

N°34 - 20F

Janvier 1991

Belg 145FB - Can 5,75\$

Lux 130FL - Suisse 6FS

ISSN 1150-7489

# Vie LA AU Soleil

LE MAGAZINE DES AUTRES VACANCES

**BANCS D'ESSAI**

La Clapère

Lena-Mary-Beach

**ENVIRONNEMENT**

La Forêt de nos Loisirs

**REFLEXIONS**

Pensons notre Naturisme

M 3001 - 34 - 20,00 F



# PARRAINER UN ENFANT EN DETRESSE...

**...UN COUP DE CŒUR  
QUI TRANSFORMERA  
VOTRE VIE!**

**E**n parrainant un enfant en détresse avec Parrains de l'Espoir vous mettrez fin à une implacable misère.

Le soutien efficace et direct que vous apporterez à cet enfant lui assurera non seulement **la formation** qui lui permettra de devenir indépendant, **mais aussi** les moyens nécessaires à son existence selon ses besoins (p. ex.: **nourriture, soins, vêtements**).  
Tout cela pour 150 F par mois seulement.

**A**lors, n'attendez pas! Comme des milliers de personnes avant vous, renvoyez le bon à découper ci-dessous. Dès réception, nous vous ferons parvenir le dossier complet de votre filleul(e). Vous découvrirez son visage, son nom, son âge, son adresse, les raisons de sa détresse. Vous recevrez des nouvelles régulières de votre enfant. Vous partagerez son espoir, vous vous réjouirez de ses progrès. Vous apprendrez à le connaître et à l'aimer.



*Mme Véronique Ohse-Vercey de Strasbourg est allée voir sa filleule, la petite De Na, 7 ans (ci-dessus avec sa marraine) qui vit dans un camp de réfugiés Karens en Thaïlande. A son retour elle a fait les déclarations suivantes dans un article paru dans la presse: «InterAid - Parrains de l'Espoir fait du travail très efficace. Les gens n'ont rien et l'aide est indispensable.»*

**OUI**, je désire parrainer un enfant en détresse  
 en Asie  en Afrique.  
Je joins un chèque de 150 F à l'ordre de InterAid - Parrains de l'Espoir correspondant à mon premier mois de parrainage.  
Veuillez me faire parvenir son dossier complet comportant sa photo.

Envoyez-moi une documentation complète sur Parrains de l'Espoir.

Je ne peux pas parrainer un enfant en ce moment, mais je vous prie d'utiliser mon don ci-joint de  50 F  100 F  200 F  
 300 F  autre \_\_\_\_\_ F  
pour porter assistance à un enfant en détresse, en espérant qu'il trouve rapidement un parrain.

Nom et prénom \_\_\_\_\_  
Adresse \_\_\_\_\_  
Code Postal \_\_\_\_\_ Ville \_\_\_\_\_  
Tél. \_\_\_\_\_

25/89

**PARRAINS  
DE  
L'ESPOIR**

Organisme Humanitaire fondé en 1978

9, rue du Bon Voisin 67400 ILLKIRCH - Tél. 88.66.07.82  
CCP Strasbourg 1896-15 N - BP Strasbourg 01/19/3220151.

Nous remercions ce journal pour son soutien.



# SOMMAIRE

N°34 - JANVIER 1991

**Couverture:** Dans une baie au sud de l'Espagne, EL PORTUS.

<b>EDITORIAL</b> .....	5
<b>DITES-MOI TOUT</b> .....	6
<b>FLASH-GAZETTE</b> .....	9
<b>VIE DES CLUBS</b> .....	10
<b>ENVIRONNEMENT</b>	
La forêt de nos loisirs.....	11
<b>BANCS D'ESSAI</b>	
Entre Vallespir et Chaîne des Albères, La Clapère .....	14
Un hôtel en Grèce, Lena-Mary-Beach.....	18
<b>NATURISME</b>	
Propos d'hiver et divers .....	21
<b>REFLEXIONS</b>	
Pensons notre Naturisme.....	26
<b>LIVRES</b> .....	27
<b>PETITES ANNONCES</b> .....	30

**EDIBUL - 145, Avenue Pierre Sémard - 84200 CARPENTRAS**

☎ 90.60.52.52 . Téléfax: 90.60.58.17

**Courrier: EDIBUL - BP21 - 84570 MORMOIRON (France)**

**Directeur de la publication:** Eric BULARD

**Rédacteur en Chef:** Patrice OLIVIER

**Rédacteur:** Jean- Luc MUSCAT

**Ont collaboré à ce numéro:** Berthe DERY, Alain LEBEHOT, Gabriel PION, Alexis POUPARD, Pierre PRECIAS.

**Photos:** Eric BULARD, Jean-Luc MUSCAT, Patrice OLIVIER.

**Maquette:** Claudine MOREL

**Abonnements, publicité, petites annonces:** EDIBUL

**Directrice administration:** Bernadette BULARD

**Photocomposition:** EDIBUL

**Photogravure:** PHOTOSCAN RN 7 84410 MONTFAVET

**Impression:** NIC 8, rue de la Potière 51450 BETHENY

**Dépôt légal à parution. Commission Paritaire N°66353. Diffusion NMPP.**

© 1990 Reproduction des textes et photos, même partielle, interdite sans accord préalable. Tous droits réservés pour tous pays. L'envoi de textes ou photos implique l'accord des auteurs et modèles pour une reproduction libre de tous droits.

La rédaction n'est pas responsable des manuscrits ou documents qui lui sont transmis ceux-ci ne sauraient être retournés sans accord préalable. Les pages rédactionnelles de VNS sont exemptes de toute obligation publicitaire. Les produits, les adresses et les tarifs cités visent uniquement à l'information de nos lecteurs, ces citations ne font l'objet d'aucune rémunération et sont choisies en toute liberté par la rédaction.



## LA CLAPERE

**DOMAINE NATURISTE**

Route de Las Illas

**66400 MAUREILLAS**

Tél.: 68.83.36.04

A 100m d'altitude, au pied des Pyrénées  
50 ha de nature ensoleillée  
traversés par une rivière sur 2 km  
alternant cascades et bassins naturels.

Volley ball, tennis de table, terrain de boules, aires  
de jeux pour enfants, piscine avec solarium 1000m2.  
Randonnées pédestres à  
partir du mas. Epicerie. Plats cuisinés. Restaurant.

**LA CLAPERE**

A 7 km de l'Aut A9

sortie "Le Boulou"

A 22 km d'Argelès/Mer

A 10km du PERTUS (ESPAGNE)

## VACANCES NATURISTES DANS LA DROME

Au Pays du soleil et des lavandes

- Emplacements ensoleillés ou ombragés 150 m²
- Piscine 30 m x 10 m
- Buvette - barbecue - douches chaudes
- Volley-ball - ping-pong - jeux

- Terrain ouvert toute l'année -

**LA CHAMARADE - LES CHAMBLAS  
CHAMARET - 26230 GRIGNAN  
Tel. 75.46.57.67**

## SOCIÉTÉ GYMNOSOPHIQUE DE FRANCE



**naturistes**

**PARIS - ILE DE FRANCE**

Lundi et Jeudi de 20h à 22h

Participez à nos  
activités sportives

**NATATION: BASSIN 33M  
GYMNASTIQUE . PING-PONG  
YOGA**

Métro: MAUBERT MUTUALITE

**ENTREE  
GRATUITE  
SUR  
PRESENTATION  
DE CE COUPON**

**A LA PISCINE**

19, rue de Pontoise  
75005 PARIS

Au cœur de l'Azur Provençal,  
à 30 km des plages méditerranéennes,

# La Haute Garduère

vous offre:

- \* 70 hectares vallonnés et ombragés, à 300 mètres d'altitude et à 10 km de Draguignan
- \* Camping-caravaning tout confort, location de caravanes.
- \* Superette-alimentation, plats cuisinés, restaurant.
- \* Piscine avec solarium, volley, boules, mini-golf, jeux pour enfants, animations, soirées.

Tous renseignements à:

Annie DIZIER La Haute Garduère - 83830 CALLAS ☎ 94.67.95.20

Nom: ..... Prénom: .....

Adresse: .....

Code post: ..... Ville: .....

Pays: .....

désire recevoir sans engagement la documentation et les tarifs sur La Haute Garduère .

Emplacements camping caravaning       Locations



**resid** **NATURISME**  
**CAP D'AGDE**  
☎ 67.26.71.70  
Fax 67.26.35.31

Location d'appartements et villas à  
**PORT NATURE ET PORT VENUS**  
**HOTEL EVE**

**un hôtel\*\*\* naturiste sous le soleil...**  
Espaces verts, Piscine, Restaurant, Club nautique, Port de plaisance  
Centre naturiste du Cap d'Agde. ☎ 67.26.71.70

Port Nature: PN - Port Vénus Village: P.V.V. - Port Vénus Résidence: P.V.R.

ST: Studio / V: Villa / 2P: 2 Pièces / 2 PC: 2 Pièces cabines

BS (basse saison) : avant le 16/06 et après le 08/09

MS (moyenne saison) : 16/06 au 30/06 et 25/08 au 08/09

HS (haute saison) : 30/06 au 14/07 et 11/08 au 25/08

THS (très haute saison) : 14/07 au 11/08

Promotions valables avant le 16/06 et après le 25/08:

**VENEZ 14 JOURS, PAYEZ 10 JOURS;**

**Week-end: studio 4 personnes/3 nuits: 600F**



Appartements	BS	MS	HS	THS
ST2 PVR PN - PVR	707	917	1834	1939
ST3 PN	812	966	1948	2177
ST4 PN - PVR	889	1071	2142	2345
2P4 PN	1043	1435	2331	2499
2PC - 5PN V4 PVV	1190	1617	2590	2660
2PC - 6PN V5 PN V6 PVV	1253	1694	2723	2856
DUPLEX PN 7 pers. V PVV 6 pers.	1568	1967	3017	3234

Frais de dossier: +100F par séjour + 3F taxe de séjour par pers./jour

Bon à retourner à RESID/CAP D'AGDE av. des Sergents-Port Richelieu IV 34300 CAP D'AGDE

☎ 67.26.46.23 - Télrex 490 703 - Fax 67.26.35.31

Nom .....

Prénom .....

Adresse .....

désire recevoir gratuitement sans engagement de sa part le  
catalogue couleur CAP D'AGDE.

# EDITO

*Nous avons l'habitude, dans chaque premier numéro de l'année, de vous présenter nos meilleurs vœux.*

*A l'heure où vous allez lire celui-ci, confortablement assis dans votre fauteuil, les bombes éclatent de partout dans le ciel du Moyen-Orient, des heurts violents ont lieu en Lettonie et en Lituanie, un vent de folie souffle sur l'humanité: l'argent, la soif de pouvoir, de puissance, de détenir la vérité mènent la danse.*

*Aussi, à l'aube de cette nouvelle année, nous voudrions faire passer un message d'amour: que chaque être humain fasse l'effort de gratter tout au fond de lui-même et de faire pointer à la surface cette petite lueur d'amour qui doit exister chez chacun de nous.*

## S.O.S PAIX

*C'est un S.O.S un peu fou, un message de détresse, lancé par une équipe un peu folle peut-être aussi de croire encore à l'amour des autres, un message glissé dans une bouteille que l'on jette à la mer à l'adresse du monde entier.*

*Portée par les flots, la bouteille se brise sur une pierre... Un petit enfant tente de recoller les morceaux; pourra-t-il déchiffrer le message et le communiquer aux adultes? Pourra-t-il changer ce monde de plus en plus individualiste, égoïste, à la recherche du pouvoir, sans se soucier de ce qu'il faut écraser pour y arriver?*

*Naturistes, réveillons-nous et marchons en direction de cet enfant qui nous tend la main et aidons le à diffuser le message.*

*Vous avez déjà prouvé que vous en étiez capables, en répondant nombreux à l'appel de "Parrains de l'espoir" et, en attendant des actions humanitaires spécifiquement naturistes que nous vous promettons, mobilisons nous de suite pour un monde meilleur, avec une grande solidarité et une grande fraternité.*

Eric BULARD

**L'EVENEMENT 91,**  
c'est en page 24/25...  
...la naissance du  
**CLUB EUROPEEN**  
**VIE AU SOLEIL!**

**Un été sans plume,  
juste habillé  
de soleil**



**(1)48 24 74 74**

ou sur minitel:

**36 15 VOUTA**

un seul numéro pour réserver votre centre préféré, en France ou à l'étranger, votre transport dans les meilleures conditions, souscrire vos assurances, prendre votre carte naturiste etc...

**c'est naturel,  
c'est naturiste,  
c'est**

**NATUNION !**

VOYAGES  
**UTA**

3 r Meyerber 75009 Paris

Pour recevoir le catalogue 91, retournez le bon ci-dessous

Lic A 345

NAT 91

Nom .....

Prénom .....

Adresse complète .....

### COURAGE!

J'ai le regret de ne pas me réabonner cette année à la Vie au Soleil car j'ai brutalement perdu ma femme d'un cancer, et j'ai tourné la page. Aussi les réjouissances et autres ne m'attirent plus.

Je vous souhaite cependant de continuer avec prospérité, toujours votre chemin de par ce monde pour que petit à petit et de plus en plus les hommes et les femmes comprennent que le monde serait plus agréable à vivre s'il y avait moins d'esprit de violence et de hargne à quoi échappent ceux qui ont "l'Esprit Naturiste", le vrai...

P.G.

*La maladie ou la perte d'un être cher font souvent prendre conscience d'une chose: la vie est courte et il est vraiment ridicule de passer ce temps à se bagarrer et à engendrer la violence: malheureusement ceux qui comme vous en prennent conscience sont des personnes sensées et sensibles. Ceux qui se battent pour un "titre", pour un semblant de pouvoir, ceux qui s'imaginent détenir "la vérité", ceux-là écraseraient père et mère pour arriver à leurs fins et se moquent de la mort des autres. Néanmoins, tout en prenant conscience du fait que nous devons être plus tolérants, plus solidaires les uns des autres, il ne faut pas non plus se laisser abattre. Vous nous dites "les réjouissances et autres ne m'attirent plus", je vous en prie, réagissez; d'abord, le naturisme n'est pas une réjouissance, c'est une idéologie, une façon de voir la vie; la lecture de "La Vie au Soleil" ne vous empêchera pas de garder de merveilleuses pensées pour votre épouse, au contraire cela vous rappellera peut-être de bons moments passés ensemble. Croyez-vous que votre femme aurait souhaité que vous laissiez tout tomber? Je suis certain du contraire, alors, croyez-moi: ne vous laissez pas dominer par le vide, essayez de réagir en pensant encore plus fort à votre femme et en vous disant qu'elle aurait été fière de vous.*

*Si vous avez besoin de vous confier, n'hésitez pas, écrivez-nous, c'est aussi cela le naturisme, le vrai: la solidarité. Avec une forte pensée pour votre épouse.*

*Décidément, la Fédération Française de Naturisme semble être en pleine crise: les échos et les réactions que nous recevons de toutes parts, plus ou moins vifs selon leurs auteurs, laissent entrevoir un avenir très sombre pour le mouvement fédéral. Toutefois nous nous gardons de prendre parti et nous nous contentons de vous informer; une "lettre ouverte" a retenu particulièrement notre attention: adressée à la fois au Président de la FFN et à nous-mêmes, nous avons été touchés par ses termes car elle rejoint exactement notre idéologie et notre conception du naturisme et, nous l'espérons, de la majorité des naturistes.*

### Lettre Ouverte au Président de la Fédération Française de Naturisme et à "La Vie au Soleil"

Je tiens par cette lettre à exprimer, à titre personnel, toute ma tristesse. Tristesse devant une montée des antagonismes et l'élévation d'un mur d'incompréhension entre naturistes. A l'heure où d'autres murs de sinistre mémoire s'effondrent et où l'on peut espérer que des peuples que tout séparait feront désormais route ensemble, des naturistes se rejettent, se déchirent, pratiquent l'injure ou l'humiliation.

Que comprendront la grande majorité des lecteurs de "La Vie au Soleil" de ces petites choses du microcosme naturiste? N'ayant pas eu de connaissance directe de certains faits, je ne souhaite pas prendre parti et je ne voudrais y voir que de simples maladresses personnelles, que la manifestation de susceptibilités fragiles. Mais quelle image du naturisme est ainsi donnée? Je lisais l'été dernier dans la grande presse hebdomadaire un article sur le naturisme qui concluait: "Faute de retrouver un second souffle, la religion des sans-culotte pourrait bien un jour se transformer en secte..."

Gardons nous donc d'en adopter déjà les comportements. Le naturisme, répète-t-on, est tolérance, acceptation de l'autre. N'est-ce pas là des valeurs dont notre société a plus que jamais besoin et qui sont l'honneur du naturisme? Ou ne serait-ce que des mots ronflants dont on se gargarise à la tribune ou dans nos écrits? Le naturisme n'est la propriété exclusive de personne; il a besoin de tous les naturistes: ceux qui croient à la Fédération, ceux qui n'y croient plus et de ceux qui n'y croient pas encore. Je dirais même que la Fédération a besoin d'entendre les critiques qui lui viennent de l'extérieur.

Et puis, si ces critiques existent, c'est donc qu'elle ne laisse pas indifférent, c'est même peut-être qu'elle intéresse. Alors une attitude de rejet est bien malvenue. Je parlais de "microcosme". Mais les hommes politiques font au moins semblant de s'amuser des caricatures qu'on donne d'eux dans la presse. Sang-froid et sens de l'humour ne seraient-ils pas des qualités naturistes? Nous travaillons tous pour le même idéal. Nous marchons sur des chemins différents, peut-être, mais nous faisons bien tous partie de la même grande famille. J'ose encore le croire. Bien sincèrement.

Alain LEBÉHOT  
Président de la Section Naturiste du TCCF

# Propos d'hiver et divers

**E**h bien cette année, le Père Noël version 90-91 est venu, non seulement avec une belle barbe blanche traditionnelle, mais avec un magnifique manteau blanc dont il a revêtu généreusement toute la campagne.

Cette neige que l'on avait presque oubliée les années précédentes va faire le bonheur des skieurs, des marchands de béquilles et de plâtre. Et nous, les naturistes, pas question de se promener nus au dehors, à part quelques farfelus, au nombre desquels je fus jadis, qui n'hésitent pas, sur le terrain de leur club, à se rouler dans la neige, tout nus, sous le regard horrifié de leur compagne et de leurs enfants, frileusement emmitoufflés devant la maisonnette du club. Et c'est nus que nous dormirons, non sans avoir sorti des réserves familiales le bon édredon de nos grand-mères, plein de douceur et de duvet d'oie...

Pour occuper nos loisirs forcés, le soir venu, ouaté de silence neigeux, nous préparerons nos vacances estivales. Mais oui, c'est pour demain, le temps des cartes idoines, des renseignements fournis par la "Vie au Soleil" ou par les terrains de vacances, et ainsi parés, faire notre menu d'été. Lors de nos réunions de club, nous évoquerons nos expériences passées, nous confronterons nos points de vue, et le moment venu, sans perdre un instant, nous serons, comme on dit, opérationnels...

Réunions de groupes, de clubs, de famille, bref, nous nous retrouverons

souvent cet hiver dans une chaleureuse convivialité, réconfortés par quelque vin chaud bien odorant, en grignotant des gaufres de saison, ou bien en participant à ces repas où le bon vin consommé avec la modération recommandée, mettra du soleil dans nos verres et dans nos cœurs...

De quoi parlerons nous? Ni de politique, ni de philosophie, ni de religion bien sûr. Nous avons mis à mal bien des tabous, celui du sexe en particulier, mais nous en avons créé d'autres, sous prétexte d'une neutralité frileuse, comme si nous n'étions pas adultes responsables. Si nous sommes tolérants les uns vis à vis des autres, il n'y aura pas d'interdits d'aucune sorte. Je n'aime pas ceux qui disent "je ne fais pas de politique, ça ne m'intéresse pas" et ils seront les premiers à se plaindre que ça ne va pas comme ils le voudraient.

A notre époque, dans notre pays, on doit pouvoir s'exprimer entre nous sans s'étriper pour autant et sans clore les débats par une rafale de mitraille. Au contraire, l'échange des idées, même opposées et surtout quand elles le sont, est enrichissement réciproque. Cet échange sera cause d'une amitié plus grande, parce que plus franche. Ecouter les autres, ne pas leur imposer d'office notre point de vue...

Bien sûr, il ne saurait être question de prosélytisme quelconque, mais de conversation à bâtons rompus, avec le seul désir de s'informer, de participer ainsi à la vie publique.

Né soyons pas des naturistes aseptisés, sans couleur et sans saveur... La vie n'est pas neutre, ne renions pas nos origines ni nos convictions qui ont fait ce que nous sommes. Mais soyons vigilants: Si nous avons le culte de l'amitié, la tolérance n'en sera que plus facile et plus constructive.

N'oublions pas que nous vivons au sein d'une société qui ne partage pas nos options fondamentales.

Nous vivons au sein d'une société où l'argent est roi, donc de profit. C'est la loi de la jungle, le plus fort écrase le plus faible. Il le matraque à grands coups de publicité. A force de taper sur un clou, il s'enfoncé...

Notre santé passe au second plan, donc notre vie. Notre pays a bien du mal à se défaire de la dérive janséniste qui l'a gangrenée si longtemps et qui a empêché l'évolution des mœurs. Nous devons être des témoins d'une vie différente grâce à nos clubs, grâce à l'amitié qui nous unit et qui ne connaît pas de frontières.

Sous la neige qui couvre la campagne, le perce-neige si bien nommé prépare ses fleurs, pendant l'hiver qui endort bêtes et gens, nous préparons un bel été qui sera ce que nous en ferons...

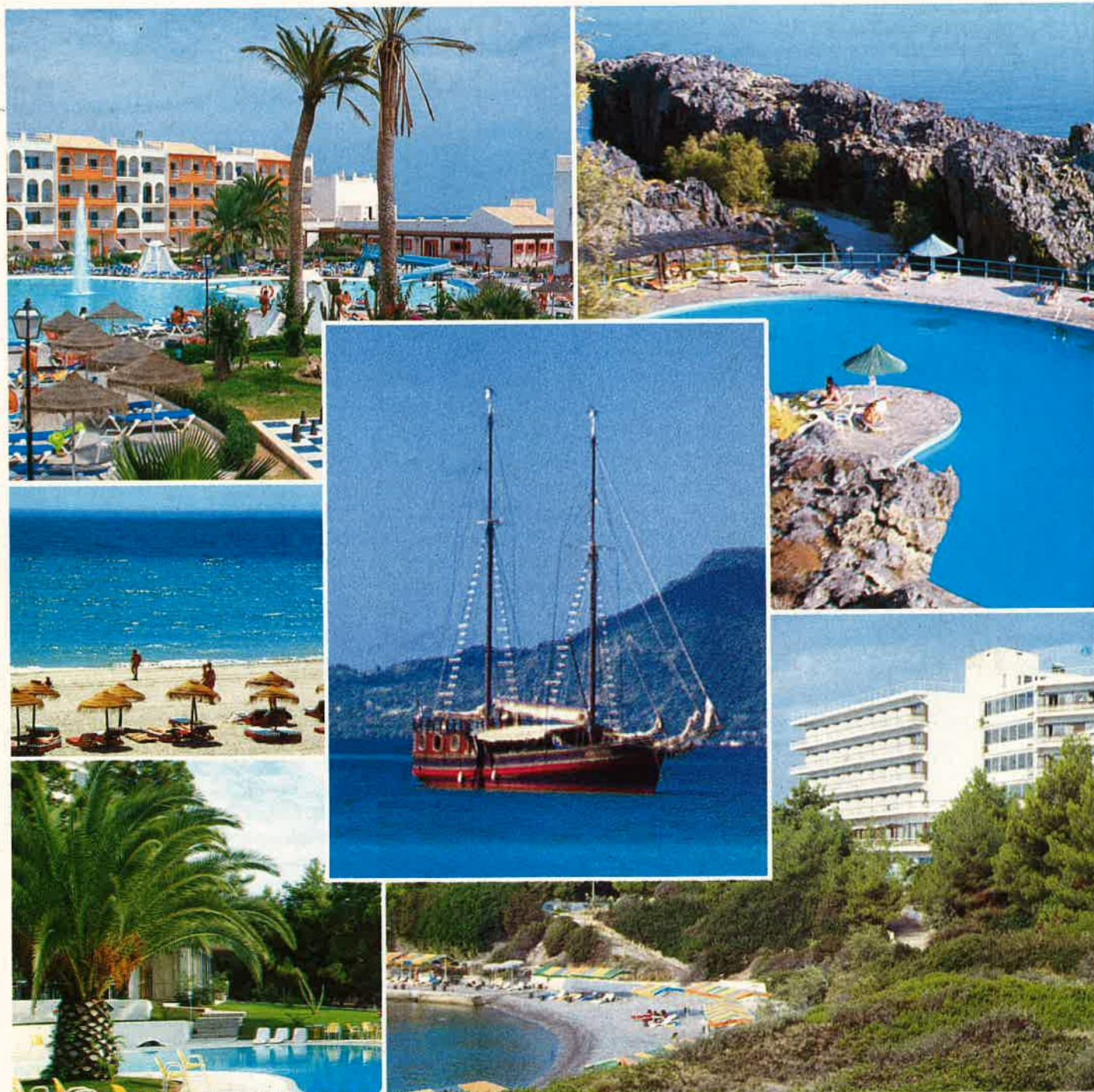
Gabriel.

UN SÉJOUR NATURISTE EN HOTEL-CLUB ? UNE CROISIÈRE NATURISTE ?

# OUI avec **NATUR Club**

Séjours et Croisières en:

**GRECE / TURQUIE / YOUGOSLAVIE / ESPAGNE / ANTILLES**



Bon à découper pour recevoir notre catalogue couleur de 36 pages:

NOM: .....

PRENOM: .....

ADRESSE: .....

.....

## **NATUR Club**

18, rue Custine - 75018 PARIS

Tel: (1) 42 52 41 00 - Télex: 283 155 - Fax: (1) 42 52 04 18

## "FLEUR DE LAMPAUL"

"Fleur de Lampaul" est un ancien caboteur classé monument historique. En 1991 transformé en base d'étude itinérante, il sera capable d'emmenner un jeune équipage sur toutes les mers du monde, à la découverte de la planète "OCEAN" et des hommes qui l'habitent.

En embarquant enfants et chercheurs de différents pays d'Europe, ce navire d'exploration sera aussi un lieu de rencontres et d'échanges avec un objectif: sensibiliser les jeunes européens à la protection du milieu marin. Explorer et raconter sont les deux aspects inséparables du projet. Films télévisés, livres, reportages, émissions radio, expos, permettront d'associer le grand public (surtout les jeunes des milieux scolaires) à l'aventure vécue par les "enfants éclaireurs" de "Fleur de Lampaul".

Un programme réparti sur 4 ans prévoit l'étude des mammifères marins et la rencontre "des peuples de l'eau". "Fleur de Lampaul" séjournera en Mauritanie, en Guinée Bissao, en Amazonie et en Amérique Centrale, mais aussi le long du littoral français particulièrement dans les Pays de Loire lors de stages courts entre deux expéditions. Des océanographes, des ethnologues mais aussi des écrivains, des artistes et des grands voyageurs aideront de façon approfondie à la préparation de chaque expédition.

En 1991 le grand public pourra embarquer à bord de "Fleur de Lampaul" pour une série de stages exceptionnels réalisés dans le cadre de la campagne internationale d'étude des cétacés. En avril-mai et en septembre-octobre, il sera étudiée une zone située dans le Golf de Gascogne où les cétacés sont très nombreux. En outre des stages de découverte du milieu marin particulièrement destinés aux scolaires sont programmables sur demande. Ceux qui sont intéressés par cette expérience peuvent lire "Les Enfants Dauphins" l'album qui raconte les deux premières expéditions de "Fleur de Lampaul" (chez Gallimard). Un film sera disponible sur cassette-vldéo en février.

Rens. ARCHIPEL, 94 rue de la Meule 85350 Ile d'Yeu ☎ 51.58.30.75 Fax 51.59.26.26

## SKI DE FOND SUR LE LAC DE TIGNES

Un parcours de ski de fond, à compter du 5 janvier, sera établi sur le lac de Tignes à 2100m d'altitude. La longueur de l'ensemble du tracé est d'environ vingt kilomètres et convient aux débutants comme aux confirmés.

Pour l'initiation ou le perfectionnement, IMMOTIGNES et les moniteurs de l'Ecole de Ski Français proposent tout l'hiver un forfait comprenant l'hébergement en appartement pour une semaine et 5 demi-journées de cours de ski de fond à partir de 925F par personne.

Renseignements: ☎ 79 06 35 65 ou Maison de Savoie à Paris ☎ 42 61 74 73.

## SOUFFLE-MOUVEMENT

L'Institut Eva Ruchpaul (Institut de Hatha-yoga) nous communique que les 2-3 février aura lieu un stage spécial avec SHEELA RAJ, intitulé "Le Souffle Mouvement" (Mouving Breath).

Le souffle - mouvement est un processus personnel intense par lequel l'expérience combinée du yoga, de la danse et de la voix sensibilise le corps d'une manière harmonieuse et holistique.

Les séries d'exercices qui constituent "Moving-Breath" échauffent et étirent le corps en insistant sur l'alignement correct de la colonne vertébrale et de la conscience accordée à la respiration. Alors le corps souffle mouvant et fluide devient l'instrument de résonance idéal pour la voix humaine.

Le processus créatif collectif qui suit les cours techniques permet à chacun de trouver et de développer sa propre danse, son propre chant.

Horaires: de 9h à 17h - forfait: 650F

Rens: I.E.R. 3, rue Troyon 75017 PARIS ☎ 43 80 59 94 - 47 66 24 68

**NB:** Signalons que l'I.E.R. organise toute une série de conférences dans le cours de l'année 1991 sur des sujets ayant trait à la psychophysiologie, au yoga, Ayurveda, Samkhya, au sommeil, à la mémoire collective etc...)

## LE VOLEUR D'HUMAINS

Une enquête de l'inspecteur Klebs.

Pour plaider la cause des animaux en détresse et pour leur porter secours, la SPA a choisi avec la complicité de J.P. DIRICK, un nouveau langage: l'humour... En effet une BD "Les Enquêtes de l'Inspecteur Klebs: Le Voleur d'Humains", vient de paraître, éditée par les Editions STEI-BERT et DARGAUD au profit de la SPA. Cet album soulève le douloureux problème qui est l'enlèvement de nos compagnons à quatre pattes à des fins expérimentales. Le ton est humoristique puisque dans la BD les rôles sont inversés, l'homme devenant l'animal de compagnie du chien. Les bénéficiaires iront donc à la SPA pour l'aider à vacciner gratuitement les chiens et chats des chômeurs et autres personnes les plus touchées par la crise économique (20 000 albums vendus = 5 000 vaccins!).

*Le voleur d'humains: couverture cartonnée - 44 pages en couleur. Distribution Dargaud. 59F - Librairies et grandes surfaces.*

## C'EST DÉJÀ L'EUROPE

Les stations de la Thuile d'Aoste (Italie) et de la Rosière Montvalezan (France), saisissent aujourd'hui l'opportunité de l'Europe pour modifier le cours de leur développement. Elles adoptent une nouvelle structure juridique de droit communautaire: "Le Groupement Européen d'Intérêt Economique". Intitulé "Sud Mont-Blanc", ce groupement est le premier dans le monde de la montagne et des sports d'hiver. Il va permettre de concentrer les moyens et de créer des synergies dans l'amélioration, la complémentarité et la diversité des produits proposés.

La Thuile et la Rosière Montvalezan expérimentent depuis cinq ans déjà cette collaboration. Elles offrent à leur clientèle un domaine skiable de dimension internationale réparti sur plus de 3000 ha (135 km de pistes) avec une dénivellée de 1500 mètres maximum.

Située à 1850 mètres d'altitude dans la Haute Tarentaise, la station de la Rosière Montvalezan est exposée plein sud et bénéficie d'une vue en balcon imprenable sur les stations des Jeux Olympiques.

La Thuile se trouve à 1450 mètres d'altitude dans la vallée d'Aoste au pied du Mont Blanc. Les deux stations offrent une capacité d'accueil de 17 500 lits.

## LE PATRIARCHE

L'association Le Patriarche accueille 10 000 toxicomanes par an, s'occupe en permanence de 5000 ex toxicomanes volontaires, placés par la justice, quelquefois mineurs, envoyés par les parents, les amis, les médecins. Parmi les pensionnaires, il y a des femmes enceintes, mariées ou non, des malades (hépatites, sida), des handicapés. Tous les âges, toutes les nationalités, toutes les ethnies, toutes les religions sont représentés.

L'association gère 215 lieux de vie et d'espoir, implantés sur les continents européens et américains où l'on réapprend à vivre et où l'on tente de se débarrasser de ce fléau qu'est la toxicomanie par le sevrage-bloc, le travail, les activités sportives et artistiques.

LE PATRIARCHE INTERNATIONAL DIRECTION EUROPÉENNE DE FRANCE:  
Château de Ruble Gimat 82500 BEAUMONT DE LOMAGNE ☎ 63.65.20.14

Jean-Marie BOUCHARD président du Club du Soleil de Montpellier (Hérault) nous a fait parvenir une photographie illustrant la journée de l'eau 1990 ainsi que le texte suivant:

### A L'EAU...? LE CLUB DU SOLEIL DE MONTPELLIER - HERAULT?...

Délaissant un peu les garrigues endormies par l'hiver et envahies de mistral, les naturistes du Club du Soleil de l'Hérault se retrouvent aussi à la piscine couverte deux fois par mois. C'est ainsi qu'ils gardent leurs habitudes gymniques et préparent les Rencontres Européennes de Natation. (deux médailles d'Or en 1989). Les Naturistes fervents y sont invités et attendus.

A l'eau... allo, le C.S?  
67 70 68 80 ou 67 68 28 71  
A bientôt!



## LES PETITES FESSES BRONZÉES

Le bulletin du Club Naturiste de BELEZY-PROVENCE s'appelle désormais **LI POUPE TO ROUSTI**. Li poupeto rousti c'est: les petites fesses (ou rondeurs) bronzées en Provençal. Pourquoi ce titre? A la suite d'un reportage d'Antenne 2 l'été dernier, les membres du club ont appris que les gens de Bédoin, commune où se situe le Domaine et le Club de Bélézy, les appelaient les "culs blancs". Absolument pas d'accord avec la couleur citée, et quelque peu en réaction contre cette appellation, nos amis ont décidé de baptiser le bulletin: Li Poupeto Rousti, titre soufflé par le chanteur provençal, André Chiron.

### Les nouvelles

Le 7 juillet 1990, à l'issue de la réunion du Conseil d'Administration, quatorze administrateurs ont procédé à l'élection du bureau, soit:

Président.....	Serge OWCZARCZA	Vice-Président.....	Jean-Claude TARDITI
Secrétaire.....	Maryvonne MILLET	Secrétaire adjoint.....	Pascal LECLERE
Trésorier.....	René MILLET	Trésorier adjoint.....	Gérard CHEVREUX

Le 22 septembre, à l'occasion d'un autre conseil d'administration, les décisions suivantes ont été prises:

- continuer la diffusion du bulletin avec titre en provençal.
- demande au Domaine pour un contrôle plus strict des licences et de l'entrée de personnes non naturistes.
- augmentation de la cotisation "couple" qui passe à 200F. (les autres cotisations restant identiques soit 130F pour les célibataires et 90F par enfant de plus de 15 ans et à charge).
- le CA mandate le bureau pour rédiger un projet de règlement intérieur qui sera discuté au prochain conseil du printemps.

### Divers:

Les effectifs du CNBP étaient en 1990 de 228 licenciés contre 159 en 1989.

Le conseil d'administration au cours de sa réunion du 22 septembre a décidé d'annuler le droit d'entrée de 60F pour tout nouvel adhérent.

La carte "forfait-loisirs" vous est offerte par le Domaine sur présentation de la carte du CNBP. En haute saison, les adhérents peuvent bénéficier ainsi d'une remise de 30% sur le prix d'entrée au parc de loisirs.

(Extraits du bulletin de décembre 1990).

Pour tout contact : CNBP - P. et M. Millet Le Rougadou 84410 Bédoin ☎ 90 65 93 71.

## CAMPEURS AU LONG COURS

Vous êtes campeurs, caravaniers, ou camping-caristes naturistes, nous vous invitons à vous joindre à nous. Nous sommes plusieurs campeurs naturistes qui avons décidé, pour 1991, de faire un "voyage au long cours" afin de faire connaître les Clubs et les belles régions de France. Pour l'année 1991, nous avons choisi la visite de l'Est de la France, ses vallées, ses châteaux, sa nature, du 4 mai au 27 mai 1991. (départ: banlieue parisienne).

Rens: Mr BUSSON Etienne  
33, rue du Muguet - 59210  
COUDEKERQUE BRANCHE.

## ART ET NATURE

Le gala annuel du club ARENA aura lieu le 6 avril à 20h15 au Centre JEAN DAME, 17 rue Léopold Bellau 75002 PARIS (Métro Sentier).

Renseignements: ARENA  
55 Bd de Charonne  
- E 35 - 75011 PARIS.  
Minitel: 46 04 94 28  
Code ARENA.

# La forêt de nos loisirs

*Depuis toujours la vie de l'homme a été intimement liée à celle de la forêt. Mais, pendant des millénaires et des millénaires, nos ancêtres se préoccupèrent surtout de ce qu'elle pouvait leur fournir en matière de nourriture, bois de construction, de chauffage et autres produits très matériels.*

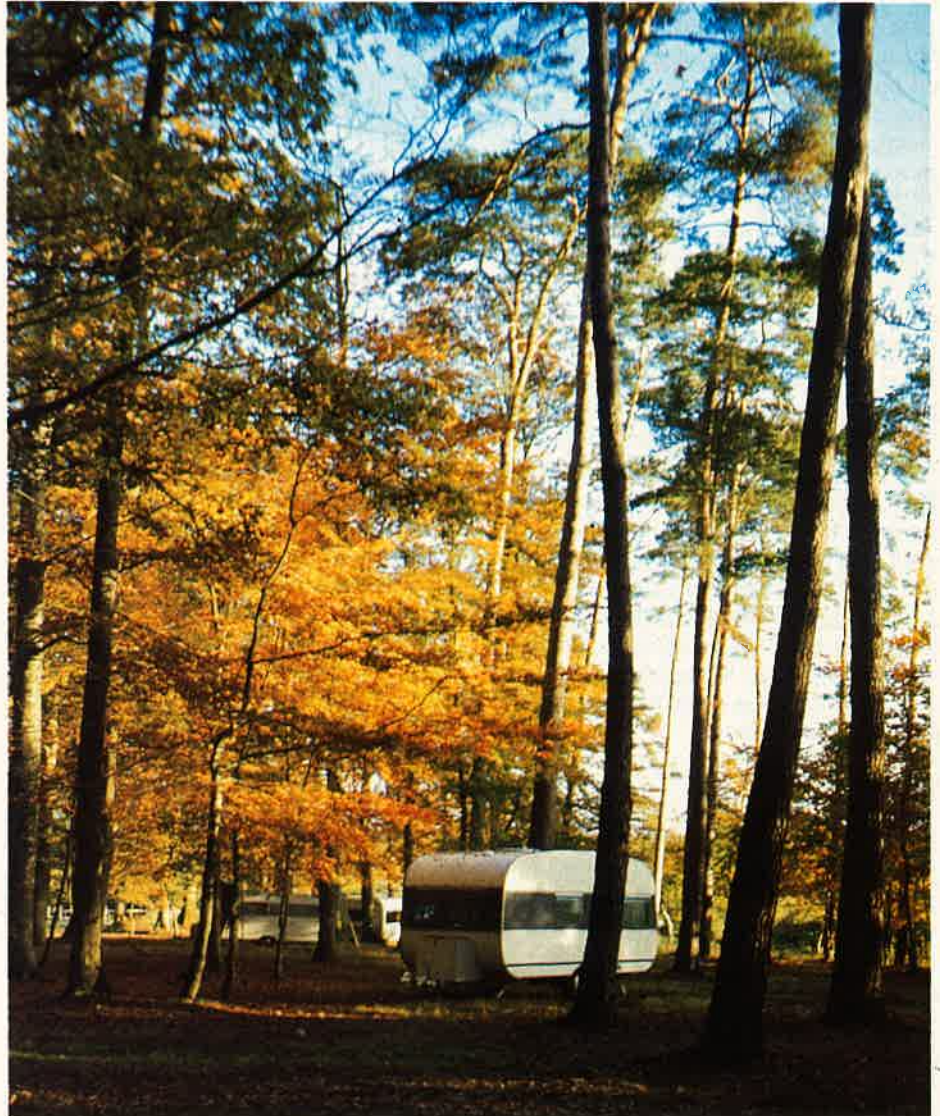
*Sans doute, plus tard, rois nobles et autres "grands" de ce monde ont chassé à "courre" en forêt, ce qui était pour eux une forme de distraction. Mais le tourisme et les loisirs pour l'ensemble de la population n'étaient guère dans les préoccupations de la, par ailleurs fort vénérable, Administration Royale des Eaux et Forêts.*

*C'est cependant à celle-ci et à la vénerie que le touriste d'aujourd'hui doit certains aménagements considérables effectués à cette époque.*

## De la vénerie à la promenade

Pour comprendre les aménagements résultant du développement de la vénerie il faut se rappeler l'importance des chasses royales ou seigneuriales, le nombre de chevaux, de carrosses, de chiens. Lorsque Louis XIV chassait à Fontainebleau, le lundi et le jeudi, sa meute de cerf comprenait 100 chiens blancs!

Les autres jours de la semaine, c'étaient les équipages du dauphin, des ducs de



Bourbon, du Maine, d'Orléans et autres qui parcouraient la forêt... L'organisation de ces chasses à courre a donc nécessité la création d'un réseau fort dense de routes convergeant vers des carrefours en étoile. Ce réseau existe toujours, entre autres, dans les grandes forêts domaniales d'Ile de France.

Ces allées rectilignes se sont ainsi ajoutées aux diverses voies de communication qui, de tout temps ont traversé les massifs forestiers. Aux chemins

gaulois, voies romaines, chemins de chars (permettant d'assurer la liaison entre zones agricoles situées de part et d'autre de ces massifs) étaient déjà venues se superposer les grandes routes royales convergeant vers Paris. Les allées de vénerie avaient suivies et enfin, ces dernières décennies, des routes touristiques sont venues compléter ce réseau. Plus de 10 000 km de routes forestières sont aujourd'hui ouvertes à la circulation publique dans

les 4,3 millions d'hectares de forêts appartenant à l'Etat ou aux Collectivités locales et gérées par l'Office National des Forêts.

Ce réseau a, en général, été réalisé avec le double objectif de permettre une circulation de service et d'ouvrir la forêt au public. Ce faisant, l'ONF est fidèle à une de ses missions: "développer la fonction de loisir dévolue aux forêts de propriétaires publics et coordonner la circulation du public, c'est-à-dire favoriser certains utilisateurs, en rejeter d'autres et canaliser le reste" comme l'écrit Monsieur Nicolas PARANT, Chef du Département du Domaine et des Loisirs en Forêt.

Ainsi si ce réseau routier permet le tourisme motorisé en forêt, il a été, avant tout, conçu comme un moyen d'accéder au cœur des massifs forestiers pour s'y promener.

La promenade en forêt est, de loin, le loisir le plus répandu. Les forêts d'Ile de France par exemple, reçoivent chaque année 150 millions de visites soit beaucoup plus que tous les cinémas, théâtres et monuments de la région. Certes tous ces visiteurs de la forêt ne font pas de longues promenades.

Certains même s'éloignent peu de leur voiture. Ils viennent là en famille pour pique-niquer et jouer avec les enfants. A leur intention (et à celle des promeneurs et randonneurs), l'ONF a créé 80 000 places de stationnement (le plus souvent en lisière des massifs) et installé 13 000 bancs et tables-bancs.

D'autres visiteurs par contre marcheront pendant plusieurs heures. Le fléchage de nombreux circuits et la publication par l'Institut Géographique National (107, rue de la Boétie 75008 PARIS) de cartes très précises (1/25 000<sup>e</sup>) des massifs forestiers ont favorisé l'allongement de ces promenades.

## Les sports de plein-air en forêt

De la promenade à la randonnée pédestre, il n'y a qu'un... pas vite franchi et nombreux sont les utilisateurs des 11000 km de sentiers, dont 3 000 de grande randonnée (les G.R.) situés en forêt. La

plupart d'entre eux font des randonnées de la journée, le samedi, le dimanche, voire un jour de la semaine pour les retraités. Il s'agit soit de randonnées de gare à gare soit de boucles utilisant à la fois GR, sentiers de "petite randonnée" ou de "pays" et circuits d'intérêt local.

Enfin, la forêt est souvent un lieu de passage pour les amoureux de la "grande randonnée" c'est à dire de celle qui se pratique sur plusieurs jours avec étape, soit sous la tente, en gîte d'étape ou refuge ou encore dans le petit hôtel de campagne. Les promeneurs et randonneurs représentent le public privilégié de la forêt. C'est celui qui peut en profiter le plus sans la perturber, surtout s'il ne sort pas des chemins et sentiers.

Les randonneurs équestres sont également les bienvenus en forêt à condition qu'ils ne sortent pas des chemins et pistes cavalières (9 000 km) qui leur sont réservés. En effet, le passage répété de cavaliers dans les sous-bois causerait d'importantes dégradations.

Il en est de même des vélos tout-terrain. Ce sport non motorisé a sa place en forêt mais, pas plus que le cheval, il ne peut être admis partout. Sur les chemins il ne pose pas de problème mais ce n'est pas spécialement sa vocation. Alors, il n'y a qu'une solution: lui ouvrir, comme aux cavaliers, des circuits dont il ne devra pas sortir.

Les cyclistes et cyclotouristes classiques pour leur part, préfèrent les voies goudronnées. Il disposent déjà de l'important réseau de routes forestières et des petites départementales situées en forêt. S'y ajoutent, de plus en plus nombreuses, les pistes cyclables forestières (50 km pour la seule forêt de Rambouillet par exemple).

La forêt est également un lieu de prédilection pour la pratique du ski de fond et du ski de randonnée. Les skieurs de fond y disposent de 1 500 km de pistes, quant au ski de randonnée, d'immenses possibilités lui sont ouvertes. Les routes non praticables l'hiver en voiture dans certaines régions, les pistes, laies et layons permettent aux randonneurs skieurs d'effectuer de superbes itinéraires. La traversée du Vercors du Sud au Nord avec étape en refuge reste, par exemple,

parmi mes meilleurs souvenirs.

Randonner en forêt: à pied, à cheval, à vélo et sur des skis représente déjà un large éventail de possibilités de sport de plein air. Il en existe bien d'autres.

De nombreuses rivières traversent les forêts. Canoë kayak et parfois raft y sont possibles. Par ailleurs la forêt enserrme fréquemment des lacs, étangs ou plans d'eau de retenues permettant la pratique de tous les sports nautiques non motorisés.

Dans diverses forêts, falaises et blocs rocheux offrent la possibilité d'un autre sport: l'escalade. Le massif de Fontainebleau avec ses très intéressants rochers de grès est, entre autres, particulièrement apprécié par les varappeurs.

## Equipements et informations

L'équipement de la forêt pour les loisirs, ce sont ces routes, ces sentiers, ces pistes; c'est près d'un millier d'aires d'accueil et de jeux. Mais c'est aussi des parcs animaliers tel celui des Yvelines, le Parc Forestier National de Sevran, le Domaine National de la Chasse en forêt de Montmorency qui présente sur 200 hectares une variété exceptionnelle de milieux naturels...

En effet, pour l'ONF, la forêt ne doit pas rester un simple stade ou un joli décor pour des activités étrangères à la nature. L'accueil du public en forêt s'accompagne donc d'une information sur la forêt et sur une sensibilisation à la vie de la nature. Les actions d'informations de l'ONF sont de divers ordres: panneaux posés en forêt, sentiers pédagogiques, diffusion de documentation, visites guidées pour les écoles ou les groupes, arboretum et maison de l'arbre (Chevrelop) centres d'information tel celui de la Faisanderie en forêt de Sénart. Dans cette même forêt, on peut aussi citer, dans la plaine de la Bergerie, jouxtant une aire de jeux fort bien aménagée pour enfants, une plantation éducative. Là, sur une importante surface se côtoient des dizaines d'espèces d'arbres issus de tous les pays du monde, à feuilles caduques comme à feuillage persistant. Citons par exemple parmi les conifères: des sapins

de Douglas, des pins noirs d'Autriche, des mélèzes du Japon, des cèdres de l'Atlas, des cyprès chauves, des séquoias... Les feuillus ne sont pas moins nombreux. A tous les chênes français, s'ajoutent: des chênes rouges d'Amérique (dont la plantation se répand, il est vrai, dans notre pays car il est plus vite au faite de sa taille) des trembles, tilleuls, sorbiers des oiseleurs, érables, sycomores, aulnes...

## La protection de l'environnement

La qualité de l'environnement naturel est un des attraits des loisirs en forêt. Mais l'ONF souligne que la nature est fragile et ne supporte pas sans dommage une fréquentation mal contrôlée.

C'est pourquoi ses responsables privilégient les activités qui respectent le mieux la forêt et celles qui s'intéressent à son observation. Par contre, l'ONF estime que toutes les activités ne sont pas possibles en forêt.

En particulier les véhicules à moteur doivent être strictement cantonnés sur les voies ouvertes à la circulation publique, ce qui exclut évidemment d'une façon absolue la circulation des véhicules "tout terrain" tels "motos vertes" et les "4 x 4", en dehors de celles-ci. De même pour l'ONF certaines utilisations de la forêt peuvent être incompatibles entre elles lorsque la fréquentation est trop forte. Il considère donc nécessaire de canaliser certaines activités tout en laissant au public l'impression d'être libre car c'est souvent la raison profonde de son choix pour la forêt.

## Camper en forêt

De nombreux terrains de camping privés ou municipaux sont situés à proximité des grands massifs forestiers. Ils figurent dans le "Guide Officiel" de la Fédération Française de Camping et de Caravaning (FFCC 78, rue de Rivoli 75004 PARIS) qui répertorie et décrit tous les terrains de camping français.

Si les environs des forêts sont bien pourvus dans ce domaine, on remar-

quera que les camps réellement implantés en forêt sont peu nombreux.

L'ONF estime en effet que la création de grands centres de séjour en forêt n'est guère conciliable avec ses soucis écologiques. Un certain nombre de terrains ont cependant pu être réalisés sur les domaines publics en lisière des massifs. Ce sont des camps à vocation essentiellement touristique. Une pratique du camping de caractère résidentiel ne peut s'y développer car elle serait contraire à la notion d'utilisation non privative de la forêt domaniale.

Reste le cas des randonneurs. Un certain nombre de points d'hébergements: chalets et refuges principalement, leur permettent parfois de faire étape en forêt. Outre que les possibilités ainsi offertes sont assez limitées, les lieux d'implantation de ces hébergements ne cadrent pas toujours avec les itinéraires et haltes souhaitées.

La tente par contre facilite la pratique de la grande randonnée. Une question se pose alors: ces campeurs randonneurs qui souhaitent faire étape dans un milieu naturel non altéré et sont, de ce fait, susceptibles d'en être parmi les meilleurs gardiens, peuvent-ils camper en forêt domaniale?

Dès 1938, un accord était conclu entre l'Union Française des Associations de Camping, qui devait devenir la FFCC, et l'administration des Eaux et Forêt de l'époque. Aux termes de cet accord, toujours en vigueur, la vignette UFAC apposée sur une carte d'association était reconnue comme apportant à l'administration les garanties assurances qu'elle exigeait pour autoriser le camping en forêt domaniale. C'est ainsi que l'on vit fleurir à cette époque, il en existait encore dans les années 50, des pancartes portant les sigles UFAC avec la mention "camping autorisé".

Aujourd'hui la FFCC respectant toujours le contrat apporte régulièrement à l'ONF l'attestation demandée sur les garanties offertes par sa vignette. Alors où peut-on camper en forêt?

La situation varie considérablement suivant les massifs. Dans certaines forêts, le camping peut être totalement interdit

pour différentes raisons: situation géographique, nature du boisement etc... C'est le cas, par exemple de forêts proches de Paris: Meudon, Verrières, Fausses-Reposes, Malmaison, Versailles ou d'autres situées dans différents départements (notamment dans le sud de la France). Par contre, dans maintes régions, il est possible, en certains points, de camper en forêt domaniale.

Le candidat au camping s'adressera au préalable à l'agent technique de l'ONF du secteur qui pourra ou non lui donner l'autorisation toujours absolument nécessaire. Si le camping est possible, le randonneur lui remettra sa carte de club revêtue de la vignette FFCC au millésime de l'année en cours. Le responsable de l'ONF indiquera l'emplacement où il est possible de s'installer et lui donnera, le cas échéant, les consignes particulières. Il faut rappeler qu'il s'agit là d'un camping pratiqué en des lieux non aménagés, que les campeurs doivent y être fort peu nombreux, évidemment ne pas faire de feux et ne laisser aucune trace de leur passage. Au départ, les campeurs n'oublieront pas d'aller rechercher leur carte de club et de remercier leur hôte.

Les grandes randonnées en forêt devront donc être soigneusement préparées afin que les étapes puissent s'effectuer en des lieux où l'on est certain que le camping sera autorisé.

Cela présente évidemment certaines contraintes mais procure en retour des satisfactions profondes qu'ignorera toujours celui qui n'a pas passé une nuit sous la tente, dans la paix profonde de la grande sylvie pourtant toute bruissante de sa vie nocturne.

Marcher tout le jour sous les frondaisons, dormir comme les biches au creux des halliers... Forêt tu es la joie de nos loisirs.

**Alexis POUPARD**

# Entre Vallespir et Chaîne des Albères:

## "LA CLAPERE"

*Comment peut-on imaginer qu'à proximité de ces grands axes de communication de l'Europe que sont la Catalane (la célèbre autoroute B9) et la nationale 9, se trouvent des endroits aussi paisibles et aussi plaisants que les centres de vacances naturistes des Pyrénées-Orientales, juchés ou blottis dans leur montagne, à l'abri des bruits, des rumeurs, de l'agitation. Une escale de tranquillité dans les vagues vertes et ondoyantes que forme la Chaîne des Albères en fait partie: LA CLAPERE.*





**Ci-contre:**

- Une vision de paradis...

**Au milieu de gauche à droite:**

- Un des blocs sanitaires équipé de ses panneaux solaires.
- L'allée menant à l'accueil...

**Ci-dessous:**

- Un emplacement dans son écrin de verdure.



**Ci-contre, de gauche à droite:**

- La piscine installée sur une vaste terrasse rose.
- Roger Quénot conversant dans la salle de restaurant...

La Clapère est située sur la commune de Maureillas. Pour y accéder, le meilleur moyen est de quitter l'autoroute B9 par la dernière sortie avant l'Espagne, direction "Le Boulou". Au Boulou, vous empruntez sur 3 km la RN 9 menant au "Col du Perthus", puis vous vous dirigez à droite sur Maureillas. Là, vous prenez la départementale 13, direction Las Illas; La Clapère est nichée au bout de 2 km dans la forêt de chênes.

Après la route goudronnée, un court chemin en bon état, longeant des bois puis une vigne vous conduit au domaine. A l'entrée, après le parking se dessine le bâtiment principal au bout d'une allée agréable bordée d'arbres et d'arbustes. L'accueil, situé tout de suite après cette allée, est un endroit clair et bien organisé au milieu duquel "trône" un petit bureau rustique. Des étagères et présentoirs y sont garnis de brochures diverses et de livres. Claude ou Roger Quénot, ou bien encore leur fille Laure vous accueillent en cet endroit de façon sympathique et détendue.

## Les emplacements

Le terrain de 50 hectares, au stade actuel, dans ce que Roger appelle la 1<sup>ère</sup> tranche, présente cent emplacements presque tous équipés en eau et électricité (à 90%). La plupart d'entre eux sont situés de part et d'autre de la rivière de Maureillas; ce cours d'eau de montagne traverse la Clapère (sur 2km) et est très prisé l'été pour faire "trempe" et conserver les boissons au frais. D'autres emplacements s'échelonnent en terrasses sur la colline qui s'élève immédiatement après le passage de la rivière.

Tous ces emplacements sont à l'abri dans la végétation, dans l'herbe, dans

les fougères, sous les chênes-verts, à l'ombre des arbres fruitiers et des acacias. La majeure partie de ces "quartiers" ou des allées a été baptisée et porte des noms évocateurs tels que les Roches, les Cerisiers, l'Allée de la Source, la terrasse Philippe, etc...

## Rivière, Bambous et Canigou

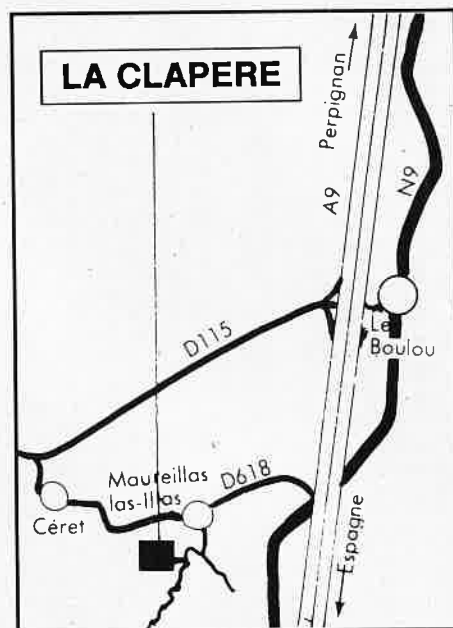
Le cœur de la Clapère, c'est vraiment la rivière qui, à partir d'un charmant petit pont se transforme en une succession de cascades pour ensuite se calmer dans un bassin, formé et entouré de roches, dans lequel il est vraiment très agréable de se baigner et de plonger.

La vision que donne ces baigneurs se reposant sur les rochers ou investissant l'eau, insuffle à cet endroit une notion de ce que pourrait être le paradis (s'il en est!).

Avant le passage du pont, un large sentier sur la gauche longe une bamboueraie, dominée par des tilleuls immenses, des érables géants, des frênes, des marronniers. Ce site avec ses bambous, ses palmiers, ses aloès, ses lauriers roses, évoque plus une forêt tropicale que la sylve traditionnelle des Albères et est certainement la place idéale pour rêver et méditer. Une route forestière sillonne l'ensemble du domaine en une grande boucle et c'est là l'occasion d'une sympathique promenade pour découvrir le panorama: La Clapère à vos pieds, Vallespir et Canigou au loin.

## L'eau chaude "du soleil"

L'équipement sanitaire est remarquable. Comme la zone de camping est séparée en deux parties, l'une longeant la rivière, l'autre s'étageant



dans la colline, il y a un bloc sanitaire pour chaque quartier. Les douches chaudes fonctionnent à l'énergie solaire (c'était normal d'y penser dans une des régions de France les plus ensoleillées). Ces blocs entièrement carrelés, comprennent également bacs à laver, lavabos, wc fort bien entretenus, le tout disposé de manière rationnelle de façon à favoriser au maximum le confort de l'utilisateur.

## Loisirs, Détente, Services

En plus des bassins naturels, la baignade se pratique aussi dans la piscine, installée entre un champ de vigne et le bâtiment principal, sur une grande terrasse rose prolongeant celle du bar, formant ainsi un ensemble gracieux. Une pataugeoire située en contrebas de la piscine assure une structure originale à la construction. Un terrain de volley-ball est placé dans une clairière non loin de la rivière. Une salle de ping-pong est à disposition dans un local faisant partie des bâtiments principaux.

L'aire de jeux pour enfants créée à l'ouverture du terrain, près de la bamboueraie se trouve maintenant un peu éloignée du "cœur" du centre et il serait peut-être plus judicieux de le placer près de la piscine.

Les mordus de lecture quant à eux peuvent emprunter des livres à la bibliothèque.

Près de la terrasse du bar ombragée toute la journée, le restaurant dans son cadre coquet vous incite à l'appétit.

L'épicerie de dimension moyenne vous assure du nécessaire. On peut également y commander et emporter des plats cuisinés.

## Animations

Un panneau d'informations à l'entrée du domaine signale les événements, les manifestations et les activités de la région. Sur ce panneau sont également décrites les animations proposées par la famille Quenot selon un calendrier fort précis. Le mercredi est réservé à la promenade; le jeudi, Laure organise des jeux de piscine qui font la joie des tout-petits; le vendredi, vous avez droit au cours de gym; le samedi, c'est le moment de se mesurer lors d'un tournoi de ping-pong; et bien sûr le dimanche est l'occasion de se relaxer en jouant à la pétanque mais toujours en tournoi. C'est également l'occasion de créer soi-même une activité inédite à la Clapère. Enfin un dimanche sur deux vous pouvez, si vous en avez l'envie, participer à une randonnée d'environ 25 kilomètres, menée soit par Roger Quenot, soit par un de ses amis hollandais.

Signalons que pratiquement chaque samedi soir, Claude et Laure concoctent une paella pour laquelle bon nombre de gourmands se pressent.

## Tourisme

Comme nous l'avons déjà dit précédemment la région est vraiment digne d'intérêt. La Clapère est certainement le centre naturaliste le mieux placé des Pyrénées-Orientales pour la proximité

de la mer. En effet, Argelès n'est qu'à une vingtaine de kilomètres et peut être le départ d'une excursion intéressante qui va de la côte Vermeille à Port-Bou en passant par Banyuls et le Cap Cerbère.

Le Perthus et l'Espagne ne sont qu'à une dizaine de kilomètres. Insistons encore sur la beauté des sites dans la chaîne des Albères et dans le Massif du Canigou. Tout ici est prétexte à s'arrêter pour contempler.

Les amateurs de cure apprécieront certainement la visite des villes thermales du Boulou et d'Amélie-les-Bains. Quant aux adeptes du centre commercial, ils trouveront leur bonheur à Perpignan, distant de 25 km. N'oublions pas le petit village de Maureillas à proximité. L'été, l'animation bat son plein avec concours de boules, fête votive, sardinades.

Outre toutes les commodités que la commune offre, (médecin, pharmacien, alimentation, garage), vous pourrez apprécier le complexe sportif de premier ordre avec piscine et tennis.

## Projets

Revenons à la terrasse du bar de la Clapère et discutons avec Roger à l'ombre du figuier.

- *"Roger quels sont vos projets, pour 91?"*

- La 2<sup>ème</sup> tranche des travaux est pratiquement achevée et nous prévoyons d'installer une dizaine de caravanes et de bungalows sur les nouveaux terrains récemment aménagés. Il est à noter que trois sont déjà en place, le tout bien sûr avec eau et électricité. Il est prévu également d'agrandir le parking à l'entrée du domaine ainsi que la route qui y mène, en empiétant sur le champ de vigne qu'on longe en arrivant. En effet cet aménagement du parking de nuit

est nécessaire car les clients rentrant occasionnellement tard le soir éviteront ainsi de perturber le sommeil des autres campeurs, en laissant leur voiture (en parfaite sécurité) sur cette aire de stationnement.

Nous espérons ainsi satisfaire au mieux notre clientèle en lui offrant un maximum de service et de bien-être. L'obtention "3 étoiles" pour la saison prochaine sera une enseigne vraiment représentative pour nous, car nous préférons appliquer des tarifs un peu plus élevés et pouvoir donner plus".

## Agriculteurs à la Clapère

Les "Quenot", originaires de Normandie, sont réellement tombés amoureux de leur région d'adoption.

Ils s'y sont adaptés jusqu'à produire eux-même du miel, fabriquer du fromage de chèvre, cultiver vignes et cerisiers, comme tout bon paysan catalan qui se respecte.

Claude, Roger et Laure sont fiers de la Clapère et la Clapère le leur rend bien.

Jean-Luc MUSCAT

### Appréciations VS

#### Très bien:

Site,  
Emplacements.  
Sanitaires.

#### Bien:

Ensemble piscine solarium.  
Restauration.  
Animations.

#### Moyen:

Prix un peu élevés.

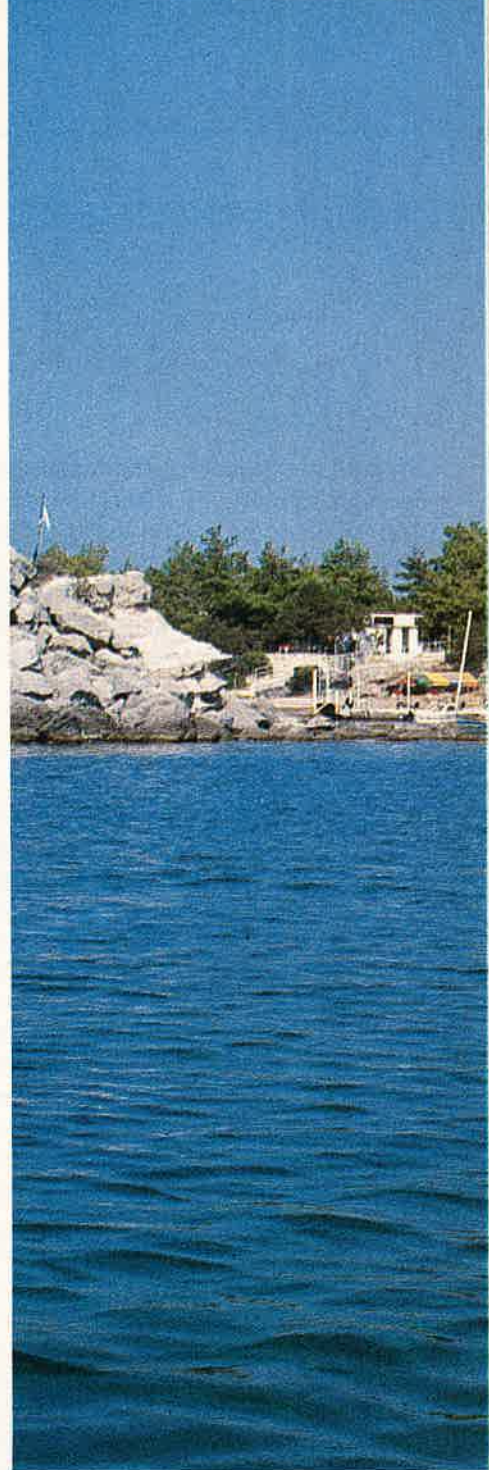
## Premier hôtel naturiste implanté en Grèce,

# LENA-MARY BEACH

*Soleil, Antiquité, Sirtaki et Ouzo, la Grèce est encore  
une destination qui fait rêver.*

*Si la nudité est omniprésente dans le passé antique  
de ce pays, le naturisme n'avait pas encore réussi,  
jusqu'à ces dernières années, à s'imposer  
en tant que mode de vie et de vacances;  
on se souvient d'une tentative effectuée en 1980  
qui échoua du fait d'une opposition locale très vive.*

*Il fallait donc des pionniers du "cru"  
armés de beaucoup de patience pour réussir:  
l'hôtel LENA-MARY BEACH en est le fruit.*

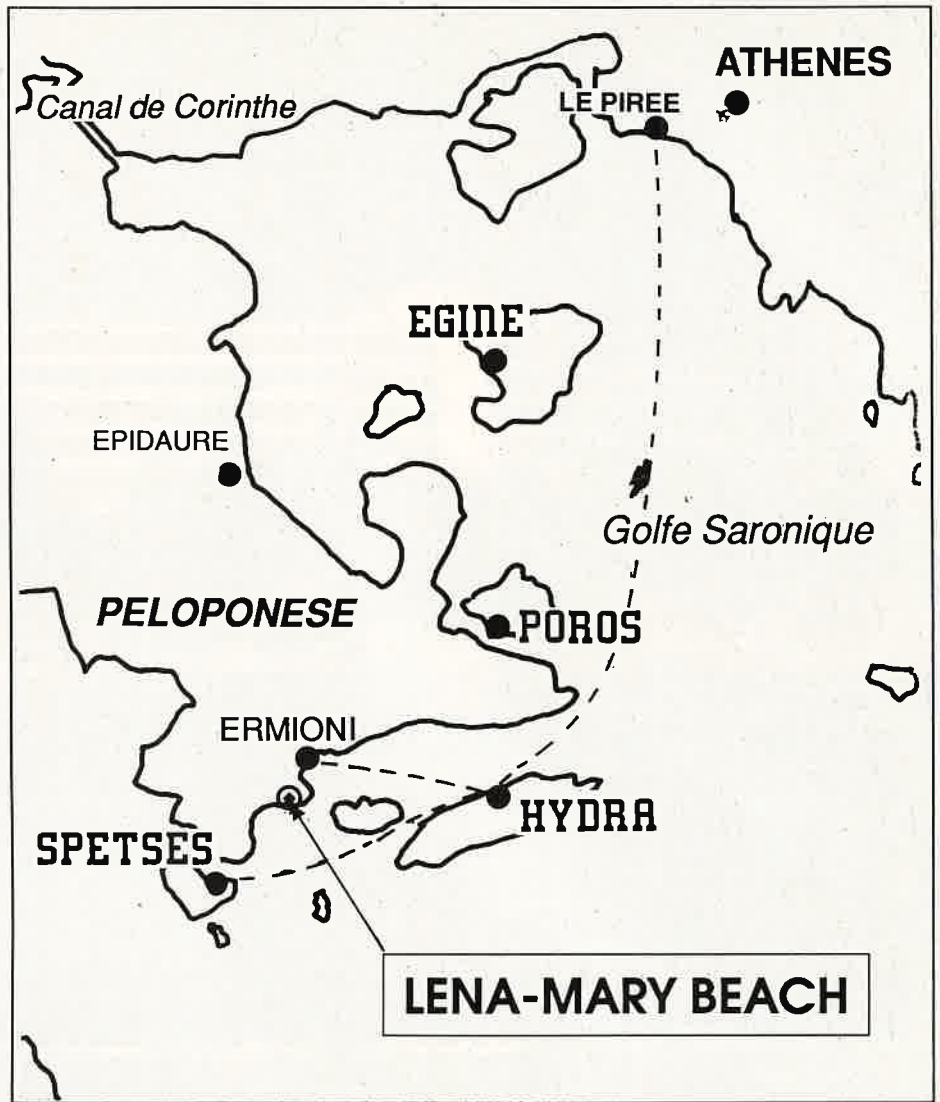




**S**ans aucun doute, pour une telle destination, vous réserverez votre séjour par l'intermédiaire de votre agent de voyage habituel qui vous "concoctera" un ensemble séjour, voyage et transferts si cela n'est pas déjà prévu dans son catalogue; entre nous, que de soucis en moins et que de temps de gagné, même si parfois quelques petits contretemps viennent troubler la perfection des programmes annoncés.

Billets en poche, vous voici à Orly, aéroport de départ; un voyage agréable de 2h 40 et vous voici à Athènes, avec une grande bouffée de chaleur. Après avoir récupéré vos valises (ne soyez pas pressés!) et passé la douane, le correspondant de votre agence vous attend pour vous indiquer "votre taxi", qui vous emmène au Port du Pirée; là, vous attendez "votre" hydroglisseur. Après environ 2 heures au raz de l'eau, avec halte (5mn) dans l'île d'Hydra, le port d'Ermioni, village typique du Péloponèse accroché au flanc d'une petite colline plongeant dans la mer, vous accueille au sein de sa baie. Là, si tout se passe bien, la navette de l'hôtel vous attend; si elle n'est pas là, ne vous affolez surtout pas: il y a de nombreux taxis, qui connaissent tous l'hôtel Lena-Mary Beach, distant de 5 kilomètres environ, et cela ne vous coûtera que 20 ou 30 F.

Après avoir parcouru une campagne aride et vallonnée, en longeant la mer, pendant à peine 10mn, vous vous retrouvez sur le versant plein sud, face à l'étendue d'eau infinie, bleu comme le ciel et parsemée de quelques îles dont les deux plus célèbres sont Hydra et Spetses.



## CONFORT ET VUE SUR LA MER

Entouré d'une véritable rideau de verdure, l'hôtel Lena-Mary Beach est planté là, à quelques mètres de l'eau, dominant la plage avec ses deux "ailes", formant un V très ouvert. La réception, vaste, comprend de nombreux fauteuils. L'accueil y est chaleureux (et en Français).

Les 120 chambres sont réparties en 4 étages, de chaque côté d'un grand bloc central comprenant ascenseurs et escaliers, pratiquement toutes faces à la mer, le côté opposé étant occupé par les couloirs qui les desservent.

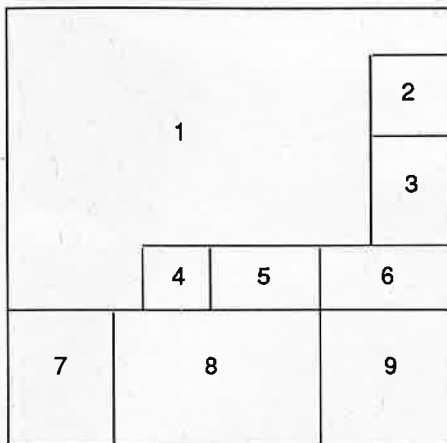
Grand lit double, salle de bains ou salle d'eau, WC, téléphone, radio, ces chambres sont de bonnes dimensions et confortables, toutes

avec terrasse privée avec vue sur la mer (à peine dix avec vue sur la montagne).

S'il n'est peut-être pas aussi "figolé" que nous le souhaiterions, l'entretien est correcte, notamment le change de draps effectué régulièrement.

## RESTAURATION A LA GRECQUE

Baucoup de séjours comprennent la 1/2 pension et nous vous le conseillons car cela permet de partir éventuellement excursionner toute la journée, ou bien prendre un plat léger, l'appétit n'allant pas toujours de pair avec la chaleur étouffante de l'été. C'est le cas de Lena-Mary Beach, où le repas de midi se prend sur une terrasse en contre-bas de l'hôtel, juste au-dessous de la plage,



1. L'hôtel, tel un paquebot majestueux, domine la plage.
2. Le bar de plein air, dans le parc, non loin de la piscine, est ouvert dès midi.
3. La piscine, au pied de l'hôtel, aux formes arrondies.
4. Une partie du buffet lors de la soirée grecque.
5. L'échiquier géant, ombragé, est particulièrement privé.
6. Les calèches qui font visiter Spetses aux touristes.
7. La réception de l'hôtel et ses fauteuils confortables.
8. Séchage des poulpes, une des spécialités de la région.
9. Le petit port d'Hydra et ses ânes, seuls "véhicules" à circuler dans l'île.

et sous un tunnel de verdure à l'ombrage et aux senteurs exquis. A la carte, bien sûr, de nombreuses salades grecques, très rafraîchissantes et copieuses ou viandes grillées garnies, puis différents desserts, le tout arrosé d'un bon petit vin grecque: une formule très agréable adaptable au goût de chacun. Si vous ne souhaitez qu'un croque monsieur et quelques boissons, vous choisirez le bar de la piscine, dont les tables sont aussi ombragées. Le soir, menu imposé avec une entrée, un plat (tous deux choisis le matin, entre deux propositions suggérées) et fromage ou dessert: correct sans excès... il est vrai que nous sommes difficiles, nous Français, les rois de la "bouffe"!

Quant au petit déjeuner, c'est un buffet à volonté, café, thé, jus de fruit, fromage, œufs durs, charcuterie, beurre, confiture, etc... il permet d'attendre tranquillement le milieu de la journée.

La "boutique" ouverte dans la matinée et en fin d'après-midi, rassemble journaux, chaussures de

plage, cigarettes, produits solaires, tenues d'été, cartes postales, etc...

Ah, j'oubliais, l'apéritif, peut être dégusté au bar de la réception (ouvert uniquement le soir), soit dans de profonds fauteuils, soit sur la terrasse; bien entendu, il s'agit de l'Ouzo, le "pastis" grec!

## PLAGE, ACTIVITES NAUTIQUES ET ECHIQUIER GEANT

La journée, vous ne la verrez pas passer; le lieu privilégié est, (cela va de soi), la plage: 2 baies bien abritées la composent; si vous n'êtes pas sur votre matelas à vous faire bronzer, vous êtes sur un pédalo, dans un canoë ou sur une planche à voile. Une fois par semaine (moyennant finance), vous pouvez pratiquer le parachute ascensionnel derrière le hors-bord.

Au pied de l'hôtel, au milieu d'un parc de verdure bien entretenu, la piscine aux formes arrondies se prête aux plongeurs et à la baignade... en eau de mer tout de même.

Ceux qui ne veulent pas perdre la main peuvent pratiquer le tennis ou le ping-pong, nous ne parlerons pas du golf miniature, quelque peu à l'abandon, mais plutôt de l'échiquier géant de plein air, ombragé, situé à côté du bar de la piscine et où se jouent des parties acharnées

Quant aux soirées, elles se passent dans le parc, sous la piscine, avec des animations diverses notamment un grand buffet hebdomadaire avec groupe folklorique et danses.

Ne vous laissez tout de même pas aller à l'immobilisme, il y a de belles choses à voir tout autour, d'abord, il y a Ermioni, où vous pouvez vous rendre grâce à la navette de l'hôtel, deux fois par jour; puis, à proximité les îles d'Hydra et de Spetses, à faire impérativement) très typiques, accessibles en hydroglisseur au départ d'Hermioni (nombreux départs et retours). Si vous aimez vraiment, d'autres sorties sont organisées par l'hôtel (s'il y a assez de participants) tel Epidaure et son théâtre ou le canal de Corinthe, le site antique de Mylènes et Athènes, mais il y a aussi Poros, Egine, etc...

Si Lena-Mary Beach n'est pas un hôtel de classe grand luxe, il n'en est pas moins un lieu confortable et agréable dont on garde un excellent souvenir après un séjour grâce au cadre, à l'accueil, au dépaysement, à la chaleur qu'il apporte. Et, enfin, environ 6.000F par personne pour 15 jours en 1/2 pension, voyage AR Paris compris, en haute saison, le rapport qualité-prix est sans équivoque.

Patrice OLIVIER

### Appréciations de VS

#### Très bien:

Ensemble piscine jardins  
Plage  
Site

#### Bien:

Chambres  
Activités  
Services

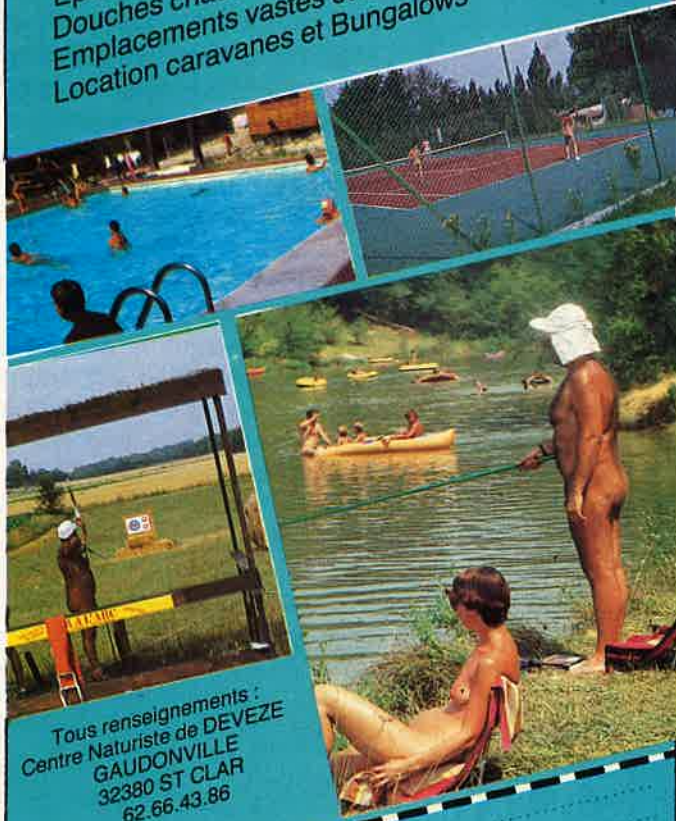
#### Moyen:

Restauration

Activités  
et Confort  
dans le Calme  
de la vraie Campagne

# Centre Naturiste de DEVEZE

20 ha ensoleillés comprenant un lac de 1,7 ha  
avec Pêche et Canotage - 2 piscines  
Aires de Jeux et de Sports - Tir à l'arc  
Tennis - Spectacles et Animations dans  
le Théâtre de Verdure.  
Equitation à proximité.  
Epicerie - Plats cuisinés - Bar  
Douches chaudes  
Emplacements vastes et isolés  
Location caravanes et Bungalows



Tous renseignements :  
Centre Naturiste de DEVEZE  
GAUDONVILLE  
32380 ST CLAR  
62.66.43.86

Nom .....  
Prénom .....  
Adresse .....  
Code Postal ..... Ville .....  
désire recevoir la documentation DEVEZE  
 emplacement  tente ou caravane  
 location

Edibul



HOTEL \*\*NN

## Héliotel

GRILL

83400 ILE DU LEVANT  
Tél. 94.05.91.92 - 94.05.90.63  
Hors saison : 94.71.32.18

Dans un cadre de verdure, face aux Iles d'Or et à la baie du Lavandou, Héliotel vous propose :

- Chambres grand confort (téléphone).
- Piscine, terrasse avec relax.
- Bar.
- Restaurant panoramique.
- Salon, T.V. Piano-bar

Vous aimez l'authenticité  
d'une vraie nature... d'un vrai  
folklore... d'un vrai  
naturisme...  
dans une ambiance familiale...  
avec une Cargolade  
inoubliable (14 juillet - 15 août)...

Alors, n'hésitez plus:  
venez vite au

## MAS DE LA BALMA

Tous renseignements à :

**MAS DE LA BALMA - D 618.  
66110 - MONTBOLO**

☎ 68.39.08.88 ou 68.87.17.91

# OASIS & APHRODITE

VILLAGES NATURISTES



## ARCHITECTURE D'AMBIANCE



Passez de vraies vacances en bord de mer dans un village naturiste convivial et accueillant.

Vous profiterez de notre piscine privée, du port de plaisance, des services vous offrirons des vacances de rêve. Vous vous épanouirez dans une architecture spécialement conçue pour satisfaire tous vos plaisirs.

Vous habitez des maisons individuelles, du studio au 3 pièces. Elles sont pleines d'espace, de lumière et de calme.

Pour recevoir notre brochure gratuite toute en couleurs, il vous suffit de renvoyer le coupon ci-joint à :

**SOGELAV**  
11370 Port Leucate  
France

NOM

ADRESSE

# L'événement 91:

## QU'EST-CE QUE LE CLUB VIE AU SOLEIL?

- \* Le lien solide entre tous les Naturistes Européens.

## QUE VOUS APPORTE LA CARTE "PLEIN SOLEIL"?

- \* La carte "PLEIN SOLEIL" est une carte FAMILIALE (et non individuelle).
- \* Vous êtes couverts par une assurance Responsabilité Civile (parents et enfants de moins de 15 ans) pour vos activités de vacances.
- \* Un accueil privilégié vous est réservé.
- \* Des prix spéciaux vous sont consentis dans de nombreux Centres de Vacances naturistes, Boutiques de Centres, Agences de Voyages naturistes et autres organismes (ex: Locations de Voitures).
- \* Des prix spéciaux vous sont consentis pour le Guide Naturiste, le Magazine "La Vie au Soleil" et tous les produits distribués par Edibul.
- \* Des séjours ponctuels, organisés en collaboration avec les Centres et les Agences de Voyages naturistes, vous seront réservés à des prix défiant toute concurrence.
- \* D'autres avantages vous seront communiqués par des informations régulières.

## ALORS N'ATTENDEZ PAS!

*Remplissez vite le Bulletin d'adhésion ci-contre et retournez le à:*

**CLUB VIE AU SOLEIL - BP 21 - 84570 MORMOIRON (FRANCE)**

*en joignant un chèque de 200,00FF (Montant de la cotisation annuelle 91) et vous recevrez votre carte "PLEIN SOLEIL" qui vous fera bénéficier de tous ses avantages.*



# le Club Vie au Soleil

## et sa carte "PLEIN SOLEIL"...



...le "Passeport" économique  
pour profiter pleinement de vos vacances

### BULLETIN D'ADHESION CLUB VIE AU SOLEIL

FAMILLE (Nom) .....

(Prénoms) PERE ..... MERE ..... ENFANTS .....

ADRESSE .....

CODE POSTAL ..... VILLE .....

PAYS ..... *Adhère au CLUB VIE AU SOLEIL*

*et joins un chèque (ou CCP ou Mandat) de 200,00F à l'ordre de "Club Vie au Soleil"*

# Pensons Notre Naturisme...

Devant les nombreuses définitions qui ont été données au naturisme on finit par être embarrassé pour choisir celle qui correspond à la représentation que l'on peut en avoir!

Et notre interrogation se complique encore quand on reconnaît qu'il y a autant de naturismes que de naturistes! Ils sont différents les uns des autres et pourtant ils vivent ensemble. Comment peuvent-ils former un tout cohérent, comment peuvent-ils coopérer, progresser et s'adapter? Ce qu'ils ont en commun c'est un esprit!

Le naturisme est divers et on peut se réjouir de cette diversité elle est une caractéristique de liberté! Il faut conserver les diversités, ce sont elles qui enrichissent les esprits et la pensée. Le naturisme trouve son équilibre dans sa diversité!

C'est par le naturisme que Saint-Exupéry aurait pu découvrir sa formule: "Enrichissons nous de nos différences"!

Notre penseur-aviateur était en avance car, à son époque le naturisme n'était encore qu'une espérance et qu'une aspiration! Il a fallu beaucoup de témérité et de confiance en l'Homme pour oser le naturisme!

Penseurs et acteurs ont modifié les mœurs et les mentalités: c'est une

évolution: est-elle maîtrisée? Les naturistes profitent, en premier, des avantages et des bienfaits de ce changement; les autres en second, par influence.

Pour prolonger l'évolution générale, il faut encore la coopération entre naturistes et profanes. Comment peuvent ils s'enrichir mutuellement? Le dialogue sera difficile... L'exemple plus facile. Le donner peut susciter des interrogations! Celles-ci n'auront d'utilité que pour ceux qui voient le naturisme sans à priori, sans jugements hâtifs et superficiels.

Ils faudra tout mettre en œuvre pour le valoriser aux yeux des observateurs-détracteurs.

Dans cette intention, malgré l'embaras du choix d'une définition, je ressens le besoin d'en proposer encore deux nouvelles. Elles me sont venues à l'esprit en comparant nudisme et naturisme. Pour que leur points communs apparaissent clairement, il faut d'abord bien différencier les deux disciplines (l'une serait plutôt une pratique). Bien différenciées leur rapprochement en sera plus facile.

Afin de ne pas créer de confusion, je ne donnerai qu'une définition à la fois, et à raison d'une par numéro de "La Vie au Soleil".

Ainsi, elles seront l'objet, l'une après l'autre, d'une réflexion, la vôtre, la mienne! Il faudra bien passer par ce chemin pour arriver à une vision commune qui fera un naturisme uni et un naturisme actif.

Actif, il deviendra mouvement. Un mouvement c'est: autour d'une idée une activité regroupant des personnes en nombre et en volontés délibérées, pour faire bouger, changer, évoluer l'ordre des choses.

Quelle idée, quelle volonté? Il y a beaucoup de choses qui pourraient devenir meilleures, à commencer par la relation humaine. Nous ne manquerons pas d'y revenir.

En attendant, ma définition termine cette chronique. A l'avenir c'est par elle qu'elle débutera et chacune sera une étude et un échange entre naturistes. Amis lecteurs, je vous propose: "Le naturisme c'est vivre sa nudité en groupe et y satisfaire son besoin de vie collective".

Le naturisme se vit en groupe parce qu'on pense qu'il doit être vécu, si non en communion, au moins en harmonie avec d'autres.

P. PRECIAS



**HOMMES SEULS :  
PARRAINAGE EXIGE**

Association affiliée à la Fédération Française de Naturisme, à la Fédération Française de Camping et de Caravanning, à la Fédération Française de Ski et au Comité National pour la protection de la Nature.

Agrément ministériel  
N° 7021 du 4/3/1950

Plus de 50 terrains  
répartis sur  
l'ensemble de  
la France

Siège social :  
1, rue Saint-Joseph  
75002 Paris  
Tél. 42.33.63.26

## CS TOURISME

- Une nouvelle formule  
pour découvrir le naturisme...

## CS NATURE

- La découverte de l'infiniment  
petit à l'infiniment grand

## CS MONTAGNE

- ski de fond
- balades en montagne
- découverte de la faune et de la flore

Bon à découper et à retourner contre deux timbres à CS TOURISME.  
1, rue Saint-Joseph, 75002 PARIS

Nom \_\_\_\_\_  
Prénom \_\_\_\_\_  
Adresse \_\_\_\_\_  
Ville \_\_\_\_\_  
Code postal \_\_\_\_\_  
Pays \_\_\_\_\_

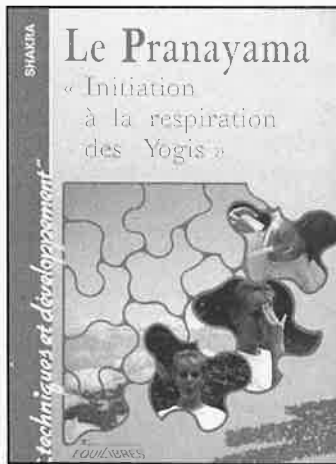
CS TOURISME  
1, rue Saint-Joseph, 75002 Paris  
Tél. 42.33.63.26

## LE PRANAYAMA

"Initiation à la respiration des yogis" de Shakra.

Respirer est essentiel. La fonction respiratoire assure la vie. Les techniques du Pranayama (Prana-souffle; yama-maîtrise, contrôle) comportent plusieurs façons inhabituelles de respirer; chacune a un rôle précis et des effets bienfaisants sur notre équilibre. Plusieurs exercices de respiration sont présentés dans cet ouvrage; du souffle "HA" qui permet d'éliminer les toxines mentales jusqu'au "Kapalabhati" (la respiration qui purifie les poumons) favorable pour les asthmatiques, en passant par la respiration sonore (Ujayi) excellente pour le système nerveux et qui stimule la thyroïde. La description de ces exercices est très détaillée, on peut s'exercer sans difficulté aux différents stades de la respiration et en capter ainsi tous les effets. Les possibilités de respiration sont bénéfiques pour la rééducation et le contrôle du corps, pour l'amélioration de la santé physique, l'augmentation de la vitalité et l'obtention du calme Intérieur qui prépare à la méditation.

En sus, Shakra nous prodigue des conseils, des mises en garde, ne



lésine pas sur les exercices préliminaires et techniques diverses comme par exemple l'utilisation du "Jala-Néti" qui est une méthode de lavement des fosses nasales. Que l'on soit à bout, qu'on le retienne, qu'on nous le coupe, qu'il passe en second, ou qu'il nous manque, le souffle jalonne notre existence; apprenons à le maîtriser, cet ouvrage en est un bon moyen.

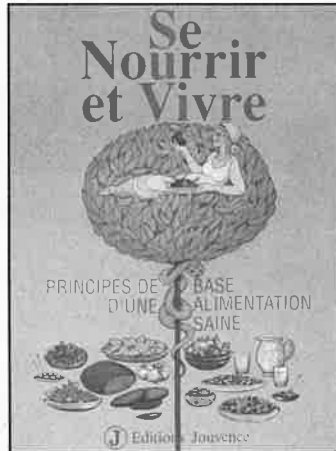
78 pages 48F.

Editions Equilibre Aujourd'hui

## SE NOURRIR ET VIVRE

"Principes d'une alimentation saine" de Martine Catani.

Pour avoir une alimentation correcte il est nécessaire de connaître certaines règles essentielles sur la nutrition, de savoir ce qui est nocif dans les produits modernes



tels le pain blanc, le sucre raffiné et bien d'autres aliments industriels.

Nous allons souvent au delà de nos besoins, nous pêchons par excès, nous pallions à des carences affectives ou à des situations de stress en consommant tout et n'importe quoi. La pâtisserie hyper-sucrée, par sa douceur, satisfait les papilles mais pas le métabolisme. Le hamburger vite fait bien fait, c'est pratique, mais à la longue est-ce raisonnable?

Manger cela peut-être autre chose, cela peut être simple et agréable tout en utilisant des aliments de grande valeur. L'auteur nous fournit ici tous les éléments nécessaires pour adopter une alimentation qui corresponde à nos besoins. La vie épanouie passe entre autre, par le fait de manger sainement. Mais il serait grandement temps de réviser notre société (avant l'orthographe!) dans son ensemble car on court, on est sollicité et agressé de toutes parts; pensons à cette mère de famille des banlieues partant à 5h du matin rentrant à 19h30 ayant subi toutes les agressions émanant de la grande cité, aura-t-elle le courage après avoir mouché ses enfants geignants de préparer amoureusement un steak au kasha ou une tourte aux courgettes? Il faut bien se nourrir, mais également bien vivre, non? 162 pages 83F. Editions Jouvence.

## NOUVELLES CLES N°30.

"J'ai regardé attentivement et voici ce que j'ai vu. Tout ce que je prenais pour l'autre, en fait, c'était moi et rien d'autre".

Tout le monde devrait lire l'article de Ken WILBER "Histoire de rangement" dans le N°30 du bimestriel "Nouvelles Clés". Nous ne sommes point innocents. Nous avons tous de la noirceur en nous, ne serait-ce qu'un tout petit peu. Souvent quand nous reprochons quelque chose à quelqu'un, c'est en nous même qu'il faudrait regarder. "Plus nous résistons à ce petit grain de noirceur, plus celui-ci acquiert vigueur et exige qu'on prenne conscience de son existence. Incapable de le nier plus longtemps, nous nous mettons à le remarquer, mais de la seule manière qui nous est possible: nous le découvrons chez autrui. Et nous partons en quête d'une personne sur qui projeter notre ombre. Il arrive que la chasse aux sorcières prenne des proportions tragiques; c'est le cas de la persécution des Juifs par les nazis, du procès des sorcières de Salem, des actions du Ku Klux Klan etc..." De façon plus courante cette noire projection déstabilise les couples, alimente la rubrique des potins et des faits divers, fait le jeu des pantins de la politique. Cet article doit nous faire prendre conscience que



souvent lorsque nous condamnons, c'est un peu nous même que nous accusons. Ne sommes nous pas le reflet de notre société et inversement...

Nouvelles Clés comporte à chaque parution d'autres excellents articles sur la nature, l'écologie, la médecine, la psychologie, l'ésotérisme. Ouvrons-nous avec

Nouvelles Clés!

Nouvelles Clés: Magazine bimestriel, 92 pages, 30F.

## L'ALMANACH RUSTICA 1991.

Pour chaque jour nous est proposé un thème: le portrait d'un végétal, d'un minéral ou d'un animal, le tout agrémenté d'anecdotes, de recettes.

Nous apprenons ainsi que la rose est symbole d'éternité, que l'essence d'ancolie a des pouvoirs aphrodisiaques, que des lentilles ont servi de cale pour transporter l'obélisque de St



Pierre de Rome ou que le pain d'épice faisait partie des rations des cavaliers de Gengis Khan. Chaque jour également une rubrique nous est offerte traitant soit de la météo, des travaux du jardin, de nos droits à la campagne ou d'un site à découvrir. Tous les dimanches nous découvrirons avec nostalgie une photo sur la campagne de jadis. Journalièrement nous sommes tenus au courant des levers et couchers de la lune et du soleil, de la position du zodiaque et des constellations, des foires et marchés du jour.

Dans la même colonne se trouve un jeu fort intéressant sur la nature. Et puis, il y a l'horoscope par signe pour l'année, des jeux, des renseignements sur la taille des arbres fruitiers, un texte et un test sur le jardinage biologique.

L'Almanach Rustica? Une mine d'informations.

448 pages 50F - Editions RUSTICA, 6 rue Gager-Gabillot 75015 PARIS.

# PREPAREZ BIEN VOS VACANCES...



Seule "**La Vie au Soleil**" vous offre:

❁ **UN MAGAZINE MENSUEL GRAND PUBLIC** indépendant et objectif, spécialisé dans le tourisme et les vacances naturistes, avec des bancs d'essai détaillés sur les centres de vacances et terrains de clubs.

❁ **UN GUIDE COMPLET (annuel)**

de tous les Centres de Vacances Naturistes et Hôtels (homologués ou non par la FFN) en **FRANCE - ESPAGNE - GRECE.**

*Pour chaque centre: descriptif complet, photo couleur, plan d'accès, tarifs, etc...*

*4 éditions: Français, Allemand, Anglais, Hollandais.*

❁ **UNE CARTE ROUTIERE DE FRANCE**

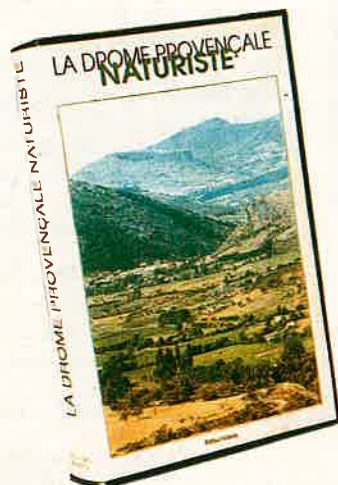
avec tous les centres de vacances naturistes repérés et plans d'accès précis.

❁ **DES CASSETTES-VIDEO.**

1ère cassette disponible: **La Drôme Provençale Naturiste.** *Un véritable reportage sur les centres de vacances naturistes de la Drôme avec vues aériennes, vues sur le terrain, situation, environnement, etc... 20 bonnes minutes de rêve entièrement réalisées par notre équipe.*

☛ *Pour les commander, retournez vite le bon de commande ci-contre à:*

**EDIBUL - BP21 - 84570 MORMOIRON (France)**



# ABONNEZ-VOUS!

☀️ **40F d'économie** pour un **abonnement** d'un an soit **10 numéros** dont le "Spécial Vacances" et le "Spécial Eté"  
**190F** au lieu de ~~230F~~ (prix au numéro)  
 (Etranger: 250FF - Par Avion: 330FF)

☀️ **80F d'économie + 1 PARFUM de Toilette "La Vie au Soleil"** de votre choix pour un **abonnement** de deux ans soit **20 numéros** dont 2 "Spécial Vacances" et 2 "Spécial Eté"  
**380F** au lieu de ~~460F~~ (prix au numéro)  
 (Etranger: 490FF - Par Avion: 650FF)

**Choisissez votre parfum de toilette**  
 (Abonnement 20 n°) et retournez vite le bon ci-contre à:  
**EDIBUL - BP 21 - 84570 MORMOIRON (FRANCE)**  
 (Offre Spéciale Premier Abonnement)

## BULLETIN D'ABONNEMENT

Nom:.....  
 Prénom:.....  
 Adresse:.....

CodePostal:.....

Ville:.....

Pays:.....

abonnement 10 N° .....F

abonnement 20 N° .....F

☀️ **+1 PARFUM "La Vie au Soleil" GRATUIT**

Ci-joint.....F

VS 34

par  ccp  
 chèque bancaire  
 mandat international

à l'ordre  
 d'EDIBUL

## PARFUMS "La Vie au Soleil"

- Gaïa (Femme)  
 Héra (Femme)  
 Hélios (Homme)

## BANCS D'ESSAI DEJA PARUS

- |   |   |
|---|---|
| N°1 *Les Lauzons<br>*Aphrodite Village<br>*Costa Natura                 | N°15 *Ufuru                                       |
| N°2 *Regain<br>*Les Clapières<br>*Euronat                               | N°16 *Spécial Vacances                            |
| N°3 *La Chiappa<br>*Les Ramières<br>*Source St Pierre                   | N°17 *La Chamarade                                |
| N°4 *Devèze<br>*La Genèse<br>*Arnaoutchot                               | N°18 *CHM Montalivet                              |
| N°5 *Les Bois de Sablière<br>*Le Haut Chandelalar<br>*La Haute Garduère | N°19 *Ile du Levant                               |
| N°6 *Castillon de Provence<br>*Laururie                                 | N°20 *Kalypso Hotel                               |
| N°7 *Val Drôme Soleil<br>*Domaine de Bélézy                             | N°21 *L'Eglantière<br>*Chateau des Feuilles       |
| N°8 *Village de la Jenny<br>*Hacienda Jolye Eve                         | N°22 *Spécial Vacances                            |
| N°9 *Atlantique-Soleil<br>*Club Origan                                  | N°23 *LesRoutelles<br>*Nature et Sport Liège      |
| N°10 *Spécial Eté   | N°24 *El Portus<br>*S.G.F                         |
| N°11 *Grand Champ<br>*Le Martinet d'Elze                                | N°25 *Le Mas de la Balma<br>*Le Pas de Ceihles    |
| N°12 *Rivabella<br>*Village du Bosc                                     | N°26 *Croisière aux Antilles<br>*La Régnière      |
| N°13 *Koad ar Roch<br>*Domaine d'Enriou                                 | N°27 *Spécial Vacances                            |
| N°14 *Spécial Eté   | N°28 *Tamir                                       |
|   | N°29 *Domaine de Chateau<br>*Relais Albert Lecocq |
|   | N°30 *Hôtel Zum Walde<br>*Les Seychelles          |
|   | N°31 *Le Mas de Lignièrès<br>*Vera-Playa          |
|   | N°32 *Domaine Le Clois                            |
|   | N°33 *Verdon-Provence                             |

- |   |           |
|---|-----------|
| <input type="checkbox"/> N° 1 VNM       | 10F.....  |
| <input type="checkbox"/> N° 2 VNM       | 10F.....  |
| <input type="checkbox"/> N° 3 VNM       | 10F.....  |
| <input type="checkbox"/> N° 4 VNM       | 10F.....  |
| <input type="checkbox"/> N° 5 VNM       | 11F.....  |
| <input type="checkbox"/> N° 6 VNM       | 12F.....  |
| <input type="checkbox"/> N° 7 VNM       | 12F.....  |
| <input type="checkbox"/> N° 8 VNM       | 12F.....  |
| <input type="checkbox"/> N° 9 VNM       | 12F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°10 VNM       | 20F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°11 VNM       | 12F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°12 VNM       | 12F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°13 VNM       | 12F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°14 VNM       | 12F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°15 VNS       | 15F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°16 SpVac     | 40F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°17 VNS       | 15F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°18 VNS       | 15F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°19 VNS       | 30F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°20 VNS       | 15F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°21 VNS       | 15F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°22 SpVac     | 40F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°23 VNS       | 15F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°24 VNS       | 20F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°25 VNS       | 15F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°26 VNS       | 15F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°27 VNS       | 40F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°28 VS        | 15F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°29 VS        | 20F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°30 VS        | 30F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°31 VS        | 20F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°32 VS        | 20F.....  |
| <input type="checkbox"/> N°33 VS        | 20F.....  |
| <input type="checkbox"/> GUIDE          | 50F.....  |
| <input type="checkbox"/> CARTE ROUTIERE | 35F.....  |
| <input type="checkbox"/> CASSETTE DROME | 190F..... |

TOTAL..... ➡

## BON DE COMMANDE

Nom:.....

Prénom:.....

Adresse:.....

CodePostal:.....

VS 34

Ville:.....

Pays:.....

vous prie de lui adresser la commande ci-contre

Ci-joint.....F

par  ccp  
 chèque bancaire  
 mandat international

à l'ordre d'EDIBUL

Port (à ajouter à votre règlement):

FRANCE ➡ Carte ou Guide: 5F (Franco de port pour les Magazines)  
 Casette: 10F

ETRANGER ➡ Magazines, Carte ou Guide: 5FF / Casette: 12FF  
 PAR AVION ➡ Magazines, Carte ou Guide: 10FF / Casette: 35FF

# PETITES ANNONCES CLASSEES

## VENTES

### CHM MONTALIVET Cité Californie

Part. vds bungalow modèle D  
Excellent état - cuisine - salle  
de séjour - 2 chambres 2  
pers. + 1 chambre enfants (2  
lits superposés) donnant sur  
terrasse arrière.

Nombreux placards - Salle  
d'eau avec douche - bidet -  
lavabo - WC indépendant.  
Eau chaude et froide - Chauffage.  
A l'extérieur: terrasse couverte, douche.

#### Affaire exceptionnelle

Rens: (1)47.51.81.77 (Allemand possible)  
Visites: Prendre RV au 56.41.71.59

3401 Prix sacrifié Cap d'Agde  
Héliop. studio meublé 4 pl. Par-  
king 17U. Vue piscines mer plage  
Ø 93.58.30.32 ou 94.43.98.50

3428 Caravane 4 pl. à vendre CHM  
MONTALIVET 8000F Ø 55.25.59.52

3302

### ILE DU LEVANT - VAR VENDS FOND

+ MURS + TERRAIN 1010m<sup>2</sup>  
Bazar créé en 1933  
pos. Restaurant Epicerie  
2 000 000 + stock. Ecrire:

**DRUART - BAZAR D'HÉLIOPOLIS**  
83400 ILE DU LEVANT

## LOCATIONS OFFRES

3429 Loue CHM Montalivet à la  
quinzaine du 15/6 au 15/9, cara-  
vane 4/5 pl. tout confort. Très bel  
emplacement raccordé eaux pro-  
pres et usées Ø 41.48.74.01 le soir

3402 Loue Aphrodite 2 pièces, bal-  
con, vue mer. S'adresser Sentenan  
11370 Leucate Ø 68.40.10.10

3405 Bélézy-Provence, part. loue bast.  
5 pers. tte saison Ø 80.74.03.32

3410 El Portus ESPAGNE, loue bun-  
galow Av. à Nov. Ø 59.54.03.99 HR

2869

### ILE DU LEVANT

Studio, Bungalow,  
villa 2,5,6 pers.  
très confortable, terrasses,  
jardin vue imprenable,  
calme prix raisonnable

**J. DRUART-BROTONS**  
83400 ILE DU LEVANT  
Ø 94.05.92.59



8905

### ILE DU LEVANT

Seuls studios directement  
bord de mer en zone naturiste intégral

#### LES CLINS D'ŒIL

Ultra moderne grand confort  
Terrasse privée, etc.  
2 personnes seulement  
15 J. minimum  
TEILHOL 15 rue St VINCENT  
75018 PARIS  
Tél. 16(1)42.64.62.23  
LEVANT Tél. 94.05.91.72

3315 Port Nature loue studio 4 p.  
grde terrasse, rez jardin, prox. com.  
piscines, plage. Ø 76.05.64.01

3304 Port Nature Agde. Villa exp. sud  
5 pers. 50m. plage Ø 61.83.91.43

3404 Part. loue studio 2 pers. Cos-  
ta Natura Andalousie. Gr ter. vue  
sur mer ac. plage pisc. tennis rest.  
Ø 56.88.63.73 Avr. à Nov.

3411 Maison La Jetée Leucate Front  
de mer. Part. loue 3p 4/6p 50m<sup>2</sup> +  
jardin tt confort Ø 46.47.57.87

3426

### VERA-PLAYA ANDALOUSIE

L'été de Pâques à la Toussaint,  
grd. appart. plain-pied sur  
gde plage naturiste de 2km. 2  
ch. séparées, équ. pour 4 ad. et  
4 enf. 90m<sup>2</sup> av. ter. priv. Ecr.  
A. Dupuis Apartado 49 -  
04610 Cuevas del Almanzora  
Espagne -en express-  
ou agence Ø 19/34.51.45.70.29

3101

### ESPAGNE TOUTE L'ANNEE VIE NATURISTE

indépendante vue panora-  
mique, près mer et montagne  
très calme à 300 m alt.  
Trois villas tout confort avec  
piscine. toutes activités spor-  
tives à proximité, sécurité enfant

**LOMER Pedramala**  
03720 BENISSA prov. Alicante  
Ø (34) 65 73 08 98

3403 Part. loue Héliopolis Cap d'Agde  
studio prox. mer garage Ø 67.28.37.98

3407 Gènèse loue mobilhome tout  
confort. Av. à oct. Ø 90.30.02.85

8913

### CAP D'AGDE HELIOPOLIS

Loue Appt. 4 pers.  
très bien équipé - Terrasse  
avec vue sur mer et jardins  
Ecrire au journal N°8913

3412 Part. loue t. bel F3 Aphrodite  
V. près plage, prix choc hors vac.  
scol. Ø 68.54.26.12 HR.

3427 Loue caravane 4 pl. période  
juil. à Devèze 32 Ø 61.70.16.34

3406 Cap d'Agde Port Nature à louer  
Juin août sept. villa 4/5 pers. 2<sup>e</sup> ligne,  
fenêtre chambre Ø 67.92.93.34

3430 Loue maison dans propriété  
privée. 6 pl. tout confort. Barbecue,  
piscine. Arles (13) & 90.96.55.53

3102

### Une île de rêve et de soleil L'ILE DU LEVANT

à 15km au large du Lavandou  
"LES EMBRUNS"

Loc. studios gd cft de 2 pers.  
Ter. priv. à 2 pas des vagues  
Ecrire: MICHEL  
83400 ILE DU LEVANT  
Ø 94.05.90.61

3409 Loue caravanes, mobil-homes  
tout conf. prêt à vivre camping natu-  
riste 3 étoiles. 17 Royan Palmyre.  
Promo surprise Ø 46.93.39.98

3408 Loue mobilhome ds camping  
naturiste Ø 68.79.72.67. HR.

3413 Cap d'Agde Helio-Village loue  
villa 4/6 couchages. veranda, jar-  
din. Super équipée grand confort.  
Ecrire au magazine N°3413.

## LOCATIONS Demandes

3327

### NATURISTE PROVINCE

cherche chambre ou mini-studio  
pour pied à terre à Paris.  
Ecrire au magazine N° 3327.

## EMPLOIS OFFRES

3326

### Cherche

#### HOTESSES BILINGUES

pour différents lieux de  
vacances naturistes à  
l'étranger. Salaire + Frais.  
Envoyer CV au magazine qui  
transmettra N° 3326

3323

### GOVERNANTE d' HANDICAPEE

auprès d'une jeune fille  
traumatisée crânienne.

Poste à caractère familial, tra-  
vail en équipe régit par la Con-  
vention Collective Nationale  
des Employés de Maison.  
Engagement à long terme  
pour candidate idéaliste et  
motivée. Préférence sera don-  
née à personne naturiste, pra-  
tiquant le yoga, non fumeuse,  
aimant une vie saine, libre  
d'obligations pour voyager.  
Adresser candidature par lettre  
manuscrite, accompagnée d'un  
CV et d'une photo. Réponse  
assurée.

Ecrire au magazine qui  
transmettra N° 3323.

## CENTRES

8903

Ouvert mieux que jamais

### Camping EL PORTUS

Cartagena Espagne

Information et réservation:

Ø 19 (34) 68 55 30 52  
19 (34) 68 55 30 53

3425

### CENTRE VACANCES offre séjour

contre occupations et animations  
diverses de juin à fin septembre.  
Ecrire à Koad ar Roc'h Château du Bois  
de la Roche 56430 Néant sur Yvel.

3414

Naturisme en Gascogne:

Les Roches ★★★

Dans son écrin de verdure, piscine  
22x8, lac, pêche, jeux enf. boules, bar,  
épicerie, repas, soirées dansantes etc.  
"Les Roches" Mauroux 32380  
St Clar. Ø 62.66.30.18 ou 63.94.08.24

## CLUBS

3415 **VOUZIERES 08** Créer Club pour  
activités naturistes Ø 24.30.38.90

8901

### BELGIQUE

**Club Familial PHOEBUS**

Terrain, saunas, piscines.

Ecrire avec 30F en timbres  
au secrétariat: rue Faes 86/4  
1090 BRUXELLES



*Vos vacances en Provence:*

# LES ROUTELLES

26560 SEDERON ☎ 75.28.54.54



- ✧ *Camping-caravaning*
- ✧ *Locations chalets, gites et caravanes*
- ✧ *Sanitaires eau chaude*
- ✧ *Bar-Restaurant, Epicerie*
- ✧ *Piscine, Half-cout, Tir à l'arc, Volley, etc...*



Nom.....  
Prénom.....  
Adresse.....  
.....  
Code postal..... Ville.....  
Pays.....

*Pour recevoir une documentation complète avec tarifs, retournez vite ce bon à:*

**LES ROUTELLES**  
**F-26560 SEDERON**