièrement frappante de la désertion des campagnes dans la région où je me trouve (le Vaucluse) ; mais, par un juste retour des choses, c'est aussi dans une telle région que la réadaptation à la vie campagnarde pourrait se faire le plus heureusement :

1° L'élevage y constituait autrefois la principale ressource. J'ai commencé à éle-

ver des poules, des lapins, des pigeons, des abeilles ; l'élevage peut s'étendre aux chèvres, aux brebis, aux porcs, etc. Ce travail est moins rebutant que la culture pour les gens qui viennent des villes.

2° Le pittoresque de la région peut être un prétexte pour la faire connaître aux citadins pendant les vacances. Le séjour y est très agréable.

3° Les facilités de communication avec les grandes villes évitent au touriste ou à l'apprenti-paysan de se sentir trop coupé du monde urbain ».

Notre lecteur louerait à un prix très bas toute une campagne abandonnée dont il est locataire, et comportant des bâtiments en assez bon état, pour la saison estivale.

Avant aux amateurs de vie rustique, de tranquillité champêtre et de cure solaire intégrale.

CAMPEURS !



LA NATURE VOUS ATTEND

A la Commission Nationale du Camping

Lors de la dernière réunion de cette Commission, M. Bazennerye, de la Direction Générale de la Jeunesse et des Sports, a présenté un rapport sur la situation du camping.

De ce rapport, découle la tendance actuelle à voir les règlements du camping unifiés pour toute la France, alors que la réglementation dépend, jusqu'à maintenant, des préfectures.

On sait que la législation générale visant le camping a fait l'objet d'une circulaire interministérielle (21 juin 1950) ; ses dispositions sont toujours valables.

L'arrêté interministériel du 20 juin 1950, modifié le 25 mai 1951, a prévu une commission nationale du camping, chargée notamment de préparer un projet de loi sur le camping, et des commissions départementales étudiant en particulier les réglementations préfectorales ou municipales. Ces commissions existent dans 86 départements.

Parallèlement à la question de réglementation, la Direction Générale de la Jeunesse et des Sports s'est appliquée :

a) à susciter la création de terrains de camping ; on évalue à 1.500 le nombre des terrains de camping aménagés existant en France, dont les deux tiers sont dus à l'initiative privée ;

b) à ce que les terrains fassent l'objet d'une signalisation ;

c) à informer les campeurs.

Les principales propositions actuellement faites rencontrent un refus du ou des ministères intéressés ; ce sont :

1°) La licence de camping obligatoire.

2°) L'assurance obligatoire.

3°) Occupation des propriétés non closes et apparemment abandonnées.



Char de la Reine des Campeurs à Coulommiers, le 14 juin.
Fête organisée par le Touring-Club de France.

(Photo Michel Automne).

4°) Obligation pour les communes de réserver un emplacement pour le camping.

5°) Location forcée des terrains privés.

Enfin, en ce qui concerne un fonds national du camping, on sait que la F.F.C.C. y était très peu favorable.

Le rapport conclut que les efforts actuels doivent surtout porter sur :

- la création de terrains aménagés ;
- la signalisation de ces terrains ;
- l'information et l'éducation des campeurs, au moyen de la presse, la radio, de guides locaux, brochures et tracts.

Parmi les vœux exprimés par la Commission, notons :

- que toutes informations dont dispose la Direction Générale de la Jeunesse et des Sports soient communiquées aux campeurs, notamment par voie de presse ;
- que l'assurance devienne obligatoire ;

★ **Le naturisme vous intéresse-t-il ? Documentez-vous. Demandez à LA VIE AU SOLEIL la nomenclature des ouvrages et publications naturistes.**

- que l'assurance et la licence, en cas d'obligation, ne deviennent pas le monopole d'un organisme ;
- que les droits de patente des terrains privés n'en empêchent pas l'exploitation ;
- que les associations de propriétaires soient représentées aux commissions départementales ;
- que la journée scolaire du jeudi soit reportée au samedi ;

— que la refonte envisagée du code de la route ne gêne pas les propriétaires de caravanes.

ECHOS

★ *Le Guide International 1953* vient de paraître, sous le patronage de la F.I.C.C. Documentation en français et en anglais sur 14 pays d'Europe (douane, conditions de vie, transports, change, régions touristiques, terrains de camping, règlements, autorisations, coût de la vie, etc.). Prix : 200 francs aux Editions J. Susse, 13, rue de Grenelle, Paris-7^e.

★ *Concours pour un insigne F.I.C.C.* (Fédération Internationale de Camping et de Caravanning).

Règlement du Concours.

1° Le but de ce concours est de doter la F.I.C.C. d'un insigne (label) destiné à figurer sur ses imprimés et publications, ainsi que sur son grand fanion officiel.

2° Les projets seront présentés avec une devise, inscrite également sur une enveloppe cachetée contenant l'adresse du concurrent.

3° Le choix du sujet est laissé à l'appréciation des concurrents et l'exécution sera faite en deux couleurs.

4° Les envois sont à adresser au Siège de la F.I.C.C., 218, boulevard Saint-Germain, Paris-7^e, avant le 30 juin 1953.

5° Des prix récompenseront les meilleurs envois qui resteront la propriété de la F.I.C.C.

6° Le jury formé de membres du Bureau international attribuera les récompenses et prendra toutes les dispositions qui ne sont pas précisées dans le règlement du concours. Ses décisions seront sans appel.

L'Association Végétarienne de France

★

Parmi les mouvements idéalistes préparant un avenir meilleur à notre humanité anxieuse et fatiguée, le végétarisme est un des moins connus, et cependant un des plus intéressants. En effet, il est au carrefour de nombreux courants d'action progressiste. Beaucoup de malades « abandonnés par les médecins », y trouvent non seulement la guérison de leurs maux, mais aussi une euphorie durable. Pour les sportifs, c'est la source d'une endurance extraordinaire, comme le montrent les champions de grand fond, presque tous végétariens. Pour les bourses modestes, c'est la base d'une nourriture à la fois économique et saine. Les amis des animaux le pratiquent pour ne pas infliger de souffrances imméritées à nos « frères muets ». Pour les hygiénistes, c'est une source de longévité et le moyen de tarir le goût des boissons fortes, tandis que beaucoup d'Eglises chrétiennes, hindoues, bouddhistes et zoroastriennes y voient l'accompagnement nécessaire de la vie religieuse.

Il y a toujours eu des végétariens en France depuis le moyen âge, mais c'est seulement en 1900 que la première Société végétarienne de France fut fondée. La guerre a entraîné la cessation de ses activités. Mais le végétarisme a continué à faire de grands progrès dans le monde. Rien qu'aux Etats-Unis, il compte plus de 4.000.000 d'adeptes, et aux dernières élections présidentielles un candidat végétarien recueillit de nombreux suffrages.

L'Union Végétarienne Internationale, dont le siège est à Londres, réunit les associations nationales d'une trentaine de pays et organise des congrès annuels. L'absence de la France y était d'autant plus ressentie que son fondateur fut un Français, le Dr Danjou. Aussi, son Comité central a-t-il envoyé à Paris son Secrétaire général, M. H. Walker, pour provoquer l'organisation d'une association végétarienne. Un idéaliste Américain, M. W. Kahler, auteur connu, convoqua les végétariens de Paris et ceux-ci fondèrent l'Association Végétarienne de France. Ils élurent président Jacques de Marquette, docteur de l'Université de Paris, fondateur du premier mouvement naturiste français, auteur et conférencier international, créateur de « La Famille Universelle », association basée sur les idéaux de Tolstoï et de Gandhi, lequel lui a donné son patronage et ses encouragements.

Outre des membres individuels, l'Association Végétarienne de France groupe aussi des associations faisant au végétarisme une place sur leur programme. Elle est affiliée à l'U.N.E.S.C.O. Son adresse est 87, avenue Henri-Martin, Paris (16^e).

CHAMPIGNONS

Et maintenant, quelques mots sur les champignons vénéneux ou même mortels (1). Nous nous contenterons ici de faire connaître les espèces particulièrement dangereuses.

Elles ne sont pas nombreuses et peuvent être divisées en deux catégories :

Les champignons mortels qui sont l'Amanite Phalloïde, l'Amanite de printemps et l'Amanite vireuse.

Les champignons très dangereux qui sont l'Amanite tue mouche ou fausse oronge, l'Amanite panthère et l'Entolome livide. Ces derniers n'amènent pas sûrement la mort comme le font les premiers, mais peuvent néanmoins la déterminer par suite de causes spéciales, comme par exemple une affection du cœur.

L'Amanite Phalloïde occupe la première place dans cette redoutable phalange. C'est une espèce assez grêle en général, dont le chapeau a un diamètre de 6 à 10 cm. ; celui-ci est le plus souvent, vert jaunâtre, tirant parfois sur le vert olive et plus ou moins grisâtre au milieu ; parfois aussi, il est presque blanc et rappelle alors les agaries (champignons de pré), mais outre la volve caractéristique, les feuillets sont blancs au lieu d'être roses ou bruns et la chair chez le champignon âgé a une odeur peu agréable. Le pied est blanc, droit, renflé à la base, muni d'une collerette et d'une volve. On trouve cette espèce en été et en automne, dans les bois frais.

L'Amanite de Printemps, qui n'est qu'une forme de la première, est entièrement blanche, ce qui lui donne une fâcheuse ressemblance avec les Agaries ; on l'en distinguera par la présence de la volve, la couleur des feuillets qui restent toujours blancs et enfin par la forme beaucoup plus grêle qui est absolument celle de la précédente. On peut noter aussi que la collerette est assez longue et tombante, tandis que chez les Agaries, cette collerette est sous forme d'un anneau plat. Cette Amanite apparaît au printemps dans les bois calcaires un peu sablonneux, mais sa poussée se prolonge en été et même jusqu'à l'automne.

L'Amanite vireuse a le chapeau blanc, parfois un peu jaunâtre au milieu ; ce chapeau conique, puis plan est luisant et satiné par temps sec, visqueux en temps humide, avec la marge lisse. Le pied est cylindrique, renflé à la base en bulbe et pourvu d'une volve blanche bien développée. La chair a une saveur âcre.

Cette espèce, confondue parfois avec l'Amanite de Printemps, est plus grêle que celle-ci. Elle semble affectionner les terrains siliceux, sablonneux et humides où elle pousse du printemps à l'automne, mais elle est assez rare.

Les trois espèces que nous venons de décrire produisent un empoisonnement excessivement grave, généralement terminé par la mort et que nous étudierons un peu plus loin. Voici maintenant des champignons moins dangereux, assez nocifs toutefois pour qu'il faille les éviter soigneusement.

L'Amanite fausse oronge est un superbe champignon que tout le monde a remarqué dans les bois. Son chapeau est rouge vermillon, tirant parfois sur le carmin orange, quelquefois aussi décoloré et devenant jaune blanchâtre ; il est parsemé de flocons blancs plus ou moins nombreux et muni en dessous de lames blanches. Le pied également blanc, est robuste et renflé en bas, la collerette est blanche et longuement retombante, la volve représentée par un certain nombre de bourrelets écailleux. Il ne pourrait y avoir confusion qu'entre cette espèce et l'Oronge, mais celle-ci est facile à reconnaître à son chapeau sans verrues blanches, à sa volve blanche très développée et à la couleur du pied de la collerette et des lames qui sont jaune vif. L'Oronge, d'ailleurs, est un champignon méridional qui ne remonte que par années jusqu'aux environs de Paris, où elle est parfois abondante par endroits.

L'Amanite panthère possède un chapeau de 6 à 9 cm. de diamètre, d'un brun olivâtre ou brun gris, semé de verrues floconneuses d'un blanc grisâtre ; les feuillets sont blancs ainsi que la collerette et le pied. Ce dernier, qui est cylindrique et renflé en bas, porte une collerette assez fragile, insérée obliquement ; la volve est représentée par un rebord mince à la partie supérieure du bulbe basal, mais on trouve souvent au-dessus de ce bulbe un ou deux bourrelets simulant une deuxième collerette. La chair a une odeur peu agréable. C'est une espèce d'automne.

L'Entolome livide est un champignon robuste à chapeau fauve ou cendré plus ou moins sombre, finement pointillé de noir au centre, d'un diamètre de 6 à 12 cm., ses

(1) Tiré du livre « Ce qu'il faut savoir des bons et des mauvais champignons », de G. Portevin (Editions Paul Lechevallier).

LE VEGETARISME

par le Dr HERSCOVICI.

Le civilisé abuse excessivement de viande et d'excitants. L'industrie actuelle, sous le couvert de la demi-science hypocrite et sous l'impulsion de bas intérêt, s'est chargée de fournir des aliments en conserves, dévitalisés, sans vitamines, exempts de toutes les qualités utiles à un mets assimilable et réconfortant.

Le régime des herbes (propagé par Gleizes) consiste dans l'abstinence de tout aliment qui ne vit pas d'une vie animale propre. Les œufs, le lait et le miel sont admis dans ce régime.

Le régime frugalien (correspond à un régime hypoazoté ou de repos) accepte les fruits et les légumes. Ce régime provoque un excès d'alcali dans l'organisme, l'acidification est au contraire nuisible dans les cas de diabète (acétonémie). La consommation de fruits est, d'autre part, un antidote sérieux contre l'alcoolisme.

Certains végétariens ne se nourrissent que de légumes crus et ne font jamais usage du feu pour leurs pommes de terre, la viande, le poisson, les œufs, parfois même le lait et ses dérivés, les aliments

D'ÉTÉ

par Jacques CHAUVIER.

feuillets sont d'abord jaunes et deviennent ensuite rougeâtres, ce qui lui donne alors une certaine ressemblance avec les Agarics. Mais il n'a pas de collerette comme ceux-ci, son pied est renflé et courbé à la base et sa chair a une odeur de farine.

Il a de plus un caractère commun avec les volvaires et qui suffit, en cas de doute, à le reconnaître. Ses spores recueillies sont roses et non noires comme chez les Agarics.

L'Entolome pousse un peu partout durant toute la saison.

Il y a encore lieu d'éviter, par prudence, les champignons suivants que les auteurs récents donnent comme inoffensifs.

L'Amanite Citrine se reconnaît à la couleur de son chapeau qui varie du jaune citron au blanc jaunâtre (5 à 8 cm. de diamètre), mais devient aussi parfois blanc fauve ou verdâtre. Il est semé de petites verrues blanches floconneuses, parfois réunies en taches irrégulières. Son pied est droit, fortement renflé à la base, très cassant; la collerette est, comme d'habitude, molle et tombante, la volve se présente sous forme d'un rebord mince et tranchant sur le haut du bulbe qui termine le pied, la chair est blanche, à odeur et saveur désagréables. C'est une espèce commune dans les bois frais durant toute la saison;

Les volvaires doivent leur nom à la volve dont leur pied est orné; quant à la collerette, elle est toujours absente. Leur chapeau régulier assez charnu est généralement de couleur blanchâtre ou grisâtre, un peu visqueux au toucher, le pied est droit, un peu épaissi par le bas. Les feuillets, blancs dans le jeune âge, deviennent ensuite rosés par suite des spores dont ils se couvrent. On trouve ces champignons en automne et en hiver dans les terrains fumés, sur la paille moisie et les tas de sciure de bois en décomposition. Je préfère les déconseiller aux débutants, à cause de leur volve qui peut amener une confusion avec certaines Amanites. Mais il est démontré maintenant que les Volvaires ont été accusées à tort d'être dangereuses.

Les espèces dont nous venons de parler mises à part, on ne court pas de risques sérieux. Il n'y a plus à écarter que quelques champignons susceptibles d'occasionner des troubles intestinaux (coliques et diarrhées), d'une digestion difficile ou encore inoffensifs, mais impropres à la consommation par suite de leur saveur désagréable.

Les Clavaires, certaines Russules: l'émétique, la fétide et quelques lactaires, le Lactaire doux, le Lactaire aux tranchées, etc., sont parmi les premières. Je ne reviendrai pas sur les Clavaires dont j'ai indiqué les caractères et qui sont des plus aisés à reconnaître.

Pour les Russules et les Lactaires, j'indiquerai tout de suite, un moyen de distinguer les espèces comestibles et celles qui sont à rejeter. C'est d'en mâcher quelques instants un petit morceau cru: si la saveur reste douce, il n'y a rien à redouter; dans le cas contraire, c'est-à-dire si elle est âcre ou poivrée, il est préférable de s'abstenir.

Cette expérience, qui peut être faite avec n'importe quel champignon, n'a rien d'héroïque; elle n'offre aucun danger, à condition, bien entendu, de ne pas avaler le produit de cette mastication.

Parmi les espèces à digestion difficile, nous citerons en première ligne certains bolets, longtemps considérés comme vénéneux, parce qu'ils avaient causé des indigestions graves, parfois mortelles. Aucune des espèces de ce groupe, pourtant, n'est nocive, mais le bolet satan doit être rejeté.

Il faut également se méfier de l'Agaric jaunissant à pied plus long et plus grêle que celui des champs et qui jaunit lorsqu'on le froisse, et encore de la Collybie à pied en fuseau qu'il convient de consommer jeune et par petites quantités.

En ce qui concerne l'Agaric jaunissant, on trouvera plus loin ses caractères.

D'ores et déjà certains champignons renferment à l'état cru un poison, l'hémolysine, qui est détruit par la chaleur à 60°. Ils sont parfaitement comestibles une fois cuits. Mais il est prudent de n'en point manger de crus, quoique des accidents graves ne soient à craindre que si l'on en absorbe une certaine quantité. Les Morilles et leurs congénères, l'Amanite vineuse, sont dans ce cas.

Enfin, d'une façon générale, je crois utile de recommander la circonspection dans la consommation des champignons. Je veux dire par là qu'il est toujours préférable d'aborder une nouvelle espèce avec prudence, c'est-à-dire de ne l'absorber les premières fois qu'en quantité moyenne. Il y a, en effet, quelques espèces qui ne sont pas ou sont mal tolérées par certains tempéraments: c'est donc à chacun à s'observer sous ce rapport, si l'on veut éviter des surprises toujours désagréables. Les hépatiques, c'est-à-dire ceux qui souffrent du foie, feront bien d'être prudents sous ce rapport.

producteurs d'excès d'acides étant radicalement exclus. C'est un régime composé uniquement de salades, racines et fruits et ne tenant pas compte du facteur excitant extérieur qui est très important dans n'importe quel régime.

Le végétarisme condamne du point de vue philosophique, moral ou religieux, le meurtre alimentaire, il s'impose le rôle spirituel de purifier l'homme de ses mauvaises impulsions, de son brutal égoïsme.

Déjà l'homme moderne en désavouant son instinct de vie simple, sobre et naturelle, s'est exposé à toutes les conséquences graves qui résultent à la longue du vice alimentaire persévérant et pleinement conscient.

De ce régime naturiste, normal et sain résultera, d'après Poucel, la beauté des

âmes, parce que les sujets deviennent plus simples, et plus compatissants, d'où la beauté des corps parce que non intoxiqués, tous les organes fonctionnant mieux, beauté des rapports sociaux parce que celui qui épargne les animaux respectera à plus forte raison ses frères, ce qui, ainsi qu'à l'âge d'or, mènerait enfin un terme au meurtre et à la guerre.

Le naturisme, par ses règles, régime, éducation corporelle et morale, s'efforce de défendre l'individu contre toutes les causes morbides capables de l'évincer avant l'heure et contribuer ainsi à l'accroissement de sa vie normale, à le rendre apte à supporter sans fléchissement toutes les influences néfastes.

Le respect de certaines de ces influences doit, suivant Goethe, faire éviter de troubler la nature dans ses entreprises répara-

1950 l'Anapurna, 1951 la Nanda Devi, 1952 l'Everest et nombreuses autres expéditions



...internationales au Kenya, aux Andes de Patagonie, etc...

trices, idéal qui ne peut être atteint par la disparition des désirs et des impulsions humaines, mais par leur discipline sans contrainte et par la recherche d'un but moral au-dessus de toutes les contingences journalières de la vie matérialiste.

Le naturisme doit, dans la recherche d'adeptes, faire preuve de logique et désintéressement matériel, les déficients ne devant y venir que poussés seulement et temporairement, pour corriger les graves défauts de leur régime.

Si les Athéniens ont abouti à un si haut degré de civilisation et perfection, c'était grâce à leur écart de toute violence, de toute contrainte et agissement despotique, et de tout excès alimentaire.

Le rapprochement progressif vers la vie simple et salubre de la nature est plus qu'un besoin, qu'une nécessité vitale, pour l'homme dégénéré de notre temps. Car, dit Hölderlin, n'est-ce pas dans la nature ce qu'il y a de plus parfait? C'est là que, dès le seuil de la vie, mènent tous les degrés que nous gravissons. Là est notre origine et là notre fin! L'intelligence seule n'a jamais suffi à créer des choses intelligentes et véritablement utiles à l'être humain.

On prétend critiquer le naturisme et on se montre sceptique envers lui, mais le plus souvent sans avoir pratiqué, médité ou jugé ses résultats merveilleux, cette critique est pseudo-scientifique, et de valeur nulle.

L'aliment normal jusqu'aux derniers temps, le calcul de la ration alimentaire était fondé sur la quantité totale de l'azote qu'elle contenait; à l'heure actuelle, la notion de qualité d'acides aminés spécifiques a supplanté celle de la quantité et celle

(Voir suite page 26).

L'AJISME ET LE NATURISME FACE A FACE

(Fin)

par Pierre CUESTA.

La même réaction contre la vie frelatée des villes ayant présidé à la naissance de l'ajisme et du naturisme, il est normal que ces deux mouvements, ayant des points communs très nombreux, aient des éléments communs. Cependant, un décalage existe, relevant de deux causes. L'ajisme, quoiqu'étant un mouvement déjà ancien, est composé de jeunes ; le naturisme n'a aucune limite d'âge pour ses adhérents, mais est un mouvement naissant, n'ayant pas encore délimité et affermi ses bases. L'ajisme a développé et élargi ses principes primitifs, tout en perdant un peu certains de vue, alors que le naturisme possède encore dans toute sa vigueur les raisons primordiales de son existence. Un travail de compréhension mutuel s'avère donc indispensable, l'orientation sociale de l'ajisme, qui en est devenu un caractère de base, risquant d'être incomprise ou déformée par les naturistes. Les jeunes ont perçu tout de suite que, pour aménager les loisirs, encore fallait-il en avoir, et en avoir les moyens. De là à examiner le fonctionnement de notre société, en relever les erreurs, les défauts et les tares, il n'y a qu'un pas. Les conclusions, évidemment non conformistes, et la condamnation, en découlent, l'absurdité d'un tel système étant flagrante sur tous les plans. Cette position ne peut étonner de véritables naturistes, eux-mêmes arrivés à des conclusions révolutionnaires dans le domaine de l'hygiène physique et mentale. Cet état d'esprit rencontra des conditions favorables et fut accentué par le goût éternel de la jeunesse pour les chambardelements et le sentiment de l'insécurité de sa position sociale. N'ayant rien à conserver, et ayant grande soif d'idéal et un désir de progrès humain, les jeunes, en passant par l'ajisme, lui ont imprimé cette marque indélébile.

Si l'on examine le naturisme, on s'aperçoit assez vite d'un manque de cohésion énorme dans sa composition. D'un côté, une clientèle ne recherchant rien d'autre que de pouvoir passer agréablement ses loisirs, des gens n'ayant aucun désir de travailler, mais achetant une carte leur donnant le droit de jouir d'une organisation, ce qui est très différent, dans son esprit, d'une cotisation que l'on verse avec la volonté de participer à la création ou au fonctionnement d'une œuvre. De l'autre, des hommes épris d'idéaux, mais sur une palette très large, les uns ne s'attachant qu'aux questions alimentaires, d'autres au soleil uniquement, certains ne voyant qu'une théosophie et se prenant très au sérieux, d'autres y mêlant spiritisme et sorcellerie. Notre camarade Billard, dans un numéro de « La Vie au Soleil », a bien défini notre position devant les pêcheurs de lune et autres marchands d'orviétan. Les classes sociales non plus ne sont pas également représentées et le naturisme, bien que s'adressant à tous, n'a pas encore trouvé le moyen de s'ouvrir largement. C'est une constatation d'usage que la majorité des adhérents des

clubs se trouvent être des membres de la petite et moyenne bourgeoisie. Ceci tient à trois causes : d'abord le coût relativement élevé de la fréquentation d'un club, ensuite les conditions sociales désastreuses du prolétariat ayant amené ce phénomène général de désintéressement de tout, enfin une atmosphère peu propre à encourager les « intrus » à s'intégrer dans certains clubs naturistes. Il reste, heureusement, une proportion intéressante de naturistes sincères, animés par un idéal, mais dénués de sectarisme, ne se laissant pas entraîner par le mercantilisme ou l'esprit de chapelle.

Du côté ajiste, l'esprit communautaire et les préoccupations sociales ont été des acquisitions utiles et fructueuses, mais l'élan initial strictement naturiste a été un peu perdu de vue par beaucoup, ou s'est cristallisé d'une manière trop restrictive dans le camping. Les ajistes, par leur formation, font aisément du nudisme ; beaucoup se préoccupent de questions naturistes, cherchant à maintenir ou développer certaines idées de base,

★ Etes-vous déjà Délégué F.F.N. ? Entrez en rapport avec les autres Délégués de votre Ligue régionale, en vue de vous concerter pour une action commune.

indispensables pour éviter l'écrasement de l'individu par notre civilisation chimique et mécanique. Les naturistes, pour voir s'instaurer la société qu'ils souhaitent, doivent comprendre qu'il est indispensable de ne pas se couper des forces vives. Pour cela, éviter l'embourgeoisement dans les habitudes; le recrutement en est la première condition.

Certes, l'ajisme n'est pas tout, ce n'est pas un but, ni un foyer numériquement primordial, mais il y a là un domaine qui, par la formation qu'il donne à une époque importante de la vie, par les buts et les moyens employés, par le milieu où il se recrute, constitue pour le naturisme un terrain de choix. En procédant à cette rencontre, il ne peut que résulter un renforcement mutuel. Un premier pas intéressant serait fait le jour où les ajistes naturistes seraient regroupés. Le naturisme y trouverait un réservoir où puiser des éléments de valeur, et l'ajisme y gagnerait un prolongement tout naturel.

Si les premiers contacts ont pu révéler certains points de friction, il en apparaîtra peut-être d'autres, ce qui est humain et naturel. La rudesse et certains comportements ajistes ont choqué certains naturistes, le manque à peu près total de démocratie dans le naturisme hérisse les ajistes, mais il n'y a là rien qui ne soit soluble pour des hommes de bonne volonté. Dans toute union, n'y a-t-il pas des acquisitions et des modifications réciproques ? La parole, et les actes, sont maintenant à tous les camarades animés du désir de forger un outil solide.

Hélio-Club de France

FILIALE DU CLUB DU SOLEIL

Le Club des Naturistes indépendants ou isolés

★

COTISATION MODIQUE MULTIPLES AVANTAGES

- ★ Le service gratuit de « La Vie au Soleil ».
- ★ La licence de camping sur demande.
- ★ La licence naturiste, sous certaines conditions.
- ★ Accès dans de nombreux clubs.
- ★ Réductions allant jusqu'à 50 % dans certains camps de vacances naturistes.
- ★ Remise sur les publications naturistes.

A L'ÉTUDE :

- ★ Voyages, rallies.
- ★ Circuits dans les centres naturistes en France et à l'étranger.
- ★ Village de toile.
- ★ Sports d'hiver naturistes.

Les réalisations étant fonction du nombre d'adhérents, inscrivez-vous en masse à notre Club.

Documentation contre 50 frs

33, rue Poissonnière, Paris-2^e

La Campagne d'Abonnements

Période de MAI-JUIN

C'est l'Hélio-Club de France qui remporte la palme avec 28 abonnements.

Seconds ex-æquo, Mme Mattéi (Marseille) et le sympathique Père Aub' de Saint-Calais, G. Bernet, ont recruté chacun 8 abonnés.

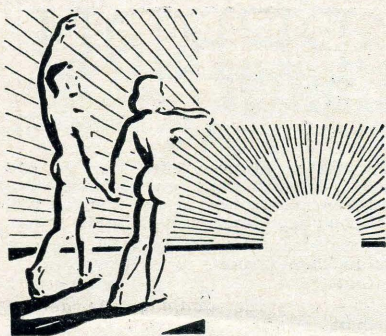
La F.F.N. apporte 7 nouveaux abonnés et le Club du Soleil, 6; enfin, notre ami Ripoll, de Perregaux, défend les couleurs de l'Afrique du Nord avec 4 abonnés.

Beaucoup de lecteurs se sont mis en campagne et ont recruté un ou deux abonnés. Cet effort appréciable mérite d'être suivi par tous les lecteurs de « La Vie au Soleil ».

Vous tous, qui êtes tant attachés à notre magazine, et qui souhaiteriez le voir encore amélioré, plus documenté, plus volumineux, plus diffusé, tout en maintenant son prix populaire, avez-vous pensé à faire un nouvel abonné pendant vos vacances ?

Nous rappelons que des carnets d'abonnements sont gratuitement à votre disposition.

Au prochain numéro, et bon courage!



NUDISME = VITAMINE D

par G. KELLERMANN.

Si un grand nombre de naturistes sont galactophages, il en est certainement peu au courant de l'industrie laitière ; aussi ne leur viendra pas l'idée de chercher dans l'étude de la pasteurisation du lait des arguments en faveur du nudisme.

On sait que dans les aliments se trouvent des substances jouant un rôle très important dans l'organisme et appelées vitamines, classées en séries désignées par des lettres : A antianémiques, B utilisant les glucides, C antiscorbutiques, D antirachitiques.

Ces dernières prennent leur origine dans les rayons ultra-violets.

Ce fut par hasard qu'on s'en aperçut vers 1926 en soumettant le lait à des radiations de lampe à vapeur de mercure. Des recherches permirent d'établir, ce qu'on soupçonnait d'ailleurs, que le lait des vaches paissant au soleil est plus riche que celui des bovidés en stabulation.

Trois denrées excessivement nutritives renferment cette vitamine D : le beurre, le vitellus, l'huile de foie de morue.

Les poissons en absorbent beaucoup, par suite de leur alimentation : le plancton reçoit les rayons ultra-violets qui agissent vivifiants jusqu'à 200 mètres de profondeur, c'est-à-dire le niveau du plateau continental sur lequel est localisée la pêche.

Par la suite, on découvrit que notre corps, comme celui des animaux, est apte à transformer les radiations ultra-violettes en vitamines D. La nature nous a donc équipés pour fabriquer nous-mêmes cette substance indispensable sans avoir recours à la chimie pharmaceutique ; mais la grande adversaire de l'homme du XX^e siècle est la civilisation.

Celle-ci, fondée sur des principes utiles au début, devenus errements au cours des âges, oblige l'homme à couvrir son corps, même lorsque la température lui permettrait de se dévêtir ; aussi notre corps ne recevant plus les radiations ultra-violettes ne peut plus fabriquer la quantité de vitamines D nécessaire à son économie et l'on sait qu'actuellement l'homme ne renferme pas 40 % de ce qu'il en devrait posséder.

L'exposition du corps au soleil nous permettrait de lutter contre la dégénéres-

cence imposée par la civilisation mal comprise que nous connaissons. Il ne faut pas confondre « exposition au soleil » avec cette pratique stupide et dangereuse qui consiste à se rôtir, sous prétexte de brunir l'épiderme, parce que c'est la mode.

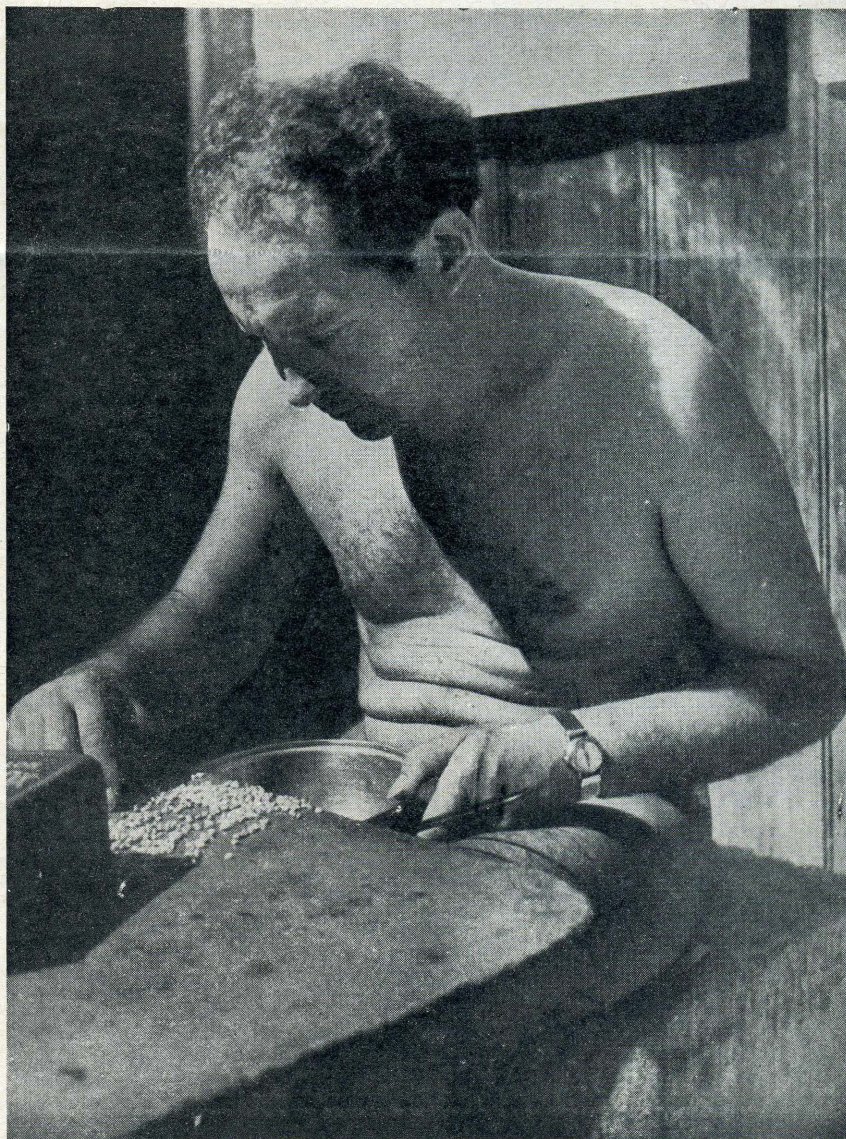
Notre peau est conçue pour recevoir les rayons solaires, mais le vêtement l'ayant privée de cette fonction, la découvrir subitement provoque le coup de soleil, d'autant plus sûrement que nous la dénudons surtout lorsqu'il fait très chaud.

Dans les contrées où l'homme vit à l'état nature, la résistance physique est plus grande que dans celles où le climat oblige à se couvrir ; mais si, dans les régions plus septentrionales, la civilisation permettait de se découvrir lorsque la température est propice, le corps humain serait en meilleur état.

Le nudisme est donc un moyen de lutter contre les infections, de nettoyer le corps des toxines et des microbes qui prolifèrent dans nos cités nosogènes.

Le cuisinier du camp.

(Photo Ch. D.).





NOUVEAU TENDEUR DE TENTE

Un nouveau tendeur de tente vient de faire son apparition. Il est en caoutchouc, moulé sur crochet fixe en dural dans sa partie haute et sur anneau pour le passage du piquet d'arrimage au sol.

Imputrescible, inoxydable, extra-léger, s'adaptant à toutes les tentes, sa tension souple et constante soulage la toile et évite les déchirures malgré les intempéries (vent, pluie) et les chutes de corps.

Existe en deux longueurs.

★★★

LES CACHETS DE VISITE

On sait que les ajistes ont, sur leur carte d'adhérent, un côté divisé en rectangles égaux et destiné à recevoir un cachet spécial d'hébergement apposé par les Pèr' Aub'.

Ce cachet mentionne le nom de l'Auberge de Jeunesse qui a accueilli le porteur, et le nom de la ville; on y ajoute la date. Certains de ces cachets sont très jolis et représentent souvent des motifs artistiques sous un graphisme généralement sobre : auberge, soleil, montagne, etc.

C'est pour le visiteur un agréable souvenir et pour le visité un geste de sympathie. Quelques Clubs naturistes commencent à suivre cette voie et ont fait imprimer des cartes d'adhérent où ces cases sont prévues. Une dimension de 17x33 mill. par case semble très suffisante.

Il ne reste plus aux dirigeants des nombreux Clubs naturistes français qu'à faire preuve d'un peu de goût et d'imagination pour faire confectionner un joli cachet stylisé qu'ils apposeront volontiers sur les cartes de leurs visiteurs français ou étrangers.

★★★

Pour tous renseignements et toutes communications concernant cette rubrique, s'adresser à M. Julien Ménard, 22, Faubourg du Temple, Paris, OBE, 58-72.

PENSION DE FAMILLE NATURISTE

Surveillée par un médecin naturiste.

Tous les Régimes : Mixtes, Végétariens, Naturistes.

30, rue de Couléron,
MONTFERMEIL

Tél. : 200 à Montfermeil.
(12 km. de la Porte de Pantin).

Un superbe album photographique :

L'ILE DU LEVANT Paradis des Naturistes

Franco France 560 francs
Etranger 600 francs

En vente aux Bureaux de la Revue.

PARADIS PERDU

par Bob HERNANDEZ.

Par ce beau jour d'août, dans un ciel d'un bleu magnifique, le soleil éclatant de beauté réchauffait la splendide Méditerranée.

Le ronronnement de l'avion faisait office de monotone berceuse. La plupart des passagers ne pouvant occuper leur esprit avec l'uniformité ennuyeuse du panorama, s'étaient assoupis.

La machine volante qui venait de Rome, avait fait escale à Bastia et se dirigeait maintenant sur Marseille.

L'abbé Pierre Pieux, bien installé dans son confortable fauteuil, pensait encore à la splendeur du Vatican où il avait été en pèlerinage. Il revoyait toutes ces merveilles entourées d'un luxe inouï. Puis cette vision s'estompée pour laisser la place à une image plus modeste, celle de sa petite église presque en ruines. Perdu dans ses pensées, il en fut brutalement sorti par un cri de panique : « Au feu ! ». Comme dans un cauchemar, le prêtre prit conscience du danger. La panique commença à régner dans l'oiseau métallique. Ce fut une ruée sauvage pour prendre les parachutes placés au-dessus des sièges. L'ecclésiastique, maître de lui-même, préféra faire une prière avant d'élever les mains vers la masse de soie. Comme il se levait, sa tête fut violemment projetée contre la paroi du monstre mécanique, et ce fut le néant.

★

Le saint homme ouvrit les yeux, mais les referma aussitôt, ébloui par une lumière intense. Il se rappela alors l'avion, le feu, la panique, puis le néant, sûrement la mort. Il allait probablement passer devant le juge suprême. L'abbé sentit tout son corps agréablement réchauffé par une bienveillante chaleur, sensation qu'il n'avait jamais éprouvée. Il réalisa que son âme habitait encore la matière et qu'il était entièrement nu. Il fit une autre tentative pour ouvrir les yeux. Il constata que c'était l'ardent soleil qui était la cause de son éblouissement. L'ecclésiastique était allongé sur une plage de sable. Le ciel comme la mer était un enchantement. Le représentant de Dieu vit à ses côtés une ravissante personne du sexe féminin entièrement nue. Plus loin, des hommes, des femmes et des enfants, tous sans aucun vêtement, accouraient vers lui. Pas de doute, il était au Paradis ! Il se sentit libre comme jamais il ne l'avait été. Il n'eut pas honte de sa nudité, car il la jugeait normale; on ne pouvait d'ailleurs pas être habillé dans l'Eden ! Il lut le bonheur sur le visage de tous ces êtres. L'abbé referma les miroirs de son âme et pria afin de remercier le Seigneur tout-puissant qui avait eu l'immense bonté de lui accorder le Paradis. Jamais prêtre ne fut jamais aussi heureux... sur terre.

★

Après que l'homme d'église eut perdu connaissance, l'hôtesse de l'air annonça qu'il n'y avait rien de grave. Le feu s'était déclaré dans la cabine de pilotage, mais il était maintenant maîtrisé. Il y avait cependant nécessité d'atterrir le plus tôt possible. L'avion survolant une île, le pilote allait réaliser l'opération séance tenante sur une plage que l'on pouvait distinguer.

Les occupants se trouvant sur cet espace de sable, décampèrent en quatrième vitesse à la vue de la machine volante qui descendait dangereusement. L'atterrissage, ou plutôt l'amerrissage, car l'avion toucha l'eau avant la terre, se passa d'une manière satisfaisante. Heureusement, aucun baigneur ne fut heurté par le colossal engin.

L'équipage et les passagers sortirent du grand oiseau blessé. La plage complètement déserte se repeupla de ses habitués qui accouraient maintenant vers l'appareil. Un cri d'horreur s'éleva dans l'air chaud. Les res-

capés constatèrent avec effroi que les gens venant au-devant d'eux, étaient entièrement nus ! Le pilote expliqua à son troupeau qu'il se trouvait probablement sur l'île du Levant.

Héliopolis accueillit peu après ses nouveaux visiteurs involontaires.

★

« Papa, maman, v'nez voir ! ».

« Qu'est-ce qu'il y a ? ».

« Y a un curé dans l'avion ».

En effet, l'abbé Pierre Pieux, encore évanoui, était toujours dans l'aéroplane. Les parents du jeune naturiste qui venait de découvrir le dernier habitant du vaisseau volant, sortirent le prêtre et le déshabillèrent afin de voir s'il avait des blessures sur le corps. La plage ayant été désertée par les Levantins qui étaient allés escorter les autres passagers, le mari décida d'aller chercher un médecin à Héliopolis pendant que sa femme garderait le blessé.

C'est quand les naturistes revinrent que l'abbé ouvrit les yeux et vit cette gent nue. Il s'assit pour accueillir ces messagers de Dieu.

« Alors, je suis mort ! »

« Mais non, mon père ! mais vous avez reçu un sacré coup sur la tête. Vous avez une bosse énorme ».

« Je ne suis donc pas au Paradis ! »

« Mais si, au Paradis de la Liberté ; vous êtes à l'île du Levant. Souffrez-vous ? »

« Oui, d'être retombé sur terre ! Pourquoi êtes-vous tous nus ? »

On expliqua la chose à l'ecclésiastique, qui ayant vu, put juger.

« Je prierais pour vous, car vous représentez la Liberté ».

Ce furent les mots d'adieu du prêtre en quittant l'île bénite et ses adeptes.

Vous pensez peut-être que le saint homme s'est converti à la gymnosophie ? Eh bien, non ! Quand on lui parle de son paradis perdu, il répond philosophiquement, mais mélancoliquement :

« Dominus dedit, Dominus abstulit; sit nomen Domini benedictum ». (Le Seigneur me l'a donné, le Seigneur me l'a enlevé; que le nom du Seigneur soit béni.)

DÉSIREZ-VOUS :

- ★ obtenir un renseignement quelconque sur les méthodes naturelles ?
- ★ adhérer à une société naturiste ?
- ★ passer vos week-ends ou vos vacances dans un Centre naturiste ?
- ★ connaître le Groupe naturiste voisin de votre domicile ?
- ★ participer aux travaux de ce Groupe ?
- ★ créer un groupe, s'il n'y en a pas encore dans votre voisinage ?
- ★ ouvrir un magasin de produits alimentaires sains ou un restaurant rationnel ?
- ★ œuvrer utilement en faveur du Naturisme ?

Ecrivez ou rendez visite aux Bureaux de la

FÉDÉRATION FRANÇAISE
DE NATURISME

33, rue Poissonnière, Paris-2°.

Tél. CEN. 96-39.

(du mardi matin au samedi midi.)

La 1^{re} semaine Culturo-Naturiste de Marseille

Cette manifestation, organisée par la **Ligue de Provence de la F.F.N.**, s'est déroulée du 4 au 10 juin.

Elle était placée sous le patronage du **Docteur Poucel**, chirurgien honoraire des Hôpitaux de Marseille et auteur apprécié de nombreux ouvrages et articles sur le naturisme, et de **Marcel Rouet**, créateur du **Mouvement Culturiste International**.

Une exposition groupait, dans les locaux du **Touring-Club de France**, toutes les activités naturistes : plein-air, nudisme, culturisme, alimentation rationnelle.

Une carte géographique, surmontée d'un écusson **F.F.N.** et jalonnée de drapeaux de différentes couleurs, donnait un aperçu du **Mouvement Naturiste Français**. De nombreux centres de Paris et de province avaient envoyé des panneaux photographiques ; citons entre autres le **Centre Naturiste Méditerranéen** et la **Section d'Angers du Club du Soleil**. Le **P.A.C.** et le **Centre Naturiste de Marseille** avaient contribué d'une façon remarquable à cette exposition photographique.

Etablissements Mono, des **Yaourts Benoit**, de **M. et Mme Pinquet**, apiculteurs, des **Galettes Gerblé**, du mixer **Turmix**, etc. Les dégustations gratuites ne manquèrent pas et eurent, bien entendu, beaucoup de succès.

Le cycle de conférences fut très apprécié. **Marcel Rouet** donna un cours d'initiation sur le culturisme, rendu vivant par des démonstrations de poses plastiques ; la **Tribune du Vieux-Port** avait organisé un débat sur « **Naturisme et Nudisme** », où l'on put constater toute la sympathie qu'inspire notre mouvement. A la **Faculté Libre de Droit**, **Maître Gaston Israël**, l'éminent avocat du Barreau de Marseille, donna une brillante conférence sur « **Le Nudisme et la Loi** ». Dans cette causerie, présentée avec beaucoup d'humour, l'orateur démontra que le Naturisme est une nécessité imposée tant par l'évolution des mœurs que par le besoin de réagir contre l'usure physique et nerveuse résultant de la vie moderne. On peut dire que l'article 330 du Code pénal fut commenté avec beaucoup de philosophie, de bon sens et d'à-propos.



Mmes Ferrer et Perronneaud tiennent le stand de la F.F.N.



Le stand de la Presse.

L'Ecole expérimentale naturiste **Freinet, de Vence**, avait présenté des « poèmes de la Vie Heureuse », écrits et illustrés par des enfants.

La **Société de Médecine Naturiste de Marseille** avait fourni une intéressante documentation.

Au stand de la **F.F.N.**, on distribuait des tracts et des invitations pour le cycle des conférences.

Au stand de la Presse, où le public pouvait voir toutes les publications naturistes, **La Vie au Soleil** fut distribuée gracieusement par milliers d'exemplaires.

Bel effort aussi des **A.D.I.L.**, dont le stand était organisé par **M. C. Barré**, délégué **A.D.I.L.** à Marseille.

Les prospectus du **Centre fédéral de Montalivet** et du **Camp des Agriates** furent littéralement enlevés dès le premier jour. Citons encore les stands de la **Ligue anti-tabagique** et des **Bons Templiers**, avec leur nombreuse documentation complétée par les **Etablissements Fumex**, du **Club de Demain**, des

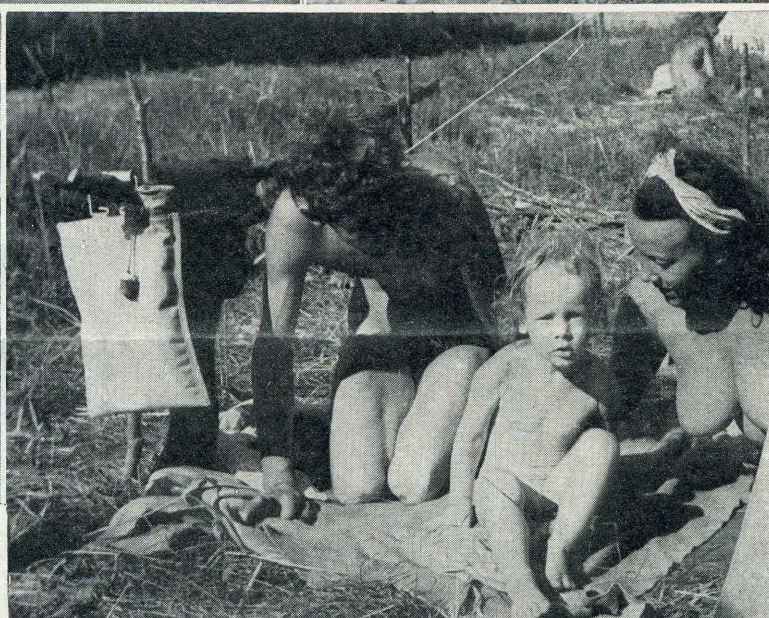
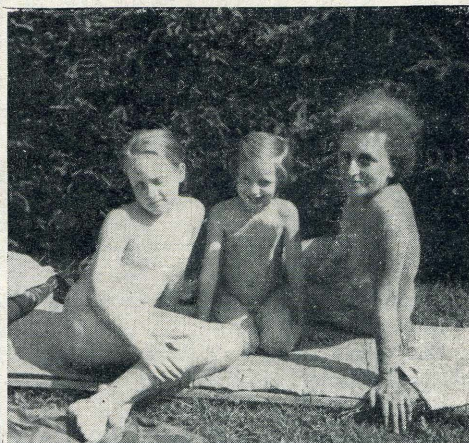
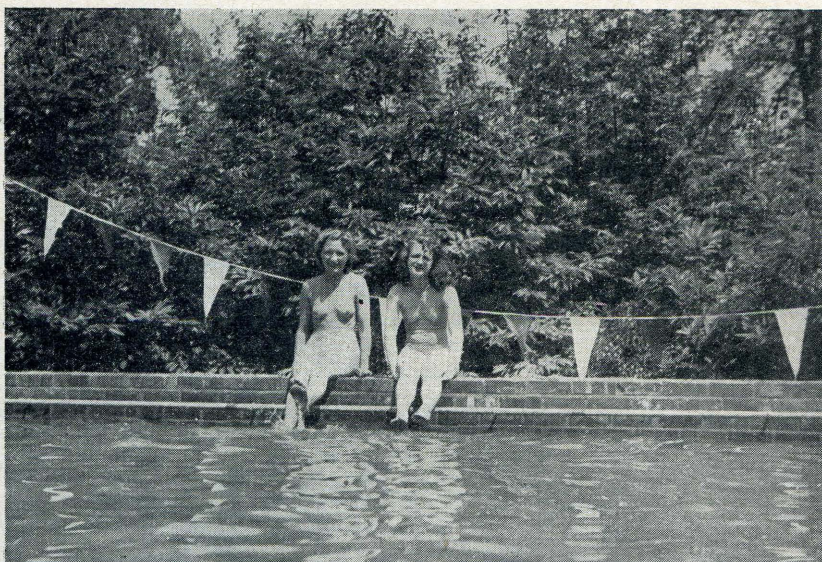
Au même lieu, des exposés sur l'alimentation, le culturisme et le nudisme furent faits par les leaders marseillais des différentes organisations de la Ligue de Provence.

Enfin, les dirigeants de ce véritable Salon organisèrent une séance cinématographique au Centre Naturiste de Marseille, au cours de laquelle fut projeté le film de la **F.F.N.**

Trois journaux locaux envoyèrent photographes et reporters, et chacun d'eux publia plusieurs articles sur cette brillante manifestation qui aura probablement une suite, puisque la Deuxième Semaine Naturiste est déjà prévue pour avril 1954. Un commissariat fonctionne dès maintenant tous les mardis, de 19 à 20 heures, au Bar Perron, 10, Cours Lieutaud.

Félicitons nos amis marseillais de leur belle initiative et encourageons les clubs des autres régions à se constituer en Ligues et à promouvoir de telles manifestations qui, en mettant en contacts directs naturistes et grand public, font disparaître bien des préventions et attirent de nombreuses sympathies.

Corps libres sous



le soleil d'août



De gauche à droite ; de bas en haut :

La piscine du North Kent Sun Club, près de Londres.
(Photo Eric).
La famille de l'écrivain Paul Kaiser au camp de Stuttgart.
(Photo P. Kaiser).

Au camp de Stuttgart (Photo P. Kaiser).
Premier camping gymnique (Photo J. Muller).
Epreuve de gymkana, au camp de Stuttgart (Photo P. Kaiser).
Le monde de demain ! (Photo P. Kaiser).



recherche d'une médecine naturelle

LE CLIMAT MARIN

par le Dr Charles BARRAULT.

Voici les vacances. Vous avez décidé, Madame, d'emmener vos enfants à la mer. Vous avez demandé conseil à votre médecin, qui n'a pu qu'approuver votre résolution. Certes, vos enfants, anémiés par le séjour de tout un hiver à la ville, présentant peut-être des glandes ou ayant eu du mal à se remettre d'une maladie infectieuse contractée cet hiver (grippe ou rougeole), retireront un grand bénéfice à aller pendant un mois ou deux s'ébattre sur une plage et respirer à pleins poumons l'air iodé du large.

Mais, attention! Ce soleil et cet air marin, il s'agit d'en user à bon escient et Fonssagrive (de Montpellier) qui, le premier, a étudié le climat marin, disait déjà: « Le profit que l'on retire d'un climat dépend un peu de ses qualités propres et beaucoup de la façon intelligente dont on les utilise ».

C'est ainsi que l'héliothérapie, devenue entre les mains du grand public une mode et un véritable snobisme, constitue un danger public.

Tous les médecins considèrent que le soleil doit être manié comme un médicament et vigoureusement, bien qu'empiriquement dosé. Son emploi et la progression des durées d'exposition au soleil doivent être d'autant plus prudemment et judicieusement réglés et surveillés qu'il s'agit de sujets plus jeunes.

Depuis près d'un siècle, on sait que tous les cas d'anémie consécutifs à une intoxication ou à une infection sont justiciables de la cure marine, et Dujardin-Beaumetz a pu dire en parlant du climat marin: « Je ne connais pas de plus puissant excitant de la nutrition et en particulier des fonctions digestives ».

Autrefois on admettait que le séjour au bord de la mer ne convenait pas aux névropathes; mais Maurice de Fleury réagissait déjà contre cet aphorisme en disant: « que le milieu marin était un excitant des échanges et non un excitant des nerfs et qu'en général tous les enfants bénéficiaient du séjour à la mer ».

Quand vous arriverez sur la plage, ce qui vous frappera au premier abord, c'est l'ensemble de ces enfants, qui ont l'air de petits bonshommes en pain d'épices et qui évoluent sur le sable, presque nus ou vêtus seulement d'une petite barboteuse. Vous avez hâte de voir vos enfants si pâles, brunir comme eux et leur ressembler.

Agissez donc prudemment. N'exposez au soleil que pendant un temps très court de petites surfaces de peau, que vous élargirez tous les jours, sans quoi, gare aux coups de soleil! Sachez qu'au bord de la

mer, avec toute la réfraction qu'ils y trouvent, les rayons ultra-violet, si bienfaisants quand ils sont maniés avec précaution, brûlent l'épiderme et amènent une rougeur qui se manifeste par une cuisson désagréable. C'est la brûlure au premier degré: le coup de soleil. L'enfant peut faire une température assez élevée (39° à 40°). Le lendemain matin, il est grognon au réveil et la température peut persister. Mais généralement deux ou trois jours après tout rentre dans l'ordre. La peau se désquame un peu et tout est fini.

Mais si vous persistez à exposer l'enfant aux rayons solaires, la brûlure augmentera. Il se formera des cloques et les pauvres petits seront obligés de soigner leurs brûlures pendant la saison et ne repartiront qu'à peine guéris ou n'ayant guère profité de leur séjour.

N'hésitez pas, si la peau de vos enfants est fragile, d'enduire d'un corps gras, vaseline ou autre, les parties du corps exposées aux rayons. L'enfant brunira toujours assez vite.

Ne vous croyez pas obligée, puisque vous êtes venus aux baignades de mer, de baigner vos enfants, surtout les tout petits. Attendez quelques jours, qu'ils soient acclimatés et s'ils poussent des hurlements quand vous les trempez dans l'eau, n'insistez pas. Laissez-les jouer sur le sable et patauger dans les petites flaques chauffées au soleil et dont l'eau est beaucoup plus chaude que le bain de lame.

Ne laissez pas non plus vos enfants manger des coquillages (moules, coques, palourdes) qu'ils auront ramassés. Souvenez-vous qu'en dehors des indigestions qu'ils peuvent produire, ils peuvent également donner la fièvre typhoïde.

(Suite page 16).

L'ESPÉRANTO

par Jean-Bernard VALDOR.

LA NAISSANCE DE L'ESPÉRANTO

Le premier manuel d'esperanto fut publié en 1887 par le créateur de la langue — un médecin polonais de Bialistock — le Docteur Louis-Lazare Zamenhof.

Bialistock, située à la frontière de la Russie et de la Pologne, était habitée par des ressortissants de quatre peuples différents: russes, polonais, allemands et juifs. L'inimitié et la haine opposaient ces quatre races et donnaient lieu à de fréquentes querelles. L'âme sensible du jeune Zamenhof souffrait d'assister chaque jour à de telles scènes. Le triste spectacle de sa ville en proie aux haines raciales lui fit comprendre de bonne heure le secret des conflits internationaux. Dès son plus jeune âge, il se jura de tout faire plus tard pour qu'enfin les peuples de la terre apprennent à s'aimer. Le rêve d'un monde où régneraient l'entente et la fraternité l'occupait tout entier. Longtemps, son âme d'enfant chercha par quel moyen satisfaire ce cher désir.

C'est ainsi que, devenu étudiant en médecine, le jeune Zamenhof en vint finalement à concevoir le projet d'une langue universelle.

A force de patience et aussi parce qu'il associait à une culture linguistique très étendue un véritable génie créateur, le jeune étudiant vint à bout de son entreprise colossale. Certes, bien d'autres, avant lui, avaient tenté de réaliser une œuvre semblable. D'autres depuis se sont attaqués à la même besogne. Mais aucun des centaines d'autres projets n'a dépassé l'état larvaire. Aucun n'est parvenu à mériter le titre de langue vivante. Là où tant d'autres ont échoué, l'esperanto seul a réussi. Tout le mérite en revient à l'homme de génie qui a su insuffler à son œuvre cette âme universelle et la hisser du premier coup au rang des grandes langues de culture.

Avant d'être publié, l'esperanto dut subir l'épreuve de l'usage. Zamenhof l'enseigna à quelques camarades de l'Université où il étudiait, et il résulta de ces essais pratiques, un certain nombre de retouches et de corrections. Cette sage précaution permit à l'esperanto de traverser sans dommage les crises de réformisme qui causent généralement la perte de projets trop hâtivement publiés.

Enfin l'esperanto fut rendu public: on l'enseigna, on forma des professeurs, on écrivit en esperanto des revues et des livres, on traduisit les plus grands chefs-d'œuvre de la littérature universelle. Plus de vingt mille ouvrages sont parus à ce jour, et la presse esperantiste est riche de plus de soixante titres. La langue internationale est utilisée chaque jour dans le commerce, l'enseignement, les échanges économiques, scientifiques et culturels, à la radio...

Nombreux sont les établissements scolaires, les Ecoles Normales, les Universités, où l'esperanto est enseigné à titre facultatif ou obligatoire. Au Japon, il n'existe

ART ET TECHNIQUE PHOTOGRAPHIQUE

Section Photo-Ciné Naturiste

Discretion garantie.

Développements - Tirages
Agrandissements

Noir et Couleurs

Tous travaux impeccables,
par retour du courrier.

133, rue du Général-Leclerc
BOIS-COLOMBES (Seine)

pas une Faculté qui n'ait son Club d'enseignement et de diffusion de la langue internationale.

On le voit, il y a loin de l'époque où Zamenhof, à ses frais, diffusait dans le monde son premier manuel. Le chemin franchi en ces soixante-dix années d'efforts et de peines laisse augurer des réalisations qui seront possibles dans le domaine de la coopération internationale et de l'entente entre les peuples, lorsque la langue internationale aura atteint une diffusion encore plus étendue.



Notions Élémentaires d'Esperanto

Nous avons déjà insisté dans nos précédentes chroniques sur l'intérêt que présente l'esperanto du point de vue de la pédagogie des langues et du développement de l'intelligence et du raisonnement. Mais la dérivation, à laquelle nous nous sommes plus particulièrement attaché jusqu'ici, n'est pas le seul domaine où se manifeste l'esprit de logique et de raisonnement qui caractérise la langue internationale.

De la grammaire, nous avons déjà dit qu'elle tient en 16 règles absolues et sans exception. Chaque partie du discours est désignée par une désinence caractéristique (nom : O, adjectif : A, adverbe : E, infinitif des verbes : I).

La qualité essentielle d'une grammaire est de permettre de s'exprimer sans ambiguïté et sans complications superflues. Prenons un exemple emprunté à la langue française : les deux verbes *je joue*, et *vous lisez*. Les pronoms *je* et *vous* traduisent la différence de personnes qu'expriment également les désinences différentes *e* et *ez*. Les deux notations font donc double emploi. Par contre, rien n'indique que les deux verbes ont un point commun, à savoir qu'ils se conjuguent tous deux à un même temps, le présent. En esperanto, comme en français, les pronoms indiquent la personne : *mi ludas* (je lis), *vi lernas* (vous lisez). La terminaison par contre varie seulement avec le temps : *as* pour le présent, *is* pour le passé, *os* pour le futur, *us* pour le conditionnel, *u* pour l'impératif et le subjonctif.

L'apparente complexité des participes, qui sont au nombre de six, répond au même souci de précision et de rigueur.

Prenons pour exemple les divers temps et modes du verbe *fari* (faire). Nous obtenons pour les temps simples : *mi faris* (je fis), *mi faras* (je fais), *mi faros* (je ferai), *mi faru* (que je fasse), *mi farus* (je ferais).

Participes

actifs	passifs
farANTA (faisant)	farATA (étant fait)
farINTA (ayant fait)	farITA (fait)
farONTA (devant faire)	farOTA (à faire)

Pour un nombre de terminaisons réduit au minimum nécessaire, il est possible d'exprimer les nuances les plus variées de

L'Enseignement et la Diffusion de la LANGUE INTERNATIONALE

ESPERANTO
sont assurés par

L'Union Espérantiste de France

34, Rue de Chabrol PARIS (X^e)

Journaux - Brochures - Cours

la pensée. *Mi estas legonta* signifie : je vais lire. L'esperanto permet d'exprimer d'une manière régulière ce qu'en français nous sommes contraints d'exprimer par une périphrase arbitraire. Nos trois groupes et nos six cents verbes irréguliers sont réduits en esperanto à une seule et unique conjugaison régulière et les 2.265 formes des verbes français sont ramenés dans la langue internationale à douze terminaisons !

Cette simplicité logique de l'esperanto en rend l'étude facile pour tous les peuples et à tous les niveaux de culture. Elle est un auxiliaire précieux dans l'enseignement de la langue et permet par exemple à l'Union espérantiste de France de présenter sous forme à la fois pratique et démonstrative d'un tract un condensé de la grammaire et un court vocabulaire commercial.

UNE NOUVELLE REVUE POUR TOUS

★ **BIONATURISME**

24, rue Chaptal, Paris-9^e.

Le numéro : 100 francs
C.C.P. Paris 9835-81.

LE CLIMAT MARIN

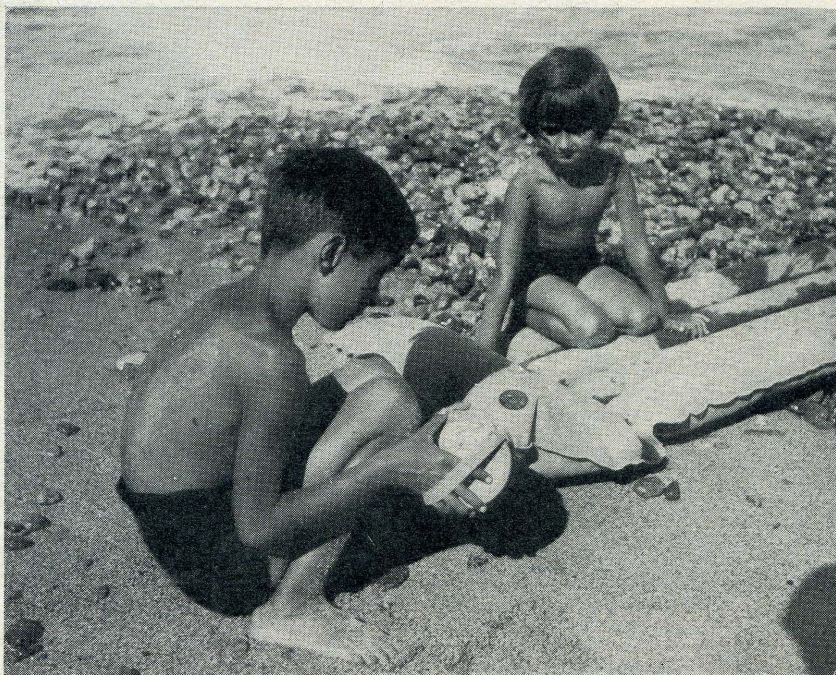
(Suite de la page 15)

Après le coup de soleil, la maladie la plus fréquente au bord de la mer est l'embarras gastrique. L'enfant, qui ne mangeait pas à la maison, ou qui chipotait, dévore littéralement. Vous n'arrivez pas à le rassasier. Surveillez tout de même son alimentation; car de trop grands écarts de régime peuvent fatiguer son estomac et un jour vous êtes étonnée de le voir, soit le soir avant de se coucher, soit le matin au réveil, perdre brusquement sa gaieté et faire de la température. Vous en serez quitte la plupart du temps pour un jour de diète et un purgatif.

Les variations de température, surtout au bord de la Manche où règne un climat violent et stimulant, peuvent amener un certain refroidissement et parfois des angines. Ces angines, légères la plupart du temps, se manifestent brusquement par une température très élevée (39°-40°). Elles guérissent en général très vite.

Il est également une maladie contre laquelle vous ne sauriez trop vous garder. Il arrive souvent que les enfants venant d'avoir la coqueluche, sont amenés à la mer par leurs parents, sous prétexte de changer d'air. Ces enfants ont encore des quintes et peuvent être contagieux. Méfiez-vous-en et si vos enfants sont encore petits, ou n'ont pas eu la coqueluche, veillez à ce qu'ils n'aient aucun contact avec eux et fuyez-les comme la peste.

En suivant ces quelques conseils, vous pourrez être sûre que vos enfants rentreront de la mer vigoureux, ayant pris du poids, et pourront affronter sans crainte le prochain hiver à la ville.



(Photo Papillon).

Le gonflage d'un matelas pneumatique M5 qui deviendra radeau...



Le message du Centaure

Un roman inédit
de Pierre TRÉVALY

Ma voix devait être changée et je serrai violemment la main de Lucette ; mais elle la dégagait brusquement :

— Ils viendraient d'une autre planète !... Et tu vas croire cela ? C'est impossible, voyons, tu l'as laissé suggestionner ! Ces stupides romans d'anticipation qui foisonnent l'ont dérangé le cerveau ! Tiens, à propos, n'as-tu pas récemment assisté à ce fameux film où des martiens envahissent la Terre ?

Dans la pénombre de la chambre, je vis ma femme hausser les épaules et se frapper le front en me regardant insolemment. Comment essayer de la convaincre, de lui imposer une conviction que je n'osais pas me formuler à moi-même ?

Les humains admettent volontiers l'in vraisemblable s'il leur est habituel, mais se révoltent contre les faits nouveaux qui ne sont pas éclatants de certitude. N'importe quelle mégère peut se prétendre voyante extra-lucide, ouvrir un cabinet d'astrologie, s'entourer des fantasques signes du Zodiaque, la foule crédule accourra, se pâmera d'aise à l'annonce de ses futures amours ou de sa future fortune et ouvrira généreusement son portefeuille. Mais pour donner raison aux savants qui, depuis des dizaines d'années ont révélé l'énormité de l'énergie nucléaire, il a fallu l'éclair de la bombe !

— Comment ! Toi, Lucette... Femme d'ingénieur, avertie des réalisations et des espoirs des chercheurs, peux-tu douter qu'un jour ou l'autre, bientôt, peut-être, des hommes briseront les chaînes qui les attachent au sol, vaincront la pesanteur, s'élanceront dans l'espace. Ce que nous allons faire, pourquoi les habitants des autres mondes ne le feraient-ils pas ? Un soir, ne m'as-tu pas entendu invectiver Vénus et Mars, le poing tendu vers le ciel : « Mais que font-ils donc là-dedans ? Qu'attendent-ils pour venir nous voir ? » L'arrivée d'êtres extra-terrestres est parfaitement plausible. Si, par une chance inouïe, le hasard veut que cette visite soit pour nous, que l'astronef ait atterri dans notre plantation, allons-nous tout compromettre par notre stupide affolement ? Entrer en lutte contre ces gens ? Réfléchis donc...

— Tu vois bien que ce ne sont pas des Martiens, ce sont des hommes, de vrais hommes comme nous.

Cette remarque de ma femme était pleine de bon sens : le climat, l'atmosphère des autres planètes ne correspondent pas à des êtres organisés comme nous le sommes. Bien plus, il a fallu, sur la Terre, un concours de circonstances extraordinaires pour aboutir à l'homme. Comment admettre que, sur une autre planète, sans aucun contact avec nous, l'évolution ait réalisé des êtres semblables ?

Aucune explication matérialiste ne permettrait de résoudre le problème ; une telle coïncidence n'a pas plus de chances de se produire que le singe dactylographe, frappant au hasard sur les touches de sa machine, n'a de chances d'écrire la Bible en son entier !

— Enfin, tu commences à raisonner sainement, mon ami ! Tu le vois bien, tu l'as laissé berner :

ces hommes sont tout bonnement des Russes échappés. Ils redoutent tellement d'être rapatriés qu'ils ont voulu donner le change !

— Tu as de drôles d'idées, Lucette, ce ne serait pas, pour eux, un bon moyen de rester incognito ! Mais connaissons-nous les desseins de Dieu ? Il a créé le Monde, tous les Mondes. Ne peut-il présider à leur évolution, en régler les mutations successives ? Peut-être, dans Sa Justice, a-t-il voulu donner à tous les hommes de son univers des chances égales de se sauver, des corps et des âmes identiques...



(Photo Agence de la France d'Outre-Mer).

— Identiques... tu dis identiques ! s'écria Lucette ; mais cet effrayant pouvoir hypnotique, cette faculté maléfique, l'avons-nous ?

— Quelques rares hommes de notre Terre la possèdent cette qualité ; il n'est pas impossible que, dans une autre planète, elle soit plus développée.

— Puisque tu y tiens, supposons que ces hommes soient des Martiens...

Tu trouves cela amusant... Je voudrais bien les voir ailleurs, tes... monstres !

— Quant à cela, Lucette, ce ne sont pas des monstres ! Dans leurs yeux, j'ai cru discerner l'éclair de l'intelligence. Peut-être sont-ils, au contraire, supérieurs à nous... des surhommes dont la puissance du regard, le fluide cérébral, nous ont angoissés... Nous sommes bien fascinés en présence d'un beau spectacle de la nature, d'un pic vertigineux.

— Pour des surhommes (elle prononçait le mot avec une moue dédaigneuse) ; ils semblent plutôt enfantins ! As-tu remarqué leurs plaisanteries puériles, leurs rires en présence d'un gecko ?

— Cette simplicité m'a plutôt été sympathique. As-tu mesuré le dépaysement de ces hommes ? Pour la connaissance de notre planète, ils partent de zéro ! Je me refuse, quant à moi, à admettre que ces êtres soient dangereux. Réfléchis : quel est leur intérêt ? Pourquoi chercheraient-ils à nous nuire ?

— Je me demande, dit sérieusement Lucette, s'ils ne veulent pas s'emparer de nous, nous emmener dans leur planète où nous figurerions comme « bêtes curieuses » dans quelque zoo !

— Tiens, tiens... Tu commences à admettre qu'ils viennent d'un autre monde... Nous emmener ? Ce serait un maigre butin, ils ont mieux à faire ici...

Ma femme éclata de rire : elle plaisantait, et j'avais marché !...

— Leur intérêt le plus évident, repris-je un peu vexé — dans l'hypothèse où nos imaginations ne travaillent pas dans le vide — n'est-il pas de s'allier avec nous ? Notre aide leur serait indispensable. Tu as perdu ton sang-froid. Ne vas pas, par ton affolement, compromettre nos relations avec ces hommes.

— Tu as peut-être raison, mon cher, mais reconnais que tes amis ne sont pas précisément rassurants !

— Aurais-tu donc préféré recevoir la visite de ces Marsiens monstrueux et stupides, dont tu me parlais, afin de jouir de ta supériorité ?

— Ce n'est certes pas mon idée !... Je pense à autre chose...

De nouveau, ma femme éclata de rire.

— Je pense, reprit-elle, que tu admirais leur accent russe !

— Je ne connais pas cette langue ; mais elle n'a pas, que je sache, cette extraordinaire expression musicale... ces vocalises...

— Tu deviens poète ! ironisa Lucette, jusqu'où vas-tu t'envoler ?

— Je crois que nous commençons à divaguer. Je tombe de sommeil...

Nous étions agités par l'émotion de sentir sous notre toit ces êtres si étranges et cependant si semblables à nous.

Lucette frappait de petits coups de pied nerveux.

Nous alternions nos réflexions et nos questions :

— Suppose que toi ou moi soyons des êtres extra-terrestres tombés ici par hasard ou volontairement, comment pourrions-nous nous exprimer autrement que par leur éloquente mimique ?...

— Si nous pouvions parvenir à communiquer avec eux, quelle joie de confronter nos croyances avec les leurs, nos philosophies, nos sciences.

— Ont-ils un Dieu ? Quelle idée se font-ils de l'au-delà ?

— Et quelles sont leurs institutions ? Comment sont-ils gouvernés ? Monarchies, Républiques, Communisme ?

— Les guerres font-elles, chez eux, des ravages comme chez nous ?

— Y a-t-il différentes classes sociales ?

(A suivre.)



Les nombreuses médailles du Stand FRANCORUSSE témoignent de l'immense et constant succès de cet entremet, uniquement composé de produits naturels et sains (1). C'est le dessert idéal des enfants sages et aussi des grandes personnes qui aiment les bonnes choses. Et FRANCORUSSE est si facile à préparer. Il suffit de délayer le contenu d'un sachet dans une quantité appropriée de lait, de faire bouillir cinq minutes et de verser dans un moule. On obtient de cette façon un dessert express, parfumé à la vanille ou au cacao, au citron ou à la pistache, au café ou à la praline. Les gourmands ont le choix avec FRANCORUSSE.

(1) Marqué sur conditionnement.



Le Stand des délicieux biscuits GONDOLO (au Salon de la Diététique) particulièrement attractif et vendeur.

Le II^e Salon de la Diététique et de l'Hygiène

vu par JOEL.



Emile Moreau,
Commissaire général
et Fondateur du Salon.

Le public parisien souffrirait-il d'une certaine phobie qui le tiendrait éloigné des berges les plus seyant de l'Île de France?

Ne le croyons pas sérieusement. Disons plutôt, que si la foule des visiteurs n'était pas très dense, cela tient à des causes ou raisons qui nous échappent. Car enfin... n'était-il pas vraiment attrayant, ce 2^e Salon ! Déjà par la perspective — quai d'Orsay, entre Alma et Invalides — le cadre naturiste qui lui était offert eût du suffire à lui assurer un important achalandage. La température, redevenue clémente, octroyait ses sourires printaniers.

Les participants, en nombre comme en qualité, honoraient cette belle manifestation à laquelle ils avaient su donner un caractère de brillance nettement remarquable.

Un beau programme avait été édité par « La Vie au Soleil » et qui mieux est, gratuitement distribué à tout venant. Au cours de ces journées du 5 au 15 juin, ce furent, dans des salles spécialement aménagées :

- prodiguées par d'éminents conférenciers, des causeries sur les sujets les plus divers de l'idéal naturiste ;
- projetés simplement ou éloquentement commentés, des films documentaires du plus haut intérêt,

qui se succédèrent presque sans interruption.

Il y eut des présentations de danses folkloriques, d'exercices acrobatiques ; il y eut des matches et, journellement, pour la joie de tous, le délicieux petit théâtre de marionnettes dit : « La Compagnie des Marottes », qui obtint un plein succès.

Les artistes naturistes eux-mêmes avaient prêté leur concours, par l'exposition de certaines de leurs œuvres qui conféraient à la grande salle des attractions une ambiance réellement fort réjouissante.

★★

Des organismes, officiels ou semi-officiels, occupaient la majorité des stands première salle. En voici la liste complète :

- Santé publique, Comité National d'Education Populaire.
- Institut scientifique d'Hygiène alimentaire.
- Enseignement technique, Ecole de diététique.
- Enseignement ménager, Ville de Paris.
- Administration de l'Assistance publique, Section d'Etudes de diététique.
- Mouvement de Reconstruction urbaine.
- La Santé des Familles des Chemins de Fer Français.
- Comité de défense contre l'alcoolisme.
- Contrôle bactériologique COBAC (des magasins à Prix uniques).
- Syndicat des Etablissements thermaux.
- Alimentation dans l'armée.

Sur un triple stand, les services de l'Intendance militaire mettaient en évidence les modernisations diverses apportées dans l'alimentation de l'armée.

Les visiteurs pouvaient assister à la fabrication du pain en campagne : par voitures affectées à cette préparation et spécialement installées, sous hangar toile, à l'extrémité du Salon ; elles fonctionnaient, avec leurs équipes de boulangers, à la vue de tous.

Attendu qu'il s'agit là — matériel et procédé « up to date » — de la première réussie expérience officielle d'économie distributive, il convient d'applaudir sans réserve.

Regrettons pourtant, quoique le pain ainsi obtenu soit d'un très bel aspect, qu'il n'ait pas l'apparence du naturiste *pain complet BORSA*. (Mais M. Aris Orain, auteur de la Carte des vitamines, voyait là, pour JUVENTA, une large possibilité d'écoulement de ses germeaux à blé et lui suggérait de soumissionner).

Le point le plus saillant, cependant, était bien la présentation, aux stands mêmes de l'armée, des procédés de laboratoire pour les contrôles portant sur la valeur nutritive de l'alimentation de la troupe (en vue d'une rationalisation fort poussée et d'une hygiène rigoureuse).

Les Services de l'Intendance se plaisent à indiquer que les résultats par-eux obtenus peuvent être communiqués.

★★

Dans les publications.

Etaient représentées les Revues :

- *La Vie au Soleil*, au stand de la F.F.N.
- *Marie-France*.
- *Votre Enfant*.
- *Santé d'Abord*.

— *Réalités*, revue de grande diffusion qui se propose de mettre à la portée de tous le maximum de connaissances sur les

sujets les plus divers. Sur beau papier couché, elle porte de magnifiques héliogravures en quadrichromie.

Fidèles au poste, les Editions OLIVEN, VIVRE EN HARMONIE, AMOUR ET VIE, AMIOT-DUMONT, LAROUSSE (LAUGÉ, 42, r. Sedaine), LEFRANÇOIS, qui réimpriment certaines œuvres épuisées du Dr CARTON.

★★

GROUPES NATURISTES ET STANDS COLLECTIFS

- La F.F.N. avec « *La Vie au Soleil* » et les diverses publications naturistes.
- *Clinique de diététique de Villecresnes*.
- *Union internationale végétarienne*.
- *Association végétarienne de France*.



Le stand de la F.F.N.

(Photo M. Automne).

- Comité Professionnel de l'Industrie des Pâtes alimentaires.
- *La Vigne de France*.
- *Le Chocolat*.
- *La Confiserie*.
- Groupement du commerce des produits naturels et de régimes.

L'alimentation, rayon le plus important, comptait la participation d'un grand nombre de marques. Certaines d'entre elles sont de vieilles connaissances des naturistes :

NUTROVITA, L'ALIMENT NATUREL, FROMENTA, SANOSUCRE, ALINDRET. Particulièrement étonnant, le stand des produits Mono retenait fortement l'attention. L'art de l'étalage, d'ailleurs, le goût de l'excellente présentation, s'exprimaient partout. Il convient de citer ici : la marque MAUJAC, à coup sûr du plus grand intérêt par la variété et la qualité de ses productions.

HEUDEBERT, qui présente le super-aliment ALINERGEX; ASTRA; VÉGÉTALINE, YALACTA.

Les Biscuits GONDOLÉ se signalaient par la présence, à leurs stands, d'un superbe mataf, très... gondolant.

A signaler quelques firmes décidées à sourire au naturisme :

Bières MORITZ, Entremets FRANCO-RUSSE, LEVURE SPRINGER, ELESKA, SOPALI, Biscottes BARAT, Moutardes BORNIBUS, Produits exotiques DAGBAR.

La fabrication du nougat était représentée par LE BOUQUET et, d'autre part, CANARSKY (lacté et vitaminé) dont le succès est incontestable.

Il faut attribuer une mention particulière à Paul NAUDER, surtout pour ses œufs et beurres spéciaux. Sur des terrains biodynamiquement refaits depuis 1918 (pas d'engrais, emploi exclusif de composts fertilisants), l'herbe n'est pas carencée ; d'où : beurre exempt de bactéries sans recourir à la pasteurisation.

NOUVEAUTE !

RELIURE nouveau système

Très pratique
pouvant contenir 12 numéros de
LA VIE AU SOLEIL
grand format
Titre au dos or.
La reliure : 350 fr. (franco : 400).

Le Tocsin

sonne et raisonne chaque mois pour la paix et l'amélioration de la condition humaine sur tous les plans.
Un exemplaire est adressé franco contre envoi de deux timbres poste de la Métropole, à 15 francs.
LE TOCSIN, 110, r. Réaumur, Paris-2^e.

La Vie au Soleil

Numéros encore disponibles :

- 3 - 4 - 5 - 6, le N° franco 40 »
7 à 15, le N° franco 50 »
16 à 28, le N° franco 75 »

Complétez votre collection avant épuis.

LISEZ ADIL !

Magnifique revue illustrée trimestrielle de propagande naturiste et de l'île du Levant. Abonnement : 450 francs (4 n°s)
Spécimen contre 125 francs en timbres ou mandat. Ajouter 25 fr. sous pli fermé.
A adresser à M. A. Rousseau 10, rue du Collège-d'Annecy, Avignon.

VARIÉTÉS

SPORT ET SOLEIL

L'euphorie que dispense le sport provient essentiellement de ce qu'il se pratique de manière générale en plein air, voire au soleil, qu'il nécessite une tenue légère pouvant aller jusqu'à la quasi-nudité, qu'il s'accompagne souvent de baignades et de douches, que les péripéties du jeu, enfin, purgent, en l'absorbant, l'esprit de tout souci. On se souviendra qu'il est possible de se soumettre à l'action bienfaisante de l'air, de l'eau et du soleil sans se croire forcé de battre des records. La pratique, qui se généralise, du nudisme en plein air, est, à ce propos, l'une des conquêtes les plus estimables de l'hygiène contemporaine. Le port de vêtements a fait dégénérer notre peau qui n'est pas seulement un tegument de protection, mais un organe glandulaire et nerveux, auquel on reconnaît plus d'une dizaine de fonctions. Il était temps que l'habitude des bains de soleil réconciliât notamment le civilisé moyen avec l'astre du jour, puisque notre espèce y est adaptée depuis quelque 100.000 ans !

(La Marche du Monde.)

ESCALADES LYCÉENNES

A Fontenay-le-Comte, 17 jeunes gens sont poursuivis parce qu'ils avaient l'habitude de s'introduire nuitamment, en sautant le mur, dans un collège de jeunes filles.

La mixité dans l'éducation ne provoque-t-elle certainement pas de tels « scandales » ? Et la pratique de la gymnastique en commun, à l'occasion de sports et de baignades mixtes, serait évidemment le remède de choix pour apaiser la curiosité de ces jeunes gens et ces jeunes filles élevés en vase clos.

Mais nous ne sommes encore qu'en 1953 !

ACTION SOCIALE ET FISC...

Aux Etats-Unis, l'action culturelle et sociale n'est pas imposée... par le fisc. La loi américaine autorise tout citoyen des Etats-Unis à déduire de sa déclaration de revenu toutes les cotisations qu'il a versées à des « no profit associations » (associations sans buts lucratifs) ainsi que les dons et subventions qu'il a pu accorder aux mêmes associations, et ceci jusqu'à concurrence de 20 % du montant de son revenu, quelle que soit l'importance de celui-ci.

(Tribune de Demain.)

ADAPTATION TROPICALE DE L'ÉPIDERME

« Le jour où les coloniaux auront mesuré tout le danger que représente le port des vêtements sous les tropiques, on verra disparaître comme par enchantement la plupart des fameuses « dermatoses tropicales ». Les vêtements qui empêchent la peau de respirer, qui se trempent d'une sueur stagnante bientôt sur l'épiderme, provoquent rapidement des irritations et des lésions de la peau. La transpiration contient à peu près les mêmes substances que l'urine, et voyez ce qui advient des fesses des pauvres bébés que l'on laisse mijoter dans leurs langes ! Dans ces crevasses épidermiques, bacilles et moisissures s'installent et prolifèrent allégrement... »

Dr L.H. HEWBURGH,
The Physiology of heat regulation
(La Physiologie de la régulation thermique).

Viennent de Paraître :

SEXUALITÉ

D^r A.-L. PÉCUNIA

Initiation

ANATOMIE - PHYSIOLOGIE - MORALE

Un ouvrage sérieux, sain, très complet, s'adressant particulièrement aux parents et aux éducateurs, ainsi qu'aux époux recherchant la solution de leurs problèmes.

Un vol. 14x19 sur papier couché, 288 p., avec 76 figures inédites. - Prix franco : 790 fr. ou contre remboursement de : 850 francs.

LES ANES DE BATSURGUERE

Doct^r J. TOULET

Guérissez vous...

sans remèdes !!

L'auteur dénonce vigoureusement tous les poisons de la vie actuelle (alcools, tabac, vaccinations, etc...) et conseille le retour à l'alimentation naturelle. Un magnifique ouvrage recommandé aux parents et aux éducateurs. Franco : 615 fr. — C/remboursement : 670 fr.

FRANCE - DIFFUSION. - V. S. -

12, rue Y.-Toudic - PARIS (10^e)

C.C.P. 8632-47 Paris

Catalogues (Naturisme, Sexologie, etc.) avec photos nat. contre 4 timb. 15 fr.

CONFIANCE bien placée

Quelques extraits typiques prélevés dans le courrier que reçoit

Madame CHOTARD

17, rue de Vintimille, à PARIS-8^e

SOINS DE LA PEAU :

Lettre N° 17/358 de Mme L.-J. à Saint-Chamas :

...Je suis heureuse de saisir cette occasion pour vous signaler les résultats merveilleux obtenus depuis que j'emploie vos produits. Je vous prie de recevoir le témoignage de mon entière satisfaction et de ma reconnaissance...

RAJEUNISSEMENT : Lettre N° 17/997 de Mme J.-P., à Montrouge :

...Ce produit unique en son genre renferme une source de Jouvence. Merci à M. et Mme Chotard pour leur découverte...

CHEVELURE : Lettre N° 16/928 de M. M.-T. à Vienne :

...J'ai employé votre produit et je puis vous dire que j'en suis pleinement satisfait. Mes cheveux sont parfaitement bien repoussés et avec une application de temps à autre, je n'ai plus aucune chute ; à 60 ans il me semble que c'est un beau résultat...

Madame et Robert CHOTARD, élève de R. L'HOIR, mettent :

"La Nature au service de votre épiderme"

★ TOUT ce qui concerne l'HABILLEMENT

LEON-SPORTS

pour la Ville, le Sport, le Travail

113, AVENUE PAUL-

VAILLANT-COUTURIER

VITRY-SUR-SEINE

Tél. ITALIE 26-65

TOUT L'ÉQUIPEMENT DE SPORT PLEIN AIR
CAMPING - MONTAGNE

Remise aux membres Naturistes.

Bons de la « Semeuse » acceptés.

LES LIVRES

SAUVEZ VOS YEUX, par Mme L. Sébastien.
(Edité par l'auteur).

Depuis quelques années, la rééducation visuelle fait son chemin en France. Près d'une dizaine d'ouvrages sont maintenant parus sur cet important problème de la vue anormale; la grande presse et de nombreuses revues y ont consacré de longs articles. Pourtant, bien que la rééducation visuelle nous vienne d'Amérique, ce qui pour un nombreux public, est de nature à augmenter son crédit, on se demandait pourquoi, jusque-là, les ophtalmologistes orthodoxes continuaient à se désintéresser de la méthode.

Le livre de Mme Sébastien, en donnant une réponse à cette question, apporte du nouveau dans le débat. Selon l'auteur, les excellents résultats obtenus par le Docteur Bates sur le plan expérimental sont expliqués dans son œuvre d'une manière un peu fanatisée, souvent en opposition avec les données élémentaires et vérifiées du fonctionnement de l'œil. C'est là ce qui a éloigné les scientifiques de la méthode Bates; c'est pourquoi dans ce livre, l'auteur se réfère aux classiques de l'ophtalmologie en expliquant à partir de leurs thèses les magnifiques résultats qu'on peut obtenir avec la méthode du médecin précurseur D.W. Bates.

Souhaitons que ce livre atteigne le but qu'il se propose, faire pénétrer et accepter la méthode Bates chez les orthodoxes, tout en leur maintenant un blâme pour s'être refusé à voir les résultats tant qu'une théorie solidement bâtie n'est pas disponible pour les expliquer. Depuis quand, en matière scientifique, la théorie prime-t-elle sur l'expérience, surtout lorsque celle-ci est concluante sans doute possible?

Terminons ce bref aperçu sur un excellent livre en précisant que l'auteur, elle-même monitrice de rééducation visuelle, donne toutes explications sur les exercices qu'elle recommande, pour la correction des défauts de la vision ou simplement pour une bonne hygiène visuelle.

★★★

LA MARCHÉ DES CIVILISATIONS, par Constant Desquier (Ed. Sélection du Livre).

Dans ce livre, l'auteur développe d'une façon accessible au lecteur occidental la théorie des « Yuga » (ou âges de l'humanité), sur le rythme cyclique des civilisations.

Constant Desquier évoque le cycle légendaire des deux grands continents engloutis — Ma et Atlantide — puis l'âge sombre de l'humanité, fait une mise au point sur le grand courant d'évolution de la pensée moderne nôtre, rendue de plus en plus féérique par consécutif de l'âge ascendant, pour aboutir à l'aube du Dwapara, l'Ere Atomique, la nôtre, rendue de plus en plus féérique par une technique d'heure en heure plus avancée, mais que menace encore un retour offensif du noir Kâli Yuga des siècles révolus.

Apocalypse ou âge d'or, tel est le problème qui se pose au cœur d'un monde en dérive, où devient possible la réalisation des contes, beaux ou terribles, tant celle d'Autour de la Lune que de l'Apprenti Sorcier. Contrairement aux autres théories des Yuga, incontrôlables et ne reposant que sur la loi, celle-ci reçoit un substantiel commencement de preuve historique, complétée par la légende.

VOS YEUX, par G.-M. Millot (Editions de Médecins).

Les lunettes ou béquilles visuelles, pour corriger les défauts de la vision, ou contre le soleil, sont très, sinon trop couramment utilisées dans les camps naturistes. Il serait bien souvent possible aux intéressés de se débarrasser de cet attribut gênant, et c'est pourquoi il nous est agréable d'attirer l'attention sur le livre de Mme Millot, traitant de la rééducation visuelle, selon la méthode du Docteur Bates.

Cette méthode naturelle de correction des défauts de la vue fait son chemin en France. Le livre de Mme Millot vient compléter heureusement « L'Art de voir », de Aldous Huxley, que nous avons signalé en son temps dans cette revue; il est plus bref, mais certainement plus pratique, qualité qui fait de ce petit livre un véritable manuel de rééducation des yeux.

★★★

COMMENT GUERIR ET RAJEUNIR, par Raymond Dextreit (Ed. Vivre en Harmonie, Collection « La Voie de la Santé »).

Cet important ouvrage rassemble les matériaux des différentes études du groupe « Vivre en Harmonie », riche en expériences pratiques.

L'auteur préconise les facteurs curatifs naturels : eau, terre, air, soleil, plantes.

La première partie de l'ouvrage est consacrée aux différentes formes de bains, à l'argile, à la respiration, à la relaxation, au bain d'air et de soleil et au jeûne.

La seconde partie a trait aux plantes et à leurs vertus curatives.

C'est un véritable manuel pratique, clair, ordonné, que nous souhaitons voir figurer dans la bibliothèque de toute famille naturiste.

DERNIERS OUVRAGES REÇUS

★ **RADIOVITALITE DES ALIMENTS**, par André Simoneton (Ed. Humbert et fils).

★ **LE LIVRE DE LA GUERISON**, par le Dr Jean Doux (Ed. de la Libre Santé).

★ **L'ART DE SE NOURRIR**, par le Dr A.-I. Mosséri (Ed. Sélection du Livre).

On peut se procurer ces ouvrages à « La Vie au Soleil » :

1. — Radiovitalité des aliments 650
2. — Le Livre de la guérison 500
3. — L'art de se nourrir 200
4. — Comment guérir et rajeunir 600

Il reste encore des exemplaires de :

Vers une Vie saine, Rapports du 1er Congrès « Nature et Santé » 1952.... 350
Ajouter 15 % pour frais d'envoi.

Pour comprendre le Malaise social de la Médecine, lisez

UNE IMPOSTURE

par le Dr Claoué

Librairie Française, 67, rue Condorcet
C.C.P. Paris 9.326.66, Franco 470 fr

SERVICE DE REVUES

Prix franco de port

Francs

	Le N°
Vivre d'abord, n°s disponibles: 29 à 34.	280
Initiation et Science	215
Vie Libre	85
Académos	90
Bionaturisme	100
Vie et Lumière	60
Vie Naturelle	50
Amis du Soleil, 1, 2, 3	230
Hélios	230
Health & Efficiency (angl.) vingt différents, chaque	105
The Naturalist (angl.), vingt diff.	120
Sun Bathing Review (angl.), six diff.	135
Sunbather's Annual (angl.)	115
Sunshine and Health (amér.)	280
Natural Herald (amér.), huit diff.	230
Art and Photography (amér.), cinq diff.	280
Sexology (amér.), six diff.	180
Sunbathing for Health (canad.)	230
Sunny Trails (can.), trois diff.	50
Sun (amér.), trois diff.	230
Modern Sundathing and Hygiene (amér.) huit diff.	260
Sun and Health (dan.), dix diff.	260
Sun and Health (dan.) dix diff.	260
International Solsport (dan.), n° 1 à 4, chaque	210
International Solsport (dan.), n° 5 à 8, chaque	230
International Solsport (dan.), n° 9 à 13, chaque	260
Sonnenmensch (autrich.), dix diff.	85
Freies Leben (all.), 3, 4, 10, 13	210
Sonnenstrahl (all.), 18 à 33	230
Sonnenfreunde (all.), 28 à 43	230
Licht und Schönheit (all.), trois d.f.	230
Sonnige Welt (all.), quatre diff.	200
Im Paradies am blauen men. (all.), couleurs	250
Olymp Noir-Blanc, 1 à 5	180
Paradies (all.), n° 15 à 37	270
Lebensfreude (all.), six diff.	210
Die Neue Zeit (suisse) trois diff.	230
Tidlösa (suédois), quatre diff.	120
Modellstudier (danois), dix diff.	280
Health & Sunshine (australien), cinq diff.	160

Nous ne vendons pas de photos.

MEMENTO NATURISTE 1953

★

Annuaire complet
du Mouvement Naturiste
230 Fr. franco.

des Spécialistes à votre Service...

BULLETINS DE CLUBS * REVUES *
PROSPECTUS * JOURNAUX *

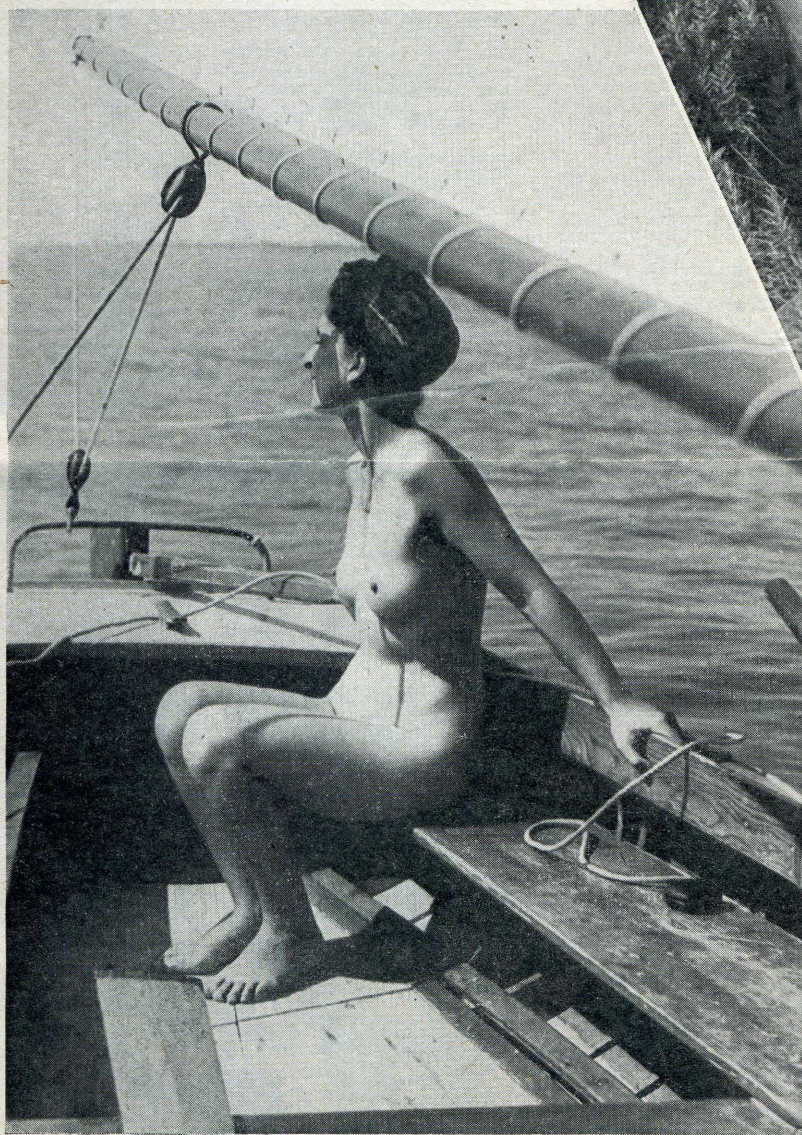
DEPLIANTS * IMPRESSIONS * PUBLICITE *

Editions Publicitaires CHANDOR

22, Faub. du Temple, PARIS * CCP 727867 * Tél. OBE 58-72

Fraîcheur
de l'eau...

Délice
de l'été...



En haut :

A l'île du Levant. L'arrosage du matin (Photo A. Hagen).

A droite :

L'heure du bain dans le Lac de Neuchâtel (Photo A. Hagen).

A gauche :

Une gymnosophe italienne, fidèle lectrice
de « La Vie au Soleil ». (Photo E. Sartorio).

Le Cinéma Amateur et la Photo Naturiste

par Alain BERT.

Le nombre d'amateurs qui s'intéressent maintenant à la photo et au film naturistes est considérable.

Il en résulte une production de plus en plus abondante qui a dépassé le cadre familial et amical.

En effet, si beaucoup d'amateurs cherchent surtout à fixer des souvenirs de clubs ou de vacances, d'autres s'attachent à tirer de belles photos d'intérêt général, qui viendront illustrer telle revue naturiste ou, bientôt, orner un tableau d'exposition, ou à produire d'excellents films de reportage ou à thèses, qui serviront la propagande naturiste ou joueront un rôle récréatif au cours de séances de clubs.

L'expérience des projections réservées au public naturiste depuis quelques années, et qui a soulevé d'abord l'enthousiasme et la curiosité (dans le bon terme du mot), ne satisfait plus entièrement des spectateurs devenus plus difficiles. On veut de beaux films, et intéressants, et non plus ces films, charmants peut-être, où le père de famille a surtout recherché dans un cadre gymnique, comme l'île du Levant, par exemple, à fixer des scènes familiales, le lieu de camping, ses enfants, en résumé des souvenirs qui ont surtout de l'intérêt pour lui et les siens.

Le caractère gymnique des films, et surtout des photos, en fait de véritables véhicules d'images qu'une grande partie du public considère encore, malheureusement, comme de moralité douteuse. Nous savons que cette optique particulière n'a rien de valable, mais nous devons faire en sorte que la production soit contrôlée, jugée d'après des normes déterminées, afin qu'en matière de nu, on puisse

distinguer ce qui est authentiquement naturiste de ce qui ne l'est pas.

La F.F.N. a désigné une Commission ciné-photo, réunissant quelques techniciens naturistes, capables d'apprécier aussi bien la qualité que le style d'une œuvre. Cette Commission se propose d'examiner les photos et les films qui lui seront soumis, d'apposer au verso des photos, retenues comme conformes aux conceptions naturistes, un cachet de contrôle, sans garantie, bien entendu. Cette estampille ne peut avoir qu'une valeur morale mais, dans certains cas, pourrait dégager l'auteur de certains aléas.

Pour les films ainsi visés, une bande de contrôle serait ajoutée à la suite du générique.

L'un des buts de cette organisation est de distinguer la production purement naturiste, des œuvres de nus, artistiques, légères ou franchement érotiques, mais non naturistes, souvent commerciales et presque toujours équivoques et risquant, en tous cas, de créer une confusion.

Le travail d'une telle Commission sera grandement facilité par le fait qu'il existe maintenant un photo-cinéma-club naturiste, groupant des gens de valeur et reposant sur des bases très sérieuses.

Il appartiendra en partie à cet organisme de faire un premier tri des œuvres présentées, de conseiller, de promouvoir une production très améliorée sur tous les plans, et de suggérer des modifications à apporter dans les films.

Tout cela constitue un travail délicat, mais nous ne doutons pas que ceux qui se dévouent à cette tâche n'arrivent bientôt à d'heureux résultats.

LÉGUMES CRUS EN SALADE (Suite de la page 5)

Aussi, avons-nous trouvé fort juste cette réflexion d'un paysan (qu'à la ville nous ne mangions que des légumes échauffés). Par (échauffement) il voulait dire (des légumes qui ont perdu leur fraîcheur), parce que peut-être tassés en paquets, leur température augmente, et amorce une fermentation, c'est-à-dire une transformation chimique, tout comme le foin dans les champs quand il est amoncelé avant d'être séché.

Aussi, quand un légume est vendu en ville, il a déjà perdu le tiers ou la moitié de ses radiations, c'est-à-dire qu'il a perdu la plus grande partie de la radio-vitalité

utile à l'être humain. Avec cela, s'il est cuit et recuit à l'eau bouillante (au lieu d'être mangé cru) pendant une demi-heure ou plus, que peut-il en rester, sinon une simple cellulose ? Et les gens de vous répondre, quand on leur explique les bienfaits du (végétarisme) : (que les légumes ne tiennent pas à l'estomac). Evidemment, rien n'est plus juste quand on les mange ainsi, c'est-à-dire quand on ne mange plus rien que de la cellulose morte.

Les médecins suisses conseillent de boire ces jus vers 10 heures ou 17 heures et constatent des cures végétariennes merveilleuses.

Clubs naturistes de la RÉGION PARISIENNE

affiliés à la F.F.N. :

a) semi-gymniques

Centre de Loisirs de Naturisme et d'Hébertisme (semi-gymnique). La Balastière, Cergy (S.-et-O.).

Société Naturiste, Ile Platais, Villennes-sur-Seine (S.-et-O.).

Le Trail-d'Union, à Choiseul, par Chevreuse (S.-et-O.).

b) gymniques

Club du Soleil. (Stade à Carrières-sur-Seine.) Conditions : moins de 30 ans. Hommes seuls non acceptés. Siège : 33, rue Poissonnière.

Domaine Gymnique du Ménéillet (Club des Titans). Stade à Bornel (Oise). Siège : 43, rue de Fleurus, Paris-6^e. Permanence : jeudi, de 17 heures à 20 h. 30, 4, rue Garancière.

A.D.I.L. Section camping. Terrain à Villennes. Siège parisien : 21, avenue de la Marne, Asnières. Permanence : mercredi, 21 heures, 4, rue Garancière.

(Gymnique ; Stade sud-est de Paris). Per-Groupement Gymnosopique « Nature » manence : mardi, 18 h. 30 à 19 h. 30, 4, rue Garancière (Odéon). Siège : 40, rue des 3-Territoires, Vincennes.

Camping-Club International de France, section naturiste (gymnique). Terrain de camping privé. Réunion : jeudi, à 21 heures, 4, rue Garancière (Odéon). Permanence : 69, rue du Cardinal-Lemoine, Paris-5^e, tous les jours.

Mouvement de plein air culturo-naturiste. Siège : 16, rue Dumont-d'Urville, Paris-16^e. Permanence : mardi, 20 h. 30, 4, rue Garancière. Stade au Centre gymnique du Ménéillet.

Vie et Lumière, Les Annonciades, à Meulan. Maison de repos. Grand parc. Camping.

Club gymnique de France, Bois d'Auteuil, Villecresnes (Seine-et-Oise).

c) ajistes naturistes

Hélios. Permanence : 61, rue Saussure, Paris-17^e.

Bivouac, 61, rue Saussure, Paris-17^e.

Versailles-Germinal, 55, rue des Chantiers, Versailles.

ON DIT...

★ Filles d'Eve est un film naturiste tourné l'été dernier avec Rita Meefern, Robert Marcol, France Titan, Robert Lauzanne, Raymond Adout, et entièrement réalisé à l'île du Levant. Il doit paraître sur l'écran cet automne.

★ Le groupe théâtral Athéna (Arts, Théâtre, Naturisme) met au point une pièce spécialement écrite pour les naturistes par M. Pardot, et dont la première serait donnée à Montalivet, le 22 août, la veille du III^e Congrès mondial ; le titre en est : « Soleil au cœur ». Cette pièce, qui comporte nécessairement quelques personnages nus, serait sans doute présentée à Paris ; cet hiver, en séance privée réservée aux naturistes.

Ainsi naît, peu à peu, un art spécifiquement naturiste, qui peut révolutionner les techniques habituelles.

activités fédérales

NOUVELLES ASSOCIATIONS AFFILIEES :

74. **Mouvement de Plein Air Culturonaturiste (P.A.C.)**, Section de Marseille, 2, Traverse de la Corderie, Marseille.
75. **Club gymnique d'Artois, Section du Club du Soleil**, c/o E. Boucry, 71, route de Saint-Venant, Annezin-les-Béthune (Pas-de-Calais).
76. **Club Gymnique de France**, Association agréée par le Gouvernement, Bois-d'Au-tel, Villecresnes (Seine-et-Oise).
77. **Photo-Cine-Club Naturiste**, 33, rue Poissonnière, Paris-2^e.
78. **Amitié**, Association Coopérative Cutur-rnelle et Touristique, 29, quai Vauban, Belfort.
79. **La Vie Saine, Section du Club du Soleil**, c/o E. Gabas, Beaulieu, Saintes (Charente-Maritime).
80. **Club du Soleil, Section de Givet**, c/o F. Deioecker, 29, avenue Lartigue, Givet (Ardennes).

NOUVEAUX DELEGUES :

162. Perronneaud Robert, 55, rue Cavaignac, Marseille-3^e (Commissaire F.F.N.).
163. Boguais Alexandre, Gratot (Manche).
164. Deioecker Feleicien, 29, avenue Lartigue, Givet (Ardennes).

SE RENSEIGNER, SE RECONNAITRE, PROPAGER!

Insigne F.F.N., à broche ou à patin. L'unité, 150 francs. Franco, 160 francs.

Fanion F.F.N., deux faces. L'unité, 200 francs. Franco, 215 francs.

Memento Naturiste 1953, 130 pages, format pratique, 200 francs. Franco, 220 francs.

Prix spéciaux par quantité.

Tracts de propagande, quatre pages, illustrés, deux couleurs. Les 50 : franco, 350 francs.

Cartes passe-partout d'adhérent, pour les clubs débutants. Les dix, 25 francs; franco, 35 francs.

COMITE REGIONAL DE LA LIGUE DE L'ILE-DE-FRANCE

Extraits du procès-verbal, séance du 5 juin :
— Participation F.F.N. au II^e Salon de la Diététique et de l'Hygiène, Installations, Permanence des responsables.

— Suggestion d'une Exposition du Naturisme gymnique ayant un caractère national.
— Recommandation à tous les Clubs de faire imprimer des tracts concernant leurs activités et pouvant être distribués par la F.F.N. au cours de grandes manifestations ou simplement remis aux nombreuses demandes de renseignements individuelles.

— Le Comité Régional rappelle que tous les Clubs affiliés de la Région parisienne peuvent et doivent envoyer un délégué à chaque réunion bimestrielle.

— Il est proposé de valoriser la licence naturiste par une assurance plein-air.

BUREAU FEDERAL

Extraits du procès-verbal, séance du 3 juillet :
— Comptes-rendus de la participation de la F.F.N. aux Salons de Paris et de Marseille.

— Le principe d'un Salon gymnique, en avril 1954, à Paris, est retenu.

— Proposition de faire jouer à Paris, l'hiver prochain, la pièce de théâtre gymnique montée par le groupe Athéna.

Cette pièce serait présentée en salle privée devant un public strictement naturiste.

— La F.F.N. a entrepris des démarches pour faire lever la saisie des films suisses

destinés à un Club de Marseille. On apprend que ces films ont été restitués au destinataire.

— Au III^e Congrès mondial, qui aura lieu à Montalivet en août, A. Lecocq est désigné comme délégué officiel, représentant la France. G. Sarrou est mandaté comme délégué adjoint.

— Les Commissions prévues au dernier Conseil National sont constituées :

Commission végétarienne :
Mme Yvonne du Bois d'Auberville, Pierre Evens, Pierre Johansson.

Commission gymnique :
Maxime Godard, Albert Lecocq, Fabien Causse.

— Le Département de Propagande entame une campagne sur un département témoin.

LA PRESSE

★ A l'occasion du II^e Salon de la Diététique et de l'Hygiène, qui s'est déroulé à Paris du 5 au 15 juin, la plupart des grands quotidiens ont publié des articles généralement élogieux sur la diététique et le naturisme. La radio a annoncé plusieurs fois l'existence de ce Salon.

★ Les Editions J. Oliven, 65, avenue de la Bourdonnais, Paris-7^e, qui viennent de consacrer le cinquième volume de la collection « Prototype » à « Naturisme », ou la sante sans dogmes », du Docteur J. Poucel, ont publié dans leur numéro de mai de **Biblioclub**, un article très intéressant de cet auteur réputé, intitulé : « Naturisme et Nudisme devant la Morale ». On peut se procurer ce numéro chez l'éditeur (150 fr.).

★ Les Editions V. de Valence, 11, rue du Colisée, Paris-8^e, dont la collection « Enquêtes » avait pour premier numéro une plaquette intitulée « Pour ou contre le Nudisme » (dont nous avons parlé précédemment), consacrent leur numéro 13 de juin (150 fr.) à : « L'île des Nudistes ». Une série d'articles, abondamment illustrés par Serge de Sazo, se rapportent à l'île du Levant, sous la signature de Jean-Albert Foex, Chris Gurquat, Simone Michel, Bernard Heuvelmans, etc.

Les textes sont agréables à lire, bien documentés et, dans l'ensemble, ne s'écartent pas de la ligne chère aux puristes. On y rappelle que, parmi les fervents de l'île du Levant, se trouvent Errol Flynn, Max Régner, Charles Vanel, Michel Simon, Daniel Gelin, Danielle Delorme; qu'on y a vu passer Jean Gabin, Jean Tissier, Félix Oudart, Michaël Wielding, Anne Béranger, Lily Bontemps, Nicole Besnard, etc.

Regrettons que quelques photos, par ailleurs excellentes, ont davantage pour but de présenter quelques belles filles au lecteur profane que le souci de la documentation et que, d'autre part, la collection « Enquêtes » adhère à un genre libertin que beaucoup de naturistes n'approuvent pas.

★ La presse naturiste étrangère a été unanime à annoncer le III^e Congrès Mondial de Naturisme, qui se tiendra les 22 et 23 août à Montalivet. Cette publicité ne manquera pas de transformer le Centre Héli-Marin en une moderne Babel. Notons aussi dans la revue végétarienne néerlandaise de juin : « Vegetarische Bode », une étude sur le mouvement naturiste en France.

★ On en parle, on en parle ! Elle, dans son numéro du 15 juin, pré-

LIBRAIRIE NATURISTE

Toutes les revues.
Tous les livres.

NATURISME SANTÉ CULTURE HUMAINE

Catalogue contre un timbre.

1, quai de Montebello, PARIS-5^e.

UN GESTE DE SOLIDARITÉ ET UN PLACEMENT SUR

Tous les Naturistes doivent souscrire sans tarder à l'émission d'actions que va ouvrir la Société Financière Naturiste.

Cette Société est administrée par les Naturistes les plus notoires.

Son but est d'acheter des propriétés et domaines qui seront loués à des collectivités naturistes.

Indiquer simplement par lettre le montant de la souscription envisagée. Les fonds seront versés au notaire dès constitution.

SOCIÉTÉ FINANCIÈRE NATURISTE (S.O.C.N.A.T.)

33, rue Poissonnière, Paris-2^e

sente les 34 tenues de plage de la baigneuse 1953.

« Il est défendu à la baigneuse 1953... de se dévêtir au maximum si on est sur une plage remplie de monde. L'attention masculine est attirée plutôt par le mystère. Le solarium, « l'île naturiste, le bateau sont plus indiqués pour le bain de soleil intégral ».

Félicitons la grande revue féminine d'avoir osé le dire !

★ L'Echo d'Oran donne le compte-rendu d'une conférence de Paul Bellat : « A la recherche de la pudeur », donnée à la salle du Touring-Club, sous l'égide du Club des Intellectuels français. Le conférencier n'est pas d'accord sur la définition du Larousse.

Son exposé est plein d'humour :

« En Angleterre, la « pudeur » a fini par se localiser dans les mots.

On s'y baigne nu dans les fleuves et dans la mer, mais il est « impropre » et « shocking » au suprême degré de prononcer les mots culotte et chemise ou seulement de demander où se trouvent les « water-closets ».

Et plus loin :

« Mieux vaudrait pour les jeunes filles d'appréhender, voir défilier des régiments d'hommes nus que de se nourrir de romans, de

★ MONTALIVET ★

Quelques parcelles restent à souscrire

au lotissement de
« LA VIE AU SOLEIL »

N'attendez plus.

Vous ne le regretterez pas !

nouvelles, de films nettement destinés à les dépraver ».

- ★ **Le Monde**, du 18 juin, mentionne les instructions très strictes envoyées sur toutes les plages espagnoles pour faire observer les « règles de décence ».

Hommes et femmes, sur les plages, doivent avoir dos et poitrines entièrement couverts, le costume de bain féminin s'arrêtant à mi-cuisse. Peignoir de bain obligatoire jusqu'au moment d'entrer dans l'eau. Bains de soleil dans des solariums spéciaux, les sexes étant séparés.

- ★ **La Vie Nouvelle**, hebdomadaire catholique de la Savoie (8 mars) demande que soit respectée la tenue sur les plages et au bord du lac. Slips courts et bikinis n'ont pas l'air d'être bien vus. Par contre : « **Annales de la Propagation de la Foi** » (2^e trimestre 1953) publie un article intitulé : « On atteint l'âme en passant par le corps » et qui commence ainsi :

« L'Eglise a toujours eu le respect du corps et de l'heureux état du corps ». Plusieurs photos de femmes noires de la Guinée française, aux seins nus, illustrent ce numéro.

Bien des fidèles doivent rester perplexes devant ces contradictions.

- ★ Dans **Dauphiné Libéré Dimanche**, du 5 juillet, sur quatre colonnes, un reportage de Georges Menant sur l'île du Levant, intitulé : « La vérité toute nue sur le Nudisme, Libertinage ou Libération? », illustré par Georges Gielly et Batiste. Excellent article, bien écrit, qui dépeint différents types de nudistes, les vrais et les faux, les snobs, les curieux, les sectaires. « Il y a un puritanisme du nu, qui n'est pas moins étroit ni agressif que celui du faux-col g'acé. Et les nudistes — c'est ce qu'ils ont souvent d'antipathique — ne se font pas faute de le prêcher à tous vents ».

- ★ Toutes les organisations naturistes et para-naturistes, notamment les fabricants et détaillants de produits de régime, pensions de famille végétariennes, maisons de cure et restaurants à menus végétariens, ne figurant pas sur le **Memento Naturiste 1953**, sont priés de se faire connaître sans retard à notre revue en vue de l'édition 1954.

Les Clubs et Firms désirant passer une publicité dans cette édition sont informés que cette publicité est entièrement remboursée par une attribution gratuite d'exemplaires calculés au prix de 200 fr. (Par exemple, une publicité de 2.000 fr. est remboursée par 10 exemplaires gratuits, à vendre au public. Pour tout ce qui concerne la publicité, s'adresser aux **Editions Publicitaires Chandor**, 22, faubourg du Temple, Paris-11^e. Tél. OBE. 58-72.

- ★ Les Clubs naturistes, de camping et de plein-air, doivent nous faire parvenir leurs communiqués au plus tard les 20 janvier, mars, mai, septembre, novembre pour le numéro paraissant cinq semaines après.

Nous nous excusons du retard apporté à la parution de ce numéro, dû aux grèves du mois d'août.

Ecole Française de Massothérapie de Gymnastique Médicale et de Pédiatrie. — Directeur : Paul GENY.

Massages - Massages sportifs et TRAITEMENTS OSTÉOPATHIQUES ET CHIROPRACTIQUES

COURS

Préparation aux Diplômes d'Etat
95, boulevard Saint-Michel — PARIS-V.
Tél. : ODEon 42-31

LA VIE NATURISTE

PISCINES NATURISTES

- ★ Pendant la saison estivale, la piscine d'Orléans continuera à fonctionner le lundi à 21 heures, et la piscine de l'Etoile les jeudi et vendredi, à 20 h. 30.

PENSION DE FAMILLE DE MONFERMEIL

- ★ Cette nouvelle organisation, placée sous la direction médicale du Dr J. Hautefeuille, est située dans un site agréable et sain. Régimes mixtes, végétariens, naturistes. Cure de repos, de revitalisation et de désintoxication. 30, rue de Coubron, Montfermeil (12 km. de la Porte de Pantin).

NATURISTE-ATHLETIC CLUB (N.A.C.).

- ★ Ce Club a remporté le Championnat de France Honneur de Volley-Ball.

VIVRE EN HARMONIE

- ★ Le Centre Fraternel « Amour et Vie » change son titre en : « Centre Fraternel Vivre en Harmonie ». Siège : 5, rue Emile-Level, Paris-17^e. Voilà une heureuse initiative qui évitera des confusions avec un autre Groupe et apaisera certaines critiques.

CULTURE PHYSIQUE ET SOLARIUM

- ★ A partir d'octobre 1953, des cours d'éducation physique, suivant les principes naturistes, seront donnés à la Salle de Culture Physique dirigée par M. Babonneau, 11, rue du Faubourg-Saint-Martin. Tél. LAM. 64-60. Les groupes d'au moins 10 personnes bénéficieront d'un tarif collectif. Enfants à partir de 8 ans. Le concours du Dr Hautefeuille, pour les cours de respiration, semble assuré. Causeries et documentation agréeront ces séances. A partir du printemps prochain, une salle bien exposée sera transformée en solarium gymnique. Les inscriptions se feront uniquement chez M. G. Desmet, 29, rue de Saintonge, Paris-3^e, tous les jours ouvrables. Félicitons G. Desmet à qui on doit en grande partie cette heureuse initiative.

ALPES-MARITIMES

- ★ **Gymn' Azur**, Section du Club du Soleil, reçoit volontiers les naturistes en vacances sur la Côte d'Azur. Ecrire : M. Barbey, « Les Palombières », avenue des Fauvettes, Cros-de-Cagnes.

ARDENNES

- ★ A Givet, vient de se constituer une nouvelle Section du Club du Soleil. Un terrain a été acquis à Lambrichamps, à 7 km. de Givet, et les travaux d'aménagement sont en cours.

BOUCHES-DU-RHONE

- ★ La Ligue de Provence de la F.F.N., dont le Président est E. Vert, responsable de la Section Naturiste des **Excursionnistes Provençaux**, d'Aix-en-Provence, société groupant 1.800 membres, englobe une région où l'on compte une trentaine de groupes naturistes et gymniques. Parmi celles-ci, mentionnons la **Société de Médecine Naturiste de Marseille**, qui compte vingt-deux médecins et qui a à son actif, depuis plus de vingt ans, de nombreux travaux. La Ligue de Provence a signalé sa création en organisant la **Première Semaine Culture-Naturiste de Marseille**, qui a connu un grand succès et dont nous publions d'autre part un compte-rendu.

ILLE-ET-VILAINE

- ★ Le nombre de demandes de ce département et notamment celles provenant de Rennes, ont décidé le Département de la Propagande et la F.F.N. à envisager la

création d'une Association régionale gymnique.

Tous les intéressés, et en particulier les adeptes disposés à poser leur candidature de délégués locaux, sont aimablement invités à se faire connaître sans tarder au siège de la F.F.N.

MANCHE

- ★ Une nouvelle plage gymnique vient de s'ouvrir à **Pirou-Belle-Plage**. Domaine de 6 hectares, solarium, volley, canot, Ravitaillement sur place, produits naturels. Droit de camping : 100 francs par jour. Ecrire à M. Deluchey.
- ★ Les adeptes désirant se grouper peuvent se faire connaître à M. Boguats, P.T.T., Gratot, près de Coutances. Club en formation.

NORD

- ★ Les Associations du Nord et du Pas-de-Calais se proposent de constituer officiellement la Ligue des Flandres.

RHONE

Lyon. — Le 26 mai, salle Lorenti, a eu lieu un grand débat public. « Les camps nudistes; Pour ou Contre », sous le patronage de « **Reflets** » et la présidence du célèbre criminologiste, le Docteur E. Locard. Ce dernier développa son point de vue, tout à fait sympathique aux nudistes, et fustigea en de savoureuses anecdotes les pères-la-pudeur souvent hypocrites.

Ce furent ensuite : le Dr Loras, directeur de « **Médecine 53** », qui exposa le point de vue scientifique et notamment parla du naturisme alimentaire; le Dr Russo, du Comité de Patronage de la Ligue « **Vivre** », qui défendit la gymnité avec un tel talent qu'il n'y eut pas de contradicteurs; M. Mercier, qui parla surtout de l'article 330 et relata le dernier procès de Toulon.

Les dirigeants du Gymno-Club Rhodanien furent invités à prendre la parole et ne purent qu'approuver les orateurs précédents.

Alors que des comptes-rendus fidèles et détaillés paraissent habituellement dans la presse locale après chaque débat du mardi, organisé par « **Reflets** », débats conseillés par « **Travail et Culture** » et « **Art et Théâtre pour Tous** », notre correspondant nous signale qu'aucun journal n'a relaté la séance ci-dessus ! Débat et public avaient été, sans doute, trop favorables aux principes nudistes...

ALGER

- ★ Le Club Gymnique Algérien organise des sorties en groupe chaque dimanche, notamment sur une plage isolée de la région algéroise. Ce Club se propose de créer un service de documentation et de renseignements pour ceux qui désireraient se rendre en Algérie. Un service d'accueil fonctionnerait incessamment. Signalons encore que les sports d'hiver sont possibles deux ou trois mois par an à Chréa, à 60 kilomètres d'Alger. Renseignements : M. Schueller, Etab. De l'enseigne, rue Négrier prolongée, Hussein-Dey.

ALLEMAGNE

- ★ On signale sur la côte de la Mer du Nord de nombreuses plages gymniques, organisées ou improvisées. Ces plages bénéficient d'une large tolérance de la part de la police.

PAYS-BAS

- ★ Sous le titre de **Nederlandse Lichtbond**, s'est créée, il y a quelques mois, une nouvelle Association qui se propose de développer le naturisme en Hollande. Elle dispose d'un domaine gymnique où les licenciés F.F.N. seront les bienvenus. Secrétariat : Postbus 6046, Amsterdam. W.

LE VÉGÉTARISME (Suite de la page 9)

qui résulte de l'analyse. L'isodynamie a mis en évidence que l'élément qualitatif est spécifique et que certains corps ne peuvent être substitués malgré une composition en apparence semblable. Enfin, la vie elle-même se différencie par un élément qualitatif, spécifique, irremplaçable.

Les aliments se décomposent en matières azotées, plastiques, excitatrices et réparatrices des tissus et cellules, en matières ternaires, les graisses et les hydrocarbonés, substances combustibles nécessaires aux fonctions des organes et au maintien de la température, donc à la production de chaleur et d'énergie, en sels minéraux.

De plus, l'aliment normal doit contenir des vitamines et diastases indispensables à l'entretien de la vie, aux adaptations organiques générales et individuelles, des matériaux adaptés à l'espèce (Carton) et au tempérament, enfin de l'eau, des déchets capables d'exciter la circulation intestinale.

Le protoplasma de la cellule végétale ne coagule pas par la chaleur, est moins complexe, moins toxique et différent de la cellule animale.

Les substances quaternaires ou azotées

constituent la partie vivante de la cellule animale et végétale, elle n'a pu être reproduite au laboratoire; par contre, l'industrie a pu reproduire les propriétés physico-chimiques des substances ternaires.

Alors que dans le règne végétal le renouvellement du protoplasma s'effectue incessamment en empruntant l'azote au sol, les animaux le prennent chez un autre organisme animal ou végétal. Dans le règne animal, l'azote s'élimine sous forme d'urée.

Les matières azotées brûlent en laissant des déchets abondants, alors que les hydrocarbonés constituent un parfait combustible qui n'encrasse pas l'organisme.

Les plantes vertes créent le sucre, les animaux l'empruntent aux plantes aux mêmes fins énergétiques. Les matières hydrocarbonées fournissent toute l'énergie nécessaire à la force motrice produite par les dépenses musculaires, les albuminoïdes servent à la croissance, et les corps gras brûlent lentement, procurent des acides et de l'eau et restent longtemps dans l'organisme. La graisse végétale est moins toxique, on la trouve dans les fruits oléagineux.

Mais l'assimilation des sucres ne se fait pas sans la présence de substances albuminoïdes. Le sucre est transformé en glycogène et déposé dans le foie et le muscle.

Le sucre naturel des fruits est composé de glucose et lévulose qui est assimilable à la perfection lorsqu'il est utilisé avec le protoplasme des cellules. Le sucre naturel devrait se substituer à l'usage du sucre industriel.

L'insuffisance quantitative des albuminoïdes dans l'alimentation quotidienne est cause de forte désassimilation, de dénutrition et de fonte du tissu musculaire.

L'alimentation normale doit comprendre non des aliments concentrés et surexcitants, mais des substances facilement assimilables sans fatigue nerveuse, pouvant réparer les tissus sans provoquer des lésions à la cellule.

Il ne s'agit pas toujours d'établir seulement la valeur calorifique et énergétique d'un aliment, mais aussi sa qualité chimique.

Les sucres, éléments d'énergie et de combustion, se trouvent dans les fruits frais et secs et dans le miel. Les amylacés sont fournis par les céréales, les pommes de terre, riz, tomates, et constituent de bons éléments pour la dépense musculaire.

Alors que le métabolisme des hydrates de carbone est parfait et correspond le plus souvent à l'adaptation du corps humain, le métabolisme des corps gras est long, difficile; souvent la suppression de ces derniers favorise la disparition de certaines affections du foie.

Les diastases constituent les (substances amorces) et se rapprochent par leurs propriétés de catalyseurs, dont le rôle est de favoriser les réactions chimiques, mais sans y jouer un rôle direct.

La ration journalière d'un homme de 65 kilos doit contenir 50 à 60 gr. de matières azotées et 50 gr. de substances ternaires.

La cellulose des plantes est très peu assimilable, mais elle favorise le péristaltisme intestinal. Les légumes, les salades ne peuvent compter dans le calcul de la ration des matières azotées.

Les végétariens excluent les aliments de grand feu, à part les raisons morales déjà notées pour leur grande toxicité, car ils produisent des purines et développent les bactéries et les fermentations acides dans l'intestin.

(A suivre.)

La Rentabilité des Entreprises Naturistes

(Suite de l'Editorial)

1° Propriétés gymniques autour de Paris et en Province. 2° Centres de vacances naturistes à la mer et en montagne avec village de toile. 3° Pensions végétariennes et maisons de cure hors Paris. 4° Maisons d'enfants. 5° Centres gymniques pour les sports d'hiver, avec solarium et piste isolée. 6° Aeria-Solaria au cœur de Paris. 7° Hôtel à Paris pour les naturistes de passage, avec Centre d'accueil. 8° Restaurants végétariens, restaurants « rationnels », dont certains proposent une demi-heure de relaxation dans le calme, après le repas de midi, idée paraissant très intéressante à réaliser à Paris, un bar sans alcool, etc..., pouvant en même temps servir de sièges ou de permanences d'association. 9° Salles de culture physique gymniques, faisant clubs, et comprenant une installation de rayons ultra-violets, bibliothèque, ping-pong, bar-restauration. (Il en existe à Londres.) 10. Saunas gymniques.

Cette liste est loin d'être limitative et plusieurs services suggérés peuvent se combiner entre eux. On pourrait proposer encore : des terrains de camping gymniques, des relais, des foyers pour les jeunes, des chalets en montagne, etc. Une page entière n'épuiserait pas cette nomenclature. Mais les dix idées émises ci-dessus ont été choisies parmi les plus sûrement rentables. Le succès de leur fonctionnement dépendrait de deux facteurs principaux :

a) de telles réalisations doivent nécessairement s'adapter à des besoins réels, dans un esprit authentiquement naturiste.

Un restaurant végétarien, placé dans un quartier d'affaires et servant un menu sain à 250 francs, aurait rapidement, à midi, une clientèle extrêmement nombreuse, non naturiste, sans doute, mais vite conquise par nos principes d'entraide ;

b) toutes ces réalisations, de plein-air ou autres, doivent rester unies, coordonnées, formées si possible en associations d'usagers, et contrôlées par la F.F.N., dans l'intérêt de tous.

Par exemple, un acrium-solarium gymnique, même géré commercialement, ne recevrait strictement que des naturistes munis de la licence fédérale. Puisqu'il existe maintenant un public naturiste nombreux, que la plupart des entreprises naturistes sont prospères quoiqu'insuffisantes et généralement coûteuses, il faut donc raisonnablement conclure que de nombreuses initiatives, bien conduites et inspirées par des besoins réels, sont éminemment rentables.

Ainsi, le mouvement naturiste aborde avec assurance le moment des réalisations complémentaires au stade, auquel il s'est limité jusqu'ici dans la quasi totalité des cas. Il ne s'agit plus de lutter contre les méfaits de l'industrialisation pendant les seuls week-ends. Il s'agit de permettre à chaque naturiste, même dans la grande ville (et spécialement pour celui qui l'habite) de pratiquer sa doctrine tous les jours s'il le désire, par la création d'œuvres rentables, auxquels tous les souscripteurs sont conviés.

VIENT DE PARAÎTRE

COMMENT GUERIR ET RAJEUNIR

par les facteurs curatifs naturels
EAU - TERRE - AIR - SOLEIL
PLANTES

Le livre de base du naturiste.
600 francs - franco 645 francs.

■
Editions VIVRE EN HARMONIE
5, rue Emile-Level, PARIS-17^e
C.C.P. 7018-78.

ANNONCES

Offre et demande, la ligne.... Fr. 150
Annonces commerciales ou lucratives,
la ligne, Fr. 200

Domiciliation :

France : 50 fr. — Etranger : 100 fr.

Les annonces sont reçues aux :

SERVICE DES PETITES ANNONCES :

Editions Publicitaires CHANDOR

22, Faubourg du Temple. PARIS-XI^e

Tél. OBE 58-72 — CCP 7278.67 Paris

La ligne de 35 lettres, signes ou espaces, de 22 majuscules, ou 14 majuscules sur hauteur deux lignes.

Les lettres adressées aux annonces domiciliées seront placées sous une deuxième enveloppe intérieure, affranchie (Etranger : 30 francs) et mentionnant seulement le numéro de référence. Le montant des annonces refusées sera retourné, déduction faite des frais de port. Le nom et l'adresse de l'annonceur doivent figurer dans les annonces ayant un caractère privé. Les annonces des naturistes désirant fonder un club seront insérées gratuitement.

371. **COURTIERS** en abonnements Paris, province, étranger, administrations, demandés par **La Vie au Soleil**.

372. **A VENDRE** : Health & Efficiency 1950, 1.500 fr.; Unser Dasein 1950, 2.000 fr. Chaque collection sous belle reliure. Port recom. 100 par vol. Un seul ex. — Ecrire avant régl. à nos bureaux.

391. **TRAVAUX PHOTO** noir et couleur. Rapidité. D.scrétion. Studio du Centre, 154, rue Danielle-Casanova, Ivry (Seine). ITA. 10-86.

402. **HUILE** d'olives **DAZINVILLE**, Sud-Tunisien. Jus de fruit par pression à froid. Dir. mon dom. à v. dom. Règlement ap. récept. G. Vandroy-Dazin, La Réole (Gironde).

410. **DEMANDE** représentants en publicité, toutes régions. Chandor, 22, Fg du Temple.

411. **DESIRONS** correspondre en allemand avec jeunes ménages naturistes. Rudi et Lina Adelman, Feldstrasse 1 (13 a), Rodach b. Coburg (Bavière).

412. **A VENDRE** Restaurant Végétarien ; Tabucchi, 35, rue Pairolière, Nice.

CLUB DU SOLEIL

La plus importante organisation française de **NATURISME INTEGRAL**

Siège Social : 33, rue Poissonnière - Paris-2^e Tél. CEN. 96-39

Centre parisien : Stade à 11 km. de Paris. Piscine, Volley-ball, Camping. Piscine et gymnase à Paris. Limite d'âge maximum : 30 ans (saute de place). Hommes seuls non acceptés. Permanence : vendredi, 20 h. 30, 4, rue Garancière, Paris-2^e.

Sections de Province et Union française (sans limite d'âge). Centres possédant un stade fixe (S).

Alger (S) : Centre Hélios-Marin de Dellys, Camp de Salines, Dellys (Algérie).

Angers (S) : Les Naturistes d'Anjou, 6, rue Léon-Pavot, Angers (M.-et-L.).

Argenteuil : 22, rue Jean-Borderel.

Béziers (S) : Centre Naturiste Méditerranéen, 23, rue de la Citadelle.

Béthune : Club Gymnique d'Artois, 71, route de Saint-Venant, Annezin-les-Béthune.

Bordeaux (S) : Clairevie, Village Naturiste, 14 bis, rue Duffour-Dubergier.

Brazzaville (S) (Société Naturiste et Sportive « Brousse »). Boite postale 243, Brazzaville (A.E.F.).

Cahors : Club du Soleil, 3, rue Portail-Saint-Alban.

Cherbourg (S) : Club du Soleil, 54 rue Gambetta.

Dellys (S) : Camping-Club Algérien, Camp de Salines, Dellys.

Dijon : Club du Soleil, 9, rue Franklin.

Clermont-Ferrand : Club du Soleil, Bar au Lait, 32, rue du Cheval-Blanc.

Grenoble : R.-J. Galland, 6, cours Senozan.

Le Havre : 138, boulevard Clemenceau.

Le Puy (S) : Club du Soleil, 50, avenue du Maréchal-Foch.

Lille : 144, rue de Wazemmes.

Lyon : 181, rue Vendôme (3^e).

Metz : Club du Soleil, 60, route de Plappeville, Ban-St-Martin (Moselle).

Montluçon : Club du Soleil, R. Jaillot, rue Lancrét.

Nîmes : Campeurs Naturistes du Gard. Ecrire au Siège social.

Niort (S) : Club du Soleil, J. Meslin, Mauzé (Deux-Sèvres).

Orléans (S) : Joie et Santé, 40, rue Basse-Mouillère.

Rouen (S) : Club gymnique de Normandie, 5, place de la Rougemare (Club « Votre Beauté »).

Saint-Calais (S) : Naturistes Sarthois, 53, Grande-Rue.

Thionville : Club du Soleil, Ch. Foisset, 1, Cité Médoc.

Troyes (S.) : Club du Soleil, 10, rue du Chêne.

Vence (S) : M. Barbey, « Les Palombières », avenue des Fauvettes, Cros de Cagnes (A.-M.).

Un album de grande classe.

LA NUDITÉ BELLE ET VRAIE

Tome II

par Kienné DE MONGEOT



Magnifique album en héliogravure. Edition numérotée. Tirage limité. Prix : 2.000 francs (Pco : 2.100 fr.) aux Bureaux de **La Vie au Soleil**.

Une formule neuve, d'action et de relations culturelles et sociales internationales.

Pour tous renseignements, écrire :

CLUB DE DEMAIN

24, rue Cournefort, Paris-V^e
Joindre deux timbres ou coup. rép.

La photo en bichromie de la couverture est de R. Ruth.

★ Abonnez-vous pour deux ans.
C'est tellement plus pratique !

CERCLE MONDIAL DE CORRESPONDANCE

relations amicales, culturelles, artistiques, etc... De nombreux amis en France et à l'étranger vous attendent. Renseignements à **PARIS-CLUB**, 68, Rue des Archives, PARIS-3^e, T.P.R.



Si vous êtes gourmand...

PROUVEZ-LE !...

GONDOLO offre gratuitement à 10 naturistes gourmands un magnifique coffret de ses biscuits au beurre, aux œufs frais et à la crème. Il suffit de répondre au problème suivant : Quels sont les huit desserts naturels et sains, qui s'associent le plus savoureusement aux spécimens **GONDOLO** ci-après : **BALTO - MONACO - ANANAS - GALETTE DOUBLE-CREME - GAUFRETTE JAM A LA FRAMBOISE BOUDOIR - PALET CHOCOLATE**. — Répondez vite ! Et que les 10 meilleurs gagnent ! (Clôture 30 novembre 1953)

GONDOLO - MAISONS-ALFORT - ENTrepôt 35-55



AOUT ENSOLEILLÉ...



...ÉPOQUE D'ÉVASION !