

LA FAMILLE - LES LOISIRS - LES NATURISMES

La Vie au Soleil

LA VIE AU SOLEIL

N° 56 Juillet - Août - Septembre 1995

SPECIAL ÉTÉ

150 PLAGES POUR SE Baigner



SANS MAILLOT

accès libre
LES NATURISTES

sur **TF1** et **2 France**
record d'audience

L'ÉQUILIBRE :
La fête du corps

- Garder la forme
- Enfants et ados
- Soleil = danger ?
- Actualités
- Retro coquine
- 36.15 VIESOLEIL
- Livres de l'été
- Jeux humour
- Petites annonces
- etc...

BANCS D'ESSAIS
La JENNY
La SABLIERE

- 28 FF - 180 FB - 175 FL - 8 FS - 7,25 \$ CAN

M 3001 - 56 - 28,00 F-RD



VIVRE LIBRE ET NATURISTE

EURO - PACT



Une longue plage en bord d'océan, De petits villages dans une pinède ombragée, Une formule Club pour les plus exigeants, Un Club enfants et un club de plage C'est

ARNAOUTCHOT

Tout pour profiter à plein de vacances choisies, dans un univers naturiste, Tout pour laisser vagabonder votre esprit dans un monde de nature et de liberté.



On y réside en chalets, Mobile home, et en camping caravanning. Documentation en couleurs gratuite sur simple demande à

DOMAINE D'ARNAOUTCHOT

F.40560 VIELLE ST GIRONS
Tél 58.48.52.87. Fax 58.48.57.12

Nom _____
Adresse _____

VSR95

vivez un été...



juste vêtu
de soleil

Pour réserver votre centre préféré, en France : la Chiappa, Cap d'Agde, Oasis, Aphrodite, la Jenny, Euronat... à l'étranger : Croatie : Monsena, Kversada, Espagne : Costa Natura, Vera Playa, las Piteras (Canaries), Club Vista Bahia (Ibiza), Grèce : Kalypso (Crète), Lena Mary Beach, USA : Cypress Cove (Floride), Caraïbes : Saint-Martin, Club Orient...

Pour réserver votre transport dans les meilleures conditions, souscrire votre assurance, prendre votre carte naturiste etc...

Un seul numéro :
(1) 48 24 74 74*
c'est aussi naturel qu'être naturiste

VOYAGES

UTA NATUNION
3, rue Meyerbeer 75009 Paris

* Vous pouvez aussi demander votre catalogue 95 en retournant le bon ci-dessous

Nom
Prénom.....
Adresse complète.....
.....
VS: 4/95
Bon à retourner à UTA : 3 rue Meyerbeer 75009 Paris



DITES-LE AVEC DES FLIRTS

CH. MAYOLLE

«La liberté d'aimer n'est pas moins sacrée que la liberté de penser»
Victor Hugo

Voici revenu l'été, la fête du corps et du cœur; des fleurs et des flirts...

Flirt avec vous-mêmes d'abord pour vous retrouver, vous séduire, vous plaire, vivre en sympathie avec vous-même. Sans adhérer au Narcisse-club, c'est la première des libertés que vous devez vous accorder, la première des conditions de ce foutu «équilibre» qu'on sert à toutes les sauces autant à hue qu'à dia et qu'on vous présente, nous, en cœur de journal de façon totalement inédite en sautant d'un cours de géométrie qui devrait vous passionner à la bibliothèque des sens et des beaux-arts... Magique !

Flirt avec les autres, aussi... Mais quand on naît ou qu'on est naturiste, la rencontre avec l'autre est totalement libérée de ce côté «voyeur» qui obnubile les «textiles» avant de s'intéresser à la véritable nature des gens. La nature des gens, tout autant que la Nature végétale, n'est-ce-pas là le fondement du véritable naturisme contemporain ? En découvrant son corps, on dévoile aussi son cœur. On flirte plus vite avec ce que l'œil ne voit pas : les témoignages de jeunes que nous publions ici sont sains et encourageants. On devrait apprendre le naturisme dans toutes les écoles !

Flirt avec l'environnement, évidemment, pour satisfaire à la définition du naturisme proposée par la Fédération Internationale. On ne peut être vraiment naturel que dans un environnement qui n'a pas souffert des bêtises des hommes : c'est vrai que c'est souvent sur les plages désertes - épargnées des abus des promoteurs - où l'on ose pour la première fois oublier son maillot pour se réfugier dans les flots qu'on commence à flirter avec le Bonheur de se baigner nu, de communier totalement avec l'élément liquide avant de laisser ensuite le vent tiède caresser tout son corps : inoubliable ! La photographie bien ancienne des plages où ce flirt là est possible se devait d'être retouchée : nous sommes heureux de vous offrir en exclusivité son meilleur tirage. Plein de plages en quelques pages !

Flirtez encore avec ce «spécial été» ; osez l'effeuiller doucement pour saisir le message de chacun de ses pétales ; glissez-vous sous sa couverture chaque fois que vous en aurez envie ; chaque fois il vous accueillera avec davantage de plaisir. Et si ce flirt-là devient une belle histoire d'amours complices, mariez-vous avec La Vie au Soleil ! Abonnez-vous !*... A chaque livraison, nous vous redirons merci... avec des flirts ! Et du soleil bien sûr !

Bonnes vacances et bons flirts à toutes et à tous !

Christian Thomas,
directeur

* d'autant que le
prochain numéro
«Spécial femmes»
et «Spécial fesses»
(deux thèmes très
différents)
ne manquera pas
de vous surprendre
bien au-delà de ce
que vous pouvez
imaginer.
Bulletin
d'abonnement
agrafé au niveau
de cette page.
Offre de bienvenue
(pour essayer !)

La Vie au Soleil, revue fondée en 1949 par Christiane et Albert Lecocq - Société éditrice : SARL Bleu Soleil, La Varenne Saint-Hilaire (gérant : Christian Thomas). Administration et rédaction : 3, impasse de la ferme - F - 94210 La Varenne Saint-Hilaire - tél. (1) 48 83 79 40 - fax (1) 48 83 79 69. Directeur de la publication et de la rédaction : Christian Thomas - Rédaction en chef adjointe/Sénesitrice de rédaction : Christiane Serluppus. Ont collaboré à ce numéro : Stephanie Billat, Clémentine Charles, Yane Chauveau, Jacques Jost, France Guillain, Cendriline Loeuillette, Olivier Nicolas, Pierre Mazereau, Franck Robert, Robert Venter et nos lecteurs. Crédit photos : Aurore Gauer, Pierre Mazereau, Olivier Nicolas, Alain Rullier, Christian Thomas, les centres naturistes et nos lecteurs. Direction artistique et graphique : Marc Galéazzi - Nénuphar - F - 13160 Chateaufort - tél. 90 90 07 58. Photogravure : Photogravure du Comtat - F - 84000 Avignon. Impression : Rockson France - F - 13340 Rognac. Publicité : Régie La Vie au Soleil, Joëlle Billat : "La ferme de Gauthré", 88, rue du bief du lac - F - 79270 Vallans, tél. 49 04 94 28 - fax : 49 04 94 29. Pages corrigées : par courrier au siège du journal avec règlement joint. Dépôt légal à parution : CPPAP n°75230. Diffusion NMPP - N°55 nouvelle série, n°282 depuis la création. Mai/Juin 1995.

Tous droits de reproduction réservés dans tous les pays. La reproduction, même partielle, des articles, illustrations et photographies parus dans La Vie au Soleil est soumise à autorisation écrite du Directeur de la Publication. La Vie au Soleil décline toute responsabilité pour les documents qui lui sont remis et ne peut s'engager à les restituer (sauf accords exceptionnels écrits et signés du Directeur de la Publication ou/et du Directeur artistique).

● sommaire

La Vie au Soleil



DOSSIER

p. 31-45

L'ÉQUILIBRE

Des approches simples, originales et novatrices qui démontrent que le corps a ses raisons...



DOSSIER

p. 23-28

LE GUIDE DES PLAGES

5 500 km de côtes...
pour vous baigner nu !

RETROSPECTIVE : p. 54-55

- Voyage aux dos des couvertures.

SONDAGE : p. 57-58

- Aidez-nous à vous séduire.

LE CONCOURS DES 3 «F» : p. 59

- Jouer les photographes sur le thème :
Femme-Fesses-Famille.

et encore...

Toute l'actualité p. 5 à 9

Deux centres au banc d'essai p. 15 à 21

La Sablière

un domaine d'exception accroché au flanc
le plus ensoleillé des Cévennes;

La Jenny

«Faites corps avec la Nature»
le centre-étalon du nouvel esprit naturiste

Portrait d'artiste p. 46 à 47

Brigitte Quenehem

Lu, vu et entendu p. 51 à 53

Des idées de lecture pour l'été

Jeux et humour p. 60 à 61

Petites annonces p. 65 à 66

COURRIER DES LECTEURS

Avis.

«Abonné depuis plus de 15 ans, j'apprécie de plus en plus *La Vie au Soleil* : articles de plus en plus variés, présentation plus belle. J'aime toujours les éditoriaux de Christian Thomas, plein de bon sens. Mais celui du mois de mai/juin où justement les mots «bon sens» sont les mots de la fin, je reprocherais amicalement à l'auteur de tomber dans le cliché un peu facile des «traditions judéo-chrétiennes», alors qu'il vaudrait mieux parler de tradition janséniste...

Au Moyen-Age, on se baignait sans maillot dans les rivières et les bains publics (mais des excès «non-naturistes» ont entraîné l'Eglise à interdire la mixité de ceux-ci).

Le naturisme vient du Nord de l'Europe (Allemagne en particulier, avec le FKK) où la tradition luthérienne est la plus importante, et nous sommes nombreux à fréquenter dans nos centres des prêtres et curés.

Moi-même, catholique de tradition, je ne me sens pas en état de péché à Héliomonde ou au Club du Soleil de Versailles !

Par ailleurs, d'autres civilisations ne voient pas d'un bon oeil le nu, surtout féminin : l'Islam (Leila dans votre dernier numéro est une exception charmante) et la Chine, même d'avant Mao, n'est pas prête à pratiquer le naturisme ; comme j'étudie le chinois et le civilisation chinoise, un ami naturiste m'a donné un exemplaire d'un journal franco-chinois (le Canard laqué) où un chinois «de la diaspora» explique son «entrée en naturisme». En conclusion, je crois qu'il ne faut pas accepter les idées toutes faites (ce n'est pas l'habitude de notre magazine)...». Yves H.O.

Regrets.

«... Encore une année où il faudra chercher le soleil, tant mieux pour ceux qui peuvent voyager... je pense que le naturisme devrait avoir son entrée à la télé : une demi-heure chaque semaine remplacerait avantageusement une série policière. La beauté et la joie de vivre valent bien la brutalité et la mort. La vue d'une jolie fille dans le soleil est préférable à leurs crimes de sang... G.G.



Compliments.

«... Je voudrais en tant que religieux catholique, féliciter Leila ! Elle est un modèle d'intégration et je pense qu'elle a parfaitement compris le Coran qui prône la tolérance. L'intégrisme que regrette Leila me fait penser à l'intégrisme catholique car il n'y a pas dans la Bible d'interdit face à la nudité. Leila regrette une mauvaise lecture du Coran comme je regrette une mauvaise lecture de la Bible. Le sabbat est fait pour l'homme et non pas l'homme pour le sabbat. La Bible, le Coran sont là pour mettre l'homme en valeur, l'aider à réaliser le meilleur de lui-même pour construire un monde de paix, de justice, d'amour. Leila a raison de souligner l'hommage à la féminité, la preuve que l'homme n'est rien sans la femme...» Daniel.

Info !

«... Le courrier des lecteurs (mai-juin) retient mon attention pour la partie concernant les Dom-Tom. En Polynésie le naturisme se réduit à très peu de chose : 2 pontons de 8 ou 9m2 au large d'un des grands hôtels de Papeete où vous accédez moyennant paiement du trajet et ailleurs c'est mal vu ! A Moorea, le naturisme est sans doute toléré sur une partie de la plage du Club Med (à contrôler). En

Nouvelle-Calédonie : une mauvaise plage près de Nouméa, pas très bien fréquentée (de plus : voyeurs à pied et en voiture !). A La Réunion : pas question !... Votre article sur la Finlande était bien fait. A ce propos, je me permets de vous signaler que l'Australie est un pays où le naturisme se pratique très bien, même sur certaines plages de l'agglomération de Sydney...».

J.L.P. - Marseille.

Vos centres en fête !

Pour répondre encore davantage à vos exigences, pour votre bien-être et pour le plaisir de vous retrouver chaque été, ils ont passé tout l'hiver à vous préparer de multiples surprises :

● ● ● **ARNAOUTCHOT**, dans les Landes a construit de nouveaux sanitaires et agrandi sa pizzeria. De nouvelles activités, telles que le yoga, la relaxation et la peinture sur soie viennent s'ajouter aux nombreux loisirs déjà proposés. Nous vous rappelons par ailleurs que La Vie au Soleil offre une réduction de 400 F à tous les juilletistes qui ont réservé un mobil-home Ouessant (4/6 places) après le 17 mai (date de parution du N°55 de La Vie au

Soleil). Si cette promotion ne fait pas votre affaire, notez qu'à partir du 26 août, vous pouvez bénéficier d'une troisième semaine gratuite et qu'à partir du 2 septembre, vous ne réglerez que 10 jours sur les 14 passés au centre. Toujours à compter du 2 septembre, la formule Week-end pour un chalet ou un mobil-home 5/6 places vous hébergera à des prix très compétitifs (540 à 600 F/W.E.) et le 3^{ème} week-end vous sera même offert !



● ● ● **LE CRO MAGON**, situé sur les collines d'Allas-les-Mines en Dordogne, inaugure son sauna. Les tout-petits auront la joie de patauger dans un bassin spécialement conçu pour eux. Et les mordus de pétanque pourront s'en donner à coeur joie même tard dans la nuit, puisqu'ils bénéficieront d'un terrain éclairé. Le Cro Magnon vous informe d'autre part que les chèques vacances seront acceptés.

LE DOMAINE DE BÉLÉZY situé au coeur de la Provence, continue de parfaire son image de centre haut de gamme. De nouveaux mobil-homes sont venus s'ajouter à la liste des structures locatives. Les emplacements de camping ont été délimités par de petits murs de pierres, le restaurant réaménagé et la piscine entièrement fleurie. L'architecture des nouveaux blocs sanitaires s'intègre elle aussi agréablement à l'ensemble

du domaine. Les enfants trouveront de nouveaux jeux extérieurs et le baby-club dispose désormais d'un jardin et d'une piscine. Le ballon de basket quant à lui, rebondira cet été sur son propre terrain.



● ● ● **LE DOMAINE DE LA SABLIERE** poursuit également sa route sur le chemin de la qualité de ses services. Les emplacements situés en bordure de Cèze ont été réaménagés, les sanitaires des espaces Fauvette et Pinson ont été rénovés. Les structures locatives ont pris de l'ampleur : acquisition de nouveaux mobil-homes et construction de nouveaux chalets. Côté animation, l'équipe relève toujours d'un grand dynamisme et vous n'aurez cet été que l'embarras du choix parmi les multiples activités proposées. Veuillez noter s'il vous plaît la super promo de fin d'été sur les locations de mobil-home. Les tarifs préférentiels mis en place à partir du 26 août seront applicables dès le samedi 19 août et les promotions de juin seront reconduites durant tout le mois de septembre. Renseignez-vous !



● ● ● **CREUSE NATURE**, à Boussac-Bourg dans le Limousin, a plus particulièrement étudié les possibilités d'accueil pour les personnes handicapées et a réaménagé sa piscine.



● ● ● **RIVA-BELLA**, en Corse, s'est préoccupé de vos têtes blondes en installant de nouveaux jeux. De nouveaux blocs sanitaires ont également été construits. N'oubliez pas qu'à partir du 25 août et durant tout le mois de septembre, ce paradis de 78 hectares vous accueille pendant 14 jours au prix de 11. Les plus gourmands, pourront bénéficier d'une 3^{ème} semaine gratuite.

● ● ● Le centre **LES ROCHES**, dans le Gers, a agrandi son plan d'eau.

Econat, vous connaissez ?

Martine et Alain Meunier, architectes de profession, séduits depuis plus de vingt ans par le site enchanteur du camping Val-Drôme Soleil, ont acheté l'an dernier le terrain voisin (3 hectares) pour y construire leur résidence principale et plusieurs «gîtes d'architectes», c'est à dire conçus de façon fonctionnelle avec originalité et bon goût.

bénéficier des installations et de l'animation du terrain tout en préservant son indépendance et ses marques de confort. Pendant tout le mois de juin et jusqu'à la mi-juillet, ces gîtes ont principalement été occupés par des touristes étrangers : nos compatriotes sont toujours plus longs pour modifier leur comportement. Il reste donc des disponibilités courant juillet, en août et après puisque ces petites maisons sympas peuvent être louées toute l'année...

Si vous n'avez pas encore pris de décision pour cet été, ou si vous souhaitez être informé pour «étudier» la question pour

plus tard, contacter Martine et Alain Meunier, gîtes du soleil «Sans Souci», 26400 Mirabel et Blacons. Tél. 75 40 05 93, fax 75 40 06 83



Depuis les terrasses de ces gîtes, bien indépendantes les unes des autres pour protéger l'intimité de chacun, on peut descendre vers la piscine du camping et

A l'Espace Originel... les anciens et les nouveaux présentés par Robert Venter

Quatre ans déjà... quatre ans que l'Espace Originel existe. Chaque saison de nouveaux artistes nous ont rejoints. De nouvelles techniques de création ont donné aux visiteurs des éclairages différents sur l'évolution de l'Art de notre époque. Cet été le calendrier s'annonce riche. Riche des artistes qui nous font confiance chaque année et dont nous attendons les nouvelles oeuvres et enregistrons l'évolution : Barlach Heuer et ses estampes, Michèle Van Cotthem au surréalisme empli de symbolique, naturellement Véronique Vitoux-Vrignaud qui s'affirme de plus en plus. Il y aura aussi Erick Duval dont les oeuvres sur papier sont devenues des toiles. Gisèle Calmy-Guyot nous présentera ses collages, mais aussi des patchworks et des collages-tissus. La photo ne sera pas oubliée avec P. Cambez, J.C. Leymarie, H. Beloeil et M. Guittet. Des photos aussi mais différentes avec Thomas Heuer. L'aquarelle bien représentée avec M. Bouye et A. Baudry. Les pastels avec Roger Proud et la reliure avec Alix Dussac. Si Dietrich Schüller ne nous présentera que quelques oeuvres, Mary Martin en revanche exposera son travail important de cette année. Le Brésil sera sur nos murs avec Robert Venter (toiles et études), avec Anabis et ses peintures sur soie, avec encore Jacques Rey peintre et navigateur nouvel exposant. Parmi les nouveaux artistes de l'Espace Originel Astri Cante exposera ses patchworks avec les points de croix de Bernadette Combeau. Michel Zimbacca, peintre et poète surréaliste, un aquarelliste Philippe Raymond, la jeune Isabelle Pelet d'Anglade, Patrice Gendre tous deux peintres et Micheline Hequette peinture sur soie. L'année passée nous avons vu l'apparition de la sculpture avec Jacques Trouvé qui sera encore présent cette année et Michel Ferre, lui aussi sculpteur, qui nous présentera son travail au cours de l'été. Nous aurons aussi quelques expositions de groupe dans lesquels nous retrouverons Philippe Duval et Brigitte Quennehen.

Sans aucun doute, cette affiche copieuse et variée va nous permettre de poursuivre le dialogue entamé entre nos visiteurs et nos artistes»

La naissance d'Icarides : le plus grand pays naturiste du monde !

Issu de la volonté de 12 parents originaires de la traditionnelle région PACA (Provence-Alpes-Côte d'Azur) et de la Corse, et à l'initiative de Michel Authiat, responsable du Centre Origan, le plus grand pays naturiste du monde vient de naître. Avec leurs 850 hectares, leurs 8 375 emplacements, leurs 782 locations, leurs piscines, leurs rivières, leurs lacs et leurs plages, les Icarides représentent aujourd'hui la plus grande capacité d'accueil au monde. Qui sont les parents ?

- **ALPES DE HAUTES PROVENCE (04)** : Les Lauzons, entre montagne de la Lure, Mont Ventoux et Lubéron ; Le Domaine d'Enriou, proche des Gorges du Verdon ; Le Vallon des Oiseaux, au coeur du Lubéron ;
- **HAUTES ALPES (05)** : Les Clapières, centre proche de Briançon
- **ALPES MARITIMES (06)** : Club Origan, proche du Parc national du Mercantour ; Le Haut Chandelalar, dominant la vallée de l'Esteron ;
- **VAR (83)** : La Haute Garduère, entre St Tropez et les Gorges du Verdon ;
- **BOUCHE DU RHÔNE (13)** : Messidor, dominant la vallée de la Durance ;
- **VAUCLUSE (84)** : Le Domaine de Bélézy, entre Orange et Avignon ;
- **CORSE (20)** : Bagheera, près de Bastia ; Riva Bella, à proximité d'Aléria ; La Chiappa, à 15km de Porto-Vecchio

Avec 300 jours d'ensoleillement par an, et des sites grandioses, les Icarides jalonnent une zone privilégiée où 50% de la population naturiste française élit domicile en été.

Nous saluons cette heureuse initiative - tout particulièrement notre ami Michel Authiat -et souhaitons longue vie aux Icarides !



D 15 - Route de Bétête - 23600 BOUSSAC - Tél. : 55 65 18 01

Au coeur vert de la France continentale

Point de départ de nombreux circuits de randonnées

17 hectares boisés et un étang pour votre détente

ouvert du 1er mai au 30 septembre

Jean-Claude Bonnef, nouveau président de la SOCNAT

Le mois de mai a été particulièrement «chaud» à la SOCNAT, la société qui gère les centres de Montalivet, d'Héliomonde et de La Genèse. Le 13 mai, le Président Jean Peixoto a été désavoué par environ les 4/5 de l'Assemblée des actionnaires sur sa politique générale et de plus la quasi-totalité de ses propositions ont été balayées de la manche par ceux-là même qui avaient été «séduits» l'an dernier encore par son charme et son esprit d'initiative.

Le 18 mai, le Conseil d'Administration de cette puissante société a nommé Jean-Claude Bonnef à la charge suprême. Le «nouveau» président est bien connu de tout le monde naturiste. Pendant une vingtaine d'années, il a été l'homme de confiance des amoureux d'Héliomonde, oeuvrant tou-



Socnat

jours bénévolement. Il devient administrateur de la SOCNAT en 1979 et précède René Gracia au poste de directeur du CHM de Montalivet de 1981 à 1990. Son retour en première ligne ravit une large majorité des actionnaires et des copropriétaires, rassurés de retrouver là un homme dont le dévouement et la sensibilité naturelle ne peuvent mettre en cause sa droiture intellectuelle et morale. « Je n'étais évidemment pas préparé à prendre la présidence au pied levé, nous précise Jean-Claude Bonnef : j'ai instauré une direction collégiale, au siège de la SOCNAT à Paris, et chacun prend à coeur les nouvelles responsabilités dont je le charge».

Un mariage naturiste !

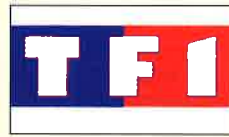
Le samedi 27 mai à 16h30, sur la plage naturiste du Cap d'Agde, Chantal Lecacheur et Lionel Labussière (directeur de Club



Nat) après quinze ans de vie commune et deux enfants, ont décidé d'éterniser leur bonheur nus et les pieds dans l'eau, par l'acte civique et

sentimental le plus important qui soit dans nos sociétés modernes : le mariage !

«La Société nous a apporté le travail et la structure pour nous aider à élever nos enfants... La Nature nous apporté d'autres harmonies... Pour nous, notre bien-être passe par l'art de vivre nu... Notre naturisme n'est ni une école, encore moins une religion, il est un état de vivre des sensations seulement perceptibles par la nudité et le respect fondamental des modes de vie qu'embrassent les autres... Les Amis sont nombreux, riches en sentiments et partagent pour un grand nombre d'entre eux notre art de vivre... Nous avons choisi de remercier la Société, la Nature et les Amis de tous ces bonheurs qu'ils nous ont apportés... Ma mère, qui me fait l'honneur d'être mon témoin, n'est pas naturiste. Sa présence, toutefois, apporte le témoignage vivant et crédible d'une véritable ouverture d'esprit, de la tolérance et du respect de ses proches. C'est l'éducation que j'ai reçue. Ce sont aussi les grandes valeurs conceptuelles du Naturisme».



La Vie au Soleil à la télé...

La Vie au Soleil a eu deux fois en trois jours les honneurs du petit écran. En deux soirées, nos deux Robert ont brillamment expliqué la philosophie naturiste et su la faire comprendre à des millions de téléspectateurs.

Pour l'émission «Ca se discute» du 29 mai, la Direction de France 2 avait demandé au directeur de votre journal de lui indiquer celui de ses collaborateurs qui serait le mieux à même de donner la réplique à d'autres invités spécialistes de l'amincissement, du fitness, aux adeptes des régimes minceur et des crèmes dont l'emballage dit qu'elle font fondre pour disserter sur le thème «avoir un corps de rêve cet été»...

Le profil de Robert Venter, notre spécialiste de l'art, directeur de l'Espace Originel de Montalivet, responsable de notre rubrique «portrait d'artiste» s'imposait. Sa prestation fut excellente. Tout naturellement Robert tint à distinguer les concepts de mode et de beauté, rappelant que le «cahier des charges» est totalement évolutif :



Robert Venter

si la silhouette élancée et plate de Birkin sert encore de référence à beaucoup, on ne peut oublier que pendant 25 ans, le «style Renoir» mettait en valeur des femmes bien en chair et c'est la générosité de leurs formes que les demoiselles et dames de l'époque rêvaient de gagner. Comme l'a fort bien dit Robert, Cléopâtre - dont on vantait tant les attributs - ne mesurait pas 1,50 mètre et n'aurait jamais pu être mannequin chez Chanel. Le regard du naturiste de *La Vie au Soleil* a quelque peu affadi les interventions de ses compagnons de plateau...

Deux jours plus tard, le 31 mai, TF1 rediffusait «A la recherche du Paradis perdu», le très beau film de Robert Salis qui cite plusieurs fois *La Vie au Soleil* et dont le premier passage à l'écran le 7 décembre 1993 avait retenu jusqu'à une heure avancée de la nuit 5.145.000 téléspectateurs. Nous avons, dans nos numéros 49, 50 et 51 longuement analysé le phénomène, raconté la genèse du film, vécu la projection avec le jeune réalisateur qui avait réservé à *La Vie au Soleil* l'exclusivité de ses interviews et de ses écrits.



Robert Salis

Dans les premiers jours de juin, Robert Salis nous a fait part de sa joie. Une fois encore, le «paradis perdu» a été un pari gagné puisque la rediffusion a accaparé 48,6% des parts de marché, ce qui - compte tenu de l'heure tardive de la programmation -, équivaut à environ 3 millions de spectateurs et correspond à la mention «très bien» chez les experts de l'audimat. «Le côté formidable de l'affaire, explique Robert visiblement touché et ravi, c'est que ce sont les téléspectateurs qui ont redemandé la rediffusion ; souvent ceux qui n'ont pas acheté la cassette ou n'ont pas pu se la procurer». C'est vrai que cette cassette qui contient un mini-guide des centres signés *La Vie au Soleil*, n'est pas acceptée par tous les réseaux de distribution. Rappelons cependant qu'en désespoir de cause, on peut la demander à Eden-films

(8 rue de la Sorbonne, 75005 Paris, tél. (1) 53 25 63 22).



Oeuvre de Robert Venter directeur de l'Espace Originel à Montalivet

A fond la forme !



Nous sommes ici heureux de saluer la dernière performance de Pierre Mazereau, notre spécialiste de la forme physique qui vous présente - dans ce numéro pages 32/33 - les mouvements qui feront que votre ligne ne sera pas un tracé en pointillé mais une belle ligne continue durant toute l'année. Pierre vient en effet d'accoucher d'un nouveau magazine, superbe, qui - on s'en doutait - place la forme en vitrine. Mais «Santé super Forme» - puisque c'est son nom - se veut différent des titres de la concurrence en s'adressant à un public large qui aux verbiages préfère l'action et le concret.

Certes, les mordus du fitness et de la musculation (22% en France selon le dernier sondage SOFRES) constituent le coeur de cible du lectorat potentiel. Mais au-delà des bons plans pour distinguer les bonnes salles des autres, on dénicher mille et une infos pour s'entraîner chez soi (même sans matériel) ; pour approcher le sport-loisir en douceur en bénéficiant des conseils éclairés de médecins, de kinés, de diététiciens.

Dans les colonnes de ce premier numéro, mis en vente le 7 juillet et disponible dans les kiosques et maisons de la presse durant tout l'été, la médecine naturelle trouve également place, tout comme la mode, les propositions de stages, les fiches mouvements... et même un super clin d'oeil pour *La Vie au Soleil* !

Réseau Ecole & Nature



Des séjours «dans la nature»

Puisque le C.I.J.N. (Centre International des Jeunes Naturistes) dont nous publions régulièrement les programmes souffle pendant l'été, il n'y a guère - à notre connaissance - que les stages de la réussite (du 20 au 30 août à Arnaoutchot - renseignements sur Paris : 42.83.98.44 ou en province : 56.26.58.24) qui propose des activités pour les enfants, les ados et les jeunes en site naturiste. Pour élargir tout de même le choix, on signalera ici le «catalogue des séjours dans la nature» qui recense 260 camps, stages, chantiers, formations et rencontres de 60 associations qui obéissent à une charte de qualité privilégiant les approches sensorielles, ludiques, artistiques et la qualité de la vie en groupe. Renseignements : réseau Ecole et Nature, 67.02.25.70 à Montpellier.

6ÈME FESTIVAL DE CONTES, À CAPBRETON DU 18 AU 23 JUILLET

Créé à l'initiative de la ville de Capbreton et organisé avec le concours du Ministère de la Culture et de la Francophonie, la Direction Régionale des Affaires Culturelles d'Aquitaine et les Conseils Régionaux des Landes et d'Aquitaine, le 6ème Festival de contes ouvre ses portes pour un voyage au coeur des histoires du monde. La cité balnéaire landaise va vibrer avec les plus habiles magiciens des mots et des images. Six jours où les mots vont voyager à travers la ville grâce au «36 heures du conte», au stage de formation à l'art de conter, aux spectacles jeune public de fin de matinée, et aux «Apéritifs-Contes» du Bistrot du Conte... Renseignements : Bureau du Festival (tél. 58 72 21 61)



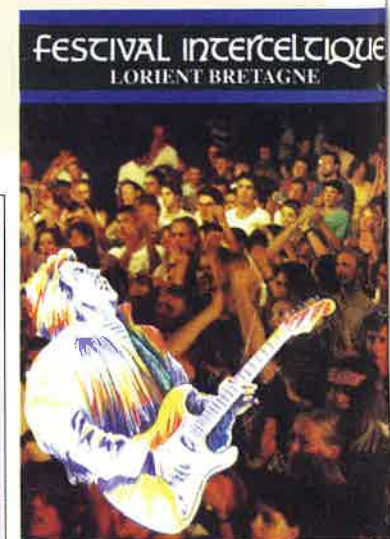
7ÈME FESTIVAL D'ART FLAMENCO, À MONT-DE-MARSAN DU 3 AU 8 JUILLET

Avec sa dimension lyrique, son esthétique arrachée au plus profond des origines gitanes, l'art flamenco exprime pleinement cette année encore, au 7ème Festival d'Art Flamenco de Mont-de-Marsan, toute sa révolte, sa douleur et son espoir. Du concert de Paco de Lucia en sextet, à la soirée avec les gitans d'Utrera «Herencia», au spectacle d'une captivante anthologie du Flamenco «El Flamenco es vida», le Festival organisé à l'initiative du Conseil Général des Landes, consolide pour cette 7ème édition, sa vocation de présenter à un large public, des spectacles toujours authentiques et vibrants. Renseignements : Bureau du Festival (tél. 58 06 86 86)



LE FESTIVAL INTERCELTIQUE DE LORIENT, DU 4 AU 13 AOÛT

En 1995, le Festival Interceltique de Lorient fête son 25ème anniversaire. Il a fallu beaucoup de pugnacité, d'enthousiasme et de dynamisme à ses organisateurs pour qu'il devienne un des plus grands Festivals européens. Comme chaque année, ce seront 10 jours et 10 nuits de fête avec des spectateurs venus de Bretagne, d'Irlande, d'Ecosse (communauté celtique tout spécialement à l'honneur cette année), du Pays de Galles, de Cornouailles, de l'Ile de Man, des Asturies, de Galice, du Canada et des U.S.A.



CROQ'NATURE



Le nom de cette très sympathique association dont le siège social a su s'installer dans les Pyrénées, loin de la foule et du métro, en dit déjà long sur sa vocation. Elle invite des enfants, des adolescents mais aussi des adultes à vivre «des vacances autrement». Pour l'été et l'automne prochains, des programmes originaux au coeur de l'atlas, en compagnie de familles

nomades. A moins qu'on ne préfère les «chemins d'histoire en pays cathare» ou plus paisiblement des stages d'aquarelles dans les Cévennes. Dans la boîte à idées, toujours débordante, d'Anne et de Jean-Luc Gantheil, toute une série de stages de formation (yoga, massages, etc.) Renseignements : Croq'Nature - 65400 Arrens tél. 62 97 40 80.

TOURISME ET ENVIRONNEMENT

Les naturistes ne peuvent que féliciter la Commission Européenne (C.E.) qui lance cette année le premier Grand Prix Européen Tourisme et Environnement auprès de 17 pays de l'Espace Economique Européen. Ce prix inédit a pour ambition de promouvoir un tourisme sain et durable qui favorise le développement harmonieux des sites et des régions dotés d'un parc hôtelier d'au moins cinq cents lits. Les sélections s'effectueront à trois niveaux - régional, national et européen - selon un calendrier qui permettra la remise du Grand Prix sur le site lauréat à la fin de l'année.



SANTÉ AUTREMENT : DU 21 AU 25 SEPTEMBRE

La 6^{ème} édition de Santé Autrement se déroulera du 21 au 25 septembre 1995 à Paris au centre d'exposition Bercy-Expo. Ce centre d'architecture contemporaine est en priorité destiné au commerce alimentaire, mais possède un espace de 3500 m² en rez-dechaussée avec un splendide hall d'accueil et un parking de 1500 places. La ligne de bus 24, reliant les stations de métro Bercy, gare de Lyon, gare d'Austerlitz..., vous déposera au pied de Bercy-Expo. Santé Autrement est avant tout un salon consacré au développement personnel. Sa mission consiste à réunir les thérapeutes, les médecins et les personnes qui placent la connaissance de soi et des autres au centre de leur pratique professionnelle. Nos modes de fonctionnement transparaissent à chaque moment dans nos attitudes, nos vêtements, notre sourire... Notre bien-être, nos relations avec les autres en dépendent. Par des outils aussi différents que la psychothérapie, le massage ou le yoga, notre être profond apparaît avec ses forces et ses faiblesses. Savoir les reconnaître, les utiliser et les transcender, c'est le but du développement personnel. Le thème des conférences de cette année est «la recherche intérieure pour un bien-être au quotidien». Le naturisme pouvant être considéré comme une technique de développement personnel, *La Vie au Soleil* sera - comme l'an passé déjà - présente sur ce salon.

DU 30 SEPTEMBRE AU 8 OCTOBRE : LA FÊTE DES VÉHICULES DE LOISIRS !

Si vous êtes un manager débordé, un jeune cadre en mal d'émotion, des parents en charge d'une famille nombreuse, un couple senior libre comme l'air... vous avez de grandes chances de rejoindre les milliers d'adeptes du tourisme de plein-air. En effet, plus qu'une mode, le camping-car et la caravane ont véritablement une place de choix dans l'espace détente. Les naturistes le savent bien. Le XXX^{ème} Salon des Véhicules de Loisirs se tiendra du 30 septembre au 8 octobre au Parc des Expositions du Bourget. Plus de 200 exposants français et étrangers vous feront découvrir votre prochain mode de vacances. Toutes les nouveautés seront présentes ainsi que les équipements et les accessoires qui rendent la vie plus belle... Neuf jours de fête pour les passionnés de nature, de voyage et

de liberté et de nombreuses animations (initiation à la conduite de camping-cars et de caravanes, dégustation de produits régionaux) rythmeront ce salon. Le permis «E» sera offert à tous les visiteurs qui le souhaitent. Et, pour vous rendre la vie plus facile encore, une garderie, des organismes de crédit et des restaurants seront à votre disposition. Alors, ne manquez pas ce rendez-vous !

MARJOLAINE : DU 5 AU 13 NOVEMBRE

Notez-le dès maintenant, c'est du 5 au 13 novembre prochains que Marjolaine investira le parc floral de Paris, dans le bois de Vincennes. Ce grand salon-déballage de tout ce qu'on peut imaginer et de tout ce qu'on imagine pas met en scène 400 exposants sur 11000m². En vrac marché biologique, agriculture, hygiène et santé, éco-produits, artisanat, stages, associations, conférences, débats, ateliers, éditions.

Madame le Ministre

Le jour où ce journal était sur rotatives, Christian Thomas, directeur de La Vie au Soleil et président de l'AJP (Association des Journalistes des Vacances et des Loisirs de Plein Air) rencontrait pour la première fois Madame Françoise de Panafieu, nouveau ministre du tourisme. D'autres rencontres s'en suivront et nous ne manquerons pas de parler de naturisme avec cette jeune femme, mère de quatre enfants, qui s'est précédemment fait remarquer à la Direction des Affaires Culturelles de Paris. Gageons que nous aurons là une interlocutrice qui tiendra à privilégier le tourisme déconcentré, et donc le tourisme de nature. On se réjouit que la France ait enfin retrouvé un ministre du Tourisme à part entière : dans le précédent gouvernement, Bernard Bosson n'avait guère le temps de prendre en main ce secteur capital pour notre économie, écrasé par les charges des Ministères des Transports et de l'Equipement.

Nouveau : 36.15 VIESOLEIL !

Ca y est, nous l'avons ! Nous vous l'avons promis pour «courant 1995» : il est entré en service «pile poil» en plein milieu de l'année, le 30 juin !

Nous en sommes fiers, de ce serveur. C'est vrai que tout le monde a désormais son 36.15 mais c'est la qualité qui fait toute la différence. Le nôtre a été choyé par des professionnels et vous propose déjà de retrouver les renseignements sur tous les centres de France et certains de l'étranger ; la liste actualisée des plages ; des conseils ; des jeux ; des adresses-repères ; un test inédit conçu par Olivier Nicolas pour vous faire découvrir quel naturiste vous êtes et bien sûr des petites annonces (attention : la moralité de chaque petite annonce sera strictement contrôlée).

Notre 36.15 VIESOLEIL (sans espace, attention !) va très vite évoluer au cours des semaines à venir : vous allez pouvoir gagner des week-ends, des séjours, des croisières... L'inter-activité du programme permettra à chacun des centres présentés de modifier leur page directement pour vous présenter leurs dernières installations et leurs promos du dernier moment. Vous pourrez aussi dialoguer, vous abonner, etc. etc.



Domaine Naturiste de Bélézy en Provence

★ ★ ★ ★

Liberté d'esprit A Bélézy, l'esprit peut s'évader. Oubliez tout, vous êtes ailleurs : en pleine nature, dans un magnifique domaine où le naturisme prend tout son sens ; au cœur de la Provence, où le soleil brille 300 jours par an. Ici, rien ne peut troubler votre sérénité.

Liberté de choix A Bélézy, chacun choisit son mode de vie. Avec des formules d'hébergement pour tous les goûts, à tous les prix - de la maison de vacances au camping - et de multiples activités pour satisfaire toutes les envies, vous êtes sûr de trouver votre bonheur.

Liberté de mouvement Bélézy, un endroit rêvé pour bouger, partir en balade et explorer l'une des plus belles régions de France : la Provence ! Avignon, Arles, Nîmes, Aix en Provence, le Luberon, les Alpilles... la Camargue... par où allez vous commencer ?



La liberté à l'état pur

STUDIOGRAPHY / AVIGNON

Pour faire le plein de liberté, pourquoi attendre l'été ?

Dès le printemps 95 (Ascension, Pentecôte...) le Domaine de Bélézy vous propose des Séjours thématiques : semaine balade-découverte, semaine remise en forme, week-end cuisine et œnologie, semaine musique orchestrale. Pour tout savoir, appelez Colette au (33) 90 65 60 18 ou renvoyez-nous ce coupon à : **Domaine de Bélézy 84410 Bédoin - France**

Je souhaite recevoir gracieusement :

- La brochure et les tarifs 95 du Domaine de Bélézy
- Le numéro spécial de Bélézy Scoop sur vos Séjours Thématiques
- Une documentation sur l'achat de maisons à Bélézy

Bélézy^{****}

Nom Prénom

Adresse

Code postal Ville Pays

LA VIE AU SOLEIL / GUIDÉ 01 95

ÇA SE PASSE PRÈS DE CHEZ VOUS...

dossier monté par Christine Serluppus

Dans notre numéro de mai-juin, nous vous avons communiqué les coordonnées des clubs d'Alsace, d'Aquitaine, d'Auvergne, de Basse-Normandie (cf erratum), de Bourgogne, de Bretagne, du Centre, de Champagne, de Franche-Comté et de Haute-Normandie disposant d'un terrain et susceptibles d'accueillir des naturistes de passage. Comme promis, vous trouverez ici la suite de vos étapes potentielles...

● ● ● ILE DE FRANCE

SECTION NATURISME DU G.C.U.

24 rue du Rocher - 75008 PARIS
Tél. : (1) 43 87 17 05

Activités : très nombreuses

A noter : toutes les informations sur 3615 GCU

Assurés MAIF ou FILIA, le Groupement des Campeurs Universitaires vous offre une multitude d'activités à pratiquer aux quatre coins de France à des tarifs avantageux et un accueil sur plus de cent dix terrains dont deux naturistes. Le Centre Ulysse à Port Leucate, présenté récemment dans notre Guide 95 en page 40, est entièrement réservé aux adhérents du GCU. Quant au Domaine de Lambeyran (page 35 de notre Guide) une trentaine d'emplacements sont également mis à la disposition des adhérents.



L'ÉLAN GYMNIQUE

Château de Barreau
104 rue de Champeaux
77111 SOIGNOLLES EN BRIE
Tél. : 64 06 70 24

OUVERT TOUTE L'ANNÉE

Activités : piscine chauffée - tennis de table - 5 terrains de deck-tennis - pétanque - volley - salle de musculation
A noter : restaurant ouvert le week-end - chambres en location

Avant de prendre une adhésion, il est possible de visiter les lieux à trois reprises afin de se rendre compte de l'ambiance et des possibilités offertes par le club. Point de départ de nombreuses excursions (les forêts de Fontainebleau et de Sénart - le Moulin de Jarcy - le château de Vaux le Vicomte - le Parc d'attraction d'EURO-DISNEYLAND - Paris...), vous trouverez là un sympathique endroit pour pratiquer la gymnité tout au long de l'année.



AIR ET SOLEIL

Route de l'Ermitage

Les Montfrais - 95130 FRANCONVILLE

OUVERT TOUTE L'ANNÉE

Activités : piscine - volley - basket - pétanque - tennis de table - randonnées

A noter : 10 emplacements pour tentes - innaccessible aux caravanes

Ce petit terrain d'un hectare ne reçoit pas les naturistes de passage. Vous pourrez néanmoins obtenir un droit de visite avant d'adhérer.

NATURE ET SOLEIL

Grand Chemin de Maule
78410 AUBERGENVILLE
Tél. : (1) 30 90 90 42

OUVERT TOUTE L'ANNÉE

A noter : il est préférable de prendre contact avant votre arrivée

C'est un petit terrain à caractère familial où vous serez chaleureusement accueilli dans une nature sauvage et dans une grande tranquillité. Situé à l'ouest et à seulement une demi heure de Paris, il est ouvert toute l'année pour ses adhérents. Il s'agit là également d'un relais idéal pour tous ceux qui souhaitent visiter la capitale et ses environs (Versailles, Thoiry, Giverny, Euro-Disneyland-Paris) ou qui désirent tout simplement faire une halte sur la route de leurs vacances.

CLUB DU SOLEIL PARIS-EST

8 place des Louise-Bonne
77230 DAMMARTIN EN GOELLE
Tél. : (1) 60 03 14 78

Terrain : "Le Bois des Garennes" -
77660 ST JEAN LES DEUX JUMEAUX

OUVERT TOUTE L'ANNÉE

Activités : volley - pétanque - randonnées - tennis de table - tir à l'arc - sauna (gratuit le week-end) - portiques

A noter : home collectif avec cheminée - cuisine collective - dortoir chauffé - organisation de tournois - séances de projection - feux de camp - veillées - repas collectifs - soirées dansantes

Ce terrain de huit hectares aux environs pittoresques des vallées de la Marne, du Petit et du Grand Morin ne reçoit pas les naturistes de passage. Mais là aussi, vous pourrez obtenir un droit de visite avant d'adhérer.



● LANGUEDOC-ROUSSILLON

CLUB NATURE ET SOLEIL DE NIMES

BP 65 - 30009 NIMES CEDEX
Tél. : 66 53 67 00

Terrain : cedex 7030 Sardan

30260 QUISSAC - Tél. : 66 77 81 64

OUVERT DU 1ER JUIN AU 15 SEPTEMBRE ET TOUTE L'ANNÉE POUR LES ADHÉRENTS

Activités : piscine - rivière - basket - volley - tennis de table - portique - canoë - pêche - pétanque - tir à l'arc (avec moniteur FITA) - randonnées

A noter : spéléologie et tennis à proximité - animation en soirée - Réservation conseillée

Situé dans le département du Gard, à égale distance de Nîmes et de Montpellier, vous trouverez là une oasis de verdure dans un paysage de garrigues et de vignes, ceinturé par le Vidourle, petit fleuve pittoresque. Dans l'arrière pays languedocien, sa situation privilégiée, à proximité des Cévennes, met la plage naturiste de l'Espiguette à moins d'une heure en voiture. Le petit nombre d'emplacements disséminés dans les fourrés conserve à ce club une dimension humaine dans une ambiance amicale.



● ● ● **LIMOUSIN**

CLUB DU SOLEIL DE LIMOGES

BP 131 - 87004 LIMOGES CEDEX
Tél. : 55 77 27 74
Terrain : "Centre de Nature de Bos-Redon"
Tél. : 55 78 86 53

OUVERT TOUT L'ÉTÉ

Activités : plan d'eau - volley - pêche - pétanque - randonnées - tennis de table - tir à l'arc

Situé à 500 mètres d'altitude ce joli terrain de campagne de huit hectares, en majeure partie boisés, vous propose une trentaine d'emplacements pour votre repos et votre détente. Les amis de la Nature y seront les bienvenus.



● ● ● **MIDI-PYRENEES**

CLUB DU SOLEIL DE L'ALBIGEOIS

129 rue de Serieyssols - 81000 ALBI
Tél. : 63 54 83 93
Terrain : "La Couliche" - Lincarque -
81150 CESTAYROLS

OUVERT TOUTE L'ANNÉE

Activités : piscine - pétanque - tennis de table - randonnée - bibliothèque

A noter : il est préférable de signaler votre arrivée

Au cœur d'une très belle région touristique, encaissé dans le vignoble Gaillacois, ce petit terrain représente un point de départ idéal pour de nombreuses excursions : la cathédrale d'Albi et son musée Toulouse-Lautrec, la cité médiévale de Cordes, les vignobles et les musées de Gaillac, l'Eco-Musée de la Mine de Carmaux et bien d'autres merveilles...



AMICALE NATURISTE DU CLOS BARRAT

Le Clos Barrat - 46700 SERIGNAC
Tél. : 65 22 40 53 ou 65 31 97 93
OUVERT D'AVRIL À FIN OCTOBRE

Cette association utilise les installations du centre de vacances Le Clos Barrat présenté récemment dans le numéro 54 de La Vie au Soleil (p. 42). Pour un forfait annuel, les adhérents du Club peuvent disposer d'une dizaine d'emplacements. En saison, l'association s'occupe des animations sportives et récréatives du centre et organise diverses excursions touristiques, gastronomiques, artisanales et culturelles.



CLUB NATURISTE DE DEVEZE

Gaudonville - 32380 SAINT CLAR
Tél. : 61 86 58 59

OUVERT DE JUIN À SEPTEMBRE ET TOUTE L'ANNÉE POUR LES ADHÉRENTS

Ici aussi le Club est installé sur le centre de vacances présenté dans le numéro 54 de La Vie au Soleil (p. 42). Les adhérents peuvent ainsi fréquenter le terrain toute l'année à des tarifs préférentiels et jouir de l'organisation de nombreux loisirs. Ne peuvent être adhérents du Club que les résidents de la région Midi-Pyrénées et des départements limitrophes du Gers.



● **NORD-PAS-DE-CALAIS**

CENTRE GYMNIQUE DU NORD

53 rue Gustave Michel
59192 BEUVRAGES
Tél. : 20 53 14 01 (le soir) ou 27 46 75 75
Terrain : 1 rue Albert Camus
59230 SAINT AMAND LES EAUX
Tél. : 27 49 61 04

OUVERT D'AVRIL À NOVEMBRE

Activités : baby-foot, billard américain, jeux de ballons, terrain de volley, pétanque, tennis, tennis de table, tir à l'arc, randonnées et excursions, bibliothèque, solarium (réservé aux adhérents).

A noter : Naturistes de passage, renseignez-vous !

Voici un véritable "bijou" de dix hectares magnifiquement entretenu où tout a été pensé pour vous offrir de bien agréables journées. Jeunes ou moins jeunes, sportifs ou non, tout le monde y trouvera son compte et pourra se livrer à son passe-temps favori. Les plus petits disposent d'un coin bien à eux avec un bac à sable, un toboggan, des balançoires et une pataugeoire. Dans une ambiance incomparable les parents surmenés jouiront d'une grande tranquillité.



ENCOR

(Elan Naturiste de la Côte d'Opale et de sa région)

90 allée des Embruns
Domaine des Ecardines
62215 OYE-PLAGE
Tél. : 21 35 83 37

OUVERT DE MAI À SEPTEMBRE

Activités : activités artisanales, jeux de ballon, pétanque, randonnées et excursions, tennis de table, tir à l'arc, planche à voile et de nombreuses autres activités sportives à proximité

A noter : terrain exclusivement réservé aux loisirs

Situé en bordure de mer sur une quinzaine d'hectares de sable blanc et gris, d'oyats, d'arbres et d'arbustes en tous genres, c'est le lieu idéal pour passer de merveilleux week-ends. Laissez à l'état sauvage, avec ses nombreux sentiers de promenades botaniques et ses petites clairières où tables et bancs laissent à chacun la liberté de son espace, il vous apportera le calme, le repos et l'air iodé vivifiant, nécessaire à l'équilibre de votre vie de citadin.

NATURA INTERNATIONAL

1395 rue de Sivry
59740 BEAURIEUX - Tél. : 27 61 60 17
OUVERT TOUTE L'ANNÉE

Activités : piscine, volley, danse, club ados, pêche, pétanque, randonnée, sauna, banc solaire, tennis, tennis de table, bibliothèque, aire de jeux pour les enfants, animation en soirée.

A noter : chiens non admis

Sur un terrain boisé de six hectares situé à 21km de Maubeuge, ce club permet à ses adhérents de pratiquer le naturisme en bonne compagnie, loin du bruit et des agressions de la vie quotidienne. Vous disposerez d'une centaine d'emplacements, d'un home collectif chauffé et d'un équipement sanitaire très complet. Les naturistes de passage y sont les bienvenus.



PAYS DE LA LOIRE

MAYENNE NATURE

BP 88 - 53021 LAVAL CEDEX
Tél. : 43 49 36 51
Terrain : "Le Taillis"
53210 SOULGE SUR OUETTE
Tél. : 43 02 36 64

OUVERT LE WEEK-END DE MAI À FIN AOÛT

Activités : piscine et pataugeoire, volley, pétanque, tennis de table, portiques et toboggan, bac à sable.

Une association vivante à vocation familiale qui vous propose et organise de multiples activités collectives d'ordre culturel, sportif ou de plein-air. Son terrain de week-end s'étend sur quatre hectares aménagés et reçoit en toute convivialité les naturistes licenciés de passage.



NATANJOU

BP 2015
49016 ANGERS CEDEX
Tél. : 41 54 66 30 ou 41 34 61 66
Terrain : "La Boisnière"
Lieu dit Montrevoult
RN 147 - ANGERS - SAUMUR

OUVERT DE JUILLET À AOÛT

Activités : piscine, pataugeoire, volley, pétanque, badminton, tennis de table, portique et bac à sable, randonnée

Sur ce terrain de trois hectares adhérents et visiteurs disposent d'une trentaine d'emplacements pour prendre quelques jours de repos. Amis randonneurs, n'oubliez pas vos chaussures !. En Anjou, il est aisé de passer d'un paysage à l'autre au gré des 2000 kilomètres de sentiers de randonnée. Les assoiffés d'histoire en auront pour leur compte. Ici, la Loire a fait pousser de nombreux abbayes et prieurés et le cœur des châteaux bat au présent. Les ponts-levis sont abaissés et l'invitation est manifeste...



PROVENCE-ALPE-CÔTE-D'AZUR

ASSOCIATION TOURISTIQUE, CULTURELLE ET GYMNIQUE DU JAS DE SARRAIRE

Vallon du Sarraire - D 952
13490 JOUQUES - Tél. : 42 57 40 67

OUVERT DE MAI À SEPTEMBRE

Activités : piscine, bibliothèque, tennis de table, équitation (à proximité)

A noter : pour les possibilités d'hébergement, se renseigner auprès du club

Ce terrain, situé entre Pont Mirabeau et le village de Saint Paul les Durance, est la raison d'exister de l'association. Ici la faune et la flore méditerranéennes s'étendent sur près de trente hectares parcourus par de nombreux sentiers de randonnée. On y vient en week-end pour se détendre. Les activités sont laissées à l'initiative de chacun.



PICARDIE

GYMNO CLUB DU THELLE

161 rue Emile Zola - BP 26
60230 CHAMBLY
Terrain : ULLY ST GEORGES

OUVERT TOUTE L'ANNÉE

Activités : tir à l'arc, tennis de table, volley, pétanque, randonnée, bibliothèque

A noter : un home collectif chauffé l'hiver, un dortoir de 6 places et un chalet, un barbecue collectif et un solarium.

A environ 50km de Paris, ce terrain de deux hectares est situé en pleine forêt dans un site protégé. N'ayant pas obtenu de plus amples informations sur les possibilités d'hébergement des naturistes de passage, nous vous conseillons d'écrire au siège avant votre départ.

RHONE-ALPES

CLUB DU SOLEIL MONT BLANC

La Manufacture - Quai des Clarisses
74000 ANNECY - Tél. : 50 77 54 05

OUVERT DE JUILLET À AOÛT

Activités : pétanque, volley, tennis de table, jeux d'enfants, tir à l'arc, mini-piscine, randonnée

A noter : accueil assuré uniquement le week-end - accès par route de montagne non goudronnée, non praticable aux caravanes - chiens non-admis

Dans une ambiance amicale et familiale vous disposerez ici d'une vingtaine d'emplacements sur un terrain situé à 1134m d'altitude, un ancien alpage gardé à l'état naturel, orienté plein sud et à l'abri du vent. En cas de mauvais temps, un chalet rustique aménagé dans le style "refuge de montagne" avec dortoir et salle commune saura vous abriter pour un court séjour. Une vue panoramique largement dégagée, vous offre la beauté du Mont Charvin et des contreforts des Aravis. Pour votre ravitaillement, Serraval ne se trouve qu'à 5km. Pensez à emporter de l'eau potable.

CLUB DU SOLEIL DE LYON

Salle des Associations
Impasse de la Tatière
69250 NEUVILLE SUR SAONE
Tél. : 74 68 41 16 ou 74 68 26 52

Terrain : renseignez-vous auprès du club
OUVERT DE JUIN À SEPTEMBRE

Activités : piscine avec petit bain, volley, pétanque, portique, tennis de table, randonnée, bibliothèque

A noter : animaux non-admis

Privilégiant la camaraderie et l'amitié, ce club dispose d'un terrain de quatre hectares avec une douzaine d'emplacements spécialement réservés aux naturistes de passage. Une étape idéale sur la route du Midi, pour tous ceux qui savent apprécier la richesse d'une pause. Une occasion aussi pour se réconcilier avec Lyon où les vestiges gaulois, romains, florentins ou vénitiens témoignent de plus de 2000 ans d'Histoire.

S.A. LOISIRS LA REIGNIERE

Chemin des Eglantiers - 38280 VILLETTE
D'ANTHON - Tél. : 78 31 25 26

OUVERT TOUTE L'ANNÉE

Activités : piscine, volley, basket, deck-tennis, badminton, tennis de table, pétanque, boules lyonnaises, culture physique, randonnée pédestre, canoë-kayak (à proximité), sauna avec salle de relaxation

A noter : salle de réunion, restaurant, dortoir, home pour enfants.

Situé à 22km à l'est de Lyon, ce très beau club établi au cœur d'un parc boisé de treize hectares s'avère de par sa taille et la qualité de ses services le centre naturiste de week-end le plus important du sud-est de la France. En bordure du Rhône, vous trouverez là près de 300 emplacements dont près de 200 loués à l'année.



En bordure du Rhône, vous trouverez là près de 300 emplacements dont près de 200 loués à l'année.

LOISIR ET SOLEIL DE ST ETIENNE

4 rue André Malraux
42000 SAINT ETIENNE
Courrier : BP54 - 42002 SAINT ETIENNE
CEDEX 1 - Tél. : 77 32 23 22

Terrain : "Le Dorier" - Tél. : 77 92 32 32

OUVERT DE JUIN À SEPTEMBRE

Activités : piscine, volley, tennis gratuit à l'extérieur du club, pétanque, jeux pour enfants, équitation et planche à voile (à proximité).

Ici, la faune et la flore ont été préservées et lorsqu'une envie de farniente vous conduira sous de nombreux ombrages, il est bien possible qu'un lapin espiègle et peu farouche vienne vous rendre visite. Situé sur une colline qui surplombe la jonction des vallées de la Loire et de l'Ondaine, ce terrain de six hectares vous offre un panorama grandiose et une soixantaine d'emplacements de bon confort.



**GRECE
RHODES
ILE DU SOLEIL**



- **PLAGE NATURISTE**
au bord de mer
d'un bleu scintillant
- **BRONZAGE INTÉGRAL**
• **DECOUVERTE**
des merveilleuses criques
EN BATEAU PRIVE
• **CROISIERE,**
HORS-BORD, PLONGEE,
PECHE, ETC.
- **LOCATION** : studios,
flats, appts, hotels
cotoyant la plage naturiste.
Prix modéré
- ORGANISATION &
RESERVATION :**
M. DEDECKER,
Naturiste parlant français, néerlandais, allemand
et anglais

**GRECE/RHODES
TEL ET FAX :**
Ind. int. + 30 24 17 65 00



N.B.
La liste n'est pas exhaustive. Seuls les terrains qui ont répondu à notre appel sont ici cités.

Erratum :
Le Club Nature et Soleil de Normandie présenté p.12 dans notre N°55 est ouvert toute l'année.



LE DOMAINE DE LA SABLIERÈ



La Sablière
collé
au contrefort
des Cévennes

A en croire la publicité, le Domaine de la Sablière - dans le Gard - serait une sculpture d'espaces, aurait un supplément d'âme ; prudents, nous doutions. En fait, ce domaine - collé au contrefort des Cévennes - est réellement un site exceptionnel, offrant à chaque pas, un véritable spectacle de nature.

L'accès

Venus du nord par l'autoroute A7, sortie Bollène, après la traversée de Pont-Saint-Esprit, nous avons suivi la direction de Barjac ; une signalisation précise nous a indiqué la direction de plusieurs centres naturistes. Parmi eux, celui qui nous intéressait plus particulièrement : le Domaine de la Sablière. Nous avons traversé le lieu-dit Le Mas et après deux kilomètres d'une route en pleine campagne, nous voilà arrivés. De Bollène,

nous avons mis environ quarante minutes.

L'arrivée

Un lieu d'accueil symbolique, marqué en ce début de saison par une barrière levée, une sorte d'invitation à la découverte... nous avons poursuivi. Et là, spectacle permanent ! A chaque virage, changement de décor. Des ruines d'un château perché depuis la nuit des temps aux célèbres doubles rochers, des arches rocheuses aux

gorges de la Cèze, une petite route sinueuse descend jusqu'à la réception principale en offrant des points de vue extraordinaires méritant souvent l'arrêt pour la contemplation.

La première impression

Accueillis chaleureusement par Gaby Cespedes, la maîtresse des lieux, en tenue d'Eve, nous avons eu droit à la visite du propriétaire ; points de vue du château d'eau, de la stèle dédiée à l'orfèvre du domaine, piscines parfaites

tement intégrées au paysage environnant, la Cèze, une rivière claire bousculée par ses propres méandres freinée par les plages de sable qui la bordent. Le tout dans soixante hectares de pleine nature ; un début de visite qui laissait augurer d'un site propice au naturisme. Là encore, d'évidence, un vrai centre naturiste, sans dogmes, sans clichés, des familles vivant des moments de vacances et de loisirs, en harmonie étroite avec une nature riche d'une flore et d'une faune omniprésentes.

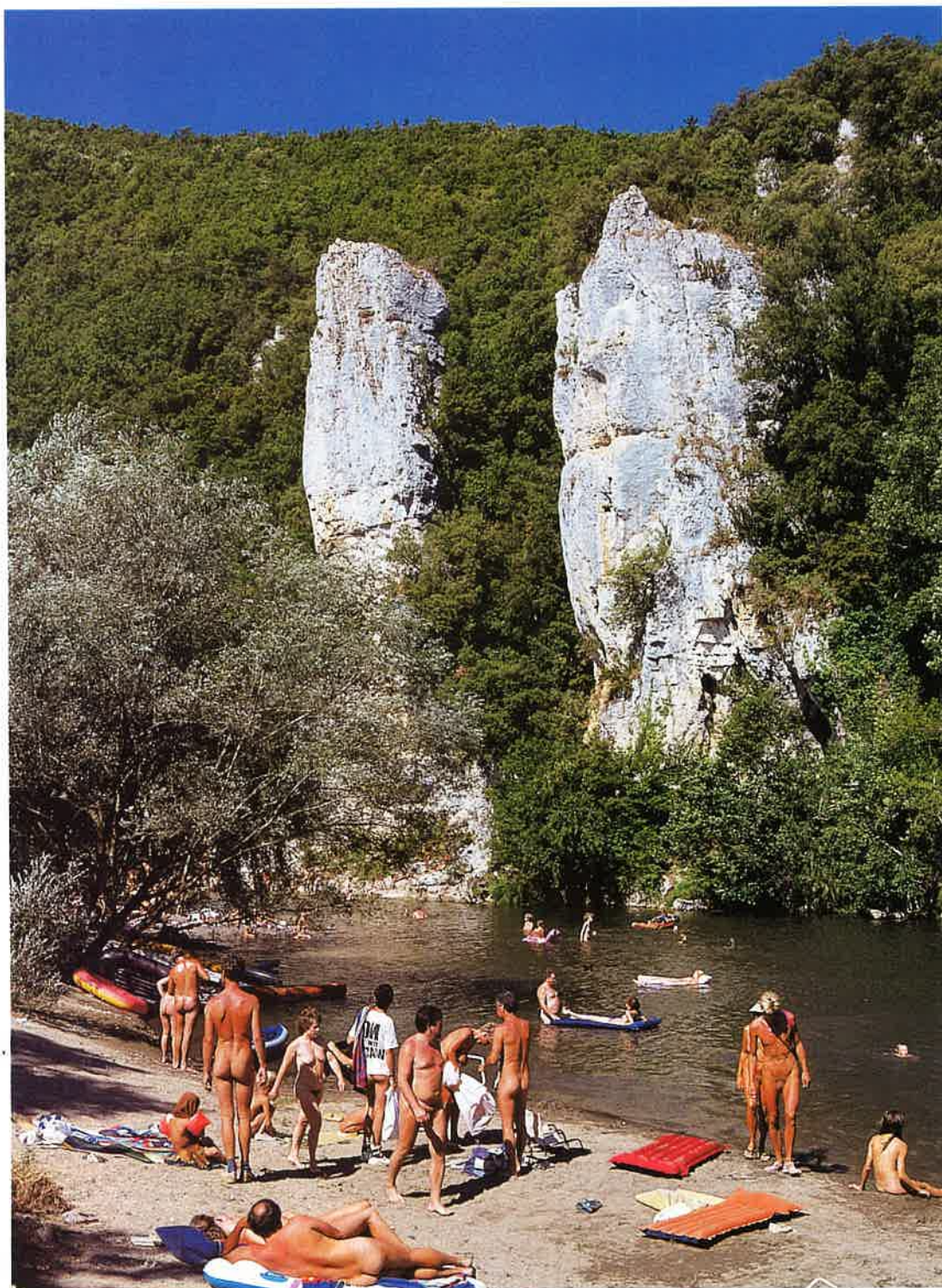
L'organisation du centre

Après cette première prise de contact, il nous restait à tâter le pouls de l'organisation du centre.

Le site offre deux zones en bordure de rivière («fauvette» et «mésange»), plus propices au camping-caravaning en été, avec des installations sanitaires vétustes, mais bien entretenues ; les emplacements ont été redessinés afin de recevoir dans un espace plus grand les amoureux de la toile et de la caravane. Le plus apprécié : la zone «mésange» sans voiture. Au milieu de ces deux zones, la réception, pôle d'information sur toute l'activité du centre et de ses alentours, et l'ensemble des commerces ; un restaurant, un bar, des plats à emporter, un libre service bien achalandé dans un bâtiment au toit en forme d'arches. Un seul petit regret, un parking un peu petit pour l'accueil des vacanciers résidant en haut du domaine.

Sur la partie haute du domaine, deux espaces : l'Eden roc, grande aire de loisirs et l'espace «Pinson» où sont concentrées une importante partie des locations disponibles. L'Eden Roc est une aire de loisirs comprenant un pas de tir à l'arc dans une combe, deux piscines magnifiquement architecturées, des solariums confortables, un sauna, un bar-terrasse, un mini-golf sous les chênes verts, une mini-ferme pour enfants, de nombreux ateliers manuels, une bibliothèque, un tennis et des terrains de badminton. Prévu pour 1996/97, un complexe fitness ne manquera pas de finaliser un projet dont on devine déjà les principaux desseins.

L'Espace «Pinson», quant à lui consiste en une zone d'hébergements développée au cours de ces dernières années. Elle offre de nombreuses formules locatives et des emplacements de camping-caravaning, tous quasiment avec de magnifiques panoramas.



En bordure de la Cèze

A noter, pour les campeurs amoureux du soleil, que cette zone est nettement moins ombragée que celles du bord de Cèze.

Les locations, elles, ont été renouvelées à 95% au cours de ces six dernières années. On peut donc être assuré de leur bonne qualité, qu'il s'agisse de mobil-homes, de bungalows ou de chalets. Ces derniers comportent tous une terrasse couverte avec un salon de jardin, un équipement complet et suffisant. Nos struc-

tures préférées vont vers le Mas, pour deux couples et le Guarrigue pour une famille. Les mobil-homes, eux offrent un rapport qualité-prix excellent eu égard aux prestations proposées ; parmi eux nous vous conseillons le modèle luxe avec terrasse.

L'animation

Particulièrement soignée, elle offre une formule-club très diversifiée. Que ce soit sports, remise en forme,



Concert en soirée et spectacle enfants

animations aquatiques, artisanat, ateliers, soirées, mini-club ou club-junior, tout est mis à disposition des vacanciers par une équipe nombreuse et compétente.

Gérée comme dans un petit village, avec son cinéma, ses concerts de jazz ou de musique classique, ses soirées cabaret ou disco, la programmation des soirées offre une richesse que seuls les très gros centres proposent. Sans sortir, les jeunes et les moins jeunes peuvent ainsi se distraire.

La journée, les ateliers et l'artisanat sont autant de découvertes qui sont à la disposition des enfants - même très jeunes - et des adultes - même plus très jeunes... Un seul regret, l'absence de baby-club, mais on nous l'a promis pour l'année prochaine.

Pour conclure, le Domaine de la Sablière, nous en sommes certains, vous laissera le souvenir d'un site exceptionnel, particulièrement bien placé touristiquement, avec des prestations de bonne qualité, bien au-dessus de la moyenne de l'offre habituellement proposée en centre naturiste. Bien qu'en constante mutation, avec encore quelques imperfections, vous y trouverez, c'est certain, ce supplément d'âme annoncé.



Une des piscines



Le Mobilhome



Le Mas : terrasse et cuisine



LES POINTS FORTS :

- un site exceptionnel, toujours fleuri
- une situation touristique de qualité
- une formule d'animation large
- des hébergements pour tous les budgets
- un accueil chaleureux
- deux piscines panoramiques

LES POINTS FAIBLES :

- un domaine naturiste dont la mutation n'est pas encore terminée
- des centres de vie éclatés entre Eden Roc et la zone de réception
- des sanitaires à l'aspect démodé en camping-caravaning
- le revers de la médaille : le site escarpé engendre quelques difficultés de déplacement
- quelques fautes de goût (décoration des chalets)

LES SERVICES :

- une restauration familiale de bonne qualité
- des commerces correctement achalandés en toute saison à des prix convenables
- des plats à emporter variés et de bonne qualité

ESCAPADES TOURISTIQUES A UNE HEURE DE VOITURE :

- Orange, Avignon, Nîmes, le Duché d'Uzès, le Pont du Gard, Pont-Saint-Esprit

ESCAPADES TOURISTIQUES A UNE DEMI-HEURE DE VOITURE :

- Vallon Pont d'Arc et les gorges de l'Ardèche, Anduze et sa bambouseraie, les petits villages de Goudargues, Montclús, Cornillon, les grottes d'Orgnac, les cascades du Sautadet, etc...

LES MEILLEURES PÉRIODES :

- juin et début juillet
- après le 15 août pour ceux qui peuvent choisir

LES PRIX :

- camping-caravaning (3 adultes, branchement électrique, forfait animation) : 1000 FF environ par semaine
- location d'un chalet : de 3 000 à 4 000 FF environs par semaine en fonction de la taille
- location d'un BTM : environ 2 000 FF par semaine
- location d'un mobil-home luxe : environ 3 000 FF par semaine.



LA CORSE

Une île que l'on sent avant de voir ...

Lémane de cette île des odeurs de maquis uniques et envoi-ran-tes qui vous saisissent dès votre arrivée.

En Corse, chaque saison est la meilleure

L'île jouit d'un ensoleillement maximum (plus de 300 jours de soleil par an) et les températures sont douces même au cœur de l'hiver.

La Corse, une sacré nature ...

Une île à la saveur sauvage. Le vert du maquis se mêle au bleu de l'eau, un mariage entre le minéral et le végétal.

En Corse, le temps ne compte plus ...

Vous perdrez toute notion de temps et vous vous laisserez guider selon vos envies et vos humeurs.

La Corse, le sport sous toutes ses facettes

Du farniente au GR 20, de l'escalade au parapente en passant par le rafting, la plongée, le ski nautique, la voile, etc ...

Il y en a pour tous les goûts.

La Corse, autoroute des mers

Des nouveaux navires vous permettent de rallier l'île en 2h 30 en un maximum de confort et de sécurité.

Et pour les autres, qui préfèrent l'ambiance croisière, de nombreux bateaux sont mis à leur disposition au départ de Marseille, Nice, Monaco, Gênes, Livourne, etc ...

La Corse, par la route des airs

L'île est dotée de plusieurs aéroports (Calvi, Bastia, Ajaccio, Figari) à proximité de nos villages naturistes.

La Corse à prix chocs !

Un accord conclu entre SNCM Ferry Tours, Corsica Maritima et la FFN-INF vous permet de venir en Corse et de séjourner dans nos villages naturistes à un tarif très avantageux (hors périodes rouges). De plus, pour toute location de 2 semaines hors saison, la troisième est offerte.



RIVA BELLA

Domaine de 70 ha, situé en bordure de la mer Tyrrhénienne, occupe une situation privilégiée sur la façade orientale de la Corse, à mi-chemin entre Bastia et Porto-Vecchio, à quelques kilomètres d'Aléria l'ancienne capitale de la Corse Romaine. L'attrait principal de Riva Bella est sa magnifique plage de sable fin, qui s'étend sur plus d'1 km, au milieu d'une végétation luxuriante où sont disséminés 75 bungalows et 12 mini-villas de confort raffiné, ainsi que 170 emplacements de camping caravanning. Le tout situé entre mer et étang de mer de Terrenzana.

Son restaurant gastronomique avec vue panoramique vous fera découvrir les saveurs de la cuisine de l'île de Beauté. Son bar glacier, dancing surplombant la plage vous incitera à la détente.

Jogging, gym, baignade, randonnée ou simplement farniente, seront votre programme. La voiture oubliée, vous profiterez de ce calme pour explorer le domaine et découvrir nos lamas dans leur parc. Camping, Caravanning, ou Location cachée sous la verdure vous permettront un retour aux vraies valeurs du naturisme...

RIVA BELLA 20270 ALERIA - Minitel FRANCE 4
TEL. 95.38.81.10 / 95.38.85.97 - FAX 95.38.91.29



LA BAGHEERA

Sur la côte Est, à quelques kilomètres d'Aléria, à une soixantaine de Bastia, Bagheera, est un centre magnifique qui domine une immense baie de sable fin, entourée d'eucalyptus, propice aux bains de soleil et au farniente.

Par sa situation en bord de mer, Bagheera vous offre la possibilité de pratiquer toutes les activités nautiques tels que la planche à voile, la voile, le ski nautique, etc...

Les animations sont nombreuses telles que le tennis, la pétanque, le ping-pong, le volley-ball et autres sports et jeux qui font également la joie des petits et des plus grands.

La Bagheera vous propose 300 emplacements de camping-caravanning avec branchements électriques et sanitaires tout confort (eau chaude partout avec capteur solaire), ainsi que des locations de caravanes, de bungalows et de maisonnettes, très bien agencés avec auvent ou terrasse. Une superette avec alimentation (pain, pâtisserie, épicerie, etc...), plats cuisinés et bar sont à votre disposition.

Vous pourrez dans une ambiance familiale, vous retrouver entre amis au bar-restaurant panoramique et, pour les noctambules, à la discothèque, soirées dansantes avec musiciens et animation, élection de miss Bagheera, concours divers.

LA BAGHERA 20230 SAN NICOLAO
TEL. 95.38.83.20 FAX. 95.38.83.47



LA CHIAPPA

À l'extrémité du golfe de Porto-Vecchio, ville du sud de la Corse, qui reçoit les bateaux continent-Corse, et qui a aussi son aéroport "Figari", se trouve perdu dans la nature, le village naturiste de la Chiappa, loin de la cohue estivale. A seulement 15 km de Porto Vecchio, implanté sur une colline 250 bungalows de toutes catégories, au milieu d'une abondante végétation, et d'un camping de 220 emplacements ombragés. Au centre du village, se regroupent tous les commerces et les divers restaurants/bars, et le complexe sportif, ainsi que amphithéâtre et bistrot, disco, piano bar, boutique/bazar. Pour les sportifs; école de planche à voile, école de voile, de plongée sous marine, de tennis, de ski nautique, équitation, pêche en mer, promenade en bateau, canoës, pédalo, tir à l'arc, mini golf.. Organisés par notre équipe d'animation, la gym aerobic, volley-ball, boccia, et un mini club pour les enfants à partir de quatre ans, et un service de baby sitting pour les plus petits. Un atelier de peinture et poterie sont aussi à votre disposition. En plus vient s'ajouter un sauna sur la grande plage, une grande piscine d'eau douce, un salon de massage. Tout a été pensé pour que vous passiez des vacances de rêve sans contrainte aucune ...

LA CHIAPPA 20137 PORTO-VECCHIO
TEL. 95.70.00.31 - FAX 95.70.07.70

LA JENNY

par Clémentine Charles



La Jenny,
l'espace
piscine

La Jenny, fleuron des centres naturistes français ? Celles et ceux qui ont « tourné » sur beaucoup de domaines l'affirment encore plus vaillamment que les heureux habitués qui chaque année se demandent quelles nouvelles attentions ils trouveront-là pour rendre le Paradis chaque jour davantage plus jaloux de ce site d'exception. Etat des lieux été 1995.

L'accès

La Jenny prend toutes ses aises pour étaler ses jolis attributs sous la pinède quelque part entre Royan et Arcachon... Pas âme qui vive à moins de dix kilomètres alentour. Pas de cars, pas de bus non plus à moins de 15km... sauf sur demande expresse au bureau d'accueil de La Jenny. Depuis le nord de la rocade de Bordeaux, on peut emprunter la sortie 7

pour rejoindre Saint-Médard en Jalles puis Le Porge par les petites routes rectilignes qui sentent la bruyère et la résine.

On peut préférer la sortie 13, plus au Sud et s'élancer vers le « Bassin » via Mérignac. On ne manquera pas la bretelle vers Arès pour rejoindre Lège et filer en direction du Porge.

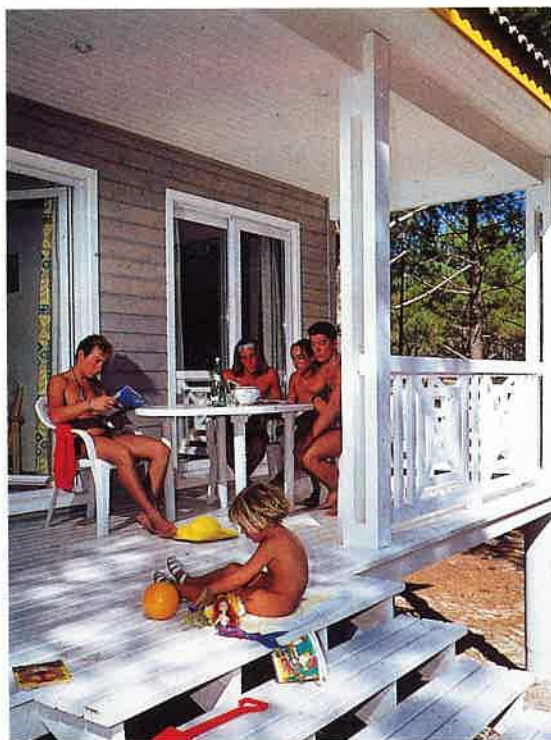
On peut encore flâner en prenant le bac à Royan et descendre par Lacanau. Rencontre obligée de tous les chemins au lieu dit « Lauros » où la

« route de la Jenny » vous amène à vous enfoncer dans la nature vierge pendant dix bonnes minutes sans changer d'allure.

L'arrivée

L'espace n'est pas compté... (quand on aime, on ne compte pas !) : la réception, reconsidérée depuis trois années maintenant, donne tout de suite le ton : toute la décoration ici joue avec le jaune et le bleu, le soleil et la mer, le





Chalet
Louisiane
spacieux et
confortable

bois et le bon goût. On trouve tout de suite une place sur le parking pour retirer ses clés, recueillir les jolis sourires des hôtes qui vous remettent un plan précis pour trouver le chalet que vous habiterez.

La première impression

Un sentiment de liberté grandeur nature ; une folle envie de croquer la vie à pleines dents, le sentiment d'avoir choisi le meilleur endroit de la Terre pour passer ses vacances, la certitude d'une régénération physique, mentale, émotionnelle accélérée par turbo-décompresseur. Une impression de «luxue» inhabituellement ressentie ailleurs ; l'intuition d'être ici dans le domaine étalon du naturisme contemporain, du naturisme de demain plus tolérant et plus libre, plus novateur aussi.

Quand on arrive la première fois à La Jenny, c'est l'émerveillement à tout instant : on a envie de tout aller voir ; de vouloir profiter de tout.

Les habitués, ceux qui louent depuis longtemps, ceux qui sont devenus propriétaires japperaient s'ils étaient chiens quand ils retrouvent ce site de 127 hectares où la promiscuité n'existe pas ; où on se sent seul au monde si l'on veut s'isoler, où chacun fait vraiment corps avec la nature comme l'y invite le slogan actuel : corps avec la Nature végétale bien sûr ; corps aussi avec sa propre nature... Le lieu idéal pour se retrouver, pour laisser dans ses poches

stress et soucis, pour se donner rendez-vous avec soi, pour se découvrir...

L'organisation du centre

L'habitat s'organise selon deux grandes zones :

- La partie sud, la plus ancienne, celle qu'on rejoint en bifurquant à gauche après la réception, celle des «pionniers» (le domaine a ouvert en 1983), celle où la végétation est la plus luxuriante, celle où les chalets - parfois plus rustiques - tirent leur charme de leurs structures en bois naturel et de leur agencement de bon goût.

- La partie nord, ouverte en 1991, celle qu'on atteint en filant droit après la réception où l'habitat est plus cossu, plus coloré, plus spacieux aussi. C'est là que vient de s'ouvrir la septième et dernière tranche de soixante-quinze chalets destinés à la vente.

Car c'est là une des originalités et sans doute une des forces de ce village qui jamais n'aura son pareil (cf. La Vie au Soleil n°53) que d'appartenir à ses résidents : 210 seulement des 750 chalets du programme sont détenus par la S.C.I. de La Jenny ; tous les autres ont été vendus à des amoureux du site qui, pour la plupart, chargent la Direction du village de louer leur bien quand ils ne l'utilisent pas. C'est là un bel avantage tant pour les propriétaires que pour les locataires. Les premiers connaissent les joies de la résidence secondaire sans en subir les désagréments ; les autres bénéficient généralement de résidences très bien aménagées, dotées souvent de terrasses bien plus grandes que celles du cahier des charges et parfois d'équipements complémentaires intéressants : lave-vaisselle, douches chaudes extérieures, chaînes Hi-fi, décorations personnalisées.

Deux centres de vie attirent les résidents autour des deux joyaux de La Jenny : la piscine de quatre bassins, remarquablement dessinée, agréable tant à l'oeil qu'à l'épiderme, et depuis deux ans maintenant le superbe golf (3 trous), seul golf naturiste au monde, trouée majestueuse d'herbe rase au coeur du poumon vert.

- Près de la piscine, les aires de sport : tennis, pas de tir à l'arc, terrain de sports collectifs, le club des enfants, le poney-club, le «chalet-info», le restaurant, la pizzeria, la crêperie, le bar, la discothèque, la salle polyvalente, la supérette et la toute nouvelle «boutique» La Jenny/La Vie au Soleil tenue pour le grand plaisir de chacun par Leïla, la star de notre couverture du



n°54, la «musulmane naturiste» de notre précédent numéro.

Le vélo

- Près du golf, le club-house, le restaurant du golf et ses animations de soirées : karaoké, musique classique, expositions, etc.

Plus à l'écart, l'aire de yoga et bien sûr - à deux minutes et trois coups de pédales (la bicyclette est la petite reine de tous les déplacements) -, l'immense plage de sable blond, de l'autre côté de la dune, infinie et superbe, déserte dès qu'on s'écarte de cent mètres, dorlotée ou chahutée par l'écume des déferlantes.

L'animation

L'animateur de ce super-centre, c'est Patrice Gaigne, la quarantaine encore jeune, l'homme de confiance des financiers, des résidents et des chargés de l'animation. Ce «Monsieur La Jenny» qui a vu naître le village, a veillé à sa croissance, l'a soigné, l'a protégé, le fait vivre. Naturiste libéral, humaniste et tolérant, Patrice a toujours su tenir fermement la barre de cette terre de providence sans jamais perdre le sourire et ce sens inné du contact qu'appréciaient tous ceux qui le croisent.

L'animation sportive et «culturelle», c'est Jean-Jacques qui en a la charge : un garçon toujours disponible, toujours de bonne humeur qui a su fidéliser autour de lui une équipe stable, toujours heureuse de revenir chaque été.

Si l'on peut regretter l'absence d'ateliers de travaux manuels, on appréciera - en revanche - la qualité de cer-



Le pas de Tir, l'espace golf



tains spectacles, la richesse du club des enfants (huit à neuf animateurs/animatrices) qui propose des activités d'éveil, sportives, artistiques et pédagogiques particulièrement attractives.

L'avenir

D'aucuns craignent qu'après l'achèvement de la dernière tranche de chalets mise en vente, La Jenny ne bénéficie plus d'autant d'attentions qu'elle en a jusqu'alors suscitées. Patrice Gaigne - solidement ancré à La Jenny - assure le contraire : ce sera selon lui le moment de s'attacher au maintien de la qualité de vie non pas en la conservant en l'état, mais en la stimulant par l'adjonction de services toujours plus performants : on pense notamment à la piscine chauffée et au centre de remise en forme qui font actuellement défaut dans un centre de ce niveau, d'autant que les trois autres centres de la côte Aquitaine en sont dotés.

Pour conclure, cet été encore, La Jenny apparaît donc - et peut-être plus encore aujourd'hui qu'hier - comme le fleuron des centres naturistes. Sans pour autant afficher des prix de vente ou de



Les joies de la plage



Le mini-club

location élevés. En comparaison de l'offre traditionnelle «textile», on bénéficie même ici de tarifs particulièrement avantageux doublés de services introuvables ailleurs. D'aucuns iront à dire qu'il s'agit-là d'un domaine résidentiel élitiste puisque les campeurs et les caravaniers n'y trouvent pas leur place : c'est un choix délibéré et réfléchi, un pari gagné sur une forme différente de naturisme, un naturisme-plaisir, en évolution constante qui démontre que le nouveau naturiste apprécie la liberté de ne pas s'embarasser de vêtements quand il fait chaud sans pour autant refuser les bons côtés du confort contemporain. Une forme de cocooning peut-être ; d'épicurisme certainement.

Et toujours à vélo !



LES POINTS FORTS :

- un site préservé des abus de l'homme
- une organisation générale quasi-parfaite
- un habitat confortable parfaitement intégré
- un club d'enfants remarquable
- le grand repos même en juillet/août
- la piscine, le golf, la plage

LES POINTS FAIBLES :

- les dates d'ouverture les plus étroites de la côte Aquitaine
- l'absence de piscine chauffée
- l'absence d'un self rapide à l'heure du déjeuner
- la supérette (prix inégaux)
- l'absence de «boutiques» (photo, vêtements sports, etc.)
- le défaut d'activités manuelles ou artisanales

SERVICES PARTICULIERS

Plateaux de fruits de mer à emporter, location de bicyclettes, location de draps, laverie automatique.

ESCAPADES TOURISTIQUES :

Bassin d'Arcachon, le Médoc bleu, les domaines viticoles, la ville de Bordeaux.

LES PRIX :

Chalet 4 personnes : de 1 200 à 4 300 F la semaine
Prix promotionnels en automne : à partir de 800 F le chalet pour toute une semaine ! La plupart des activités sont gratuites.

FAITES COMME EUX



Abonnez-vous cet été

Offre d'essai **3** numéros : **70 FF**

(le ou les précédents Numéros + le ou les suivants) voir bulletin pages 66/67

1 an = 120 FF - 2 ans = 220 FF

(étranger : 1 an = 180 FF - 2 ans = 280 FF)

Outre les informations des domaines et des clubs, votre magazine vous propose dans chaque numéro des rubriques culture, société, voyages, pédagogie, santé, des dossiers thématiques, des bancs d'essais, un journal des lecteurs, des petites annonces et beaucoup de bonnes surprises...

La Vie au Soleil n'est pas un journal nudiste mais le titre capable d'intéresser toute l'année les familles à l'esprit naturiste

S'abonner, c'est réaliser une économie de 20 à 50% sur le prix de vente au numéro ;

c'est aussi bénéficier d'offres spéciales réservées aux abonnés

(Minitel 36.15 VIESOLEIL) et d'une réduction de 40% sur les petites annonces

S'abonner, c'est le plus beau des soutiens que vous pouvez nous apporter.

Envoi discret sous film opaque

Découpez et retournez-nous aujourd'hui les bulletins placés entre les pages 2 et 3 et entre les pages 66 et 67

PROCHAIN NUMÉRO

«SPÉCIAL FEMMES» + «SPÉCIAL FESSES + ALBUM DU CONCOURS PHOTOS

À NE PAS MANQUER...

Guide des plages naturistes

(dossier réalisé par Christiane Serluppus)

Il devenait urgent de proposer à tous ceux qui ne conçoivent désormais les plaisirs du bain qu'en tenue d'Eve, un guide des plages naturistes actualisé. *La Vie au Soleil* est donc aujourd'hui heureuse d'offrir à tous les naturistes - même à ceux qui n'ont pas encore "osé" le centre de vacances - ce répertoire de plus de 150 plages où l'on peut dénouer le haut et retirer le bas..., et celles qu'il vaut mieux éviter.

De juin à septembre, les 5 500 km de côtes françaises reçoivent de façon très inégale les bataillons de baigneurs venus des quatre coins du monde et de l'Hexagone tout entier. Souvent hélas bétonneurs et pollueurs ont mal respecté la beauté naturelle des lieux.

En revanche, au fur et à mesure de leur prise en charge par le Conservatoire du Littoral, les côtes ont fini par se désintoxiquer : la pollution disparaît progressivement et les sites s'embellissent.

Si bain de mer estival rime souvent avec bain de foule, on constate avec bonheur que les endroits où le "zérokini" est toléré, se nichent souvent dans des sites enchanteurs qui prennent parti de l'environnement.

Nous comptons sur vous, amis naturistes, pour préserver toutes ces beautés et rendre à Dame Nature tout le respect que nous lui devons en profitant de ces lieux sans laisser de traces...



NORD-PICARDIE :

150 km de plages, 30 km de falaises

59 - NORD

1 Zuydcoote : située près de Bray-Dunes-Plage, le naturisme est autorisé (arrêté du 23 mai 1984) sur une plage de 500m. Dépasser l'hôpital maritime et suivre la grève vers Leffrinckoucke

62 - PAS-DE-CALAIS

2 Wissant : gentille station balnéaire fréquentée essentiellement par les gens du Nord et les Britanniques, Wissant jouit et pâtit à la fois des deux massifs dunaires qui l'encadrent. C'est au sud de Wissant, près de Tardinghen, aux creux des dunes du Châtelet (mais pas sur la plage) que vous pourrez furtivement ôter le bas (aucune délibération de la municipalité).

3 Hardelot-Plage : depuis la frontière belge, Hardelot est la première station où l'on a vraiment envie de séjourner. Le front de mer est propre et respire le confort. Dans les dunes et les garennes, au nord et au sud de la plage d'Hardelot, certains naturistes ont trouvé un repère sympathique.

4 Le Touquet : Par arrêté municipal du 30 juin 1986, le naturisme est totalement interdit sur le territoire de la commune, y compris dans les dunes.

5 Berck-sur-Mer : la pratique du naturisme est autorisée sur une partie de la plage et signalée par des pancartes.

80 - SOMME

6 Quend et Le Crotoy : sur la plage du domaine du Marquenterre, entre Quend-Plage-les-Pins et le Crotoy, au nord de la pointe de St Quentin, l'isolement permet aux naturistes de se retrouver dans les dunes et sur la plage.

Attention : bâches !

Ces dépressions, situées sur les estrans sableux, sont autant de pièges pour les baigneurs et pêcheurs imprudents des plages du Nord, de la Somme et du Calvados. C'est entre la troisième et la quatrième heure de marée montante que le phénomène est le plus fréquent : la cuvette, pouvant dans certains cas atteindre deux mètres de profondeur, s'emplit d'une eau très mouvante ; on sent le sol se dérober sous ses pieds. Le danger est d'autant plus important que l'emplacement peut varier au cours de la saison.

NORMANDIE :

230 km de plages, 130 km de falaises, 90 km de côtes rocheuses

76 - SEINE-MARITIME

7 Criel-sur-Mer : les naturistes se retrouvent entre les plages de Mesnil-Val et de Criel-Plage bien que la pratique du nudisme soit interdite sur tout le littoral de la commune. Mais attention à marée haute la mer atteint les falaises et le risque de chutes de pierre et d'éboulements est important.

8 Pourville-sur-mer : ici, la côte est une falaise abrupte. Il faudrait être fou pour s'en approcher et regarder en bas. A éviter !

9 Plage du Tilleul : pour gagner cette plage, il faut sortir d'Etretat en direction du Havre par la D940, tourner à droite avant d'arriver au village du Tilleul, puis encore à droite. Vous trouverez du sable quand la marée est bien basse et quelques grottes dans la falaise. Comme ailleurs, le naturisme est interdit, mais certains baigneurs sans maillot se rassemblent là entre les pointes du Fouquet et de la Courtine.

14 - CALVADOS

10 Benerville : ici, la tenue d'Adam était de mise sur le nord de la plage, mais considérant que le nudisme est "susceptible de provoquer des tensions dans la population", la municipalité a pris un arrêté de stricte interdiction. Le "mal" persiste toutefois...

11 Auberville : on trouve quelques naturistes en contrebas des falaises des Vaches Noires, mais ici aussi les risques d'éboulement sont très importants. Ce qui a conduit la municipalité à en interdire l'accès.

12 Franceville : par arrêté du 17 juin 1982, le nudisme est interdit sur tout le territoire de la commune. Dans la baie de Sallenelles, au lieu-dit La Redoute, se rassemblent pourtant quelques naturistes. A l'ouest, la réserve ornithologique de la baie d'Orne offre de superbes points de vue sur l'estuaire où sont ancrés de nombreux bateaux.

13 Meuvaines : malgré l'interdiction, une fréquentation naturiste persiste sur la partie est de la plage, en limite de Ver-sur-Mer. Tout chemin vicinal sortant de la D514 en direction de la mer est bon à prendre.

50 - MANCHE

14 Vasteville : mal acceptés et souvent pourchassés, les naturistes n'y ont pas de territoire fixe, mais les dunes de cette vaste plage peu fréquentée en semaine offrent une fois de plus un asile naturel.

15 Hatainville : à mi-chemin entre la D242 qui sort du bourg et le Cap de Carteret (à droite du phare), une vaste plage pour un naturisme "toléré".

16 Agon-Coutainville : pas d'arrêté municipal mais la mairie souhaite ignorer le fait. Il est donc indispensable d'observer une attitude de réserve. Prenez la route de la pointe d'Agon et quittez la peu avant d'arriver au phare pour un chemin sablonneux sur la droite. Puis marchez sur la plage en direction de Coutainville jusqu'à dépasser un léger cap. Vous trouverez là une vaste plage de sable fin. Attention, comptez avec les marées !

17 Breville-sur-Mer : ici encore la municipalité "tolère" ! Soyez donc discrets ! Une zone strictement délimitée vous attend à hauteur du champ de tir. Quittez la D971 au Grand-Chemin pour aller en direction de l'aérodrome de Breville et poursuivez votre route dans les dunes jusqu'à la mer. C'est une belle plage de sable fin.

18 Genets : certains audacieux se retrouvent dans les dunes qui longent la plage entre Dragey et Genets. La plage n'est pas très belle et de plus dangereuse... Les naturistes ne bénéficient d'aucune bienveillance !

BRETAGNE :

460 km de plages, 760 km de côtes rocheuses et 300 km d'estuaires et de vasières.

35 - L'ILE-ET-VILAINE

19 Cancale : la commune conjugue le charme des ports authentiques et celui des stations balnéaires mais ne fait preuve d'aucune bienveillance envers les naturistes. A éviter !

20 Plage des Chevrets : bien qu'interdit par l'arrêté du 21 avril 1981, on continue de se rassembler sur la partie est de cette belle plage, mais... à ses risques et périls.

21 Rothéneuf-Saint-Malo : il en va de même pour cette plage !

22 - CÔTES-D'ARMOR

22 Plage du Port-du-Sud-Est : situé à mi-chemin entre le Cap-Fréhel et les plages de La Guette, cette plage est accessible par des sentiers de chèvres assez abrupts. Le naturisme y est toléré par un accord verbal du maire.

23 Plage de Lourtauais : situé à l'est d'Erquy, il faut sortir du village, prendre la direction du Cap et bifurquer à droite à hauteur des ruines. La dernière partie du trajet, en pente raide, mène à une magnifique plage de sable où le naturis-





me semble toléré depuis de longues années.

24 Plage des Rosaies : facile d'accès, située sur le commune de Plérin à proximité de Saint-Brieuc, voici une plage en pente douce, entrecoupée de rochers, non dangereuse et extrêmement agréable où les naturistes se rassemblent au lieu-dit Pointe de la Horaine.

25 Mez an Aod : des panneaux avertissent que la plage est fréquentée par des naturistes ! Mez an Aod est une petite crique nichée à la Pointe Serval, près de Beg-Leguer. Pour y accéder, quittez Lannion par la D21 en direction de Serval. Ne dépassez pas le phare, vous seriez allés trop loin !

29 - FINISTÈRE NORD

26 Treflez : ici le public n'affiche guère l'esprit naturiste et la commune vigilante dresse de nombreux procès-verbaux. Mieux vaut éviter cet endroit où la baignade à marée basse s'avère de toute façon impossible.

27 Trézien : entre la plage de Trézien (au-delà du phare) et la pointe de Corsen, vous trouverez trois petites criques où le naturisme semble toléré depuis plusieurs années.

28 Plage du Perzic : la municipalité de Plouguer n'a jamais délibéré ou pris

position sur le sujet. Les naturistes bretons se retrouvent donc dans deux petites criques situées au nord de l'Anse des Blancs-Sablons.

29 - FINISTÈRE SUD

29 Lost-Marc'h : sur la plage de Lost-Marc'h, près de la pointe de Kerdra, dans la presqu'île de Crozon, les naturistes et les non-naturistes semblent cohabiter sans histoires... Une magnifique plage où la baignade s'avère toutefois dangereuse.

30 Beuzec-Cap-Sizun : la crique la plus fréquentée est située à l'ouest de la plage de Pors-péron sur la commune de Beuzec. L'accès est difficile et la baignade dangereuse.

31 Treguennec : la faible fréquentation de cette partie de la baie d'Audierne a attiré de nombreux naturistes qui se retrouvent soit au nord, soit au sud de Prat ar Hastel où la baignade est surveillée.

32 Trefliagat : les touristes allemandes ont "converti" ce lieu au naturisme. Située à 1 km à l'ouest de Lesconil, vous trouverez une vaste plage de sable fin.

33 Fouesnant : sur le cordon littoral de Moustierlin, à l'est de Bénodet, le naturisme est toléré et la baignade surveillée.

34 Tregunc : ici les naturistes se retrou-

vent sur la plage de Kerouiny au nord-ouest de la pointe de Trévignon. La mairie fait preuve d'une certaine tolérance, mais la baignade n'est pas surveillée.

56 - MORBIHAN

35 Plage des Kaolins : située au sud de Fort-Bloqué (Ploemeur), le naturisme y est interdit depuis l'ouverture d'un golf à proximité.

36 Ile de Croix : le naturisme est interdit sur toute l'île. Pourtant quelques naturistes se retrouvent sur la côte ouest dans de très jolies petites criques.

37 Plage de Kerminihy : située sur la commune d'Erdeven, le naturisme a fait ici l'objet de nombreuses polémiques, mais a depuis peu droit de cité sur la plaquette du syndicat d'initiative.

38 Plage de la Falaise : bien que cela soit interdit, on trouve quelques naturistes sur cette plage de la commune de Plouharmel, à l'entrée de la presqu'île de Quiberon.

39 Belle-Ile : ici encore, et quel dommage, le naturisme est interdit mais cependant pratiqué au sud-est de l'île, près de la plage d'Herlin et au nord-ouest de la pointe de Kerdonis.

40 Plage de Kerjouanno : entre Port-Crouesty et Saint-Gildas-de Rhuys, à hauteur des rochers du Petit-Rohu, le naturisme est toléré.

CENTRE-OUEST-ATLANTIQUE :

350 km de plages, 150 km de côtes rocheuses.

44 - LOIRE-ATLANTIQUE

41 Quimiac : quelques naturistes se retrouvent au mouillage de Lanséria, entre la plage du même nom et la pointe de la Croix, bien que le naturisme soit interdit par arrêté municipal.

42 Plage de Pen-Bron : située à la Turballe, au sud du village de vacances VVF, cette plage rassemble de nombreux adeptes. La municipalité interdit, les gendarmes tolèrent.

43 Crique de Chémoulin : à proximité du camping municipal des Jaunais, entre Sainte-Marguerite (Pornichet) et Saint-Marc (St Nazaire), 200m de plage sont réservés aux naturistes.

44 Préfaïlles : vous trouverez ici une côte splendide parsemée de petites criques de Port-aux-Goths à Portmain. De nombreux naturistes s'y dispersent.

85 - VENDÉE

45 Noirmoutier : bien qu'interdit, le naturisme est pratiqué sur la partie sud de la plage de Luzéronde. Accès par l'Herbaudière ou la pointe du Devin.

46 Plage des Lays : en bordure des dunes et de la forêt des Pays des Monts ; en limite des communes de La Barre-de-Monts et de St-Jean-de-Monts. Naturisme toléré.

47 Ile d'Yeu : le naturisme est interdit mais cependant pratiqué au sud-est de l'île (entre le hameau de La Croix et la pointe de La Tranche) et toujours à l'est, à la pointe des Corbeaux et sur la plage de la Grande Conche.

48 St-Hilaire-de-Riez : près de la station d'épuration des eaux, à l'ouest de Merlin-plage, quelques naturistes tolérés se retrouvent.

49 Plage du Petit-Pont : située au nord de Bréignolles-sur-Mer, on y pratique un naturisme sans entrave, sur une plage de sable fin de plus d'1 km.

50 Olonne-sur-mer : à mi-chemin entre la plage des Granges et la plage de Sauveterre, le naturisme est officiellement toléré, mais la baignade très dangereuse.

51 Longueville-sur-Mer/La Tranche-sur-Mer : la plage des Conches et celle de la Terrière se rejoignent à la frontière

de ces deux communes. Dans cet endroit bordé de dunes et de forêt, le naturisme est toléré.

52 Plage de la pointe d'Arcay : le naturisme est officiellement toléré sur cette plage que l'on atteint après trois quarts d'heure de marche à partir de La Faute-sur-Mer.

17 - CHARENTE-MARITIME

53 Ile de Ré : entre les plages du Lizay et du Petit-Bec, sur la commune de Portes-en-Ré, le naturisme est interdit, mais toléré au lieu-dit Les Petites Folies, situé entre la Couarde-sur-Mer et Le Bois-Plage-en Ré.

54 St Trojan-les-Bains : côté sud de la plage, le naturisme est bien toléré.

55 Plage des Saumonards : située à Boyardville, sur la commune de St-Georges-d'Oléron, une zone naturiste est délimitée par des panneaux.

56 Plage des Huttes et de l'Archenau : entre Seulières et Domino, au nord-ouest de l'île d'Oléron, le naturisme est toléré.

57 La Tremblade/Ronce-les-Bains : le naturisme est autorisé sur une portion de la côte située à mi-chemin de la pointe Espagnole et de la maison forestière de La Bouverie (intersection D268 et D25).

58 La Grande Côte : une zone naturiste s'étend à la limite des communes des Mathes et de La Palmyre. Un site superbe, mais sans végétation.

33 - GIRONDE

59 Plage Saint-Nicolas : au Verdon-sur-Mer, au sud de la pointe de Grave, vous trouverez une zone naturiste délimitée par des panneaux. Plage de sable fin mais baignade dangereuse.

60 Soulac-sur-Mer : en dépit de l'interdiction, deux rassemblements naturistes sont tolérés. L'un au nord de l'Amélie à 3km de Soulac, et l'autre sur la plage de La Négade à 6km de Soulac.

61 Plage de Déppée : à hauteur du centre naturiste Euronat à Grayan-et-l'Hôpital. Naturisme autorisé. Baignade sous surveillance.

62 Montalivet-les-Bains : devant le centre naturiste héliomarin, au sud de la station. Naturisme autorisé. Baignade surveillée.

63 Plage du Pin-Sec : située sur la commune de Naujac-sur-Mer, seule la zone de baignade surveillée est strictement interdite aux naturistes.

64 Hourtin : un arrêté municipal interdit le naturisme. Il se pratique néanmoins au sud de l'accès à Hourtin-Plage en dehors de la zone de baignade surveillée.

65 Carcans : ici, l'existence de plages naturistes est noté par l'office du tourisme. On se rassemble à hauteur de la

maison forestière de l'Alexandre, au sud de Carcans-Plage.

66 Lacanau-Océan : cette immense plage, longue de 15km, permet une coexistence pacifique.

67 Plage du Lion : quelques naturistes se rassemblent à hauteur de la maison forestière du Lion, au sud de Lacanau.

68 Plage du Gressier : située sur la commune du Porge, le naturisme y est toléré.

69 Plage de La Jenny : le naturisme est officiellement autorisé sur une grande partie de la plage devant le village naturiste de La Jenny.

70 Lège-Cap-Ferret : les naturistes sont tolérés dans la forêt littorale, au nord de la plage du Grand-Crohot et au sud des dunes de Cap-Ferret.

71 Plage de La Lagune : située sur la commune de la Teste de Buch, il s'agit là du plus grand rassemblement naturiste du bassin d'Arcachon.

72 Pyla-sur-Mer : les naturistes se regroupent au sud de la dune du Pyla, entre les plages du Petit-Nice et de La Salie.

40 - LANDES

73 Biscarosse : naturisme toléré par la commune au nord de la plage et interdit au sud (zone militaire)

74 Mimizan : naturisme toléré aux limites nord et sud de Mimizan-Plage.

75 Contis-Plage/Vieux-Boucau-les-Bains : d'une commune à l'autre il existe plusieurs plages où le naturisme est toléré, mais mieux vaut marcher un peu pour s'éloigner des accès. Attention, la baignade est parfois interdite car trop dangereuse.

76 Vielle St Girons : la zone naturiste se trouve à 5mn de marche du centre natu-

riste d'Arnaoutchot qui assure la surveillance de la baignade.

77 Seignosse : le naturisme est toléré et signalé par des panneaux sur la plage des Casernes au nord du blockhaus, mais la baignade est rigoureusement interdite.

78 Hossegor : la zone naturiste est délimitée par des panneaux au nord de la plage. La baignade est surveillée.

79 Capbreton : de nombreux naturistes se rassemblent au sud de la plage principale, près du blockhaus et de la chapelle Ste Thérèse.

80 Tarnos : il existe une zone naturiste entre la plage d'Ondres et la plage du Métro, mais la baignade est interdite.

81 Ondres : au départ du blockhaus, à environ 10mn de marche, vous trouverez une zone naturiste. Baignade interdite et plage souvent saturée en haute saison.

64 - PYRÉNÉES ATLANTIQUES

82 Plage de l'Océan : située sur la commune d'Anglet, face au golfe de Chiberta, entre la plage des Cavaliers et celle de la Madrague. Quelques naturistes se risquent à cet endroit bien que la pratique soit interdite par arrêté municipal.

83 Biarritz : ici, la municipalité est franchement hostile à la pratique du naturisme. Pourtant certains se rassemblent à partir du vieux pont en longeant la plage vers le sud. Attention, à marée haute, il faudra vous rhabiller car il n'y aura plus de plage !

84 Bidart : la commune autorise le naturisme au lieu-dit Etche-Psi. Prenez la RN10b puis marchez. Vous accédez à la plage par un très grand escalier. Baignade interdite.

Attention : baines !

Entre la pointe de Grave en Gironde et l'embouchure de l'Adour au pays Baque, les baines peuvent se transformer chaque été en piège mortel pour baigneurs imprudents. Parmi les plus connues, citons celles de la plage centrale de Lacanau (Gironde) et de Biscarosse (Landes). Ces cuvettes entourées de bancs de sable se forment sous l'action des grandes marées d'hiver. Le moment critique se situe vers la mi-marée, quand la baine n'est pas tout à fait recouverte : les vagues passent par-dessus le banc de sable et chassent violemment l'eau de la baine, qui s'évacue alors à l'extérieur par la brèche, vers une zone de courants intenses. On retrouve un phénomène analogue à marée descendante, quand le niveau de l'océan devient inférieur à celui de la baine : l'effet de siphon crée un courant redoutable qui entraîne le baigneur vers le large.

LANGUEDOC- ROUSSILLON :

180 km de plages, 20 km de côtes rocheuses, 15 km de falaises et 4 km de marais.

66 - PYRÉNÉES ORIENTALES

85 Port-Vendres : de Port-Vendres, prenez la route du cap Béar. Après le sémaphore, vous trouverez une piste pédestre qui vous conduira à une petite crique fréquentée par des habitués. Attention, les roches surplombent la falaise.

86 Plage de l'Ouille : cette plage de sable et de galets se situe entre Collioure et Argelès. On y accède à partir de Collioure en prenant le sentier pédestre du littoral vers le nord ou en traversant les campings de La Girelle et les criques du Portell.

87 Argelès-sur-Mer : vous trouverez une zone naturiste au lieu-dit Bocal-del-

Tech. La municipalité a décidé de fermer les yeux sur cette zone longue d'un kilomètre.

88 Plage du Mas-Larrieu : au nord d'Argelès se situe une zone de dunes et de marécages protégés (la réserve naturelle du Mas-Larrieu). Du parking du Mas Larrieu, longer la plage pendant 10mn en direction du sud. La municipalité adopte une attitude bienveillante à l'égard du naturisme.

89 Saint-Cyprien : de Saint-Cyprien prenez la D81 vers le sud. Après environ 3km tournez à gauche vers le Mas Bertrand. Une fois sur la plage, marchez encore pendant quelques minutes vers le sud. Là vous pourrez vous dorser nu au soleil, bien que cela soit en principe





interdit.

90 Toreilles : les naturistes se retrouvent dans une zone située entre le sud du village des Sables et l'embouchure du Bordigoul. Zone tolérée sous réserve.

11 - AUDE

91 Port-Leucate : à Port-Leucate, les plages naturistes ne sont accessibles qu'en passant par les villages Aphrodite et Ulysse. Entre Leucate-Plage et La Franqui, vous apprécierez une petite plage de sable au pied du cap Leucate. Vous y accéderez depuis Leucate-Plage en suivant la côte. Une autre crique contiguë, la Plaguette, est accessible par un sentier qui part du sémaphore, en haut des falaises.

92 Plage des Montilles : le naturisme est officiellement toléré sur une partie de la plage, au sud de la station.

93 Gruissan : au sud de la plage des Ayguades et au sud du canal de Grazel le naturisme est officiellement toléré.

94 La Grande Cosse/Fleury-d'Aude : la pratique du naturisme est officiellement autorisé sur 500m environ entre Saint-Pierre-sur-Mer et les Cabanes-de-Fleury. L'entretien et la surveillance est sous la responsabilité du centre naturiste de la Grande Cosse. Une large tolérance permet aux naturistes de profiter de plus de 3km de côtes de l'embouchure de l'Aude à la plage de Saint-Pierre-sur-Mer.

34 - HÉRAULT

95 Sérignan-Plage : le naturisme est autorisé sur la plage et dans le cadre du centre naturiste Le Sérignan-Plage-Nature, mais il est aussi officieusement toléré aux environs.

96 Agde : le naturisme n'est autorisé qu'au nord du chenal d'accès au port d'Ambonne et interdit au sud de la plage de Richelieu.

97 Aniane : le naturisme est autorisé dans le cadre du centre naturiste La Source Saint Pierre.

98 Plage de Villeneuve-les-Maguelonne : au sud des terminus des petits trains, mais avant le domaine des Aresquiers, vous trouverez une zone où le naturisme semble toléré.

30 - GARD

99 Plage des Baronnets : entre le Graud-Roi et Port-Camargue, la plage des Baronnets est autorisée aux naturistes sur 8km. Au-delà du phare de l'Espiguette, suivez la piste vers l'est ; après le parking, continuez vers l'est, mais à pied.

PROVENCE-ALPES-COTE-D'AZUR :

100 km de plages, 400 km de côtes rocheuses et des îles.

13 - BOUCHES-DU-RHÔNE

100 Saintes-Marie-de-la-Mer : à 6km des Saintes-Marie-de-la-Mer, avant le phare de la Gacholle et sur 2km de part et d'autre du puits de la Comtesse, vous trouverez une zone où le naturisme est autorisé. Il s'agit d'une belle plage de sable fin en pente très douce.

101 Plage de la Goule : à partir des cabanons de Beauduc, continuez vers l'est. La mairie semble faire preuve de tolérance.

102 Plage d'Arles (ou plage de Piémançon) : située au sud de Salin-de-Giraud. La zone naturiste commence à environ 1km à l'est du débouché de la D36 sur le rivage. Ici encore, il s'agit d'une plage de sable fin en pente douce.

103 Plage du Cavaou : située à Fos-sur-Mer, elle est fléchée à partir du la vigie du port autonome. Le naturisme est autorisé à l'est de la jetée de Fos 4. Licence obligatoire !

104 Plage de la pointe de Bonnieu : la pointe de Bonnieu est une magnifique crique naturelle située sur la commune de Martigues. La plage naturiste est fléchée et facilement repérable par la proximité de la centrale thermique et de ses trois cheminées. Licence obligatoire !

105 La calanque des Pierres-Tombées : vous la trouverez entre Marseille et Cassis, à l'est de la calanque de Sugiton. Un endroit superbe où l'on peut se baigner sans danger. On y accède en 45mn depuis la calanque de Morgiou ou en 40mn depuis le centre universitaire de Luminy.

106 La calanque de Port-Pin : une belle plage de sable accessible en 30mn depuis Cassis ou depuis le domaine de La Fontasse. Vous risquez cependant d'être souvent dérangé par les nombreux bateaux qui font visiter les calanques.

107 Les rochers de la pointe de Bon-Voyage : situés à 20mn de Cassis, au bout de la presqu'île de Port-Miou, vous cohabitez aisément avec des "textiles". Toutes les criques sont faciles d'accès.

108 La Ciotat : ici, les naturistes se retrouvent à la calanque de Figuerolles ou au cap Saint-Louis, sur de grandes dalles rocheuses, à la limite des Lecques.

83 - VAR

109 Plages de Malpasset, du Jonquet et

de Saint-Selon : situées à l'est du cap Sicié, ces plages sont réservées aux naturistes. On y accède par le sentier littoral qui part de l'anse de Fabrégas (La Seyne-sur-Mer) ou par les sentiers qui descendent vers la côte depuis la route de la corniche.

110 Plage de Monaco : en venant de Toulon, à l'entrée du Pradet, prenez à droite en direction des Bonnettes de la Plage. Il s'agit d'un site protégé où le naturisme est toléré.

111 Plage des Gardéens : un très beau site entre la batterie de Carqueiranne et la pointe du Bau Rouge.

112 Plage du Bau Rouge : le naturisme est autorisé à l'ouest du lotissement du même nom, sur environ 200m.

113 Ile de Porquerolles : le naturisme y est strictement interdit, mais cependant assez largement pratiqué sur la plupart des plages et des criques.

114 Plage des Vieux Salins : située à l'est de Salins-d'Hyères, après le Port-Porthuau, entre les salins et la mer, le naturisme y est toléré par la mairie et la gendarmerie.

115 Bormes-les-Mimosas : au sud-est de la plage de Pèlerin, vous trouverez plusieurs petites plages de sable et de rochers fréquentées par les naturistes.

116 Ile du Levant : le royaume du naturisme ! Mais attention à ne pas rester sous les falaises (risques d'éboulement).

117 Plage du Rossignol et calanque du Layet : à l'est de la pointe de Layet, entre le Lavandou et Cavalaire, essayez de trouver une petite passerelle qui vous mènera à cette plage où la tolérance a toujours prévalu.

118 Plage du Cap Nègre : le naturisme est toléré sur les rochers à l'est de cette plage située à Cavalaire.

119 Plages de la Nasque et de Bonporteau à Cavalaire : toutes les criques sont fréquentées par des naturistes. Faciles d'accès.

120 La Croix-Valmer : on observe ici plusieurs rassemblements ponctuels de naturistes entre la plage du Bergeron et le cap Lardier et notamment sur la plage de Brouis.

121 Ramatuelle : le naturisme est interdit sur l'ensemble de la commune sauf au Cap Taillat et sur la plage de Pampelonne où on le tolère sur environ 200m à hauteur du restaurant "Le Blouch".

122 Saint Tropez : le naturisme se pratique à la batterie de Capon et au cap de Saint-Tropez. Mais attention, les gendarmes verbalisent !

123 Plages de l'Europe et de la Pointe-Alègre : le naturisme est formellement interdit sur les communes de Grimaud et de Sainte-Maxime, mais se pratique néanmoins sur ces deux plages, ainsi qu'au sud de la pointe des Sardioux.

124 Plage des Esclamandes : située à l'embouchure de l'Argens à Fréjus, le naturisme y est toléré.

125 Estérel : les naturistes se rassemblent au cap du Dramont entre Saint-Raphaël et Aguay et sur les rochers du Trayas, à la frontière des Alpes-Maritimes. L'accès n'est pas toujours aisé et le confort des rochers laisse à désirer.

RIVIERA :
28 km de plages,
87 km de côtes rocheuses.

06 - ALPES-MARITIMES

126 Théoule-sur-Mer : quelques rochers et un peu de sable entre la pointe de l'Aiguille et la pointe Saint-Marc. Accès difficile et zone réellement dangereuse.

127 Cannes : le naturisme est interdit, mais se pratique néanmoins à la pointe de La Fourcade, entre Cannes et Golfe-Juan (RN7) et sur l'île Ste Marguerite, à la pointe du Dragon.

128 Golfe-Juan : la seule crique naturiste se situe près du château de l'Horizon. Accès difficile.

129 Nice : le naturisme se pratique sur les rochers du cap de Nice entre la gare maritime et la pointe des...Sans-Culottes (!), mais aussi sur la côte ouest de la presqu'île de Saint-Jean-Cap-Ferrat et de part et d'autre de la pointe de La Cuisse (!!), bien qu'il soit partout interdit.

130 Plage des Piastres : située au sud-ouest de la plage de Saint-Laurent, elle accueille quelques adeptes bien que le naturisme soit interdit sur toute la commune d'Eze-sur-Mer.

131 Plage des Pissarelles : à l'ouest de Cap d'Ail. Plage également interdite, mais néanmoins fréquentée par quelques sans-culottes.

Si vous connaissez d'autres plages (bords de lac ou rivières) où l'on peut se baigner sans enfileur un maillot, merci de nous le faire savoir en écrivant au journal. Vous nous aiderez ainsi à renchérir la prochaine édition de ce guide.



CORSE :

190 km de plages,
560 km de côtes rocheuses et de falaises.

On trouve en Corse quelques criques désertes où personne ne vous reprochera d'être nu. Le naturisme est cependant encore mal accepté sur l'ensemble de l'île. Sur de nombreuses plages, une pancarte indique qu'il est strictement interdit. Mieux vaut respecter le règlement sous peine d'être rapidement verbalisé.

132 Plage de Calla : située à l'est de Barcaggio (Cap Corse), cette grande plage subit de fréquents contrôles.

133 Plage de Saleccia à Saint-Florent : malgré l'interdiction quelques naturistes se rassemblent dans les criques qui se trouvent à l'ouest de la plage.

134 Plage de Peraiola : cette belle plage est située dans le désert des Agriates à proximité d'Ogliastro entre Saint-Florent et l'île Rousse. Les naturistes se regroupent au nord de la plage. Mais attention, la baignade à cet endroit est dangereuse et non-surveillée.

135 Plage de la baie de Giunchetu : située sur la commune de Corbara, on y accède par un petit sentier depuis l'arrêt "Palaja" du train-tramway. Ici encore les autorités ne font preuve d'aucune tolérance.

136 Plage d'Aregno : à leurs risques et périls, quelques naturistes se retrouvent au nord-est de cette plage située sur la commune d'Algajola.

137 Plage de Ricciniccia : située au nord de Galéria, naturistes et textiles se côtoient sur cette plage caillouteuse. L'interdiction naturiste persiste.

138 Plage d'Arone à Piana : une pancarte précise que le naturisme est interdit.

139 Golfe de Lava : quelques naturistes se retrouvent sur la gauche de la plage à l'abri des regards.

140 Plage de Minaccia : située à l'ouest d'Ajaccio, la pratique du naturisme est interdite. Certains s'y risquent cependant en marchant un peu vers le sud.

141 Crique de la Calanca : encastrée dans une falaise au milieu du maquis, on pourrait se croire à l'abri. Erreur ! Plus d'un naturiste y fut lourdement condamné...

142 Plage de Portigliolo : de Propriano, prenez la route de Campomoro au sud de la plage, puis remontez en direction de l'aérodrome. Vous trouverez là

quelques adeptes, mais sachez que le risque de se faire verbaliser est grand.

143 Plage d'Argent : située au sud de la plage de Tralicetu, au fond de la cale de Barbaria (commune de Sartène, route de Tizzano). Un certain nombre de naturistes semblent y couler des jours paisibles, bien que l'interdiction soit formelle.

144 Baie de Stagnolu : située au sud de la plage de Tonnara, entre Figari et Bonifacio, quelques naturistes s'y rassemblent.

145 Capo di Feno : à l'ouest de Bonifacio, à hauteur du mont de la Trinité. C'est le territoire des Amis de Neptune. Amis naturistes bienvenus ! Vous y accéderez uniquement en bateau.

146 Golfe de Rondinara : naturistes et "textiles" se rassemblent sur cette plage très abritée de Rondinara située entre Bonifacio et Porto-Vecchio. Accès par la D158.

147 Plage de Palombaggia : au sud de la presqu'île de Chiappa, les naturistes la fréquentent avec une extrême prudence.

148 La Chiappa : centre naturiste situé à la pointe de la presqu'île.

149 Villata : centre naturiste situé entre Porto-Vecchio et Pinarellu.

150 Plage de Pinarellu : depuis Sainte-Lucie vous y accéderez par la D168a. Quelques naturistes se retrouvent dans les dunes, mais attention aux fréquents contrôles.

151 Riva Bella : centre naturiste situé au nord de l'étang de Diane. La plage naturiste se trouve à hauteur de l'étang de Terrenzana.

152 Bagheera : centre naturiste situé au nord de l'étang de Stagnolu sur la commune de San Nicolao.

A NOTER HORS-LITTORAL

(information communiquée par un bien sympathique lecteur) :

Les rives du Fier (en Haute-Savoie, dans le bassin annécien) : Rejoignez par le bord du lac d'Annecy la commune de Veyrier-du-lac par la D909 en direction de Thones. Passez le col de Bluffy (avant Alex). A la sortie du village, prenez à gauche la D16 en direction d'Annecy-le-Vieux. Garez votre véhicule 200m plus loin à hauteur de la dernière entreprise de cette toute petite zone industrielle. Traversez un joli sous-bois et là il ne vous reste plus qu'à choisir votre petit coin de paradis !

UN SUPPLEMENT D'AME

EURO-PACT

IL EST DES LIEUX QUI INSPIRENT L'EVIDENCE D'UNE NATURE AU SPECTACLE PERMANENT, L'EVIDENCE DE LA SERENITE DE LA PAIX ET DU BONHEUR D'ETRE.

AU DOMAINE DE LA SABLIERE, ENTRE PROVENCE ET ARDECHE, COULE UNE RIVIERE PAISIBLE ENTRE DE MULTIPLES SCULPTURES DE ROCHERS MOMIFIES PAR LE TEMPS.

AU DOMAINE DE LA SABLIERE, LES NATURISTES Y RETROUVENT L'AME DES VRAIS VILLAGES, OU PARENTS ET ENFANTS VIVENT A UN RYTHME RETROUVE.

AU DOMAINE DE LA SABLIERE, CHACUN EXERCE SON TALENT AUX MULTIPLES ACTIVITES PROPOSEES, DE LA REMISE EN FORME AU PLUS INSOLITE DES ATELIERS, AUTOUR DES PISCINES OU DU JARDIN ZEN.

AU DOMAINE DE LA SABLIERE, CHACUN DISPOSE EN TOUTE SAISON, D'UN CONFORT DE QUALITE, AVEC TOUS LES COMMERCES SUR PLACE, ET DES LOCATIONS DE CHALETS, MOBILE-HOMES, ET D'EMPLACEMENTS DE CAMPING CARAVANING.



DOMAINE DE LA



SABLIERE



FRANCE 4
NATURISME

Pour en savoir plus, sur simple demande vous recevrez toutes les informations sur vos prochaines vacances naturistes, en nous retournant le bon ci-joint.

DOMAINE DE LA SABLIERE

Saint Prival de Champelos 30430 BARJAC

tél: 66.24.51.16 / 66.24.55.72

fax: 66.24.58.69

Minitel 3615 code FRANCE 4.

Nom: _____

Adresse: _____

ENCORE DISPONIBLE :

40 F.

franco de port

Pour le commander il suffit d'envoyer ce bon et votre règlement à :
La Vie au Soleil - 3 impasse de la ferme - 94210 La Varenne Saint-Hilaire

Nom :

Adresse :

GUIDE 95/96 DE TOUS LES CENTRES FRANCE ETRANGER

NO

CONSEILS POUR
UNE PREMIERE FOIS
Où ? Quand ? Comment ?

GUIDE 95



100 CENTRES
France - Etranger
le plus complet de tous

INTERVIEW Gilbert MARTY
«Ministre du Naturisme»
RUE DES ARTISTES
REPERES - SONDAGE



SUVEZ-MOI
page 19

**SPECIAL
VACANCES**

M 3001 - 54 - 40,00 F-RD



- 40 FF - 290 FB - 280 FL - 13 FS - 12 \$ CAN



L'EQUILIBRE :

le corps en fête

L'équilibre ! Au hit-parade des mots à la mode, celui-là ne se porte pas mal du tout... Les magazines féminins en font leur marronnier ; les chasseurs de tête le collent dans toutes leurs annonces et tous les marchands de bonheur - qu'ils vendent des voitures pour s'évader ou de l'eau minérale pour mieux éliminer - misent à fond sur la force de l'équilibre.

Paradoxe... Sont considérés en équilibre non pas les funambules de la forme, les marginaux d'une société aseptisée mais les gens les mieux assis, les mieux calés : dans leur vie, dans leur boulot et dans leur corps bien sûr.

L'été, c'est la saison du corps en fête : on le découvre pour mieux le faire respirer, on le couvre d'attentions pour mieux le conserver on le découvre ; on le couvre...

Mais ce n'est évidemment pas en enfonçant, des portes ouvertes qu'on intéressera un lectorat averti. Nous avons donc fouillé le sujet pour vous proposer des approches dont on parle très peu dans les magazines. Des approches fortes parce que simples et originales ; des approches novatrices aussi qui soulèvent de formidables espoirs et démontrent une fois encore que le corps a ses raisons que ni le cœur, ni la raison ne doivent ignorer.

CT



LES MOUVEMENTS QUI SAUVENT LIGNE ET TONUS...

texte et photos Pierre Mazereau



La Vie au Soleil, comme l'été dernier, a fait appel à Pierre Mazereau, professeur d'E.P.S., spécialiste de la forme, directeur de la toute nouvelle revue «Santé Super Forme», pour vous présenter une série d'exercices simples qui vous permettront de ne pas dépasser la ligne rouge et de conserver tout l'hiver le tonus pour éviter le baillement de onze heures...

Au cours de cette séance d'entretien de musculation naturelle où les exercices sont pratiqués, soit avec un partenaire qui fait opposition, soit avec votre propre poids de corps, vous allez solliciter les muscles suivants :

1. **La partie postérieure de la cuisse** (ischios), avec un étirement.
2. **La poitrine** (pectoraux) ainsi que la partie postérieure du bras (triceps), avec un mouvement naturel à la portée de tous, comportant plusieurs niveaux de difficultés.
3. **Le ventre et le bas-ventre** (abdominaux), avec un exercice très efficace, qui nécessite toutefois une parfaite correction.
4. **Les cuisses** (quadriceps et ischios), ainsi que **les fessiers**, avec un mouvement ardu, mais d'un rendement surprenant. Plusieurs degrés d'exécution vous sont présentés.
5. **Le dos** (dorsaux), avec un mouvement à pratiquer en opposition avec un partenaire.
6. De nouveau **les fessiers**, avec un exercice très localisé.
7. **L'intérieur des cuisses** (adducteurs), avec un mouvement d'opposition.

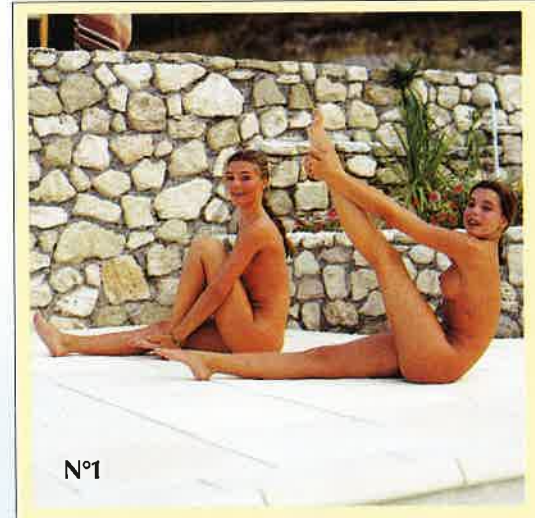
Comme pour la précédente séance (N°51, juillet-août 94), vous avez deux possibilités pour mener à bien cet entraînement :

La première dite en "**circuit training**", moins fastidieuse et à la portée de tous, vous permet un gain de temps. Pour ce faire, il vous faut exécuter **1 fois 10 répétitions** de chacun des mouvements dans l'ordre indiqué (1 à 7), avant de revenir au premier pour un second passage des 7 exercices, et ceci jusqu'à concurrence de quatre fois.

La seconde dite de "**localisation**" est peut-être plus ardue, mais travaille plus en profondeur, et procure des sensations de bien-être qui sont souvent un des facteurs déterminants de l'assiduité. Vous effectuerez donc **4 fois 10 répétitions** du premier exercice, avant de passer au second pour le même nombre de séries et répétitions, et ainsi de suite jusqu'à l'exercice 7.

La respiration : dans tous les exercices l'expiration (souffler) se fait par la bouche dans l'effort. L'inspiration se fait par le nez dans l'autre phase du mouvement.

Bon courage et n'oubliez pas que, plus que tout, la régularité saura vous récompenser.



EXERCICE N°1

Assis une jambe tendue au sol, l'autre jambe fléchie, avec en main, soit la pointe du pied flex (ramené en avant), soit le talon avec la pointe de pied pointée (en extension), faites une extension de la jambe jusqu'à ce qu'elle soit totalement tendue.

Si vous avez des difficultés pour la tendre complètement, procédez par étapes en marquant un arrêt de quelques secondes à votre maximum d'extension.

EXERCICE N°2

Placez-vous à quatre pattes, mains écartées à largeur d'épaules, puis avancez vos mains, jusqu'à ce que votre buste soit dans le prolongement de votre bassin et de vos cuisses. Fléchissez sur les bras, les coudes à l'extérieur, jusqu'à ce que votre poitrine effleure le sol, puis tendez les bras pour remonter. Evitez de descendre en gardant les fessiers en l'air. Vous pouvez augmenter la difficulté :

- a) en gardant un temps d'arrêt en bas ;
- b) en effectuant le mouvement sur les pointes de pieds au lieu des genoux, avec un temps d'arrêt en haut ;
- c) toujours sur les pointes de pieds, mais avec le temps d'arrêt en bas ;
- d) en surélevant les pieds sur un banc ou une chaise.

EXERCICE N°3

Couché sur le dos, les mains à la nuque, une jambe fléchie sur la poitrine, l'autre tendue à 45°.

a) sans bouger les jambes, en décollant légèrement les omoplates et en effectuant une légère torsion du buste, amenez le coude sur le genou opposé ;

b) même exercice, mais en amenant le genou de la jambe tendue à la rencontre du coude.

Effectuez les 10 répétitions sur une jambe avant de passer à l'autre jambe.



N°4

EXERCICE N°4

Debout sur une jambe, l'autre jambe tendue devant vous, la pointe de pied au ras du sol. Fléchissez sur la jambe sur laquelle vous êtes en équilibre, jusqu'à ce que votre fessier entre en contact avec le talon, puis remontez. Du plus simple au plus difficile, cet exercice se fait :

- a) d'abord dans l'encadrement d'une porte en vous aidant des deux bras ;
- b) au bord d'une table ou d'un mur, en vous aidant d'un bras ;
- c) en équilibre complet sur un tabouret ;
- d) en équilibre complet au sol.



N°5

EXERCICE N°5

Face à votre partenaire le buste à l'horizontale, les jambes écartées, la serviette en mains, avec au départ une personne les bras tendus, l'autre les bras fléchis, vous allez lentement tendre puis fléchir vos bras en effectuant une résistance modérée de manière à éviter les à-coups.



N°6

EXERCICE N°6

A quatre pattes, une jambe tendue, pointée au ras du sol, élevez celle-ci lentement en contrôlant bien le mouvement, jusqu'à complète contraction du fessier, qui intervient en général légèrement au dessus de l'horizontale. Si toutefois vous êtes sensible des lombaires, vous pouvez effectuer cet exercice en appui sur les avant-bras.



N°7

EXERCICE N°7

Le partenaire couché sur le côté, le bassin amené en avant, vous allez élever la jambe supérieure en la montant légèrement en arrière de manière à sentir la contraction du fessier. Votre partenaire placé devant ou derrière vous, sa main sous votre cheville, fera une légère opposition de manière à ce que vous soyez obligé de forcer pour redescendre la jambe.

ENFANTS NATURISTES : VIV

par France Guillain

Parents d'enfants naturistes, nous avons tous le souci du bon équilibre de nos enfants. Mais avons-nous suffisamment réfléchi à ce qui peut conduire nos enfants vers les drogues douces ou dures, avons-nous clairement analysé le lent cheminement qui, en cette fin de siècle, conduit tant de jeunes vers l'usage de stupéfiants ?

Certes, nous offrons à nos enfants des loisirs et des vacances en pleine nature, nous les invitons à s'investir dans divers sports et activités artistiques et la pratique du naturisme ne peut que les aider à se sentir « bien dans leur peau », même si la période de l'adolescence est pour tous un moment délicat à franchir. Nous parlons avec eux de la sexualité et des dangers du sida et les mettons en garde devant les drogues.

On écrit beaucoup sur ce sujet. On parle du siècle d'enfants de familles démantelées par le divorce, d'enfants qui n'ont plus de croyances religieuses ni de foi en l'avenir, on parle de la démission des parents et d'une forme de suicide des jeunes. Mais il faut se rendre à l'évidence, tout cela a toujours existé bien avant que ne se développe ce phénomène de la drogue.

Le monde de Zola

En effet, chaque siècle a eu son « mal du siècle » et il est certain que pour la grande majorité des habitants de nos pays industrialisés, et quoi qu'on en dise, la vie n'a jamais été aussi douce et facile qu'aujourd'hui. Inutile de remonter bien loin. Au début de ce siècle, mon père devenu à l'âge de neuf ans orphelin du sien, dut se mettre au travail. Personne n'alla le chercher pour le remettre à l'école qui était pourtant - en théorie - obligatoire et gratuite. C'était la misère. Pas de Sécurité Sociale, pas d'assurances, pas de vacances et bien peu de nourriture. C'était le lot des petites gens, ceux de Victor Hugo ou de Zola, les petites servantes de Maupassant et leurs enfants adultérins



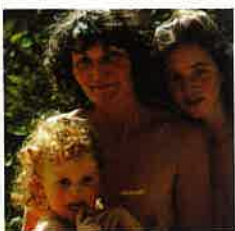
et naturels abandonnés : le divorce est tout de même un beau progrès... surtout pour les enfants.

La démission des parents ? Il n'y a pas très longtemps que les parents élèvent des adolescents. Il suffit de regarder seulement deux ou trois générations en arrière, de relire « Sans famille » d'Hector Malot pour constater que dès avant dix ans, la grande majorité des enfants travaillait et menait une « survie » d'adulte. Nombreux sont les adultes qui aujourd'hui ont environ cinquante ou soixante ans et qui ont dû se mettre au travail dès l'âge de douze ou

quatorze ans. Il est donc faux de prétendre qu'autrefois les parents élevaient mieux leurs enfants. Cela ne pouvait se produire que dans les classes aisées, là où quelques privilégiés pouvaient étudier.

Quant à une forme de suicide des enfants, il a toujours existé ne serait-ce que sous la forme la plus répandue dans notre pays, l'alcoolisme. La première « cuite » à rouler sous la table était même vécue comme une fierté.

Alors, qu'est-ce qui a changé ? Pourquoi aujourd'hui, et particulièrement en France, cette attirance particulière pour les drogues dangereuses qui



France Guillain
et ses enfants

VE LA NON-DÉPENDANCE !

Les béquilles des bien portants

touche les adolescents de toutes les catégories, qu'ils soient riches ou pauvres, de parents séparés ou non ?

Ayant participé il y a quelques années à une grande enquête sur le sujet, il est apparu que c'est en réalité tout notre système qui est en cause.

Dès sa naissance et grâce au développement de la médecine et de son remboursement par la Sécurité Sociale, chaque bébé, chaque enfant trouve à chaque moment de sa journée, de sa vie une réponse médicamenteuse à tous ses petits et grands ennuis. Bébé a mal au ventre, on lui donne un remède. Il tousse, un sirop. Son nez coule, des gouttes dans le nez. Il pleure, un bonbon. Il est angoissé, un anxiolitique. Papa et maman en font autant : somnifères pour dormir, excitants pour se réveiller, calmants pour les nerfs.



Photo : F. Guglielmetti



Au lieu d'essayer, dans une première démarche, d'aider l'enfant à trouver en lui le moyen de surmonter un petit problème de son corps de manière à le rendre responsable de son bien-être (ce que nous pouvons très facilement obtenir grâce au Bain dérivatif (1) comme le font les animaux autour de nous), on répond à chaque stress par un produit chimique extérieur.



Bonne mine et sexe frais

Comment s'étonner alors ensuite que dès que l'adolescent ainsi conditionné va mal, il cherche un secours du côté de l'héroïne ?

Vous objecterez que dans ces conditions on ne peut plus «soigner» normalement son enfant sans lui faire courir le risque de devenir dépendant. Et vous avez en partie raison. Et c'est pourquoi il nous faut absolument retrouver un certain nombre de moyens de faire face tout seuls à nos petites difficultés.

Il nous faut bien comprendre que si les enfants de France sont particulièrement exposés aux drogues, ce sont aussi eux qui consomment la plus grande quantité de calmants dans le monde.

Sans négliger d'aucune manière les visites chez le médecin, rien ne nous interdit d'habituer nos enfants dès le plus jeune âge à trouver le sommeil ou le calme en se rafraîchissant le sexe quelques minutes par jour (2) plutôt qu'en ingurgitant une cuillerée d'un sirop.

C'est alors que nous leur enseignerons de la meilleure manière à garder leur indépendance, à ne pas devenir «dépendants».

•••••
1. voir notre sélection de l'été en rubrique «Lu, vu et entendu»

2. principe élémentaire du bain dérivatif

«Paroles de jeunes...»

TEMOIGNAGES EN VRAC :

Ces témoignages ont été recueillis lors des stages de la réussite organisés désormais en collaboration avec La Vie au Soleil. La plupart de ces jeunes n'étaient pas naturistes avant le stage : ils le sont tous devenus ! Il reste quelques places pour cet été (Arnaoutchot 5, 7 ou 10 jours au choix du 20 au 30 août). Tél.(1).42.83.98.44 ou 56.26.58.24.

«Je pensais que d'être nue avec des garçons et des filles de mon âge me gênerait. Mais, en fait, on est tous moins complexés ; on se rend compte qu'on est tous fait pareil et qu'on a tous des défauts et des qualités». Aurélie, 16 ans, Mégève

«Ce que le naturisme m'a apporté ? C'est un sentiment de liberté et presque de puissance ; puissance de jouir de cette liberté». Michel, 16 ans, Nantes

«Le naturisme permet d'être soi-même, c'est formidable, presque inespéré mais il ne faut pas que ce soit un agglutinât de personnes comme dans certains trop gros centres». Isabelle, 19 ans, Bordeaux

«Dans un lieu naturiste, on ne cherche pas à paraître mais à être». Olivier, 19 ans, Paris

«Ce rassemblement de jeunes permet de vivre en commun sans histoire ; d'être dépendants et indépendants à la fois; des liens vrais se créent». Géraldine, 15 ans, Nord

«Je venais là pour apprendre à m'organiser dans mon travail; le naturisme m'a appris à vivre intelligemment». Jérôme, 15 ans

«Les deux premiers jours, j'allais sur l'autre plage pour garder mon maillot. Maintenant, je n'y vais plus... les gens de là-bas me regardent alors que toute nue ici, je ne sens pas les regards. Tout le monde se respecte. Je ne serai plus bloquée en classe». Anne A., 15 ans, Paris

«C'est incroyable de penser que nous les filles on se met toutes nues devant les garçons quand on a chaud, même si eux gardent leurs jeans. C'est génial d'être à l'aise». Virginie, 16 ans, Bayonne

Pas encore....

C'est enfoncer une porte déjà ouverte que de constater que la nature, l'environnement et la redécouverte de nos racines reviennent à grand pas dans la vie de tous les jours. Mais le naturisme (pourtant très proche de la nature) reste encore aujourd'hui un sujet tabou ; la nudité semble incomprise et parfois même intolérée pour les peuples latins dont nous avons hérité la culture.

Il me semble qu'au départ tout dépend de l'éducation que j'ai reçue de mes parents. En effet, je me sens en parfait équilibre avec mon corps. Dans mon environnement familial, je n'ai pas peur de me promener ou de dormir nue. J'ai été élevée ainsi sans crainte des complexes, mais dès que je sors de ces limites qui me sont coutumières, des peurs apparaissent. «Et si j'étais trop forte, et si je n'étais pas comme les autres, et si, et si ... en fait nous vivons dans une société où le corps est l'image de nous-mêmes, le corps acquière une véritable identité. Il est donc difficile de se mettre à nu lorsqu'on n'a pas le corps de Claudia Shiffer où celui d'autres top modèles ; et là je n'ose plus.

Mais après avoir compris ce qu'est le naturisme, je me sens déjà plus en confiance, car les centres ont un autre concept de la vie : celui de vivre sans complexe dans un monde où l'on apprend à être en harmonie avec son corps (en le respectant mais aussi en l'acceptant tel qu'il est) et son esprit. Je crois que cet idéal est proche du mien ; c'est une façon de s'épanouir. C'est vrai que c'est difficile de franchir le pas - le poids de la tradition est là - et d'oser enfin se montrer sans peur du regard des autres qui freine nos envies. Mais pourquoi ne pas tenter l'expérience ? C'est décidé demain j'essaie, s'il ne fait pas trop frais !

Cendrine, 21 ans, étudiante



Super contente !

Il n'y a rien de tel pour prendre confiance en soi et se découvrir... Petit à petit devenue naturiste, j'ai finalement travaillé tout l'été dernier dans un village de la côte atlantique en tant qu'animatrice du club-enfants et des soirées... et je suis super-contente de pouvoir renouveler l'expérience cet été.

Bien entendu, notre uniforme de travail, c'est la nudité, ce qui contribue largement au bon déroulement de ma vie commune avec l'équipe d'animation pendant ces deux mois. Tout d'abord, les signes extérieurs de distinction n'apparaissent presque plus. La fausse pudeur n'existe plus, ni au réveil, ni au sortir de la douche. Toutes les barrières s'effondrent et il y a quelque chose de bien plus fort, de bien plus profond que la perception du regard. Ainsi, il n'y a pas de tromperie possible et les liens sont plus solides.

Pour toutes ces raisons, j'essaie de conduire mes ami(e)s vers cet esprit et... j'y parviens! Il suffit d'un ou deux jours pour qu'ils en arrivent aux mêmes conclusions. Ça simplifie la vie et ça la rend plus belle.

Stéphanie, 20 ans, étudiante



Faire le pas...

J'avais seize ans quand je suis venu au naturisme. Des copains qui partaient au camp de jeunes organisé à Euronat par le CIJN* m'ont entraîné dans leur aventure... Je me souviens, je suis arrivé quelques jours en retard, mais tout de même je suis resté là-bas pendant trois semaines. Dur, dur de faire le pas! Il m'a bien fallu cinq à six jours avant d'enlever mon short. Lors d'une réunion, tout le monde a rigolé de moi : il faisait très chaud, pas la moindre maille de textile sur l'épiderme des quarante filles et garçons qui étaient là, mais moi, je n'avais pas pu arriver sans ce foutu short. Je l'ai enlevé de moi-même peu de temps après, loin des autres, et je suis arrivé dans la tenue originelle sans rien dire, sans qu'on ne me dise quoi que ce soit non plus. Ca y est, j'avais fait le pas... Je n'avais pas la sensation d'avoir réalisé un exploit mais d'avoir gagné une sorte de défi interne, d'avoir trouvé là une piste pour un meilleur épanouissement personnel.

Petit à petit, j'ai été actif au sein de Nature-Jeunes. Aujourd'hui, j'en suis le président, porté par les suffrages de tous ceux qui me connaissent. La Fédération affirme que les jeunes ne peuvent venir au naturisme que par les familles ou les parents : je suis un contre-exemple et je suis sûr que beaucoup de jeunes sont capables de prendre eux-mêmes cette décision, aidés par des copains ou des copines de leur âge qui se sentent mieux dans leur corps grâce au naturisme.

Depuis cet été, c'est encore plus facile de nous joindre : on dispose d'un serveur vocal interactif (le 30.42.30.33) qui permet d'avoir des renseignements en direct à tout moment du jour ou de la nuit: une première étape pour «faire le pas» ...

Franck Robert

*Centre International de Jeunes Naturistes

L'ÉQUILIBRE ? avant tout, une histoire de triangle !

par christian Thomas*

L'équilibre de l'individu, sa réussite, au sens où nous l'entendons, c'est à dire selon l'esprit de notre édito, un "flirt" permanent avec le bonheur plutôt que le souci d'une affirmation artificielle par le pouvoir ou/et par l'argent, procède d'une maîtrise conjointe des trois paramètres : physique, mental, émotionnel. La formulation s'illustre facilement par "le jeu des triangles", accessible à tous, même aux plus jeunes. Suivez-nous...



Jean de La Fontaine concevait des petits chefs-d'oeuvre sous forme de fables mettant en scène des animaux pour tenter de faire prendre conscience à ses contemporains de règles simples de vie qu'il eût été plus difficile de leur inculquer sans passer par le relais de boucs-émissaires.

Bien plus modestement, notre collection pédagogique "Enfants-réussite" (aux Editions du Rocher) passe par le relais des "enfants" pour présenter des principes élémentaires de vie qui ne concernent bien évidemment pas nos seules chères têtes blondes. Un de nos titres ** ouvre un chapitre sur le "triangle de la personnalité" qui soumet au lecteur ce qui pourrait être le trousseau de clés passe-partout indispensables pour s'ouvrir à soi, pour s'ouvrir aux autres, pour être à l'aise dans tout environnement. On retrouve là les principes de bases énoncés par la Fédération Internationale de Naturisme pour définir son credo.

Nous nous proposons donc de nous appuyer sur nos propres écrits pour tenter de montrer combien ce fameux "équilibre" dont on parle tant - et souvent de façon incongrue - s'illustre de façon imagée accessible à quiconque par la régularité du triangle de notre personnalité ; triangle qu'il nous est loisible de rendre plus régulier dès lors que nous avons repéré là où il y a un manque ou excès.

* Christian Thomas tiendra des conférences cet été dans les centres de la côte aquitaine et animera les stages de la réussite à Arnaoutchot.

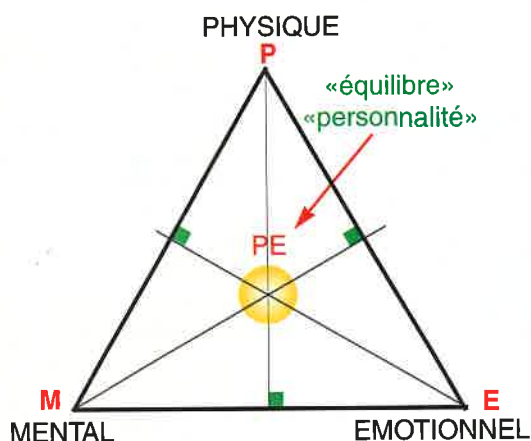
** La réussite adaptée à votre enfant", Collection Enfants Réussite/Comprendre et Imaginer, par C. Thomas, aux éditions du Rocher.

A L'ACTION !

Allez, basta des discours, on passe à l'action !

L'action, ça consiste d'abord à installer la règle du jeu. La maîtrise parfaitement conjuguée des trois paramètres cités plus haut (dont on retiendra facilement les initiales : P, M, E) s'illustre par un triangle dont les trois angles sont égaux (donc chacun 60° puisque - petit rappel de cours ! - la somme des trois angles d'un triangle égale toujours 180°).

Trois angles égaux traduisent dans le cas présent, une convenable répartition du mental, du physique et des émotions. Si nous traçons notre triangle, nous obtenons une figure trop parfaite pour correspondre à une réalité. C'est cependant le cas d'école vers lequel chacun se doit de tendre.



Triangle 1 :
l'équilibre parfait
« bien dans sa tête,
bien sa peau,
bien dans son cœur »

Trois angles égaux génèrent obligatoirement trois côtés égaux (quelle que soient les dimensions des côtés). Si maintenant nous nous proposons de tracer les médiatrices de chacun des côtés (droites qui les coupent

perpendiculairement en leur milieu), nous remarquerons qu'elles concourent en un point unique - l'équicentre du triangle - bien piqué au cœur du triangle.

Le triangle c'est vous, c'est elle, c'est lui, c'est moi... c'est l'individu. Le Point d'Equilibre nous fournit les deux premières lettres de PErsonnalité. Nous remarquons ici une personnalité parfaitement centrée, bien dans son triangle, c'est à dire bien dans sa tête, bien dans sa peau, bien dans son cœur : tout baigne ! On se sent capable d'affronter toute situation, à tout moment, en toutes circonstances, avec le sourire en prime. Le stress ? Connais pas !

A COTE DE SES POMPES

Dans le cas super-confortable ici présenté nous remarquons combien tout est lié ; rien ne va sans harmonie d'autant qu'il est de notoriété de considérer que la structure gouverne la fonction.

Bien sûr, il y a des variantes et plus loin nous irons jusqu'à la caricature. Quand les variantes ne sont pas énormes, quand on se sent mieux dans sa tête que dans sa peau, ou quand on gère moins bien ses émotions que son physique, on peut être amené à tracer des figures dont les trois angles ne sont pas égaux.

Essayez et tracez à chaque fois les trois médiatrices : si leur point de concours restent à l'intérieur du triangle, il n'y a rien de dramatique, c'est même convenable.

En revanche, si vous êtes amené à forcer trop les angles (en en évaluant un à plus de 90°), vous trouverez un point de concours qui sera en dehors du triangle. Là c'est plus grave : cette position traduit une personnalité qui n'est pas en accord avec l'individu ; c'est le phénomène de la double personnalité. L'équilibre est à côté de soi, c'est dire qu'on est "à côté de ses pompes" pour emprunter au langage imagé. On est déséquilibré, donc traumatisé. Notre paraître est différent de notre être.

C'est capital, cette prise de conscience de la non-harmonisation de l'être et du paraître; de ce que l'on ressent au fond de soi et de ce que l'on montre aux autres ou de ce que les autres perçoivent de nous et il est urgent de travailler subtilement, énergiquement les hypotrophies ou/et les hypertrophies des sommets pour revenir "dans son triangle", dans soi-même : dans son corps mais aussi dans sa tête et dans sa propre sensibilité.



ATTENTION AU DIABLE !

Certes notre culture latine, de nature judéo-chrétienne, appuie nombre de ses fondements sur l'interdiction, la privation, l'abstinence. Les commandements de Dieu n'indiquent que ce qu'il ne faut pas faire. Le Paradis récompensera ceux qui s'en tiendront à certaines règles reléguant le corps au seul support de l'âme, un rôle vil et servile. Notre enveloppe charnelle est totalement déconsidérée. Seul le visage (voire seulement une partie du visage) a le privilège de bénéficier des bienfaits de la lumière du jour (et ce n'est que parce que notre anatomie réunit ici les éléments qui nous permettent de communiquer et de survivre : nez, oreilles, bouche, yeux). Quiconque s'intéresse à son corps et lui accorde des permissions dérogeant aux "bonnes moeurs", à des conventions sociales périmées, devient vite pêcheur manipulé par le Diable.

On mesure la réussite au périmètre de la tête : seul le mental est noble. Les érudits rejoignent les naturistes considérant à juste titre que l'éclairage d'Homère et des Anciens semble - pour notre XX^e siècle - beaucoup plus pertinent que ceux de nos ancêtres les plus proches, même à peine centenaires. Les civilisations antiques ont considéré l'Homme dans sa globalité, sans chercher le Mal où le corps est pris en considération : on se réunissait - dans le plus simple appareil - dans les thermes pour s'adonner collectivement à des ablutions bienfaisantes sans qu'on crie à la débauche ; les jeux du stade mettaient en compétition des athlètes qui, en fonction des disciplines, portaient peu ou pas de vêtements sans pour autant déclencher des scandales. C'est de l'interdit que naît la perversion.

VERIFIEZ LA PRESSION

Il en est de même pour les émotions. Si tout le monde autorise sans mot redire le jeune enfant à exprimer ses émotions par des cris, des pleurs ou des rires, le "bon usage" veut qu'adolescents et adultes réfrènt leurs émotions et mettent un mouchoir sur leur sensibilité.

Laisser place à l'émotionnel, c'est permettre "l'ex-pression", c'est à dire retirer la pression que l'on a en soi. A "l'ex-pression" s'opposent l'im-pression (qu'on donne quand on n'est pas soi), la com-pression (la pression qu'on garde 'avec' soi), la ré-pression (que l'on subit ou que l'on s'inflige) et la dé-pression (qui conduit parfois au suicide)...

En s'investissant dans l'introspection de l'émotionnel, on se découvre inmanquablement des points d'amarre dont les attaches sont usées ou dangereuses. Des amarres qu'il faut savoir larguer pour ne pas en être prisonnier ; pour ne pas y tenir prisonnier nos enfants et nos proches. C'est notamment en réfléchissant sur l'utilité du maillot de bain quand on se baigne en mer ou en piscine qu'on devient naturiste...



LE GRAND DUDUCHE

Nous l'avons dit, ce triangle de la personnalité s'articule aisément et nous ne résistons pas pour étayer notre discours à sortir le jeu des "caricatures" ; c'est à dire les cas extrêmes où l'un des trois paramètres (P, M ou E) domine les autres au point de les écraser.

Quand c'est le mental qui s'ouvre très largement, nous reconnaissons vite "le fort en thèmes", "la bête à concours", "la grosse tête"... Attention! Un angle M très ouvert ne traduit pas une intelligence plus vive ou un esprit plus vif mais simplement une pauvreté des autres paramètres (et dans le cas dessiné ici P encore plus que E).

Ce qui compte, pour un équilibre satisfaisant, ce n'est pas la mesure des angles mais la différence entre leurs mesures. Quand les trois angles affichent des mesures proches de 60° chacun, la différence de leurs mesures est

presque nulle et on se rapproche de l'équilibre parfait.

Ici donc, nous sommes en présence d'un pur produit de la civilisation de gavage de l'apprentissage qui n'ignore rien des théories d'Einstein, des travaux de Berthelot et peut même peut-être réciter Virgile pendant des heures. On imagine "le grand Duduche", boutonnet à souhait, chausson vert au pied droit, pantoufle à carreaux au pied gauche, lunettes cerclées mal nettoyées,

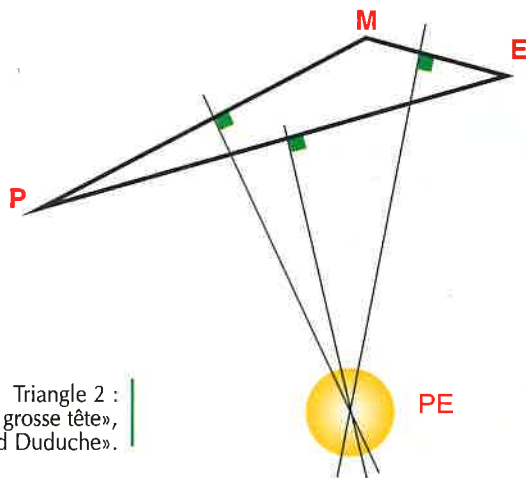
le poil court et pourtant en bataille, pétri de sciences et de connaissances, mais parfaitement incapable d'aller acheter son petit pain au chocolat sans risquer de se faire écraser par le bus, devenant pivoine si une copine de classe lui tend la joue pour recevoir un bisou.

On qualifiera le petit Tournesol de "brillant élève". Plus tard il occupera (hélas) des postes à responsabilités si les diplômés restent les seuls critères de recrutement.

L'angle P, écrasé, montre que le corps n'a pas ses raisons pour l'individu en question. Le corps n'est que le véhicule fragile d'une tête trop lourde, une sorte de cure-dents sous une olive, incapable d'avancer droit...

L'angle émotionnel n'est guère plus solide et peut dénoncer ici différents freins : une certaine timidité, une difficulté à communiquer, ect.

Le point d'équilibre, bien évidemment, est totalement excentré trahissant un mal être général avec soi-même.



Triangle 2 :
« la grosse tête »,
« le grand Duduche ».



APPRENDRE A REUSSIR

Si rien n'est fait, devenu adulte, le bel enfant pourra être chef d'une grosse entreprise mais il ne sera à l'aise que dans ses dossiers : s'il ouvre la porte de son bureau à des collaborateurs mieux "équilibrés", il se fera vite renverser (c'est aussi le cas du prof chahuté) : s'il gouverne par notes de services punaisés sur le babillard, ce sera le tollé général et la réputation de tyran qui seront à craindre.

Nous avons vite remarqué l'importance de ces trois paramètres pour l'équilibre général de l'individu et progressivement nous avons proposé des stages pour enfants, adolescents, étudiants et aussi des propositions pour les

adultes, les parents en prenant pour cadre des centres naturistes. C'est ainsi que sont nés les stages de la réussite dont la prochaine édition aura lieu sur 5, 7 ou 10 jours au choix en fin d'été à Arnaoutchot***. Certes, il est facile aux détracteurs de nous jeter la pierre en dénonçant des actions pédagogiques qui se déroulent dans de tels lieux de "débauche" : nous ne serions cependant pas en accord avec nous-mêmes si nous les ramenions comme à l'origine de nos recherches dans des salles de classe ! Les résultats constatés, souvent étonnants et les demandes que nous recevons des Grandes Ecoles (dont Sup' de Co) confortent notre façon d'agir.

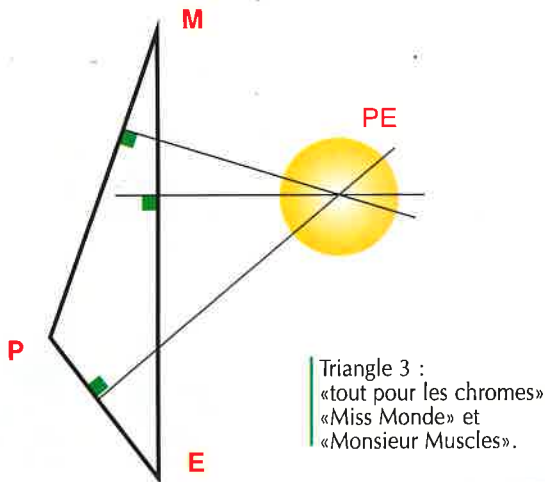
MISS MONDE

La caricature est facile aussi quand c'est le paramètre P (physique) qui domine. C'est le triangle de la "star" bien "roulée" qui se pâmme devant les miroirs, qui se pomponne, qui se maquille, qui s'enrubanne, qui joue de son corps pour attirer l'attention des autres ; c'est celui de "Monsieur muscles", bras d'acier, pectoraux exubérants, cuisses sculptées qui chaque jour fréquente les salles de gymnastique. Chrono en main et mètre de couturière près du carnet, il jubile et baigne dans un bonheur ineffable chaque fois que le périmètre de son biceps gagne une fraction de millimètre. A ce prix là le mental et l'émotionnel doivent se contenter de statuts faibles : têtes d'oiseaux et sensibilité déréglée pouvant se traduire par une timidité malade en comité ou tout au contraire par une assurance excessive.

Là encore, il serait hâtif de penser que nous plaçons obligatoirement hors-

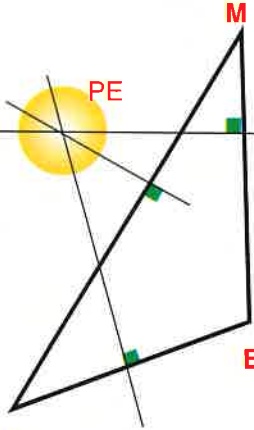
jeu les "gravures de mode pensantes" et les athlètes de haut niveau "qui assurent". On peut être gâté par la Nature, superbe, carré, avoir un corps harmonieux tout en contrôlant ses émotions et en veillant à la tête bien faite. Dans ce cas là, les trois paramètres, P, M et E sont forts, le triangle tend de nouveau vers l'équilatéralité, présentant donc trois angles dont les mesures sont voisines... et le point d'équilibre, siège de la personnalité, regagne l'intérieur de la figure. La différence entre "la bête" en sport et "le champion" se décèle précisément au niveau de la qualité de la cervelle et de la maîtrise des situations.

ais il n'est pas indispensable que tout soit fort pour que l'harmonie s'installe. Des gens moins exceptionnels peuvent être parfaitement heureux pourvu que leurs trois paramètres affichent des mesures équivalentes : l'équilibre est accessible à tous, quelle que soit sa condition.



LE COME-BACK DU HOMARD

La dernière des caricatures présente donc le paramètre émotionnel excessif. Ici, l'émotion peut être considérée ingérable, mal maîtrisée tant chez des sujets hyper-émotionnels que chez d'autres hypo-émotionnels. Dans le premier cas, c'est l'angoisse permanente, la peur six semaines, six mois avant l'examen, l'insupportable "qu'en dira-t-on?" ; dans le second cas, en revanche, c'est la désinvolture qui frise l'inconscience, l'absence apparente de sentiments, le coeur gros comme un pépin de raisin. Ici, c'est le régime "tranxène 50", c'est "je perds tous mes moyens en classe, au travail, quand on me regarde, quand je suis sur la plage, ..."; là c'est "je fonce tête baissée"... et à courir les yeux bandés, on se fait des bosses quand on rencontre des pylônes ou des rochers ; à faire trop souvent l'impasse on finit par tout perdre. Dans les deux cas, il y a "excès" (d'où la représentation par un angle épaté) ; dans les deux cas, il y a échec au bout de la course ; dans les deux cas les énergies captées par l'émotion brûlent une partie importante de celles qui auraient gagné à servir le mental ou le physique. On s'accorde à reconnaître que l'émotionnel régit les deux autres paramètres. Il convient donc d'apprendre à bien le maîtriser ; à exprimer clairement nos sentiments ou à inviter nos proches - enfants, parents, amis - à ne pas ravalier leur salive ; à vaincre les peurs, à se sentir en accord avec soi. Le naturisme libéral nous offre des solutions formidables. Nous avons vu à maintes reprises - notamment au cours de nos stages - combien des adolescents - filles encore plus que garçons - parvenaient par cette voie confortable et libérale à échapper au fameux "complexe du homard", si déstabilisant, si bien mis en évidence par Françoise Dolto, et sur lequel nous avons longuement disserté sur trois pages de notre numéro 51. Nous pourrions poursuivre très longtemps sur ces sujets, d'autant qu'ils nous passionnent et nous semblent fondamentaux. Nous allons toutefois effacer le tableau pour aujourd'hui non sans donner très bientôt rendez-vous à ceux de nos lecteurs qui ont eu la patience de nous suivre jusqu'ici pour leur faire partager notre amusement d'avoir découvert que le jeu des triangles P,M,E dépasse de beaucoup les limites du physique, du mental et de l'émotionnel. Mais dans le cas présent, dépasser les doses prescrites peut être bénéfique même sans avis médical.



Triangle 4 : l'émotion qui bat la chamade «le gros dur» ou «Tranxène 50».

*** Renseignements en s'adressant au journal



Du bon soleil... oui mais !

par France Guillain.

Tant que vos enfants sont tout petits, en général jusque vers trois ans, d'une part la superficie de leur peau est très grande par rapport à leur taille, d'autre part il sont moins actifs que leurs aînés. Il est donc extrêmement important de les protéger de son mieux des excès du soleil. Un T-shirt, un chapeau à larges bords et une crème très protectrice, indice 25 au moins, sont nécessaires pour éviter les coups de soleil.

Il faut savoir que le coup de soleil est une véritable brûlure et que quelques coups de soleil avec cloques avant l'âge de dix ans préparent des cancers de la peau qui apparaîtront trente ans plus tard. Les parasols ne protègent pas contre la réverbération qui peut provoquer un coup de soleil par les yeux. Attention donc au tout petit qui joue tranquillement assis sous le parasol.

Les enfants plus grands, surtout s'ils sont très actifs, auront avantage à se protéger d'une bonne crème et parfois d'un T-shirt durant les premiers jours de très fort soleil. Car même s'ils ont l'habitude du

soleil, celui de juillet et août dans le sud n'est absolument pas comparable à celui du nord.

Savez-vous à quoi sert notre bronzage ?...

...A nous protéger d'un excès de vitamine D. Le soleil sur notre peau claire favorise la fabrication dans notre corps de vitamine D nécessaire à la fixation du calcium de nos os et de nos dents. mais un excès de vitamine D est dangereux et peut même devenir mortel. C'est pourquoi lorsqu'il y a beaucoup de soleil, notre corps est organisé pour bronzer afin de faire barrage à tout excès de vitamine D.

Et ceux qui ne bronzent pas du tout ? Ils brûlent. Leur peau claire est prévue pour les pays où le soleil est très pâle. Quant à ceux qui ont la peau très noire, comme ils ne peuvent pas fabriquer facilement la vitamine D, ils doivent en absorber s'alimenter un peu plus que ceux dont la peau est claire.

Ultra violets : la croissance d'un problème de santé publique

Parallèlement à l'attrait des Français pour le soleil et à la mode du bronzage, de plus en plus de chercheurs et de médecins s'inquiètent des dangers pour la santé que représentent les expositions au rayonnement solaire. A l'unanimité, les experts dénoncent les surexpositions solaires comme principale cause des cancers de la peau et des cataractes. L'engouement pour les centres de bronzage, l'augmentation du temps consacré aux loisirs, du nombre de séjours au soleil et la diminution de la couche d'ozone sont des facteurs de craintes supplémentaires.

Un seul conseil : protégez-vous ! Avant l'âge de 15 ans, les enfants sont particulièrement sensibles au soleil. A 18 ans, on a reçu près de la moitié du rayonnement solaire de toute sa vie ! A partir du 21 juin, sur **36.15 COUP DE SOLEIL** (2,19 F/mn) et dans les médias, vous pourrez découvrir la Météo Solaire. Elle vous indiquera l'intensité du rayonnement ultraviolet prévu à 24 heures et mesurée toutes les heures. Selon le type de votre peau et l'intensité du rayonnement, vous saurez en combien de temps vous recevrez un coup de soleil. Vous pourrez également y puiser tout un tas de conseils de photoprotection, poser des questions et obtenir des réponses, et prendre connaissance des dernières nouvelles en matière de protection solaire.

Attention, le soleil est un ami, mais un ami de plus en plus dangereux, alors apprenons à l'apprivoiser...



C'est la Vie... à La Tuque

- * Jeux, Sports, Détente, Convivialité, Amitié
- * Animations journalières pour enfants (gratuit)
- * Grottes, Sites, Châteaux, Paysages à visiter
- * Gastronomie et Vins de grande réputation
- * Bungalows et Caravanes en locations (1/2 Tarif hors saison)
- * Piscine carrelée avec grand solarium et chaises longues
- * Tennis gratuit et éclairé, Badminton, Boules, Ping-Pong, Sauna, Tir à l'arc, Volley, VTT, Gym, Randonnées.
- * Machines à laver, Sèche-Linge, Table à repasser.
- * Bar, Epicerie, Barbecue, Snack, Plats à emporter.
- * Zone Adolescents et sauvage.

CAMPING-CARAVANING "LA TUQUE"
 Robert et Christiane BERARD-ASTIC
 46140 BÉLAYE France Sud
 Tél: 65 21 34 34 - Fax: 65 21 39 89

*100 emplacements sur 10 hectares
 ouvert de Pâques
 à la fin septembre*

Pour vos vacances naturistes à La Tuque, renseignements et tarifs sur demande

DOMAINE DE
LA FAURIE
 CENTRE
 DE VACANCES
 NATURISTE

C'est l'invitation à :



- **découvrir** les paysages sauvages du Lot,
- **profiter** de 30 hectares d'ombre et de soleil,
- **pratiquer** le tir à l'arc, la spéléo, le vélo, le canoë ...
- **se détendre** au bord de la piscine, au sauna ou aux ateliers créatifs,
- **partager** les plaisirs gastronomiques de la région dans une ambiance calme, chaleureuse et familiale.

Location de tentes et caravanes toutes équipées. Demandez notre plaquette, notre tarif et le bulletin de réservation en nous contactant :

DOMAINE DE LA FAURIE - 46240 Montfaucon - France - Tél. 65 21 14 36 - Fax 65 31 11 17



Agence René OLTRA
PIONNIER DU NATURISME EN MÉDITERRANÉE
LOCATIONS - VENTES

34308CAP D'AGDE CEDEX FRANCE - TÉL. : 67 26 33 78
 TELEX 490 373 F - FAX : 67 26 23 04

OFFRE SPÉCIALE : 3 semaines pour le prix de 2 avant le 2 juillet et après le 27 août à Port Soleil Vénus
 Pour une documentation gratuite

Nom : Prénom :
 Adresse : Tél. :

LES LAUZONS
 DOMAINE NATURISTE ★★★

EN HAUTE-PROVENCE
 F-04300 LIMANS
 Tél. 92 73 00 60 - Fax 92 73 04 31

LA PLUS SIMPLE FAÇON DE REVER
 A SES PROCHAINES VACANCES NATURISTES...

3615 CAMPNAT

MINITEL 1,27 F/mm

DES CENTRES DE VACANCES NATURISTES

ART ET EQUILIBRE

par Jacques Jost

La rubrique «portrait d'artiste» que nous avons ouverte depuis plusieurs numéros déjà témoigne de la forte influence des beaux-arts sur l'équilibre de l'individu. Aujourd'hui Jacques Jost, fondateur du C.I.M. (Centre International de Musicothérapie) et plus récemment du C.R.A.C. (Centre de Recherches Audiovisuelles et Cinématographiques) présente lui-même pour les lecteurs de la Vie au Soleil l'état des travaux menés par les Papes de l'art-thérapie en balayant l'ensemble des techniques qu'utilisent avec bonheur des thérapeutes du monde entier.



Jacques Jost

On entend par Art-Thérapie tout élément artistique qui, dans une relation psychothérapeutique, va aider la personne à prendre conscience de certains états affectifs et émotionnels. Les domaines artistiques les plus utilisés sont : la peinture, la musique et la danse. Bien entendu d'autres domaines comme celui de la sculpture, du théâtre, etc, sont également des modes d'expression très riches dans les techniques d'Art-Thérapie.

Pourquoi l'Art peut-il être thérapeutique ? L'Art devient thérapeutique lorsque l'oeuvre picturale, musicale ou tout autre, permet à la personne d'exprimer ses émotions, ses fantasmes, ses désirs... souvent non formulés verbalement. Tout être peut créer, et la plus modeste forme d'expression, si naïve soit-elle, est le reflet de sa pensée et de son comportement.

La seconde approche de l'Art-Thérapeutique est celle où la personne ne crée pas elle-même mais, reçoit directement une émotion forte engendrée par la vue ou l'audition d'une oeuvre d'Art. Ces émotions évoquées verbalement sont des éléments moteurs dans la relation thérapeutique.

Nous nous limiterons dans cet article à un résumé des principales techniques d'Art-Thérapie.



L'expression picturale

Nombreuses sont les démarches thérapeutiques réalisées à partir de dessins et de peintures effectués par des malades. Nous citerons en particulier les travaux des docteurs C.Wiart, R. Volma, J.P. Klein et J. Helliche.

Voici quelques lignes sur la définition de l'Art-Thérapie par J.P. Klein :

"Comment faire surgir la création en relation d'aide afin d'entraîner la transformation de la personne ? L'Art-Thérapie est-elle simplement une pratique de soin avec une médiation artistique ? Son but est-il la resocialisation ou bien le décryptage des productions à la recherche des significations latentes, ou bien permet-elle un accompagnement de création produite en telle sorte que le parcours symbolique effectué fasse en lui-même processus de transformation qui se déploie d'abord dans la fiction du personnage ou dans la forme non langagière, picturale par exemple ?"

Pour Jasmine Una Hellich :

"L'Art-Thérapie s'inscrit dans une vision holistique de l'homme en accordant une grande place au développement des facultés créatrices, d'autogénération, d'épanouissement de l'être. C'est un moyen de communication, de découverte de soi et de croissance. Cette technique est basée sur l'association de l'expression picturale, la relaxation, le rêve éveillé, la visualisation créatrice, le travail avec les couleurs, les énergies subtiles et la lumière".

Parmi les objectifs à attendre, l'Art-Thérapie propose :

- retrouver le plaisir de notre spontanéité
- relâcher nos tensions internes
- libérer nos potentialités créatrices et notre énergie vitale
- renforcer notre système immunitaire
- exprimer à travers la peinture nos émotions, nos désirs, nos aspirations et nos ressources inconscientes (inavouées, réprimées ou encore latentes)
- soigner les blessures du passé

- éveiller et développer notre intuition
- comprendre le sens de nos expériences.

Le processus créateur nous permet de découvrir et d'actualiser les outils et les qualités nécessaires de notre bien-être. La puissance transformatrice des images symboliques, nées dans les profondeurs de notre être, mobilise un changement fondamental dans notre conscience.

L'indépendance entre le corps, les émotions, l'esprit et l'âme devient évidente grâce à la peinture. Elle nous montre aussi les sources des problèmes et leurs solutions et facilite l'accès aux ressources d'autogénération.

L'Art-Thérapie peut provoquer un apaisement des douleurs physiques ou psychologiques. Miroir et expression rayonnante de notre beauté intérieure, notre création nous révèle des images-clés inspirant plus de vitalité, de confiance et d'amour.

L'expression musicale

Nous avons personnellement engagé des études sur le pouvoir de la musique en fonction de l'âge, de la culture et des principaux traits de personnalités. Des méthodologies précises permettent de faciliter la prise de conscience de certains états psychologiques utile à l'objectif thérapeutique recherché.

Nous pouvons distinguer les techniques de Musicothérapie dites *réceptives* et celles dites *actives*.

- Pour la première, le patient écoute une série d'oeuvres musicales associées suivant un protocole précis. Par cette technique, dite réceptive, le génie des compositeurs et d'oeuvres choisies suscitent souvent de grandes émotions et des états affectifs bien déterminés repris et analysés dans la relation thérapeutique.

Le Docteur F. Zoila, en avril 1961, définit ainsi l'action de la musique : *"Les modifications sensorielles dues à la musique sont génératrices d'états affectifs d'accompagnements individuels intimement vécus, traduisant et provoquant par eux-mêmes une réceptivité transformatrice dont l'efficacité psychothérapeutique pourrait être utilisée, canalisée, codifiée en des prescriptions précises"*.

- En ce qui concerne les techniques de Musicothérapie, dites actives, elles sont davantage utilisées avec des enfants et dans des cas de pathologie assez lourde. Dans ces techniques actives, on note souvent à l'exception de malades musiciens, une "pauvreté musicale", les créations sonores n'engendrent souvent que de faibles émotions par rapport à celles provoquées par une écoute d'oeuvres structurées écrites par un compositeur de génie. Toutefois ces émotions si faibles soient-elles (faudrait-il encore pouvoir les évaluer) facilitent l'ouverture d'un canal de communication utile à certains patients et en particulier chez les enfants autistes.

La verbalisation est bien entendu au sein de toute thérapie, elle facilite la relation et le contrôle de l'évolution du patient. On peut noter toutefois que l'objet d'Art peut à lui seul susciter une évolution thérapeutique, sans engendrer pour autant la nécessité d'en parler.



"L'Art ne serait-il pas à lui seul source de transformation et d'évolution ?"

"Là où s'arrête le pouvoir des mots commencent la musique."

"La musique exprime l'inexprimable !"

Ceci dit, il faut toujours essayer de conduire le patient vers une verbalisation "normale". Par ailleurs, il faut souligner que l'on ne peut conduire soi-même sa propre thérapie.

Avant de clore sur les techniques de Musicothérapie, n'oublions pas de citer d'autres techniques psychomusicales favorisant la détente, la relaxation et le massage par "l'Art du touché". Ces dernières techniques prennent une place importante dans les domaines actuels de la prévention contre le stress et, en général tous les maux de la civilisation. Elles sont également utilisées dans le cadre de l'esthétique pour les soins au visage et du corps dans le but de rétablir un bien être psychocorporel de haute qualité (techniques utilisées par l'Institut Payot).

Les éditions Philips Classic ont mandaté le Centre International de Musicothérapie pour presser une ligne de trois CD intitulée «musique au volant» destinée à accompagner le conducteur (et les passagers) par des morceaux de musique classique choisis en fonction des situations de conduite couramment rencontrées. Un programme destiné à la «conduite de nuit» doit maintenir éveillé sans fatigue. Un autre, conçu pour les situations difficiles et généralement pénibles (embouteillages) doit calmer sans toutefois endormir. Enfin un programme de confort propose d'accompagner la conduite dans de bonnes conditions sur de longues distances avec un souci d'instaurer un rythme de conduite idéal.

En vente partout.





La danse thérapie et l'expression corporelle

La Danse-Thérapie et l'Expression Corporelle se développent dans un cadre thérapeutique mais également dans le cadre de centres préventifs et de mieux-être. S'exprimer avec son corps est un acte essentiel pour développer ou entretenir son équilibre psycho-corporel. La Danse-Thérapie est en général assez directive. Elle doit être dispensées par un thérapeute formé à cette discipline. Le thérapeute peut servir de miroir face à la personne en difficulté.

Nous citerons en particulier les travaux de France Scholt-Billman, ethnologue-psychanalyste, et de Daniel Doyen, chorégraphe et art-thérapeute. Pour Daniel Doyen, nous reproduisons ici l'un de ses textes qui décrit avec une incomparable finesse la création d'une maîtrise gestuelle axées sur la Danse et le Sacré :

"La danse est célébration. Le corps va devenir prière..., c'est un long cheminement intérieur, un pèlerinage aux sources..., source de lumière, de vérité,

et de grâce. Un geste inspiré..., suspendu..., un regard infini..., font sourdre du plus secret de l'âme, un hymne de joie, du plus profond du coeur la grâce qui s'accomplit, du plus fin de l'esprit, l'intensité révélée. Le corps réceptacle sacré devient transparence..., de l'insondable mystère. Le temps et l'espace le sertissent. L'esquisse d'un élan, un accent, un sursaut, exprimeront autant qu'un bond, un parcours..., des pas compliqués. Geste dépouillé de tout artifice, jailli du centre solaire, vertica-

le s'érigeant en cathédrale vivante, spirale convergeant vers un point unique, l'énergie créatrice de notre sève s'harmonise et s'équilibre pour exulter Dieu dans la plénitude des temps... 'Gestuer' sur de la musique sacrée, sur des textes liturgiques ou sur le silence, le sens et les motivations de chacun seront les mêmes, la communion de la créature à son créateur, les noces de l'âme à l'Unique".

Dans le cadre de l'expression corporelle, la notion de thérapie est moins dominante. Il s'agit, en résumé, de faciliter l'expression libre par l'induction de musiques spécialement choisies et associées, accompagnées souvent d'images abstraites ou figuratives projetées sur un écran de grande dimension. Les images créent une ambiance favorable à la réception musicale, évitent les inhibitions et facilitent la communication.

Nous citons ci-après, à titre d'exemple, le protocole d'une séance d'expression corporelle utilisée dans les centres d'activités culturelles et pouvant s'étendre à l'animation de centre de loisirs et de vacances :

- détente et prise de conscience du corps
- élimination des tensions
- le vécu de musiques, dites affectives, par une meilleure symbiose esprit et corps
- développement de la communication par des musiques invitant à aller vers l'autre dans une rencontre harmonieuse
- ouverture à la vie par le ressenti de musiques fortes suscitant élévation, bien-être et vitalité.

En bref, l'expression corporelle peut aider des personnes en difficulté avec leur corps (enfants, adolescents et adultes) , mais elle donne également à tous les moyens pour s'épanouir harmonieusement.

L'accueil de la beauté

Si l'Art-Thérapie se développe dans toutes les parties du monde, c'est que l'art reflète les conflits et les aspirations de l'Homme, l'art apporte un moyen privilégié d'expression et de communication. L'art est un moyen thérapeutique, mais il est aussi une source d'équilibre et d'épanouissement. Nous terminerons en reproduisant ici quelques mots issus d'une chronique du Docteur P. Chauchart, "L'accueil de la beauté" :

"Pour rétablir son équilibre, l'Homme d'aujourd'hui (...) a besoin de se retrouver, de se ressourcer dans la réalité de son être. Il lui faut ouvrir dans l'attention, la richesse méconnue de ses sens pour accueillir le monde, pour accueillir son corps dans un jeu de la joie (...). Il faut être harmonieux et croire à l'harmonie de l'autre (...). Nous ne serons harmonieux que si nous avons découvert, senti cette harmonie qui est en nous par le monde et par notre corps".

Pour développer les effets de l'art dans l'équilibre de notre société, nous avons créé un Centre de Recherches Audiovisuelles et Cinématographiques à Paris. Nos objectifs :

- réhabiliter le sens du Beau dans les émissions télévisées ;
- développer les sens de la Beauté par l'expression du corps, la musique et les couleurs. Les personnes qui seraient intéressées par ce projet sont invitées à se faire connaître en écrivant ou en téléphonant au Centre de Recherches Audiovisuelles et Cinématographiques à Paris.



L'expression corporelle naturiste a toute son importance en thérapie à condition bien entendu d'en assurer un contrôle rigoureux comme l'avait souligné le Docteur Jean Guilhot et Marie-Aimée Guilhot dans les Annales de Psychothérapie en 1974.

Nous attachons une grande importance à la danse nue qui met en évidence la beauté du corps humain dans son état naturel. Nous pouvons regretter, pour le moment de ne voir suffisamment sur nos écrans des émissions sur la beauté du nu et en particulier dans le cadre de la danse. Isadora Duncan était déjà consciente de cette nécessité : "Ce qu'il y a de plus noble en matière d'art, c'est le nu. Cette vérité reconvenue pour chacun est observée pour les peintres, les sculpteurs et les poètes. Seule, la danseuse l'a oubliée, qui devrait d'autant mieux s'en souvenir que le corps humain lui-même est la source de son art...".

Brigitte Quennehen

LA MAGIE DU DESSIN

par Philippe Le Baleur



PORTRAIT D'ARTISTE

Depuis sa petite enfance, Brigitte Quennehen passait ses vacances d'été au Centre Hélio-Marin de Montalivet. A présent, cette artiste originaire

de la Somme y vient à tout moment de l'année. C'est là, dit-elle, qu'elle trouve son inspiration, dans le silence et l'air vif de la pinède. Chaque été, grâce à l'initiative de Robert Venter, elle expose à l'Espace Originel du CHM quelques-unes de ses oeuvres de l'année.

Née à Neufchâtel-en-Bray en 1950, Brigitte Quennehen a vécu à Rouen de 1960 à 1977. En 1968, elle entre aux Beaux-Arts de Rouen : c'est la période décisive. Elle en sort en 1973, diplômée d'Etat en décoration bivalente. Après deux années dans l'enseignement, elle donne sa démission à l'Education Nationale et s'essaie à tous les métiers en rapport avec sa formation... mais ne cesse jamais de dessiner.

Le champ tellurique

Pendant sept ans, de 1979 à 1985, elle expose ses créations graphiques et des meubles originaux au Salon International des Ateliers d'Art de Paris. Après un retour à l'architecture de 1986 à 1988, elle est revenue exclusivement au dessin. «Si j'accomplis le rite d'apporter des dessins à Montalivet, nous confie Brigitte Quennehen, c'est à cause du magnétisme extraordinaire qui y règne. Un radiesthésiste m'a expliqué un jour qu'il y avait un genre de champ tellurique. Ces vibrations bienfaisantes correspondent bien à l'ambiance magique de mes histoires de fées». On l'a compris : les contes de fées, c'est son dada. Brigitte Quennehen attache une grande importance à l'intuition, «un sens du merveilleux que la civilisa-

tion actuelle a eu tendance à négliger», dit-elle. «Même si l'on ne peut l'expliquer de façon scientifique, on sent bien que la configuration spéciale des couches du terrain produit un champ magnétique particulier. De la même façon, je vais chercher mes histoires dans les profondeurs de l'homme, dans ces niveaux inconscients d'où viennent les légendes». Ainsi s'échafaudent en dessin des paysages étonnants, hantés d'arbres qui parlent, d'animaux de bois, tout un monde imaginaire.

Magicienne

Brigitte Quennehen ne fait pas de concession à la facilité. La technique graphique est rigoureuse, impeccable, dans la droite ligne des plus grands dessinateurs : Albert Dürer, Gustave Doré, M.C. Escher... Des références sérieuses, à la mesure des ambitions de cette magicienne du dessin. «Ma technique est une longue méditation sur l'image» dit-elle. Je travaille en escargot, d'abord par la lenteur, et aussi parce que je commence par le centre



du dessin et que j'élabore en spirale le contexte, le contenu de l'image au fur et à mesure de l'exécution.

Nec plus ultra

Quant aux couleurs, elles montrent une volonté constante de perfection. On sent que les techniques de



Arbre
Lion

Brigitte Quennehen ont été développées par de longues années consacrées à des recherches sans cesse plus élaborées, d'abord à l'Ecole des Beaux Arts de Rouen, puis en compagnie d'amis peintres. «Les dessins de mon premier livre, un conte de Grimm nommé *Hansel et Gretel*, je les avais réalisés exclusivement au crayon de couleur. C'était une technique donnant de jolis résultats, mais avec des coloris très clairs. Pour le «Manège de la Forêt Magique», j'ai utilisé plus largement aquarelle et encres».

Ainsi, chaque oeuvre nouvelle enrichit le talent de cette artiste qui conjugue un sens inné du fantastique à une technique irréprochable.

Pour de plus amples informations, il faut rencontrer Brigitte Quennehen au cours de son exposition, à l'Espace Originel du CHM de Montalivet. Qu'on se le dise !





Plus au Sud il y a

DEVEZE en Gascogne

gastronomie
locale inévitable !

- 20 hectares de nature et un lac privé (pêche et canotage)
- 180 emplacements vastes et intimes
- piscines, tennis, tir à l'arc, VTT, volley animations etc...
- salles de gym, TV satellite, bibliothèque, danse
- bar, commerces, nombreux services
- locations caravanes, bungalows, mobil-homes



Réservations et renseignements : Centre Naturisme DEVEZE
32380 Gaudonville - Tél. : 62 66 43 86 - Fax : 62 66 42 02



ESPAGNE

BIENVENUE AU PARADIS

1.000.000 de m² de nature au bord de la mer.
Plage autorisée, Piscines chauffées, Tennis, Pétanque,
planche à voile, Parc avec jeux pour les enfants.
Bar, Restaurant, Supermarché, Discothèque.

PRIX SPÉCIAUX HORS SAISON ET LONGS SÉJOURS

Nouveaux aménagements sanitaires - Nouveaux Bungalows entièrement équipés.
renseignements et réservations:

CAMPING NATURISTA EL PORTUS
30393 CARTAGENA (ESPAGNE)

Tél. 34 68 55 30 52 - Fax 34 68 55 30 53

**OUVERT TOUTE
L'ANNÉE**



Camping Caravaning Home
naturista

EL TEMPLO DEL SOL

Playa del Torn



Le 1er Camping-Caravaning Naturiste d'Espagne **TEMPLO DEL SOL**

- C'est en effet : «l'émerveillement des sens»
- par son site : 1 km¹/₂ en bordure de la plus belle plage de la CATALOGNE des emplacements en jardins suspendus dominant la mer,
 - par le raffinement de toutes les constructions de style mauresque aux couleurs du Sud marocain, en toile de fond : la montagne à l'état sauvage,
 - par la recherche du confort optimum.

OUVERTURE : 25 juin 1995

Accès : quitter l'autoroute A7 (Tarragona Valencia) à la sortie «HOSPITALET DEL INFANTE» et prendre la petite route bord de mer au Sud de l'HOSPITALET

EL TEMPLO DEL SOL-HOSPITALET DEL INFANTE
(TARRAGONA) ESPAÑA

N° Tél. provisoire : 19/34. 77 81 04 86

Poète d'aujourd'hui : Pascal Fievet

par Christiane Serluppus

Naturiste corps et âme, il s'est présenté à nous une première fois par téléphone souhaitant rencontrer l'équipe de rédaction et nous faire part de ses écrits. Nous l'avons reçu aux bureaux de La Vie au Soleil au mois de mai. Illuminé de poésie, quelque peu utopiste, drôle, passionné et généreux, plus qu'un individu, nous avons reçu là un personnage...

*"Le poète n'a jamais eu
la prétention
de changer le monde au cours
des siècles
plus ou moins troublés
mais évoque à travers ses écrits
un univers qui ne peut, hélas,
exister ici-bas ;
c'est-à-dire un monde où
les sentiments triomphent,
où l'homme chante l'amour,
la tendresse, la fraternité".*
Pascal Fievet

Né en 1955 à Yzengremer dans la Somme, Pascal Fievet est issu d'une vieille famille bourgeoise quelque peu rigide qui lui inculque très tôt le sens du devoir. A l'âge de 11 ans, afin de suivre une "bonne éducation", le jeune garçon est envoyé dans un pensionnat où il souffre d'une grande solitude. Le directeur de l'école communale d'Eu, Monsieur Bernard, auprès duquel il prend des cours particuliers détecte rapidement la souffrance de l'enfant déjà doué d'une extrême sensibilité poétique. Il propose alors aux parents de Pascal d'accueillir leur fils sous son propre toit. Un bonheur éphémère puisque Monsieur Bernard s'éteint subitement alors que Pascal n'a que treize ans.

Ses premières récompenses

A l'adolescence, il consacre tout son temps libre à la poésie, puisant son inspiration dans la musique sacrée et dans la nature qui semblent s'accorder à ses états d'âme. A 17 ans, il reçoit une première récompense et se voit décerner la mention "très honorable", en poésie classique au prix littéraire du Vimeu, suivie d'une première mention aux concours régionaux de la Société

Poètes et Artistes de France. Dès lors encouragé, Pascal Fievet prend des cours d'art dramatique au conservatoire d'Arras et se voit attribuer tout au long des années 80 plusieurs récompenses dont la médaille de vermeil de l'Académie des Sciences et des Arts d'Arras et le diplôme d'honneur en poésie classique de la Haute Académie Littéraire et Artistique de France.

Son premier recueil

Son père souhaite alors qu'il lui succède dans la direction de son entreprise. Fidèle à ses aspirations, Pascal refuse et monte à Paris où il vivote de nombreux petits métiers en suivant ses cours d'art dramatique. Confronté à la réalité sociale qui le rudoie, il reste à l'écoute de tout ce qui touche à la condition humaine et poursuit son oeuvre. En 1994, Pascal Fievet publie enfin son premier recueil de poèmes intitulé "Voix de l'esprit... Voie du coeur..." (Editions Vague Verte - 75F- Collection Voyelles) qui souligne son attachement au classicisme. Chaque chapitre aborde un thème spécifique et si l'ouvrage est parfois autobiographique, il touche à tous les sujets qui interpellent la sensibilité de chacun.

A l'instar des romantiques auxquels il s'identifie, il est volontiers panthéiste et cherche dans les chemins déserts et dans les lieux secrets, sinon une réponse, du moins un sens à son questionnement.



Le poète des écoles

L'enfance occupe une large place dans l'oeuvre de Pascal Fievet. Après avoir été directeur de colonie de vacances, il assure aujourd'hui - outre ses activités littéraires - le rôle de surveillant de cantine. Pour répondre d'autre part à une volonté pédagogique de développement de la créativité dans les écoles, il intervient dans de nombreuses classes primaires pour parler de poésie aux enfants.

"Nous lui avons posé des questions auxquelles il a répondu gentiment. Il nous a fait partager son amour pour la poésie, sa passion pour l'expression des sentiments. Grâce à lui, certains qui écrivaient déjà des poèmes ont envie de persévérer..." raconte un élève. Par des exemples concrets, il démontre à tous ces



enfants qu'eux aussi peuvent être des poètes. "Dommage que la nature parle et que le genre humain ne l'écoute pas", la maxime de Victor Hugo l'a souvent conduit à expliquer que comprendre la nature et la respecter, c'était aussi comprendre l'humanité... Ses emplois lui assurent le minimum vital, mais il en tire la plus grande satisfaction car il ne passe pas un seul jour sans rencontre. "C'est là l'essentiel. Sans doute ai-je besoin de me relier aux autres aussi simplement que je le fais avec la nature..."

Dans une langue résolument classique, simple, accessible à tous, en des vers réguliers, il évoque ses joies, ses peines, sa révolte, ses humiliations, mais également ses espérances. Pascal Fievet pense avoir sorti de son âme le meilleur de lui-même. A vous de le découvrir...

Soleil d'été

*Dans l'ombre de l'été se baigne la lumière
Divine et infinie au creux du ciel couchant,
La bise souffle à peine et murmure son chant.
Comment ne pas vibrer de façon coutumière ?*

*Sur un petit corps nu s'émeut l'âme trémière,
L'enfant, dans sa splendeur, au regard attachant
Regarde les rayons fluides arrachant,
Oh ! soleil, toi reflet d'une entité première !...*

*Dans l'humanité dort ce bonheur lumineux,
Effaçant mon karma, sur la terre, épineux,
Je me suis élevé nourri de solitude.*

*La nature a raison d'obéir sagement,
L'essence de mon être y trouve plénitude :
Une paix qui conduit aux lois du jugement.*

Pascal Fievet

• • •
NB.
Pascal Fievet sera au centre d'Arnaoutchot cet été, avec sa femme Marie (du 6 au 27 août.)

LE CRO MAGNON

CAMPING ★★★ & DOMAINE NATURISTE
24220 Allas les Mines
DORDOGNE

Du terrain, à une altitude de 80 mètres, s'ouvre une vue splendide sur la vallée de la Dordogne, de Beynac jusqu'à St. Cyprien. La Dordogne est une des plus belles rivières de la France. Les châteaux et les merveilles architecturales sur les rives, la beauté des paysages qu'elle traverse font de la vallée un vrai paradis touristique en plein cœur du Périgord Noir. Dans ce pays calcaires, les grottes aux parois peintes sont les témoins du passage des hommes préhistoriques ; les «Cro Magnons». Le camping est un point de départ unique pour des excursions dans «le pys de l'homme», à pied, en bicyclette, canoë ou même en avion.



PISCINE CHAUFFEE - RESTAURANT
bar - Sauna - Tir-à l'arc - Canoës - boules...

Le camping 3 étoiles «Le Cro Magnon» se trouve sur les collines d'Allas-les-Mines, dans une forêt de chênes sur un plateau de 18 ha. Le campeur naturiste y trouve 160 emplacements naturels défrichés dans la forêt. On y vit en harmonie avec la nature et les animaux. D'autre part vous trouverez aussi le luxe d'un restaurant et bar, deux piscines, purifiées à l'ozone,



dont une chauffée, un supermarché, 3 blocs sanitaires de luxe, toilettes et douches pour les handicapés.

Une salle de jeux pour les enfants, ainsi que des terrains de volley, badminton et boules. Location sur place de bicyclettes et de canoës. Sauna

22 caravanes bien équipées en location.
BIENVENUE AUX CHÈQUES-VACANCES

Renseignements et réservations : Camping «Le Cro Magnon»
 B.P.5, 24220 BEYNAC. Tél. : 53 29 13 70 - Fax 53 29 15 79

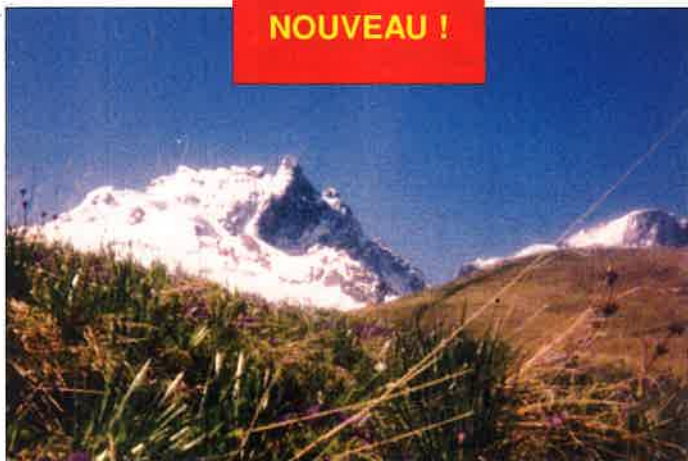
Nom / Prénom :

Adresse :

C.Post : Ville :

VS 56

NOUVEAU !



Entre le Parc National des Ecrins et le Parc Régional du Queras

LE CHAMPCELLA ★★★

Le paradis mythique des amoureux de la Nature...

- Un domaine de 8 hectares dans les Hautes-Alpes (300 jours d'ensoleillement par an !)
- Une mosaïque de visions fortes, dans une commune nichée à 1000 m d'altitude où la paix et harmonie règnent en souveraines
- Une structure d'accueil de 80 emplacements (caravanes en location) auprès d'un ravissant plan d'eau
- Une gamme d'activité originale ; karaté et piste VTT à l'intérieur du centre.

La Base de Rame - 05310 CHAMPCELLA
Tél. : 92 24 09 81

Entre la Camargue et l'Espagne... le Cap d'Agde et Valras, nous vous invitons à découvrir ou redécouvrir un îlot de tranquillité.

Le Sérignan-Plage Nature ★★★

EN BORD DE MÉDITERRANÉE

Situées directement en FRONT DE MER, nos installations bénéfient d'une longue plage de sable fin, sur laquelle le naturisme est réglementairement autorisé, d'où un relax autant physique que moral. C'est la «douce plage au calme bleuté». Avec à l'ouest, 1 km 400 de dune sauvage et de près de 130 ha de terre sauvegardés par le conservatoire du Littoral. Ainsi il n'y a pas de building entre le ciel et vous.



A l'est, le camping «le Sérignan Plage» (textile) sous la même direction, peut accueillir ceux qui veulent découvrir le naturisme avant de s'y engager.

Réservations : 67 32 35 33

Sur place le GYMMO CLUB MÉDITERRANÉEN assure le contrôle moral et propose un grand nombre d'activités ; Half court, Ping-Pong, Volley, Bibliothèque... et pour la tranquillité des parents et la joie des enfants tous les matins le MINI CLUB.

NOUVEAUTES

- La direction est assurée par Jean-Guy AMAT avec
- une nouvelle équipe à l'accueil, au Bar, au Restaurant
- des sanitaires rénovés
- des moblis-homes neufs et bungalows de toile en location

Sté AMAT&Cie - 34410 SERIGNAN
 sortie autoroute A9 Béziers Est
 Tél. : 67 32 09 61 - Fax : 67 32 26 36

par Clémentine Charles et Christian Thomas

TOUT PAR LE ZIZI :

LES BAINS DERIVATIFS :

un moyen de santé simple, efficace et gratuit
par France Guillain



Ca y est, il vient de paraître! France Guillain, l'auteur, notre amie et collaboratrice* vous a présenté, dans le dernier numéro de *La Vie au Soleil* (mai-juin), l'approche, le principe et les effets de ce bain si particulier. Aujourd'hui, le bouquin est disponible, la maman est ravie, l'éditeur aux anges : l'un et l'autre croient beaucoup que ce petit manuel de la santé par le sexe va devenir sinon un best seller, du moins une référence éternelle.

C'est vrai qu'il fallait une certaine dose de témérité et pas mal d'audace à une personne intelligente, sensée et reconnue comme l'est France Guillain, diplômée de hautes études scientifiques et littéraires, navigatrice au long cours qui a parcouru toutes les mers du monde pendant dix-sept ans avec ses cinq filles et pour seul équipement un compas et un sextant, devenue sur le tard enseignante fonctionnaire de l'Education Nationale à Paris, directrice de collection de dizaines d'ouvrages pédagogiques, ... pour pondre un traité sur le zizi !

Car, le bain dérivatif, chers lecteurs consiste ni plus ni moins à rafraîchir de manière prolongée et exclusive le sexe en le mouillant à l'aide d'un morceau d'étoffe telle que le tissu éponge (gant de toilette). Le geste va de haut en bas.

La durée est précise selon l'âge, le poids et l'effet qu'on veut obtenir. L'ensemble du corps doit être bien au sec et au chaud, y compris les pieds. "Si ce n'était pas l'auteur que nous connaissons qui nous livrait cette définition, on serait tenté de douter, voire de sourire, les plus méchants de ricaner !

Et pourtant, ça marche merveilleusement ! Rien de tel, paraît-il pour accompagner accouchement et grossesse, en finir avec l'asthme, la constipation, les maux de dos, de cou, de tête, de gorge, l'eczéma, l'acné, les dartres, les névralgies dentaires, les verrues plantaires, les excroissances de chair, l'incontinence urinaire. Rien de mieux pour redonner aux cheveux blancs leur couleur d'origine, pour perdre ou prendre des kilos, se défaire de la dépendance au tabac, à l'alcool, au café, et même à la drogue.

Que n'utilise pas ce remède miracle partout, pour tous, à tout moment, depuis toujours ? Sans doute parce que personne n'ose communiquer : les médecins avertis n'osent en parler à leurs patients et ceux de leurs patients qui ont entendu parler de ces pratiques rougissant d'avance à l'idée d'aborder le problème devant qui de droit. Quoi qu'il en soit, cette méthode aussi naturelle que l'allaitement maternel, pratiquée par bien des animaux (observez votre chien, votre chat !...) est parfaitement décrite pour chacun des cas cités plus haut au fil des 150 pages modes d'emploi et témoignages : "Je me suis limitée à ce que j'ai pu moi-même vérifier, précise France, mais c'est évident que le bain dérivatif va bien au-delà de ces limites". L'ouvrage qu'on ne trouve pas encore en pharmacie vient d'arriver dans toutes les bonnes librairies.

Editions Jouvence, 1995,
156 pages, 85 FF.

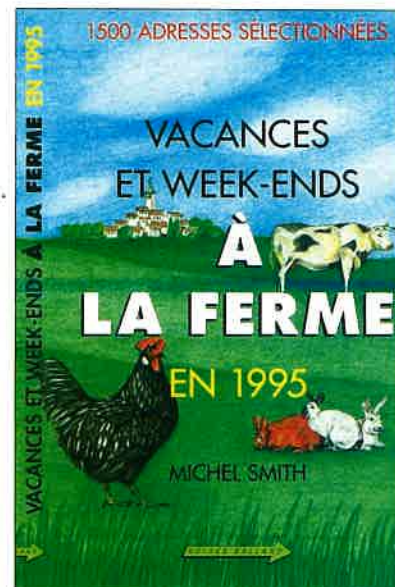
*Lire son article en pages centrales de ce numéro "Enfants naturistes : vivre la non-dépendance"
N.B. France Guillain assure des conférences cet été dans les centres de vacances de la côte aquitaine.



CT

**VACANCES
ET WEEK-ENDS
A LA FERME**

par Michel Smith



L'édition 1995 de ce grand classique ne renie pas les précédentes. Le côté sympa de la proposition tient ici dans ce souci qu'a l'auteur de ne présenter que de vraies fermes qui n'ont pas succombé à "l'épimanie" de certains aménageurs de "tourisme vert" qui retirent précisément à l'authentique tout son cachet. Les quelques 1500 fermes de Smith n'ont pas caché leurs tas de fumier, leur basse-cour, les odeurs de bétail. Des lieux de vacances magiques également pour nos chers petits citadins qui peuvent avec la fermière ramasser les oeufs, caresser les tourterelles, assister à la naissance d'un veau et d'un agneau et prendre conscience qu'un poulet a parfois des plumes !

Pour chaque ferme, on trouve toujours une photo, la présentation des propriétaires, la déclinaison des distractions possibles, le descriptif des chambres, les spécificités des repas qu'on peut y prendre, un itinéraire et bien sûr des prix. Les "fermes de l'année", élues par les lecteurs sont clairement identifiées dans cette édition largement remaniée. Cette année, Smith présente quand même en fin d'ouvrage (60 pages à partir de celle numérotée 483) quelques fermes-auberges aseptisées pour les inconditionnels du confort des villes qu'on aurait construit à la campagne.

CC

Editions Balland, 1995
546 pages, 150 FF

**L'ACCUEIL PAYSAN
95-96**

par la Fédération du même nom



Dans le même esprit que l'ouvrage cité page 51 mais bien moins médiatisé, le carnet de l'accueil paysan qui recense 265 maisons où le paysan

accueille dans sa maison, dans ses champs, parmi ses animaux. A son hôte, il fait partager son savoir-faire de jardinier, d'éleveur, de bûcheron, de paysagiste ; ses connaissances sur le pays, son histoire, sa géographie, son économie...; sa compétence sur la vie des sols, des plantes et des animaux. Au rythme des saisons, en montagne, en sentiers, le paysan vous invite au bonheur d'être toujours proche de la nature, une forme de naturisme. Pour chaque endroit sélectionné, le guide fournit des indications sur la situation, les productions agricoles et fermières, les activités à la ferme et les distractions des environs. Les prix, en revanche, sont rarement mentionnés.

Editions Fédération Nationale "Accueil paysan", 9 rue de la poste, 38000 Grenoble, 1995, 254 pages, 20 FF

**LA TELEVISION
BUISSONNIERE**

par René Blind et Michael Pool

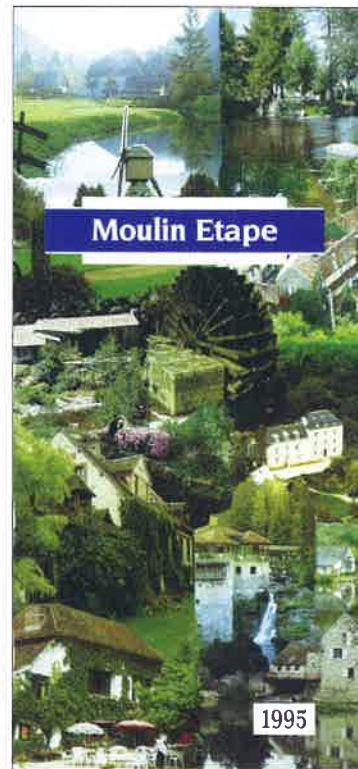
Combien d'hectolitres d'encre ont garni les cartouches des stylos des pourfendeurs de cette boîte à images dont on ne cesse de dire que l'abus ruine la santé, la vie de famille et abêtit plus qu'elle n'instruit. Avec une dose d'humour bienvenue, deux pères, accessoirement journalistes et enseignants tirent à boulets rouges non pas tant sur "la folle du logis" que sur ceux qui lui ont offert la place d'honneur et ne surveillent guère l'utilisation que leur chers gamins en font : "Comment rendre nos gosses sensibles, conscients, critiques à l'égard de cette TV-parasite, de cette mite au logis qui ronge allègrement leurs loisirs ?" Ce sympathique bouquin est vendu avec une très belle affichette en couleurs qui présente "les dix commandements" pour un usage raisonné et raisonnable de l'accusée. Il s'agit même de vingt commandements puisque dix sont destinés à l'enfant ("toi, enfant") et dix autres tutoient le parent "toi, parent". Nous n'aurons pas oeuvré en vain, estiment les auteurs si en refermant ce livre, vous avez changé la place de votre téléviseur, au moins dans un sens figuré. Et l'objectif sera largement atteint si votre regard s'est détourné de l'écran pour se diriger vers l'enfant ; si surtout votre enfant découvre que vous êtes le maître, sinon de l'univers comme son héros préféré, du moins de la boîte à images.

CT

Editions Jouvence, 1995
180 pages, 100 FF

MOULIN ETAPE

Amusant et pittoresque, un petit guide pour ponctuer votre route d'arrêts aux moulins : pour les visiter, pour y faire étape. De tous temps le moulin attire la sympathie et de nombreuses associations se sont constituées pour les préserver. En France, elles se regroupent toutes au sein de la FFAM (Fédération Française des Amis des Moulins). La brochure 1995 présente 44 relais en France, en Allemagne, en Belgique ainsi que le célèbre Moulin à papier Richard de Bas encore en activité.



Edité par
Moulin-Etape
(85.91.55.56),
1995
54 pages, gratuit

- Pour une photo-service
professionnelle et personnelle
faites appel à

photo

**Couleur
Locale**

service 1 heure

Nous développons
toutes vos pellicules et photos

Les frais d'expédition seront remboursés

tél./fax 56 73 78 78

envoyez les à une de ces adresses

Centre Naturiste Euronat
33590 Grayan - l'Hopital
FRANCE

Postbus 36
9030 Gent
BELGIE

LIBEREZ VOTRE CREATIVITE :

Osez dire oui à la vie
par Julia Cameron



Positif et pratique, ce vademecum de l'expression personnelle est truffé de citations de grands artistes. Celle de Picasso

- "Tous les enfants sont des artistes ; le problème, c'est de le rester une fois adulte", résume la problématique d'un constat mille fois réécrit. Julia Cameron, écrivain, scénariste, réalisatrice part de son propre parcours pour aider le lecteur à trouver cette "électricité spirituelle" qui va l'aider à reconquérir sa créativité en retrouvant petit à petit des sentiments voilés ou mal évolués: la sécurité, l'identité, la puissance, l'intégrité, le sens du possible, de l'abondance, des liens, la force, la compassion, la protection, l'autonomie, la foi pour finalement former le cercle sacré qui scelle son contrat de créativité. Pour reprendre Platon, "la vie qui n'est pas examinée ne vaut pas la peine d'être vécue".

CT

Editions Dangles, 1995
320 pages, 116 FF

VIVRE LA NATURE AVEC LES ENFANTS

par Joseph Cornell

Danser dans le vent comme une graine de pissenlit, explorer comme une fourmi le monde miniature et merveilleux caché à nos pieds, se transformer en prédateur à l'affût de sa proie...

Joseph Cornell sait créer mille activités à travers lesquelles l'enfant se trouve directement en prise avec la nature, se laisse toucher par sa beauté, par ses mystères. Voici livrées pour vous et pour eux une belle quantité de jeux simples qui souvent peuvent être pratiqués partout ; un programme de découvertes sensorielles qui fera comprendre à l'enfant que l'essentiel n'est pas de savoir mais de partager.



CC

Editions Jouvence, 1995
160 pages, 85 FF

LE BAISER SUR LA BOUCHE AU MOYEN AGE

par Yannick Carré



Voici un traité étonnant sur les rites, symboles et mentalités à travers les textes et les images du XI^{ème} au XV^{ème} siècle prenant pour approche essentielle le baiser sur la bouche... Il fallait y penser ! Le sujet n'a pas laissé sans ressources ni inspirations Yannick Carré qui commet ici un très lourd et très bel ouvrage de plus de 400 pages révélant combien cette forme de relation était développée et large d'interprétations suivant qu'on passe des thermes où l'homme baise une femme dénudée à la chapelle du monastère, où l'abbé reçoit le baiser de ses frères. Au delà de l'histoire du baiser - de l'apogée au déclin du geste - le jeune auteur, docteur en Histoire, spécialiste de l'iconographie du Moyen Age, révèle ici tout le fonctionnement et l'évolution d'une société. Une édition de grande qualité, noble et truculente.

CT

Editions Le Léopard d'Or, 1993
440 pages, 240 FF.

LES JOIES DE LA NATURE

par Joseph Cornell



L'auteur de ce livre est le même que celui qu'on vient de citer. Cornell est l'un des plus éminents éducateur en éveil à la nature, connu sur les cinq continents. Ces deux ouvrages qu'il vient de publier méritent l'un et l'autre une mention d'honneur. Ce second titre propose des découvertes et des partages pour tous les âges. Pour animer des groupes et leur faire vivre une expérience enrichissante tout en faisant passer un message, la méthode progressive se fixe de susciter l'enthousiasme, puis de focaliser l'attention, de provoquer une expérience directe et enfin de partager l'inspiration. L'inspiration, n'en manque pas et derrière ce titre là se cache un nouveau trésor de de jeux et d'activités à partager. "Une joie partagée est une joie multipliée", c'est bien vrai Monsieur Goethe!

CC

Editions Jouvence
176 pages, 85 FF.



Editions Jouvence

DES GESTES ANCIENS RETROUVES !



FRANCE GUILLAIN

Les bains dérivatifs

Un moyen de santé, simple, génial et gratuit !

Maigrir sans régime ou médicament, en raffermissant ses muscles, sans faire de sport, gratuitement, avec un peu d'eau fraîche en usage externe... impossible dites-vous ? Essayez !

Un moyen simple en usage dans trente deux pays au moins, mais dont personne n'ose vraiment parler, par pudeur peut-être...

160 pages - 85 FF / 25 FS

UN EQUILIBRE VITAL



Les cures de santé
Régénération et détoxification

CHRISTOPHER VASEY / JOHANNA BRANDT

Les cures de santé

La cure de raisin en exemple

La cure de santé est un extraordinaire et agréable outil de régénération à la portée de tous. Avec un guide pratique pour mener à bien toute cure et savoir quand s'arrêter pour en retirer le maximum d'efficacité.

144 pages - 95 FF / 28 FS

BON DE COMMANDE à retourner à :
EDITIONS JOUVENCE - Fruitière de Norcier
F - 74160 ST JULIEN-EN-GENEVOIS
Tél. (sur Genève) : 19-41 22 / 794 66 22

Je commande :

... ex. **Les bains dérivatifs - 85 FF**

... ex. **Les cures de santé - 95 FF**

Nom, Prénom.....

Adresse.....

Code postal.....

Ville.....

Port en sus (20 FF pour un livre, puis 5FF par livre supplémentaire. Gratuit dès 5 livres) Paiement par chèque à la commande. Catalogue gratuit sur simple demande

VENTE EGALEMENT EN LIBRAIRIES ET DIETETIQUES

VOYAGE COQUIN sur le dos des couvertures

Les couvertures de La Vie au Soleil ont souvent présenté des gens en maillot, sous peine de s'interdire la diffusion en kiosque... Les censeurs n'auraient pas manqué de qualifier de bien coquin le voyage que nous vous proposons aujourd'hui sur le dos des couvertures.

La Vie au Soleil, titre emblème de la presse naturiste internationale, n'a donc pas toujours pu bénéficier de cette liberté d'afficher ses idées fortes sur les couvertures des livraisons qu'elle a produites régulièrement depuis 1949. Pour le 45^{ème} anniversaire du titre, nous avons retracé l'histoire du naturisme illustrée par 134 premières «premières pages» (numéro encore disponible sur commande, cf. page 66), mais c'est sur les «der», les «dernières pages», celles qui n'étaient pas vues des clients «moralisateurs» des kiosques à journaux que les photos les plus «osées» ont été imprimées...

Cet été, nous vous offrons une petite récréation qui vous présente le visage et la face cachée de votre journal au fil des années 50 et 60... A la «une» les maillots «une pièce» cèdent petit à petit la place aux bikinis avant d'afficher des baigneuses aux seins nus. En coulisse, sous la couverture, les naturistes sans maillot et en «4^{ème} de couverture», une photo pleine page pour illustrer la vie naturiste telle qu'elle est depuis toujours. On remarquera cependant que les photos de face ne laissent jamais apparaître les sexes, cachés dans un maillot ou gommés à la gouache par le «retoucheur». Ce petit voyage se passe facilement de discours : nous laisserons vagabonder vos pensées sur fond d'azur.



N° 101 Septembre - octobre 1965



RETROSPECTIVE



1



... mais oui, notre camp vous attend, Madame!



2



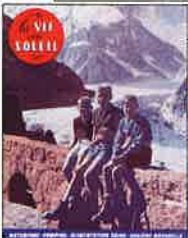
... SUR LE SABLE CHAUD



3



... le nu n'est point offensant!



4



SIMPLICITE...



5



TENUE GOMMIQUE...

... SERAIT BIEN AGREABLE!



6



Sur un rocher au bord de l'eau...



7



... DU LEVANT...

... PARADIS DES TEMPS MODERNES!



8



CORSE de Beauté

à ses plages nudistes



9



La famille naturiste

- 1 - N°46
mars - avril 1956
- 2 - N°49
sept. - oct. 1956
- 3 - N°55
sept. - oct. 1957
- 4 - N°61
sept. - oct. 1958
- 5 - N°63
janv. - fév. 1957
- 6 - N°65
mai - juin 1959
- 7 - N°66
juillet - août 1959
- 8 - N°103
janv. - fév. 1966
- 9 - N°105
mai - juin 1966



Ouvert du 15 mars au 15 octobre

Creation MRC sud - Agde
67 94 86 32 Photos : M. Coraud

- Camping ombragé - emplacements délimités avec branchement eau + électricité.
- Location de caravanes, mobil-homes et de chalets équipés.
- Sanitaires : nouvelles installations de qualité, avec douches chaudes.
- Sur place : médecin, infirmière, poste, banque, bureau de change, laverie.
- Nombreuses animations sportives, récréatives, culturelles : football, pétanque, volley ball, ping-pong, excursions, grillades, soirées dansantes, sorties canoës.

Centre homologué FFN

CAMPING - CARAVANING NATURISTE

Ombagé Front de mer

Responsable : Jean Michel OLTRA

TÉL : 67 26 32 89 Fax : 67 01 22 38

Sarl au capital de 50 000 F - RCS Béziers B 343 194 775 - Locataire-gérant de René OLTRA



CAP D'AGDE

DEMANDEZ LA DOCUMENTATION CHM OLTRA...

SOCIETE DE GESTION DU CHM OLTRA

BP 884

34307 CAP D'AGDE CEDEX

NOM : PRENOM :

ADRESSE :

VILLE : CODE POSTAL : PAYS :

Votre étape vers le sud à 35 minutes du centre historique de Lyon

«LE DOMAINE DU GRAND BOIS»

Tupins-Semons - 69420 CONDRIEU - Tél. : 74 87 89 00 ou 74 87 88 48

Un lieu de repos de 35 hectares, dans une nature préservée, piscine, pataugeoire, 200 emplacements camping-caravaning.

Ouvert du 15 avril au 15 octobre

La Vie au Soleil

La revue qui vous ressemble
La revue qui vous rassemble
(coupon abonnement p. 3)

NOUVEAU !
notre service minitel

36.15
VIESOLEIL

LES ROCHES

Les Roches dans la nature intacte de la campagne gersoise.

Ce terrain vous offre calme et activités : mini-golf, piscine, tir à l'arc, ping-pong, repas, bar, épicerie.

Locations : caravanes, bungalow, gîtes

Les Roches Mauroux
32280 ST. CLAR

Tél. : 62 66 30 18 ou 63 94 08 24

AIDEZ-NOUS A VOUS SÉDUIRE !

La Vie au Soleil, le titre qui nous rassemble, la revue qui vous ressemble... Tout est dit dans ce slogan mais pour que la Vie au Soleil s'habille encore davantage à vos mesures, nous avons besoin de vos avis, de vos conseils et aussi de mieux vous connaître pour cerner vos attentes et - pourquoi pas ? - tenter de les servir au-delà de vos espérances. Même si vous ne répondez qu'à quelques unes des rubriques, votre avis nous est très précieux. Certaines questions peuvent appeler des choix multiples : c'est autorisé ! Si vous vous sentez concernés par ce sondage, c'est une merveilleuse preuve de votre attachement et nous vous remercions par avance de votre très sympathique collaboration.

LA VIE AU SOLEIL ET VOUS

1. Depuis combien de temps connaissez-vous le magazine ?

- plus de 20 ans
- plus de 10 ans
- plus de 5 ans
- plus d'un an
- moins d'un an
- depuis ce numéro

2. Comment le présent numéro (n°56/S spécial été) vous est-il parvenu ?

- reçu à domicile
- acheté en kiosque
- acheté sur le centre de vacances
- prêté
- offert
- autrement ; précisez :

3. Etes-vous....

- abonné ?
- lecteur régulier ?
- lecteur occasionnel ?

8. Préférez-vous ?

- le papier recyclé (essais sur n° 53 et n°54) oui non indifférent
- le couché mat couverture brillante (formule actuelle) oui non indifférent
- le « tout brillant » (formule antérieure jusqu'au n°52) oui non indifférent

9. Parmi les articles, les dossiers, les rubriques contenus dans ce numéro d'été, indiquez les trois que ... vous avez le plus appréciés :

1. _____ 2. _____ 3. _____

...vous avez le moins appréciés :

1. _____ 2. _____ 3. _____

...vous auriez aimé trouver mais qui ne sont pas là :

1. _____ 2. _____ 3. _____

10. Quelles sont les rubriques (existantes ou non et pas seulement dans ce numéro) que vous souhaiteriez

- plus développées ou créées : (expression libre)

- supprimées ou réduites :

11. Pourriez-vous être intéressé par l'installation d'activités périphériques plus nombreuses ?

- .Développement des rubriques du Minitel 36.15 VIESOLEIL oui non
- .Destinations voyages à l'intention de nos lecteurs (exemple: Finlande) oui non
- .Week-ends ou séjours thalasso spécial naturiste (dans un grand centre) oui non
- .Conférences, séminaires développement personnel (ex. stages réussite) oui non

4. Si vous n'êtes pas abonné, pourquoi ne l'êtes-vous pas ?

- pour être libre de l'acheter quand je le veux (si je le trouve ou s'il en reste !)
- pour ne pas recevoir chaque année un guide (la formule change l'an prochain !)
- parce que c'est trop cher (prix spécial -100F pour un an si vous répondez au sondage !)
- parce que je ne suis pas sûr que le titre ne va pas s'arrêter un jour (il existe depuis 1949 !)
- parce que j'ai peur du regard de mes proches (envoi discret sous film opaque!)
- parce que je ne veux pas soutenir le journal
- autre raison :

5. Si vous êtes abonné ou lecteur régulier, l'êtes-vous...

- pour être informé de la vie des centres entre deux saisons
- pour vous aider à choisir
- pour l'ensemble des informations contenues

6. «La Vie au Soleil» n'est plus simplement un magazine de vacances naturistes mais aussi une revue traitant de divers sujets susceptibles d'intéresser un lectorat «à l'esprit naturiste» (qui ne vit nu que pendant deux ou trois semaines l'été). Pour vous est-ce...

- très important ?
- important ?
- peu important ?
- regrettable ?

(Nous avons monté ces deux pages de façon à ce qu'elles puissent être détachées sans abîmer votre journal.

Adressez vos réponses si possible avant le 30 septembre

à «sondage La Vie au Soleil»,
3, impasse de la ferme,
F - 94210 La Varenne Saint Hilaire.
Vous pouvez recevoir un cadeau.
Cf. en fin de questionnaire.)

7. Si vous lisez régulièrement la revue depuis plus d'un an, comment jugez-vous...

- le changement de format ?
 - très bien
 - bien
 - sans importance
 - regrettable
- le changement de maquette ?
 - très bien
 - bien
 - sans importance
 - regrettable
- la qualité des articles ?
 - très bien
 - bien
 - bôf
 - décevante
- la ligne générale et le style ?
 - très bien
 - bien
 - bôf
 - décevants
- l'intérêt global du journal ?
 - en progression
 - en régression



LE NATURISME ET VOUS

12. Depuis combien de temps vous «sentez-vous» naturiste ?

- depuis toujours
 depuis plus de 20 ans
 depuis plus de 10 ans
 depuis plus de 5 ans
 depuis moins de 5 ans

15. Etes-vous titulaire d'une licence de la Fédération Française de Naturisme ?

- oui non
 si oui:
 en adhérent à un club au cours de l'année
 achetée volontairement à votre arrivée dans un centre de vacances
 achetée à votre arrivée dans un centre parce que c'était obligatoire

17. Etes-vous propriétaire d'un hébergement fixe dans un centre ?

- oui non

18. Pour vous, un séjour dans un domaine naturiste, c'est avant tout

- la meilleure façon de décompresser et de prendre rendez-vous avec vous
 l'occasion de vivre des vacances en famille sans contraintes
 la possibilité de faire du sport ou d'autres activités
 la réponse à une idéologie
 autre chose (préciser)

19. Au cours d'un même été, fréquentez-vous plusieurs domaines naturistes ?

- oui, combien ?
 non, un seul

20. Dans combien de centres avez-vous déjà séjourné ?

- un seul
 de 2 à 5
 plus de 5

21. Y-a-t-il un domaine que vous préférez où vous retournez régulièrement ?

- oui non

22. Pour vos séjours naturistes, quelle type de destination préférez-vous ?

- la mer
 la campagne
 la montagne

23. Avez-vous déjà fréquenté des centres à l'étranger ?

- oui non

si non, envisagez-vous de le faire ?

- oui non

24. Avez-vous déjà incité des parents ou amis à découvrir le naturisme ?

- oui non

Y êtes-vous parvenus ?

- oui non

13. Vous êtes-vous mis nus dans un endroit public pour la première fois...

- sur une plage
 dans la nature (hors structure)
 dans une structure de club
 dans un centre de vacances naturistes

14. Vous considérez-vous davantage plus proche de la notion de :

- naturisme-plaisir ?
 du naturisme religion ?

16. Lors de vos séjours sur un domaine de vacances naturiste, quel type d'habitat vous est habituel :

- tente personnelle
 caravane
 camping-car
 mobil-home ou BTM structure en
 dur (chalet, appartement, etc.)

25. Au cours de l'année, quand pratiquez-vous le naturisme (avec possibilité de se mettre nu) ?

- L'été pendant : 1 semaine 2 semaines 3 semaines 4 semaines ou +
 Occasionnellement (week-ends, plage, etc.) Toute l'année (inscrit dans un club)
 Toute l'année chez vous : en laissant la porte de la salle de bains ouverte
 en circulant nu à certains moments d'un endroit à un autre
 en vous déshabillant pour vivre nu

26. Quelles activités retiennent votre attention sur les sites choisis ?

- farniente sport (régulier) randonnée
 ateliers manuels/expression artistique yoga/relaxation
 stretching/danse/gym aquatique mini-clubs (pour vos enfants)

LECTEUR, QUI ES-TU ?

27. Qui répond à ce questionnaire ?

- Célibataire Couple Veuf(ve)/divorcé(e)
 Avez-vous des enfants ? oui non
 Combien à charge ? Combien majeurs ou non à charge ?
 Vos enfants sont-ils restés naturistes ? oui non

28. Prenez-vous généralement vos vacances...

- seul en couple en famille (avec présence d'enfants)

29. Dans quelle(s) tranche(s) d'âge vous situez-vous ? (réponse double si couple)

- 15/24 ans 25/34 ans 35/49 ans 50/64 ans 65 ans et +

30. A quelle(s) catégorie(s) socio-professionnelle(s) vous rattachez-vous ?

- artisans/commerçants cadres supérieurs/professions libérales
 étudiants professions intermédiaires (ex cadres moyens)
 employés ouvriers
 inactifs

31. Où habitez-vous ?

- agglomération parisienne aggl. de plus de 100.000 habitants
 de 20 à 100.000 habitants de moins de 20.000 habitants
 communes rurales

32. Lorsque vous séjournez en centre naturiste, partez-vous en excursion en dehors du domaine ?

- oui non

si oui, est ce pour...

- découvrir la région (nature, ville, sites touristiques)
 assister à des spectacles (ou des festivals)
 faire du sport
 visiter un musée, une exposition
 retrouver de la famille ou des amis
 d'autres motifs; précisez éventuellement)

33. Combien de fois partez-vous en vacances chaque année (destinations naturistes ou non) ?

- une fois
 deux fois
 trois fois et plus

soit un total d'environ..... jours dont jours en centres (ou croisières) naturistes

34. Cette année

- (01.01.95/31.12.95) aurez-vous pris des vacances
 en France seulement ?
 à l'étranger seulement ?
 en France et à l'étranger ?

35. A quel moment prenez-vous vos vacances ?

- printemps
 été
 automne
 hiver

36. Quelle part de votre budget annuel consacrez-vous aux vacances ?

- moins de 10%
 de 10 à 15%
 de 15 à 20%
 de 20 à 25%
 plus de 25%

37. Si demain vous deviez réduire votre train de vie, dans quels secteurs diminueriez-vous vos dépenses ?

- alimentaire
 vestimentaire
 vacances
 automobile
 habitat

38. Propositions, suggestions, remarques éventuelles :

.....

MERCI DE VOTRE PATIENCE ET DE VOTRE AIDE !

Ce questionnaire peut être anonyme, bien sûr, dans ce cas, ne remplissez pas ce qui suit

Mlle Mme M.....

Adresse complète :

.....

.....

.....

UN CADEAU ? Nous vous enverrons le tout-nouveau stylo à bille La Vie au Soleil (multicolore, rétractable, confort d'écriture remarquable) si vous profitez de l'envoi de ce questionnaire pour vous abonner (ou prolonger votre abonnement d'un an à sa date d'expiration) au prix de 100FF au lieu de 120FF. Il suffit pour cela de joindre un chèque de 100FF à votre envoi sans autre commentaire (sauf si l'adresse des envois est différente de celle indiquée ci-dessus).

Concours photos des 3 «F» Femmes - Fesses - Famille



Il s'agit bien sûr de
trois concours différents
qui seront chacun dotés de prix spéciaux
(séjours, ouvrages d'art, abonnements, gadgets)

LE CONCOURS EST OUVERT A TOUTES ET A TOUS :

- Pour concourir, il suffit d'envoyer pour le 30 septembre 1995, délai de rigueur, à La Vie au Soleil, 3, impasse de la ferme, 94210 La Varenne (France), les photographies que vous souhaitez présenter accompagnées d'une autorisation écrite de publier des personnes photographiées. Les mineurs qui participent au concours doivent également joindre une autorisation parentale.
- Les documents peuvent se présenter sous la forme de diapositives ou de tirages sur papier.
- Les photos femmes (et filles) seront plus particulièrement destinées au numéro «Spécial femmes» de l'automne prochain...
un numéro qu'on vous promet étonnant !
- Les photos fesses (très gros plans de préférence ; autorisation de publier non indispensable si les sujets ne peuvent être reconnaissables) illustreront «l'éloge à la fesse à travers les temps» qui paraîtra également dans notre prochain numéro. Présentation des nombreux ouvrages parus.
- Les photos familles doivent traduire la complicité des parents et des enfants au travers du naturisme-plaisir. Elles trouveront place dans «l'album de l'été de nos lecteurs» (prochain numéro) et égaieront le magazine de façon intemporelle à tout autre moment.
- Les documents envoyés à La Vie au Soleil restent acquis au journal (sauf accord écrit de la Direction pour documents spéciaux).
- Toutes les photos parues seront primées.
- Renseignements complémentaires: 36.15 code VIESOLEIL (sans intervalle)

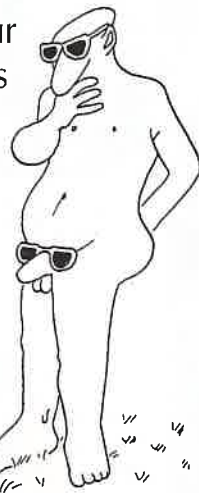
RAPPELS :

une date butoir pour la réception des photos : **30 septembre 1995**

••• une seule adresse : **Concours photos 3 «F» - La Vie au Soleil,
3, impasse de la ferme, F-94210 La Varenne**

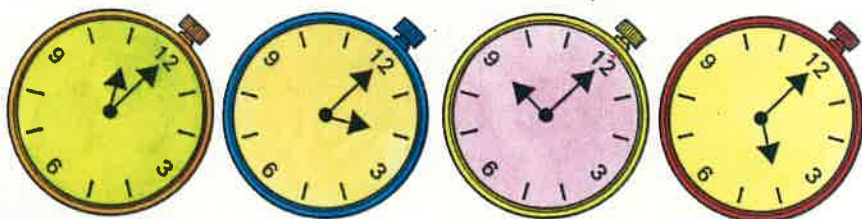
L'été, c'est aussi la saison des sourires. Nous avons fouillé dans nos archives pour retrouver dans les anciens numéros de la revue des traces d'humour inusables. Nous les mêlons ici à quelques emprunts contractés auprès de bulletins naturistes internationaux et à certaines des illustrations du petit «Livre Blanc du Naturisme», merveilleusement illustré par notre ami Piem et diffusé gratuitement par La Maison du Naturisme (1), à Paris.

Quelques jeux tirés de la sélection de notre ami et confrère Voyager magazine vous obligeront à reprendre le stylo. Bonnes vacances !



Etre naturiste ?
Oui, mais qu'éprouve-t-on la première fois ? (2)

AVOIR L'HEURE ... C'EST FOU! Voici 4 CHRONOMÈTRES-MONTRES TELS QU'ILS SE SONT ARRÊTÉS. L'UN D'EUX A FONCTIONNÉ DURANT 16 HEURES, UN AUTRE 23 HEURES, LE TROISIÈME 30 HEURES ET LE QUATRIÈME 37 HEURES. EN SACHANT QU'ILS ONT ÉTÉ TOUTS REMONTÉS EN MÊME TEMPS, À QUELLE HEURE CETTE OPÉRATION A-T-ELLE ÉTÉ EFFECTUÉE?



© APR



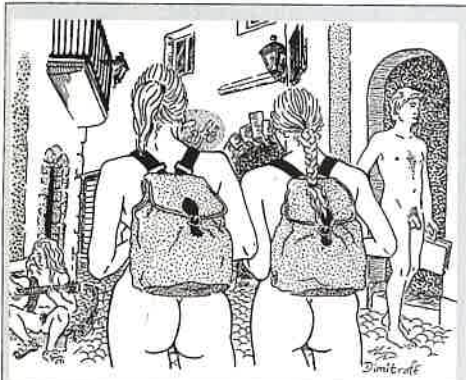
Etre naturiste pour les enfants c'est naturel. (2)



Etre naturiste, c'est partager des espace privilégiés et préservés... (2)

Une limace et son ami ver se promènent sur la plage quand soudain ils rencontrent un escargot. «Demi-tour !» s'écrie le ver, «on est en zone textile».

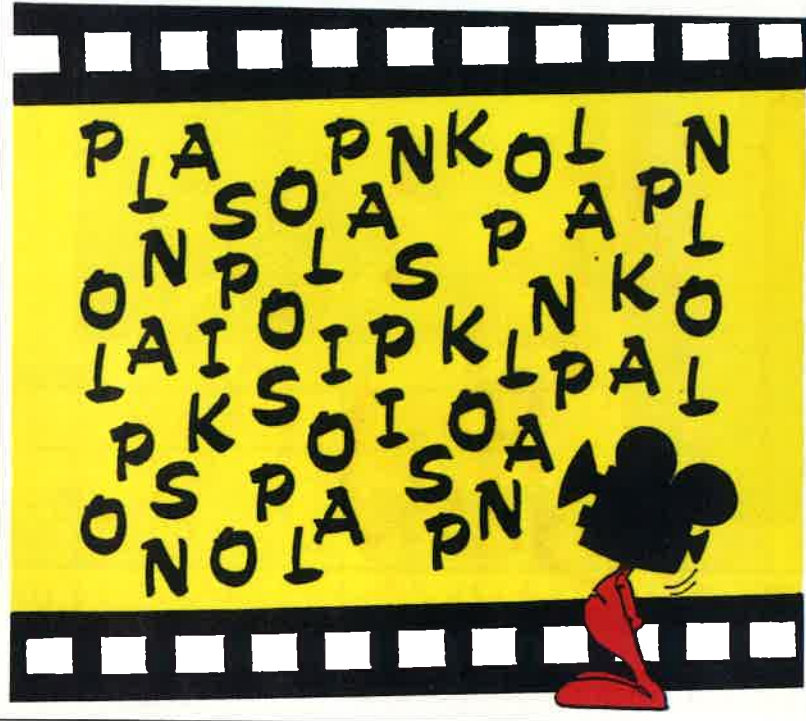
(1) Maison du Naturisme - 65 rue de Tocqueville
75017 ParisTÉL. : (1) 47 64 32 82
(2) (Source : Le Livre Blanc du Naturisme)



«Dis-donc, tu es sûre de n'avoir rien oublié pour aller à l'école ? Certaine, tu penses ! Cette fois-ci j'ai vérifié mon sac à deux fois.»
dessin extrait de «Naturismo», revue naturiste et humanitaire italienne.

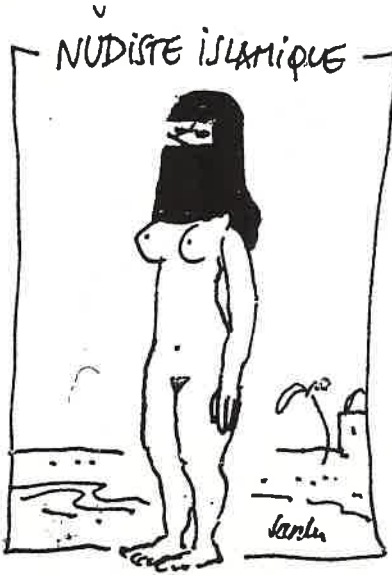


STAR... MYSTÈRE CLASSEZ PAR ORDRE DÉCROISSANT TOUTES CES LETTRES (DE CELLES SE RÉPÉTANT LE PLUS À CELLES REVENANT LE MOINS), ET TROUVEZ LE NOM D'UN RÉALISATEUR DE FILMS DÉFINI COMME SUIV : TOUT UN ROMAN !



L'époque barbare

On aimait aller, en été, s'ébattre dans les rivières (au XIIIème siècle) et «Les très riches heures du duc de Berry» montrent des villageois et de villageoises en train de se laver et de nager par une belle journée d'août, dans le plus simple appareil, car l'on avait alors une toute autre idée de la pudeur que celle que l'on se fait de nos jours, et l'on se baignait nu, comme l'on dormait nu entre les draps. (Lumière du Moyen-Age de Régine Perraud)
Extrait de La Vie au Soleil N°41, mai-juin 1955.



PHOEBUS NEWS-DESSIN de SERDU



Les surplus de vêtements qu'on trouve sur les souks de Marrakech traduisent eux aussi le grand boom du naturisme : on trouve désormais là quantités de maillots, de petites culottes et de soutiens gorges...

E N I G M E

Deux naturistes marchent côte à côte.
L'un est le frère de l'autre, mais l'autre n'est pas le frère du premier... Qui est-ce ?



**SOLUTIONS
PAGE
62**

V O C A B U L A I R E

- Belle-mère** : personne qui va parfois trop loin quand elle est trop près.
 - Puberté** : période de la vie où l'enfant cesse de poser des questions pour mettre en question les réponses.
 - Humilité** : art de paraître plutôt timide tout en montrant aux autres qu'on est vraiment extraordinaire.
 - Nature humaine** : pousse à injurier les automobilistes quand on est à pied et les piétons quand on est au volant.
 - Vieillesse** : période de la vie où votre femme peut bien aller où bon lui semble.
- (Source : Club Naturiste Morbihannais. Infos n°7)



ANTILLES, GRECE, TURQUIE

Partez à la découverte de l'une de ces destinations à bord de l'un de nos superbes yachts.

ANTILLES : 8 850 FF (*)

GRECE : 5 550 FF (*)

TURQUIE : 5 550 FF (*)

(*) Prix à partir de

Comprenant : vol avion, croisière
2 semaines transferts.

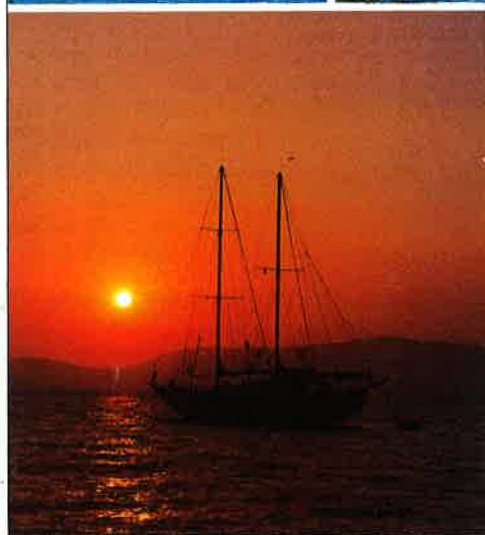
Vite, en nous retournant le coupon ci-dessous, nous vous adressons avec plaisir notre brochure.

**NATUR Club, 1, Villa Etex.
BP 135**

75863 PARIS CEDEX 18

Tél: (1) 44 85 33 33

Fax: (1) 44 85 33 23



Nom

Prénom

Adresse

Code postal

Ville



DOMAINE D'ENRIOU 04480 St Laurent du Verdon
Tél. 92.74.41.02

150 ha au bord du Verdon pour 100 emplacements espacés et ombragés (libre choix)

Évasion et détente assurées. RESERVATION CONSEILLÉE

Le Naturisme en Périgord j'adore

DOMAINE DE CHAUDEAU

24700 SAINT GÉRAUD DE CORPS Tél. 53 82 49 64

DORDOGNE

SOLUTIONS DES JEUXPAGES 60 ET 61

Avoir l'heure : à 10 heures ; montre à 2h (16 heures) ; à 4 heures (30 heures) ; à 9 heures (23 heures) ; à 11 heures.


MULTI-JEUX : **A**/saxophone, salamandre, Saint-Bernard, Sangle, sac, savon, sablier, sandales, saupoudreuse, saladier, sabre, sabots, sandwich, sans-culotte, Saint-Cyprien, sapin, sarbacane. **B**/symbole sur la photo bleue à gauche et sur le carton jaune que tient l'ouvrier. **C**/ il jouait du piano debout. **D**/n°4.

REBUS : Laid - J'eau - Lit - Col - O - Nid - Deux - Va - Caen - C'oeufs

(Les jolies colonies de vacances)

STAR MYSTÈRE : Polanski

ENIGME : c'est sa soeur !




ARNAOUTHOT
Route de Moliets
40560 VIELLE ST GIRONS
Publicité p. II de couv.

LA SABLIÈRE
St Privas de Champclos
30430 BARJAC
Publicité p. 29

CAMPING EL PORTUS
30393 CARTAGENA
ESPAGNE
Publicité p. 48

DOMAINE DU GRAND BOIS
Tupins-Semons
69420 CONDRIEU
Publicité p. 56

CREUSE NATURE
B.P. 32
23600 BOUSSAC
Publicité p.6




U.T.A. NATUNION
3 rue Meyerbeer
75009 PARIS
Publicité p. 3

LA TUQUE
Lieu dit "La Tuque"
46140 BELAYE EN QUERCY
Publicité p. 42

TEMPLO DEL SOL
Hospital del Infante
TARRAGONA - ESPAGNE
Publicité p. 48

M. Francis DEDECKER
«KOSKINOU» n°180
85100 RHODES GRECE
Publicité p. 14

CHM MONTALIVET
Avenue de l'Europe
33930 VENDAYS MONTA.
Publicité p. III de couv.



DOMAINE DE BELEZY
84410 BEDOIN
Publicité p. 10

DOMAINE DE LA FAURIE
46240 MONTFAUCON
Publicité p. 42

LE CRO MAGNON
24220 ALLAS LE MINES
Publicité p. 50

LES ROCHES
Mauroux
32280 ST CLAR
Publicité p. 56

LA GESESE
Méjannes le Clap
30430 BARJAC
Publicité p. III de couv.



BAGHEERA
20230 SAN NICOLAO
Publicité p.18

AGENCE RENÉ OLTRA
Résidence Port Ambonne
34308 CAP D'AGDE CEDEX
Publicité p.42

**SERIGNAN
PLAGE NATURE**
34410 SERIGNAN
Publicité p.50

NATUR CLUB
1 villa Efex - B.P. 135
75863 PARIS CEDEX 18
Publicité p.62

HELIOMONDE
La Petite Beauce
91530 SAINT-CHÉRON
Publicité p.III de couv.




LA CHIAPPA
20137 PORTO-VECCHIO
Publicité p. 18

LES LAUZONS
Limans
04300 FORCALQUIER
Publicité p. 42

LE CHAMPCELLA
La Base de Rame
05310 CHAMPCELLA
Publicité p. 50

DOMAINE D'ENRIOU
04480 ST LAURENT
DU VERDON
Publicité p. 62

DOMAINE DE LA JENNY
Route de Lauros
33680 LE PORGE
Publicité p. IV de couv.



RIVA BELLA
B.P. 21
20270 ALERIA
Publicité p. 18

DEVEZE
32380 GAUDONVILLE
Publicité p. 48

CHM OLTRA
B.P. 884
34307 CAP D'AGDE CEDEX
Publicité p. 56

DOMAINE DE CHAUDEAU
24700 ST GERAUD
DE CORPS
Publicité p. 62

**DEMANDEZ UNE
DOCUMENTATION
N'ENGAGE A RIEN
C'EST DE LA
COMPARAISON
QUE NAISSENT LES
MEILLEURS CHOIX**

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

**N'HESITEZ PAS A DEMANDER
UNE DOCUMENTATION**
(gratuite et sans engagement)
A CES ANNONCEURS QUI
COMME VOUS - ONT CHOISI
LA VIE AU SOLEIL

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

Je souhaite recevoir
votre documentation
Nom : Prénom :
Adresse :

PETITES ANNONCES

AMITIES

5622- JH 20ans cherche amis ou amies naturistes pour sorties ou vacances. P. Bonnet, poste restante, 77176 Savigny-le-Temple. Rép. avec mes coord. si sérieux.

5623-"Horizons", pour trouver quelqu'un avec qui parler, sortir ou vivre. Ecoutez (1) 46 03 87 00. Demandez doc. : "Horizons", 2 rue Georges Sorel, 92101 Boulogne. Tél. (1) 46 05 72 45

5624- Jeune professeur de français, 27 ans, cherche jeune fille de même âge, cultivée et naturiste pour amitié et plus si affinités. Tél. 42 45 99 16.

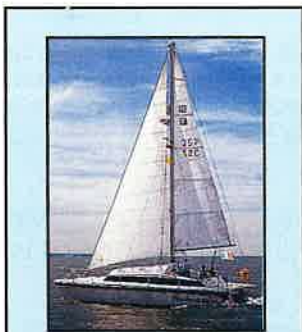
5625- H 40a sérieux, ch. JF pr partager séjour 15j. août dans village de vacances naturiste. Enfant bienvenu. S. Dias, 16 rue Nooefort, 77100 Meaux.

5626- JH 43ans ch. JF ayant l'esprit naturiste pour amitié et plus. Paris + rép. 43 34 92 21.

5627- JH extra 44ans cél. châtain, yx bleus, nb passions renc. JF 25/35ans, cél. ss enf. aimant médecine naturelle, ésotérisme, vie à 2 si affinités. P.Y. Maignan, 26 av. Soeur Azélie, 95170 Deuil-la Barre.

VOYAGES

5628-Voilier 13m croisières nat. aventures - Pacifique sud, Australie, Vanuatu, Indonésie, Océ. Indien, Madagascar, Brésil. Etapes. 3 à +6 mois. Fax Nouméa = Yacht "Fuli" (19- 687) 27 71 29.



5629- CROISIERE NATURISTE EN CORSE.
Part. loue voilier 12m avec skipper 4/6p. maxi. 350F/jour/pers.
Doc. : M. HUCHET
46500 ROCAMADOUR.
Tél. 65 33 71 67

5630- Cherche JF sculpturale sérieuse taille modérée pour collaboration bénévole photo nu académique sans érotisme. Offre tout cliché N&B, conseils labo et/ou conseils français (style, prose, vers). Ecrire M. Bersol, 11 rue Ernestine, 95100 Argenteuil

VERA PLAYA



VACANCES NATURISTES EN ANDALOUSIE

Centre résidentiel **natsun** Plein pied sur plage
Appartements & bungalows à louer
Info et réservation : Tél. : **19 34 50 467027**
Fax : 19 34 50 467028 - BP. 129, EO4620 VERA/ALMERIA
***** OUVERT TOUTE L'ANNÉE *****

**LA PLUS SIMPLÉ FAÇON DE REVER
A SES PROCHAINES VACANCES NATURISTES**

3615 CAMPNAT

MINITEL

DES CENTRES DE VACANCES NATURISTES

DIVERS

5631- Masseur débutant natu-riste recherche masseurs débu-tants naturist. pr échange bé-névole. Paris. Tél. 42 82 13 22

5632- JH naturiste passionné d'images rech. JF intéres. par poses. Photos très bon. qualité offertes. Tél. (1) 43 97 99 65

5633- Gilbert souhaite rece-voir cartes postales modernes de France, préfér. non écrites. Ecr. Gilbert Jeandet, 24 rue du Corbelet, 73000 Annecy.

**BELGIQUE
club familial
PHOEBUS**
terrain, saunas, piscines
emplacements vacanciers

Ecrire av. 35BEF en
timbres ou un coupon
réponse international
au secrétariat :
**rue de Biestbroeck 29
1070 BRUXELLES
Tél. 09/228 68 17**

BULLETIN DE COMMANDE DES PRECEDENTS NUMEROS DE *La Vie au Soleil*

NOM, prénom : _____

Souhaite recevoir les numéros suivants de La Vie au Soleil :

- N°47/20FF • Naturisme autour de Paris. Bancs d'essais : Arna, Pauliac, La Genèse. La Jenny, 10 ans! Le premier journal des lecteurs... ect.
- N°48/20FF • Sondage IFOP : les Français et le Naturisme. Le golf de la Jenny. Les records de Montalivet. L'indianisme à la Sablière... ect.
- N°50/18FF • Le naturisme sur TF1 : paradis gagné. Dossier 12 pages "Art et Naturisme, Bancs d'essais : Devèze, Les Roches. Piscines et saunas sans maillot... etc.
- N°HS1/20FF • Spécial été, 84 pages, dos carré collé.
Guide complet des 91 centres de France. Dossier "spécial 1ère fois"... ect.
- N°51/25FF • Spécial été, 84 pages, dos carré collé. Dossier médecines alternatives.
Ados : le complexe du homard. Les naturistes célèbres. Forme. Jeux... ect.
- N°52/25FF • Numéro anniversaire. 45 ans de naturisme à travers 134 couvertures.
45 ans de témoignages. La caravane de l'été 94. Concours de dessins... ect.
- N°53/25FF • Spécial locations été 95 : tous les équipements locatifs des centres. Coûts de soleil d'hiver. Finlande, voyage au pays des saunas. Concours photos... ect.
- N°54/40FF • Spécial vacances. Osons le naturisme. Conseils pour une première fois. 100 centres en France et à l' Etranger. Sondage : qui est naturiste ?
- N°55/25FF • Spécial Forme (thalasso/léxique de l'eau salée, arthérapie, développement personnel. Les clubs : des étapes naturistes sur la route de vos vacances. Banc d'essai : les Ramières. Et toutes les rubriques habituelles...



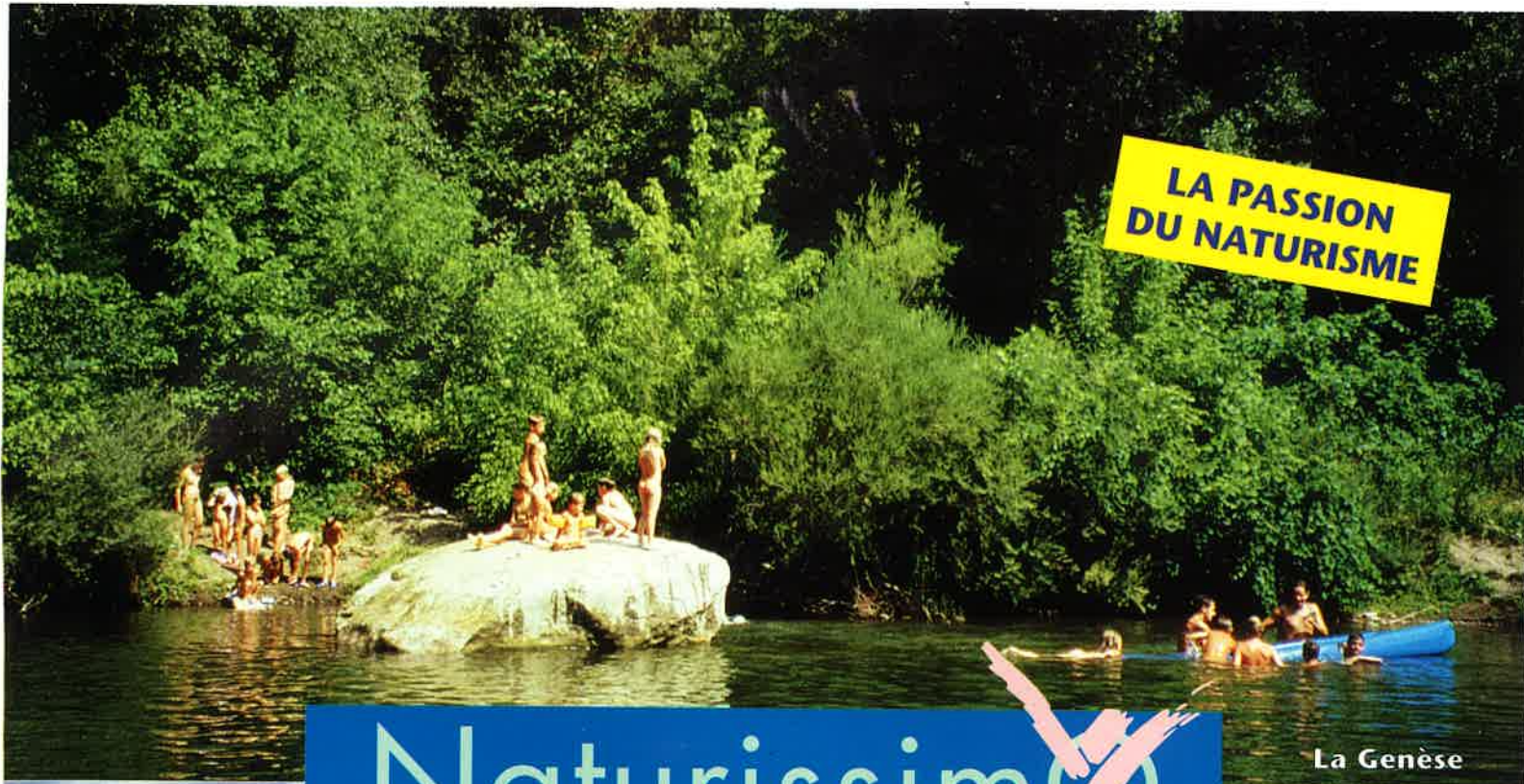
Total de la commande : FF + 15 FF (frais de port forfaitaires)

TOTAL A REGLER : FF

Joindre votre titre de paiement à l'ordre de La Vie au Soleil, et envoyer à :

La Vie au Soleil, 3 impasse de la ferme, 94210 La Varenne St Hilaire

LA PASSION
DU NATURISME



Naturissimo

La Genèse



CHM de Montalivet

Découvrir les grands espaces de loisirs **NATURISSIMO**, c'est découvrir de nouveaux loisirs, pratiquer ses sports, partager ses émotions et ses passions dans une ambiance familiale, amicale et chaleureuse.

Dans des sites authentiques et préservés, dans la diversité et la richesse des plus belles régions de France, les centres de vacances **NATURISSIMO** vous offrent toutes les possibilités d'hébergement et tous les équipements de loisirs, pour vivre un nu tonique et vivifiant en totale harmonie avec la nature.

 **NATURISSIMO CHM de Montalivet**, dans les pins, face à l'Océan.

 **NATURISSIMO La Genèse**, au bord d'une rivière encaissée dans les gorges provençales.

 **NATURISSIMO Héliomonde**, au cœur de la campagne de l'Île-de-France.

LES ESPACES DE LIBERTÉ INTÉGRALE
3 villages naturistes qui sauront répondre
à toutes vos attentes

**Je désire recevoir gratuitement
la brochure Naturissimo**

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

- CHM de Montalivet
- La Genèse
- Héliomonde

À renvoyer à
Naturissimo SOCNAT - 16 rue Drouot - 75009 Paris - France.

DOMAINE RÉSIDENTIEL NATURISTE

LA JENNY

La Nature...



...au naturel



Pour recevoir une documentation LOCATION VENTE
retournez ce bon à l'adresse suivante :

DOMAINE RÉSIDENTIEL NATURISTE DE LA JENNY
Route de Lauros 33690 LE PORGE - FRANCE - Tél. (33) 56 26 56 90 - Fax 56 26 56 51

NOM : Prénom :

Adresse :

Ville :

Tél. domicile : Tél. bureau :

