

LA VIE AU SOLEIL

N° 61 Juillet - Août - Septembre 1996

le nouveau
Naturiste

GRATUIT !
LE GUIDE DE POCHE

**DE TOUTES
LES PLAGES
NATURISTES
A ACCÈS LIBRE**



**Spécial
été**



**SPORTS
D'ÉTÉ**

**AU BANC D'ESSAI
SERIGNAN-PLAGE
LA FAURIE**

**AGDE : VERS
D'AUTRES CAPS ?**

**OÙ TROUVER DE LA PLACE
EN PLEIN ÉTÉ ?**

- **Le corps et les psy**
- **Cakra et nudité**
- **Les japonaises nues**
- **Fraîcheur végétarienne**
- **Thalasso naturiste**
- **Lectures choisies**
- **Journal des lecteurs**
- **Actualité, concours
P.A., etc...**

M 3001 - 61 - 35,00 F-RD



35 FF

255 FB - 10,5 FS - 12,95 \$ CAN

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 33680 LE PORGE - FRANCE - Tél. (33) 56 26 55 90 - Fax 56 26 56 51

NOM : Prénom :

Adresse :

Ville :

Tél. domicile : Tél. bureau :



LA VIE AU SOLEIL*
Le Nouveau Naturiste
EST EDITEE PAR
ARYS SARL
8 RUE DARWIN - 75018 PARIS
Tél. (1) 42 59 83 60
Fax (1) 42 59 66 11

*Revue fondée en 1949
par Christiane et Albert Lecocq

DIRECTEUR DE LA PUBLICATION
Gérard Sakon

REDACTION
3 IMPASSE DE LA FERME
94120 LA VARENNE ST HILAIRE
Tél. (1) 48 83 79 40
Fax (1) 48 83 79 69

DIRECTEUR DE LA REDACTION
REDACTEUR EN CHEF
Christian Thomas

SECRETARIAT DE REDACTION
Nicole Deboudaud
Françoise Ferreira
Christiane Serluppus
MAQUETTE
Françoise Ferreira
Christiane Serluppus

ONT COLLABORE À CE NUMERO
Jean-Christophe Barla
Stéphanie Billat
Clémentine Charles
Yane Chauveau
Maxime Dufour
Ludovic Lemoine
Alain Lofi
Marie-Claude Ozanne
et nos lecteurs
CREDIT PHOTOS
Jean-Christophe Barla
Stéphanie Billat
Viviane Rivière
Christian Thomas
Alain Vienne
nos lecteurs
et les domaines naturistes

PUBLICITE
Joëlle Billat
LA FERME DE GAUTRE
88 RUE DU BIEF DU LAC
79270 VALLANS
Tél. 49 04 94 28
Fax 49 04 94 29

ABONNEMENTS
FRANCE
1 an (5 numéros) : 120 F
2 ans (10 numéros) : 220 F
ETRANGER
1 an (5 numéros) : 160 F
2 ans (10 numéros) : 280 F

PHOTOGRAVURE
LCAG - Paris

IMPRESSION
VALPRINT (Italie)

Dépôt légal : juillet 1996
Commission Paritaire n°75 230
Diffusion NMPP - Juillet/août/septembre 1996

Tous droits de reproduction réservés
dans tous les pays.
La reproduction, même partielle,
des articles, illustrations et photographies
parus dans La Vie au Soleil et
Le Nouveau Naturiste est soumise
à autorisation écrite
du Directeur de la Publication
et/ou du Directeur de la Rédaction.
La Vie au Soleil/Le Nouveau Naturiste 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 de la Rédaction).



SUMMERTIME

«Le bonheur est quelque chose qui se multiplie
quand il se divise»
Paulo Coelho

Si j'étais prêtre, je crois que ma mission sur
cette terre consisterait avant tout à tenter
de transmettre la pensée positive à mon
prochain. C'est là, d'ailleurs le sens de la
citation que j'ai choisi de vous soumettre

supra. Elle est signée par l'auteur de «l'Alchimiste» et extraite de «La
rivière Piedra», merveilleuse histoire d'amour qui éclaire ce monde d'une
forme de spiritualité qui me sied bien : une forme de spiritualité qui nous
invite à vivre notre séjour sur Terre non pas comme le font ces mourants
qui dans leur dernière confession se croient obligés de ranger le plaisir
au niveau de la faute pour mériter le Paradis où ils espèrent être admis
de l'autre côté de la Nuit ; mais une forme de spiritualité qui nous incite
à donner crédit à Voltaire quand il affirme que «le paradis terrestre est
là où je suis.»

Dans mon sermon, j'inviterais à oser le naturisme pour permettre à mes
Frères de connaître le bonheur qui rayonne en nous quand tout notre
épiderme peut être en contact avec les Eléments ; pour trouver la force
du véritable équilibre qui procède d'une maîtrise conjuguée des émo-
tions, du physique et du mental. C'est là l'essentiel. «Être capable de
dominer le corps, c'est être capable de dominer l'esprit» rappelle Coelho.
Ce n'est plus un scoop depuis des milliers de lustres mais plutôt un
ultime cri lancé comme une bouteille à la mer aux derniers de la classe
qui ne suivent jamais ; à ceux aussi qui veulent gouverner pour compen-
ser des statuts personnels en-dessous de la norme ; à ces petits esprits
qui se croient grands.

A tous ceux-là, il semble tout aussi vain de redire qu'on ne peut répan-
dre le bonheur autour de soi que si on est heureux soi-même : ils n'ont
que faire du bien-être de leurs semblables et sans doute ignorent-ils
tout des générosités de la vie. A leur cas c'est plutôt le triste constat de
Fédor Dostoïevski qu'on peut plaquer : «l'homme est malheureux parce
qu'il ne sait pas qu'il est heureux...».

Voici l'été, la plus riante des saisons, celle qui permet à notre corps de
respirer tout entier pour mieux ramoner notre organisme et notre psy-
chisme. Profitons-en. Nous avons chargé votre magazine de vous appor-
ter beaucoup de fraîcheur et quelques plats de résistance pour qu'en
vous glissant entre ses couvertures vous y soyez si bien qu'il vous plaise
de nous accompagner toute l'année prochaine pour partager une nou-
velle Vie au Soleil.

Christian Thomas



Coté en Suisse !



C'est avec plaisir que je désire renouveler mon abonnement. Votre magazine gagne à être connu, car il est très complet et intéressant. Malheureusement, il est difficilement trouvable en Suisse ! Par ailleurs, je trouve votre alliance très positive.

A. Rolle - Lonay (Suisse)

Complot ?

Un de mes amis est actuellement en prison. Sa femme, une malade mentale, a voulu se débarrasser de lui et a monté un complot. Il est accusé, chose terrible, de pédophilie ! (...) Le juge d'instruction n'a guère fait d'enquête, évitant de recevoir les témoins de la défense. C'est que la calomniatrice a fait valoir... que le malheureux était naturiste ! Nous, ses amis naturistes, le savons innocent. C'est pourquoi, je voudrais que vous envoyiez au juge le n° 58 (janv. - févr.) de La Vie au Soleil. Excellent numéro. Puisse-t-il faire avancer la civilisation !

Nicolle N. - Marseille



Nous pensons à vous !

Nous souhaitons rassurer tous les participants au concours, dont les photos ont été sélectionnées par notre jury et publiées dans nos dernières distributions. Certains lauréats ont déjà reçu leur cadeau - parfois avec un peu de retard - d'autres le recevront prochainement.

La Rédaction

Reçus avec mention !

. Vera Playa, en Espagne

Nous venons de passer dix jours à l'hôtel Vera Playa en Espagne. Dès notre arrivée, nous avons été accueillis très gentiment par un personnel attentif à nos interrogations sur les curiosités de la région.

L'hôtel est situé dans une zone relativement désertique et se trouve quelque peu isolé. De ce fait, le calme est assuré et les villages proches sentent bon l'authenticité. Il existe un parc naturel à soixante kilomètres de là, en direction d'Almería ; il y règne un sentiment de bout du monde car rares sont les touristes venus se perdre dans cette province de l'est de l'Andalousie.

Les services hôteliers sont irréprochables ! Les chambres, très spacieuses, meublées avec goût et dotées d'une superbe salle de bains. Les repas, servis sous forme de buffet, se révèlent variés et délicieux. La piscine extérieure, agrémentée de jardins merveilleusement entretenus, est sublime. Bref, un lieu à découvrir absolument !

Caroline & Eric B. - Calais



. La Sablière, dans le Gard

Fidèle lecteur de La Vie au Soleil et passant à proximité du domaine de La Sablière, j'ai voulu me rendre compte des reportages effectués sur ces lieux - tant sur TF1 en 93 et 95 que sur le n°56 de votre magazine - et tenté de pratiquer le naturisme.

Après un accueil chaleureux et convivial, nous avons été autorisés à passer une après-midi au domaine.

On y trouve effectivement une belle rivière aux plages propres et accueillantes, un grand respect de la nature inoubliable. Ce jour là, j'ai pratiqué le naturisme pour la première fois !

Je remercie chaleureusement Gaby Cespédès et son équipe de m'avoir permis de découvrir cet endroit exceptionnel et d'avoir pu oser... pour la première fois.

Claude R. - Sarrebourg

. Euronat, en Gironde

Comme je fréquente fidèlement Euronat depuis plus de dix ans, j'ai tenu à prendre connaissance de l'article que vous lui avez consacré dans votre n° 60. Avant tout autre commentaire, je tiens à protester très vivement contre une de vos propositions. En effet, parmi les points faibles, vous indiquez une «population très cosmopolite qui noie parfois les Français». (...) Je reconnais qu'il m'est arrivé de regretter que les Français soient minoritaires pendant la haute saison, mais il serait injuste de le reprocher à nos visiteurs des autres pays. (...) J'ajouterai que pour moi Euronat n'est pas encore assez cosmopolite. Si on y regarde de plus près, on observe que quelques pays étrangers seulement y sont représentés : l'Allemagne, le Bénélux, le Royaume-Uni et la Suisse. Cela ne fait qu'une partie de l'Europe (la plus riche, il est vrai...). Les ressortissants des autres pays européens sont rares ou totalement absents, même pour certains d'entre eux dont le fanion orne pourtant l'allée qui mène à la plage... Ceci étant dit, le reste de l'article m'a paru conforme à la réalité d'Euronat.

Guy B. - Bures-sur-Yvette



Echos de Croatie

S'il y avait pour l'été 1995, quatre-vingt-dix touristes français en Croatie (et je ne pense pas que le chiffre soit loin de la vérité) je faisais partie de ceux-là et je peux dire que le reste de votre article (La Vie au Soleil/Le nouveau naturiste n°60) est vrai et m'a rappelé beaucoup de souvenirs. Je me trouvais sur l'île de Krk en compagnie d'un ami croate dans le camping de «Brunouluka» à Baska. J'ai visité la côte jusqu'à Zadar et il est vrai que nous n'avons croisé qu'une seule voiture immatriculée en France. Le camping dans lequel nous nous trouvions devait être rempli qu'au tiers de sa capacité. Et je trouve cela assez agréable pour nous touristes. J'étais le seul Français dans ce camping rempli principalement de Slovénes, de Croates, d'Allemands et d'Italiens. Quand je sortais de ma voiture immatriculée «13» je pouvais entendre et même chez certains commerçants :

«Maintenant il va falloir apprendre le français». Ce qui prouve que les Français n'ont pas dû être nombreux au cours de ces dernières années. Depuis cette année, la Croatie a été classée comme «zone sans risque» et attend le retour des touristes comme vous le signalez. Il est vrai qu'il n'y a pas que la Croatie au monde, mais pour les touristes naturistes c'est un petit paradis.

*Laurent Léanti
Association Socio-Culturelle
Franco-Croate*

N.B. L'antenne du tourisme croate en France est située
4 avenue Desfeux, 92100 Boulogne
Tél. 46 08 31 09 - Fax 46 08 00 69

BRAVO LES JEUNES !

Oui, bravo pour le n° 60 de La Vie au Soleil/Le Nouveau Naturiste. J'ai le sentiment que nous commençons à voir poindre le grand journal dont le naturisme a tant besoin, pour affirmer ses convictions,

l'appareil du mouvement naturiste, j'observe avec bonheur certaines avancées marquantes dans la manière de parler du naturisme et d'aller vers ceux que l'aventure tente mais qui n'ont pas encore décidé



pour relier ses adeptes, en un mot pour exister. La richesse du sommaire, la qualité, la quantité, la «fraîcheur» des informations, et surtout l'excellent dossier consacré aux jeunes et à la manière dont ils vivent le naturisme m'ont conduit à «dévorer» ce numéro dès que je l'ai eu sous les yeux. (...) La lecture de vos pages m'a rassuré sur l'avenir de notre mouvement, et sur l'état dans lequel mes enfants auront peut-être encore la chance de le trouver, dans une bonne dizaine d'année... Dégagé aujourd'hui des obligations - parfois pesantes - liées à des fonctions «officielles» dans

de franchir le pas. (...) J'attends avec impatience les prochaines livraisons de votre publication.

*François Dubois
Ancien président
de la Commission Jeunes de
la Féd. Fr. de Naturisme*

Je tiens à féliciter tous ces jeunes qui ont eu le courage de témoigner de leur première expérience naturiste et je félicite aussi les parents de les avoir encouragés. Il est vrai qu'il est bon d'être nu sur une plage, mais ce que j'aime en particulier, c'est ce respect des uns et des autres.

Hervé C. - Vendée

Avis !

Cette image d'inspiration naturiste compte parmi les nombreuses illustrations infographiques envoyées par l'un de nos lecteurs à la recherche d'un éditeur dans le but de produire un ouvrage d'illustrations naturistes. Nous demandons aux intéressés de bien vouloir se mettre en contact avec le journal.



● Sommaire

NOUVEAU ! p. 31

Le guide des plages 96/97

Format poche
Plus de 150 annexes
du Paradis pour
vous baigner nu...



BANCS D'ESSAI

- Le Sérignan-Plage-Nature (Hérault)
- Le Domaine de La Faurie

p.17



AGDE 96

- Changement de cap ?
- CHM Oltra : l'autre cap !

p.22

Où reste-t-il encore de la place ?

Si vous ne savez pas encore ni quand,
ni où prendre vos vacances, pas de panique !

p.11

Les sports d'été naturistes

p.27

ET ENCORE...

- Courrier des lecteurs p. 4
- L'actualité p.7
- Dossier société p. 39
 - Le corps à la rencontre du monde et de soi
 - Les jeunes japonaise s'aiment nues...
 - Cakra et Nudité...
 - Ceux qui se rhabillent..
- La bonne bouffe végétarienne p. 45
- Beauté p. 48
- Rétrospective p. 50
- Lu, vu, entendu p. 53
- Concours photos p. 57
- Journal des lecteurs p. 61
- Petites annonces p. 64

Pour vos vacances,
préférez nos centres-partenaires
Le meilleur accueil vous sera réservé
en leur retournant les coupons-infos p.59

ABONNEZ-VOUS !

p. 52

Vive la Liberté!



VIVE LA LIBERTÉ de vivre nu sous le soleil.

À Bélézy, en pleine nature mais à moins d'une heure d'Avignon, du Luberon, des Alpilles et des innombrables possibilités qu'offre la Provence. Vive aussi la liberté



de choisir dans l'éventail

exceptionnel des services, des activités... et des formules de séjour pour tous les goûts, à tous les prix, que vous propose Bélézy. Vive la liberté d'être heureux, tout simplement.



la
liberté
à l'état
pur

Domaine Naturiste de Bélézy en Provence

Téléphone 90 65 60 18

Fax 90 65 94 45

JE SOUHAITE RECEVOIR GRATUITEMENT UNE DOCUMENTATION COMPLETE
SUR BÉLÉZY. COUPON À RETOURNER À : **DOMAINE NATURISTE DE BÉLÉZY**
84410 BÉDOIN FRANCE

NOM _____ PRÉNOM _____

ADRESSE _____

_____ CODE POSTAL _____

VILLE _____ PAYS _____

Le GCM en fête

C'est traditionnellement lors du week-end de la Pentecôte que les responsables du Gymno-Club-Méditerranéen organisent leur fête de bienvenue. Le GCM, c'est un Club pas vraiment comme les autres, déjà par le fait qu'il est le seul à être situé en lisière de la Grande Bleue.

Un Club différent aussi pour qui l'esprit d'ouverture et la convivialité dépassent largement les vœux pieux des réunions de bureau puisqu'ici, pour faire la fête, on invite aussi tous les membres des clubs des alentours. S'ils possèdent leur matériel de camping, l'emplacement leur est offert; s'ils souhaitent profiter d'une structure en location, on leur consent d'emblée une réduction de 25% sur des tarifs déjà très modiques en avant-saison.

Ainsi donc, on a fait la fête cette année autour de la paëlla géante préparée par Raymond, le cuistot dont on a dans ses colonnes vanté les mérites, aussi à l'aise devant le grand piano de la cuisine que derrière un micro ou face au clavier de l'orgue électronique et des boîtes à rythme. Ambiance qui ne fait que faire regretter à l'invité de passage de ne pas avoir la possibilité d'être plus souvent présent au GCM.



Steffy avec beaucoup de gentillesse et de talent a livré son répertoire d'airs connus, parfois relayée par Jean-Pierre, un autre cuistot ami de Raymond qui interprète Aznavour à la perfection; par Michel aussi qui donne avec bonheur dans le répertoire de Bécaud. Jamais on est tombé dans la vulgarité qui, hélas, couronne parfois les repas de fête quand l'alcool rend trop facilement gais les convives.

La fête, c'est aussi les multiples tournois organisés par Yvon Monteil, vice président du GCU, qui bien sûr se terminent le lundi de Pentecôte par les remises des prix, des coupes et des trophées. Bref, une prestation parfaitement réussie grâce à cet esprit bon enfant et souriant des membres du Club; des femmes et des hommes de qualité.



L'A.G. de la Jenny

Assurément La Jenny est le centre le plus résidentiel de l'Hexagone puisqu'on ne propose là que des hébergements en chalets. Depuis l'ouverture du Domaine, en 1983, le style de ces demeures a quelque peu évolué passant d'une structure élémentaire à une gamme de modèles désormais très séduisants, dotés de tout le confort moderne et d'immenses terrasses de plusieurs dizaines de mètres carrés, vendus à des propriétaires privés qui peuvent - s'ils le souhaitent - confier à la Société de Gestion, le soin de louer leur bien

quand ils ne l'occupent pas.

Actuellement, près de 500 lots construits sont détenus par des naturistes qui ont «craqué» pour La Jenny, la SCI de départ ne détenant en son nom que 210 unités construites dès la première année. 1996 sera une année importante puisqu'elle marquera la fin du programme global dont les quarante derniers lots trouveront vite preneurs.

Traditionnellement, on profite du «pont» de l'Ascension pour réunir l'Assemblée Générale des copropriétaires. C'est l'occasion pour chacun de retrouver les toujours sympathiques; de découvrir les nouveaux aménagements; de vérifier aussi si les dates de vacances des amis correspondent aux siennes... C'est le moment aussi de se prononcer sur les résolutions proposées par la Gérance qui demande quitus sur son travail, acceptation des charges à répartir pour l'année à venir, création de nouveaux postes budgétaires pour accompagner le développement du Domaine, etc.

Cette année, cinq résolutions proposées dont quatre approuvées à l'unanimité (il ne manquait qu'une voix pour que la cinquième le soit aussi). Parmi les annonces les plus importantes, on retiendra, bien sûr, la mise en chantier prochaine d'une piscine découverte et chauffée, dont le sas d'entrée communiquera directement avec le futur espace forme qui rassemblera sauna, hammam, jacuzzi et salle d'entretien physique. Enfin, La Jenny ne sera plus le seul centre de la Côte Aquitaine à ne pas posséder d'installation permettant de prendre les eaux en période fraîche!

Patrice Gaigne, le Saint-Pierre de ce paradis, a invité tous les propriétaires, entrés furtivement dans la salle en début de matinée, à s'associer au verre de l'amitié, éclairé par les rayons de l'Astre du Jour.



De nouveaux centres à explorer !

. En France, la Petite Brenne

Venus de Hollande où ils étaient restaurateurs, les propriétaires de ce nouveau centre situé au cœur de la France, dans le romantique pays de Georges Sand, ont semble-t-il tout mis en oeuvre pour être prêt cet été et vous accueillir en toute convivialité sur leur terrain de 30 hectares.

Notre récent entretien téléphonique avec la charmante maîtresse des lieux garantit l'ouverture du centre pour la saison 96. La piscine est achevée et les sanitaires, après contrôle, auraient obtenu une mention très satisfaisante. Voici donc un nouveau domaine bordé de haies de mûriers, d'aubépines et de fougères, traversé par un petit ruisseau où soixante-dix vastes emplacements attendent d'être occupés.

Père et mère de famille, nos nouveaux hôtes n'ont pas oublié les enfants: des balancelles, un tourniquet, un tonneau roulant, un bac à sable et un immense trampoline feront la joie des petits. Pour les plus grands, on a prévu les traditionnels terrains de pétanque et de volley.

Aux alentours du parc naturel régional de la Brenne, particulièrement connu pour ses mille étangs, sa faune et sa flore riche et

diversifiée, s'élèvent aussi quelques châteaux moyenâgeux, dont le château de Luzeret, situé à 800 mètres de «La Petite Brenne».

La Creuse et l'Anglin vous inviteront aux plaisirs de la navigation. Près de la petite ville d'Argenton-sur-Creuse vous pourrez découvrir l'un des plus grands sites archéologiques de France, sans compter les nombreuses manifestations artistiques et culturelles de St Benoît du Sault, l'un des plus beaux villages du Moyen-Age.

Voici vraisemblablement un centre où il fera bon passer ses vacances !

Contact : La Grande Métairie
36800 Luzeret.
Tél. (16) 54 25 05 78

. En Norvège, Cap Isefjaer

Si nos voisins du Nord ne comptaient pas encore de centre assez grand pour recevoir un congrès de la FNI (Fédération Naturiste Internationale), Camp Isefjaer, nouveau centre naturiste situé près de Kristiansand, au sud de la Norvège, est désormais en mesure de relever le défi.

Situé à proximité de l'un des plus grands parcs naturels du sud de la Norvège, Camp Isefjaer ne se trouve qu'à 21 kilomètres de Kris-

tiansand, merveilleuse capitale fièrement plantée sur les rivages de la mer du Nord, face au Danemark. Vous arriverez au centre en longeant l'idyllique route côtière RV-401. L'aéroport n'est qu'à 18 kilomètres et en été le site bénéficie de bonnes liaisons en bus. Les maisons et les chalets disponibles à la location ont une capacité d'environ cent lits avec douche et toilettes à proximité. Diverses formules d'hébergement vous sont proposées. Le terrain peut aussi accueillir une centaine de caravanes ou mobil-homes et quantité de campeurs.

Pour agrémenter votre séjour, le restaurant, le bar, la piste de danse et le sauna. Une petite plage, propice à la détente, vous attend dans la jolie baie d'Isefjaer. Parfaitement adapté aux randonnées à pied, en canoë ou en kayak et aux safaris sylvestres, le site vous offre par ailleurs d'excellentes possibilités de pêche. Il faudra compter sur la fraîcheur, qui s'installe ici dès le mois d'août, mais pour ceux qui souhaitent conjuguer tourisme et naturisme, voici bien un nouveau lieu à explorer.

Contact : Féd. Nat. Internationale
Sint Hubertusstraat
B - 2600 Berchem
(Antwerpen)
Tél. + 32 3 230 05 72

Stages de céramique Creuse Nature 1996

Voici l'occasion unique de faire du camping naturiste - seul ou en famille - et de découvrir l'art de la céramique !

Situé au coeur vert de la France continentale, Creuse Nature s'étend au milieu d'un bois de 20 hectares où le calme et la détente vous garantissent un très bon séjour. Les stages seront animés par Sandra Cohen, céramiste à Amsterdam. Elle vous initiera aux différentes techniques de la céramique : décoration et cuisson d'objets en terre déjà existants ou que vous aurez fabriqués vous-même en donnant libre cours à votre imagination. Les stages s'organiseront par petits groupes, et tant que le temps le permettra, en extérieur.

· Du 23 au 29 juillet : un stage de 7 jours réparti sur 6 matinées. Prix : 900 F*.

· Du 1er au 10 août : un stage de 10 jours réparti sur 8 matinées. Prix : 1 125 F*.

* frais de séjour et repas non compris.

Contact : Sandra Cohen
Tél. et fax : 19/31-20 6 25 84 69
N.B. Des stages «sur mesure» pour des groupes peuvent également être organisés.



Stages de la Réussite La Jenny 1996

C'est finalement à La Jenny qu'auront lieu, du 17 au 24 août, les «stages de la réussite» présentés dans notre «Spécial Jeunes» et patronnés par La Vie au Soleil. Rappelons qu'il s'agit là d'une façon originale et efficace pour permettre à des collégiens, des lycéens, des étudiants d'acquérir des méthodes d'organisation personnelles pour être «bien dans sa peau, fort dans sa tête, paré pour la rentrée». Stages en «individuel» ou en «famille» (parents présents sur le site).

Informations : Martine Dezède,
boutique La Jenny, 33680 Le Porge,
tél. 57 70 93 33
ou Christian Thomas,
Tél. 16/1 42 83 98 44 et 56 26 58 24

Côté salons...

· **Le Salon des Véhicules de Loisirs** se tiendra, comme chaque année au Parc des Expositions du Bourget et cette année du 28 septembre au 6 octobre, tous les jours de 10h à 19h ; des dates qui peuvent sembler bien tardives... mais c'est au moins l'occasion d'une piqûre de rappel de vacances défuntées et l'invitation à démontrer que toutes les saisons sont bonnes pour les passionnés de camping-car, de caravane et de résidence mobile. Les organisateurs ne communiquent-ils pas en qualifiant la manifestation de «salon passion» ?

· **Le Top'Réza** de Deauville, la grand'messe de la rentrée pour les professionnels présentera déjà les programmes hiver-printemps des voyageurs et des partenaires touristiques. A l'hippodrome, comme d'habitude et toujours le dernier week-end de septembre (cette année du 26 au 29 septembre 1996).

· **Marjolaine**, l'immense carrefour de tous ceux qui défendent la nature, la santé et la vie saine investira le Parc Floral de Paris (Bois de Vincennes) du 9 au 17 novembre. On y attend au moins 55 000 visiteurs... c'est donc le Salon majeur de la rentrée, le premier de la saison où La Vie au Soleil sera présente pour représenter les Domaines de vacances, retrouver ses lecteurs (stand La Vie au Soleil/La Vie Naturelle/Arys) et y présenter son numéro d'automne.

· A signaler aussi, **Loisirexpo**, Salon du tourisme et des Loisirs de groupe, Porte Maillot, à Paris, du 18 au 20 septembre et le transfert de **Santé Autrement** initialement prévu à Bercy Expo du 19 au 23 septembre qui se tiendra du 3 au 7 octobre place de la Porte d'Auteuil à Paris : nous y serons (peut-être) exposants.



Naturismo !

C'est également le titre de la revue naturiste et humanitaire de la Fédération italienne où l'on fait référence à Albert Lecocq et où l'on parle spontanément de la «bellissima rivista naturista francese, La Vie au Soleil»... On est jamais si bien reconnu qu'au-delà de nos frontières !

Erratum : L'offre spéciale (3 semaines pour le prix de 2 avant le 29 juin et après le 24 août) annoncée par l'Agence René Oltra dans son insertion publicitaire page 19 du n°60 de La Vie au Soleil/Le nouveau naturiste concerne les résidences Port Soleil et Port Vénus et non Port Nature.

Le CHM de Montalivet est en deuil Odile Fichot n'est plus

Très justement la mémoire d'Albert Lecocq (fondateur entre autre de La Vie au Soleil en 1949) reste vivante. Désormais, il serait honnête d'y associer le nom d'Odile Fichot, car si l'un a été le père du «CHM-Socnat», l'autre en a été la cheville ouvrière, mais il faut ajouter un mérite supplémentaire à Albert Lecocq, celui d'avoir fait venir Odile au CHM pour en faire la directrice de fait.

Albert Lecocq, et les directeurs du Centre Hélios Marin qui se sont succédés jusqu'à son injuste et regretté départ, n'ont pu réussir leur gestion que grâce au dévouement et à la clairvoyance d'Odile. C'était il est vrai l'époque heureuse du CHM où l'Administration nous laissait vivre en paix. L'ordinateur du centre était alors dans la tête d'Odile. Jamais en panne, il avait un visage humain, la mémoire était étonnamment fidèle.

Certes, parfois la sévérité administrative d'Odile s'avérait incomprise, mais ne servait-elle pas de «bouclier» au directeur, naturellement et par nature enclin à dire «oui» lui laissant la responsabilité du risque d'un éventuel refus. Odile ne gaspillait pas son sourire qui cependant se lisait sur son visage agréablement malicieux. Sa bonne humeur n'était pas toujours au rendez-vous, mais qui connaît le service public sait qu'il n'est pas si facile de toujours faire plaisir. On ne peut vraiment pas dire qu'Odile ait pêché par hypocrisie. Tout au contraire la netteté de sa franchise lui a valu d'amères réflexions. Ne vaut-il pas mieux avoir de la personnalité, car tel était son cas, plutôt que d'être pauvre d'originalités.

Ses dernières volontés -choisir l'incinération et la dispersion de ses cendres dans la forêt girondine- n'est-ce pas là l'ultime preuve d'un audacieux courage et d'une fatale abnégation.

D'aucuns me diront que l'usage veut qu'une personne qui vient de décéder n'a eu que des qualités. Quant à Odile, il n'est pas vrai que ses amis aient attendu qu'elle les quitte pour se rappeler son passé méritant. La période de sa vie que nous avons connue, nous autorise à dire qu'elle a été une femme de caractère et d'action (...).

André Treuillé
Directeur Honoraire de la Caisse d'Epargne de Bordeaux
Conseiller Général Honoraire de la Gironde
Président des Naturistes Amis de la Côte Aquitaine (NACA)

Concours photos FQN 1996



La Fédération québécoise de naturisme (FQN) organise un concours de photos naturistes ouvert à tous et à toutes au Québec, en France et à l'étranger.

Le thème est «le plaisir d'être naturiste» : ses activités, ses loisirs, en ville, en vacances, dans un centre, à la plage... à l'imagination !

Il vous suffira de faire parvenir vos tirages ou diapositives avec l'autorisation écrite du concourant et des personnes photographiées avant le 31 août 1996 au :

Concours Photo Au Naturel
4545 avenue Pierre
de Coubertin
C.P. 1000, succ. M, Montréal
(Québec)
H1V 3R2 Canada

A noter : aucun document photographique ne sera retourné. En remettant vos photos vous accordez tous les droits de publication à la FQN et gagnez un abonnement annuel à la revue Au Naturel.

L'avion moins cher que l'auto !

La déréglementation du ciel français qui, enfin, atténuée le monopole d'Air Inter Europe et d'Air France, permet au voyageur de se déplacer plus vite et moins cher. Donc, à très court terme, plus sou-

vent. Champion des vols domestiques au juste prix, Air Liberté permet actuellement aux Parisiens de rejoindre les centres naturalistes du Sud-Est, du Sud-Ouest et tout simplement du Grand Sud à des conditions qu'ils n'ont encore jamais connues.

En week-end, on remarque notamment le vol aller-retour Paris-Bordeaux à 520F, le Paris-Montpellier et le Paris-Toulouse à 620F A/R, le Paris-Nice, souvent réputé plus cher qu'un Paris-New-York, à 720F A/R.

Ces tarifs sont majorés de quelques dizaines de francs seulement en semaine lorsqu'on peut séjourner au moins deux nuits consécutives à destination.

Et toujours avec repas et Champagne à bord !

Qu'on ne pense pas qu'il s'agit là d'un coup médiatique pour faire connaître le pavillon d'une compagnie récente : ce sont des tarifs comparables à ceux des pays

où le ciel est ouvert et où la concurrence oblige à une gestion rigoureuse des ressources financières et humaines.

A l'arrivée à l'aéroport, Citer - l'associé d'Air Liberté -

propose des forfaits locations voitures à partir de 427F le week-end. Ada, autre loueur, casse encore souvent ces tarifs ! Faites vos comptes, vous dépensez parfois davantage en empruntant l'autoroute avec votre automobile.

Sans compter l'économie de temps et de fatigue.

Et quelles superbes occasions pour partir de temps en temps seul ou en amoureux recharger ses batteries sous des tropiques où le soleil brille !

A tout juste une heure de la Capitale...

Renseignements en agences de voyages et dans les aéroports.



Été Baül 1996

Les Baüls appartiennent à cette famille intemporelle et universelle des «troubadours», qui ont surgi dans toutes les civilisations, à la frontière des traditions nomades et mystiques médiévales (cf. publications antérieures de La Vie au Soleil et La Vie Naturelle). Par leur poésie vigoureuse, leur art vocal et musical, leur danse extatique, les bardes baüls expriment les aspirations les plus hautes, transmettent une sagesse ancestrale tissée d'expériences spirituelles multiples. Si le contact avec la vie moderne occidentale ou indienne a peut-être déteint sur leur dévotion, ils n'en demeurent pas moins des hommes de culture traditionnelle et des artistes dont la virtuosité instrumentale et la liberté d'expression nous touchent d'aussi près qu'une improvisation de jazz. Prenez donc l'air dans le sillage des Baüls cet été et que la joie vous gagne !

• Du 7 au 13 juillet

Stage Bhakti Yoga dans le Cantal. «La vie de la ferveur, introduction au mysticisme des Baüls». Avec la Fédération des Yogas traditionnels. Tél. 90 09 60 77.

• Lundi 15 juillet

Concert à Marseille. Contact Nadine Evraud au 91 48 30 65.

• Du 21 au 26 juillet

Une semaine de «vacances» en Bourgogne avec les Baüls, organisée par Libre Chant. Contact Aurore Gauer au (16) 86 86 21 02.

• Du 28 juillet au 3 août

Atelier de chant Baül à Eguilles dans les Bouches du Rhône. Tél. 42 92 63 53.

• Du 5 au 11 août

«Fin'amor et bardes du Bengale» organisé par le Fennec, à Privas en Ardèche. Tél. (16) 82 88 42 32.



«J'aime le soleil, mais je protège ma peau !»

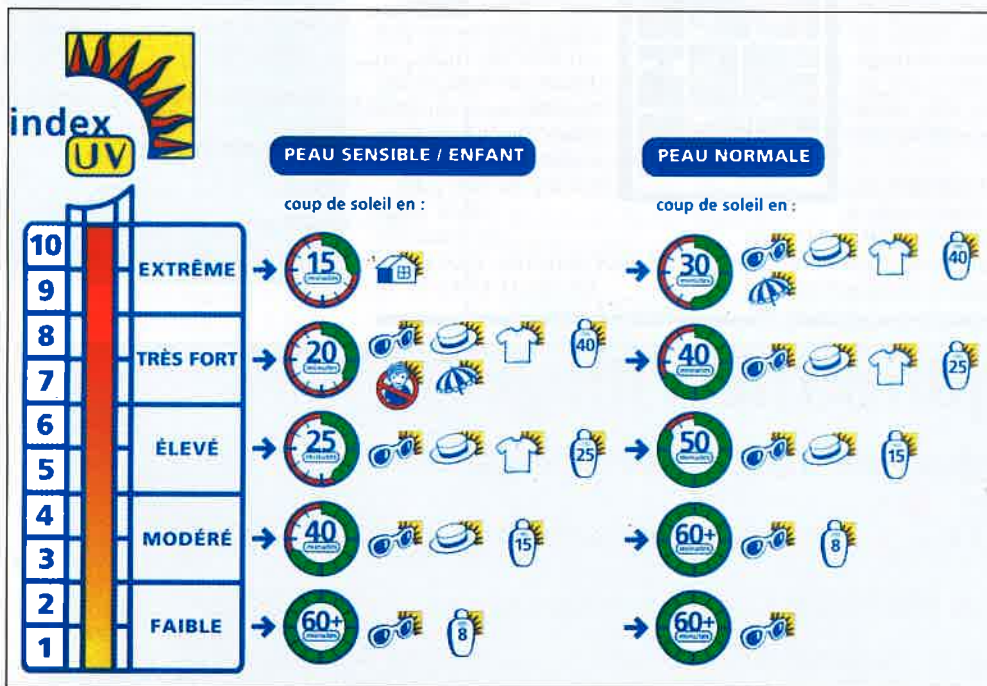
La latitude, l'altitude, la date, l'heure, le niveau de la couche d'ozone, l'enneigement sont les principaux facteurs de variations de l'intensité du rayonnement UV émis par le soleil. De la même manière que l'échelle de Beaufort qualifie la force du vent, l'index UV exprime l'intensité du rayonnement UV et le risque qu'il représente pour la santé. Recommandée par les Organisations Mondiales de la Santé et de la Météorologie, l'index UV est communiqué généralement autour

du midi solaire (14h environ, heure française légale d'été). A partir de cet index, on détermine en combien de temps l'on recevra un premier coup de soleil ou «Dose de Coup de Soleil» (une D.C.S. correspond à un coup de soleil léger) selon son type de peau et sans protection.

Ces conseils simples, figurés par des pictogrammes sont à prendre en considération. N'oubliez pas que tous les enfants, avant l'âge de 15 ans, ont une peau sensible et que les produits solaires ne doivent pas vous amener à vous exposer plus longtemps mais à limiter les risques de vos expositions ! Suivant les cas de figure, la sagesse peut vous engager à chausser lunettes solaires avec ou sans chapeau ; T-shirt dans certains cas, mais jamais de maillot sur les fesses...

A noter : l'été, en France métropolitaine, l'index UV atteint 8 voire 9 en plaine et dépasse 10 à une altitude de 2000 m.

Infos sur Minitel 3615 Coup de soleil et sur Internet <http://www>.



JEUNES : ÇA BOUGE AU NORD !

Les derniers week-ends de rencontre d'Alizé Nord ont remporté un vif succès. Malgré le temps pluvieux, les 25, 26 et 27 mai derniers, au club de Beaurieux, plusieurs dizaines de jeunes -souvent informés des activités par La Vie au Soleil- s'étaient réunis pour vivre trois jours de sport, de fête et mener une réflexion sur l'avenir du mouvement naturiste. Très heureux du succès de cette première «grande» rencontre régionale, ils étaient tout aussi nombreux à Berck, le 16 juin pour une journée sur la plage bien ensoleillée. La mer, déjà bien chaude pour un mois de juin, a permis de nombreux ébats aquatiques entre des confrontations de volley et quelques séances de farniente...



A noter l'impact du fanion de ralliement qui battait au vent à deux mètres ...au dessus du niveau de la mer pour inciter des nouveaux jeunes naturistes à venir se renseigner sur les activités de ce groupe dynamique qui mérite les encouragements. Pour toute information concernant les prochaines activités «jeunes», contacter *Maxime Dufour, Alizé Nord, 389 rue Léon Gambetta, 59000 Lille. Tél. (16) 20 57 53 53. (Répondeur en cas d'absence).*

ELLE... «SPECIAL FESSES»



Réponse d'une grande bergère au petit berger : Elle, l'hebdo féminin de bonne tenue que tout le monde connaît, réplique au «Spécial fesses» de La Vie au Soleil publié cet automne en lâchant -«elle»- aussi sur le marché son... «Spécial fesses» au milieu du mois de juin. En naturistes responsables, nous avons souhaité désamorcer les connotations sexuelles, pornographiques ou malsaines qu'on associe à nos protubérances charnues en tentant de prouver par références culturelles, photos et humour étalés sur un tiers du magazine que l'histoire de la fesse -convenablement traitée- n'a rien à voir avec les histoires de cul.

Notre lectorat s'en était largement réjoui (cf. notre courrier des lecteurs d'alors) mis à part quelques esprits totalement dénués d'humour.

«Elle», est allé plus loin, asseyant le sujet sur la moitié du magazine, soumettant ainsi à l'appréciation d'un lectorat généralement cultivé, assez BCBC, «60 pages postérieurement correctes». Tous les appels de «une» concernent le sujet appelant tout autant sur les «morceaux choisis» de la littérature que sur «les secrets des filles du Crazy», avec à l'appui des photos, des dessins, des enquêtes, des sondages, des conseils beauté pour les bien porter et des touches «psy» pour les faire parler sans les installer sur le divan. Un dossier sympa, riche en témoignages d'auteurs -hommes et femmes-, de chroniqueurs, d'observateurs, d'actrices, de pros de la fesse qui se termine par l'épreuve du «face à fesses» pour cerner définitivement le sujet en huit questions.

Gageons que ce numéro d'Elle aura attiré beaucoup de curiosité et de sympathie ; qu'il sera aussi l'occasion de rallier de nouvelles lectrices à son titre qui compenseront plus que largement celles qui l'abandonneront choquées faute d'avoir lu et compris un jour que l'humour est la politesse de l'esprit.

100 ANS DE B.D.

La B.D. a 100 ans, ce n'est plus un scoop tant les efforts de l'Office Belge du Tourisme finissent par porter l'événement à la connaissance de tous les francophones. Depuis le début de l'année, le CBBB (Centre Belge de la Bande Dessinée), joyau de l'Art Nouveau né du génie de Victor Horta, accueille de très nombreuses expositions tournantes. Jusqu'au 6 octobre, Lucky Luke vous invite à fêter ses cinquante printemps autour de Morris, son géniteur, nommé pour l'occasion Président



de la Commission du 100ème anniversaire : une expo géniale où vous pourrez même vous exercer à tirer plus vite que votre ombre. En tout cas une occasion merveilleuse pour vous rendre à Bruxelles (en 2 heures et 3 minutes depuis la mise en service -en juin- du Thalys, au départ de Paris-Nord); occasion aussi pour continuer de «buller» dans un des grands clubs naturistes du plat pays. Office Belge du Tourisme
21 bd des Capucines, 75002 Paris
Tél. (16.1) 47 42 41 18

NO MILK TO DAY !

Pas de questionnaire-sondage dans ce numéro comme vous aviez coutume d'en trouver dans les livraisons des trois derniers étés. Nous préparons en effet, pour la rentrée, un journal au sommaire plus riche et plus complet encore, plus proche de vos attentes, gratifié d'une charte graphique sensiblement améliorée. C'est à ce moment là que nous vous demanderons de vous exprimer pour critiquer notre travail, fruit de vos réflexions et de notre imagination afin de bâtir ensemble, à partir d'un numéro-test, le journal qui vous ressemble sous le titre qui nous rassemble.



Entre Vercors et Drôme Provençale

LES GITES DU SOLEIL

vous proposent en pleine nature, un hébergement grand confort, de 2 à 6 personnes, à partir de 1.000 F/semaine et 300 F/W.E.

ouverts toute l'année

Ecrire ou téléphoner à :

ECONAT Sans Souci

26400 MIRABEL et BLACONS

TÉL. 75.40.05.93. FAX. 75.40.06.83.

Aphrodite Village

Des Vacances autrement Venez comparer.

IMMO NAT 1a de vos vacances au bord de la Méditerranée

ALAIN CATHALA IMMOBILIER - Locations - Transactions

Centre Commercial - APHRODITE VILLAGE - 11370 LEUCATE

Tel : 68.40.96.82. - Fax : 68.40.62.10.

POUR VOUS ET POUR LA DEUXIEME FOIS AU MONDE UN CENTRE DE THALASSOTHERAPIE DEVIENT EXCLUSIVEMENT NATURISTE PENDANT DEUX SEMAINES

événement

On vous y attend pour un week-end...
pour trois, quatre ou sept jours...
· du 24 novembre au 1er décembre 1996
· du 12 au 19 janvier 1997

L'événement, l'an dernier, n'avait manqué ni de défrayer la chronique ni de susciter d'énormes bravos de la part de ceux qui avaient pu vivre cette fantastique expérience... : les naturistes ont été séduits par la thalassothérapie*, une façon de s'occuper de soi qu'ils n'avaient jamais été tentés de découvrir... et les clients habituels ont mesuré le bonheur de se baigner nu dans la piscine d'eau de mer chauffée à 30° ou dans le jacuzzi ; et à passer d'une salle de soins à une autre sans avoir à enfile le peignoir... Du coup, la plupart d'entre eux ont compris qu'ils étaient naturistes sans le savoir !

Cette action originale et pleine de bon sens, co-signée par Gitaform-Océan de La Rochelle et La Vie au Soleil, vivement encouragée par plusieurs des directeurs des grands centres naturistes de la côte aquitaine** se voit reconduite pour cette nouvelle saison à deux dates différentes : du 24 novembre au 1er décembre et du 12 au 19 janvier.

Les meilleures conditions seront réunies pour nos lecteurs, leurs parents, leurs enfants, leurs amis. Jugez-en :

· **des cures «thalasso» à des prix raz-de-marée** (de très loin les moins chères de France) et pourtant à la clé des installations au top de la performance, des prestations haut-de-gamme et toute l'attention de thérapeutes souriantes qui ont énormément apprécié la convivialité du premier séjour naturiste,

· **des durées modulables** de 2, 3, 4, 5, 6 ou 7 jours au choix avec calcul de la prestation au prorata, sans aucune pénalisation,

· **des tarifs doux pour les accompagnants et la gratuité pour les enfants** de moins de 12 ans logeant avec les parents,

· **des hébergements diversifiés** : au choix l'hôtel Ibis 2* intégré au Centre, l'hôtel des Trois Iles, à 30 mètres ou la résidence hôtelière pour une entière liberté de choix de sa restauration et des prix encore plus doux,

· **un festival d'activités entièrement gratuites**. Une partie de l'équipe de La Vie au Soleil, présente sur place, proposera des conférences et des animations : médecines orientales et morphopsychologie avec Annie Griess (consultations personnalisées payantes sur demandes) ; «bains dérivatifs» avec France Guillain ; mini-séminaires «mémoire», conférence «confiance en soi», «réussite face à toute situation d'apprentissage» avec Christian Thomas (consultations individuelles possibles là aussi) ; atelier «journaliste d'un jour»,

· **et aussi** des trainings en bord de mer, des soirées fruits de mer, paella, body painted, un loto géant avec de nombreux lots (dont des séjours en centres naturistes... et ailleurs), des concours de bridge, de Scrabble, de billard américain, etc. Toutes ces animations sont facultatives et on pourra préférer des rendez-vous avec soi ou en tête à tête dans ce lieu de quiétude et de sérénité,

· **un site exceptionnel, aux portes de La Rochelle**, au calme, face à l'Océan et facile d'accès (à moins de 3 heures de Paris par TGV; autoroute A 10, sortie La Rochelle).

*Relire les formidables réactions de nos lecteurs dans le numéro 58 de La Vie au Soleil (iv/Fév.)

**Réservations possibles en direct à la boutique de La Jenny, à l'Accueil d'Arnaoutchot et dans d'autres centres.



Photos Christian Thomas

Des tarifs raz de marée !

Semaine

Base : 6 jours remise en forme avec 4 soins quotidiens, 6 nuits hôtel en demi-pension, chambre double.

- Ibis 2* : 3 470F (accompagnant 1 545F)
- Trois Iles 3* : 3 840F (accompagnant : 1 928F)
- Résidence hôtelière : 2 450F - 7 nuits sans repas
- cure comprise (base 3 personnes) (idem sur la base de 2 pers. : 2 750 F)

Week-end

du 29.11 au 01.12 ou 17 au 19.01

- Base 2 jours de soins, 2 nuits, 3 repas.
- Ibis 2* : 1 250F
- Trois Iles : 1 400F

BULLETIN D'INFORMATION ET/OU DE RESERVATION

à retourner à Gitaform-Océan «la falaise», 17340 Chatellaillon-Plage.
Tél: 16/46.56.17.17 Fax: 16/46.56.01.36

Mme, Mlle M.....
Adresse.....
tél. fax,

Suis/sommes intéressés par l'événement thalasso naturiste
Date arrivée..... Date départ.....
Nombre de personnes : adultes accompagnants enfants -12 ans

Veuillez bloquer mon/notre inscription. Ci-joint acompte de 1000F.
 Souhaite/tons d'autres informations



CENTRE DE VACANCES NATURISTE

piscine couverte chauffée
pataugeoire pour enfants
plan d'eau pour la pêche

sanitaire propre

tir à l'arc
volley
boules
ping-pong

bar
restaurant
épicerie

mobile-homes,
caravanes et
tentes équipées
en location

CREUSE NATURE

Centre de Vacances Naturiste

Route de Bétête - D 15
23600 Boussac (Creuse)
Tél. : + 33 / (05)* 55 65 18 01
Fax : + 33 / (05)* 55 65 81 40
* 05 après le 18.10.96
saison du 1^{er} mai au 30 septembre

LE CŒUR CHALEUREUX DE LA CREUSE

Au centre de la France se niche une région unique, où les étés sont ensoleillés et chauds. Le paysage y est vallonné, traversé de nombreux petits cours d'eau. Pentas, talus boisés et boqueteaux forment le décor idéal pour les amis de la nature, les randonneurs et les cyclotouristes. Outre une nature vierge, le pays de George Sand offre un trésor de curiosités culturelles. Plusieurs châteaux magnifiquement restaurés, les célèbres tapisseries d'Aubusson et d'innombrables villages pittoresques, vous invitent au plaisir de la découverte. En Creuse, le temps paraît suspendu...

Creuse Nature est facilement accessible. Sur le terrain boisé de 19 hectares, vous trouverez des emplacements spacieux, ensoleillés ou ombragés. De nombreuses activités créatives et sportives sont organisées. La piscine couverte est chauffée, vous pouvez nager aussi en basse saison. Comme dans la piscine en plein air, l'eau n'y est pas chlorée.

Creuse Nature est un camping fantastique pour les enfants et leurs parents, mais aussi pour les plus âgés, qui pourront se distraire et se reposer. Nous vous rencontrerons avec plaisir cet été !

Els van Bercum
Reinier Geerlofs



NOUVEAU EN 1996
Caramitages à Creuse Nature.
Stages de 7 ou 10 jours.
Une occasion unique de faire
du camping naturiste
avec ou sans votre famille
et apprendre la cuisine
et les tarifs
sur demande.

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 calcaire, 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 «pays de l'homme», à pied, en bicyclette, canoë ou même en avion.



PISCINE CHAUFFÉE - RESTAURANT
bar - sauna - tir-à-l'arc - canoës - boules...

Le camping 3 étoiles «Le Cro Magnon» est situé 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 bénéficierez du luxe d'un restaurant et d'un bar, de deux piscines, purifiées à l'ozone, dont une chauffée, d'un supermarché, 3 blocs sanitaires de luxe, de toilettes et de 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 et piscine chauffée

gratuits et 3 semaines pour le prix de 2, avant et après saison. 22 caravanes bien équipées en location.

BIENVENUE AUX CHEQUES 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

Code postal Ville

VSNN61



Où peut-on encore réserver sa place au soleil aujourd'hui ?

Les dires de l'ensemble des responsables des structures touristiques de l'Hexagone -textiles et naturistes- riment actuellement avec les pronostics des spécialistes des études de marché : l'été 96 s'annonce tiède. Entendre par là que l'on ne s'attend pas à des taux de remplissage records même s'il est encore tôt pour estimer le volume des «VDM» (ventes de dernière minute dans le jargon des pros), qui -lui- progresse chaque année. Pour vous aider dans vos recherches et dans vos choix, nous avons interrogé (par courrier) chacun des dirigeants des domaines présentés dans notre Guide annuel. Ceux dont l'identité ne figure pas n'ont pas souhaité nous répondre. Puissent-ils avoir trouvé la formule magique pour afficher «complet»...

ARNAOUTCHOT

Route de Moliets
40560 VIELLE ST GIRONS
Tél. 58 49 11 11
Fax 58 48 57 12

Disponibilités locales :

Mobil-home Ouessant : du 13/7 au 20/7 et du 10/8 au 24/8
Tarifs : 3 590 F/sem. du 13/7 au 17/8 et 3 090 F/sem. du 17/8 au 24/8.

Emplacements camping-caravaning :

Des disponibilités à partir du 10/8
Tarifs : 144 F/2 pers. + empl. + voiture du 10/8 au 17/8 et 120 F/2 personne + emplacement + voiture du 17/8 au 31/8.
Promotions spéciales :
Spécial Couple : 1 390 F/sem. sur mobil-home du 24/8 au 7/9 et 1 090 F à partir du 7/9.
Spécial Mid-Week : 690 F du lundi au vendredi à partir du 7/9.

BELEZY

84410 BEDOIN
Tél. 90 65 60 18
Fax 90 65 94 45

Disponibilités locales :

Maisonnettes 2 ou 5 pers. (sanitaires, chambre, cuisine, jardin privatif) du 6/7 au 13/7 et du 13/7 au 20/7, ainsi qu'à partir du 17 août.

Tarifs : 3 500 F/sem. pour 2 pers. et 3 950 F/sem. pour 5 pers.
Après le 17/8 : 2 910 F/sem. pour 2 pers. et 3 220 F pour 5 pers.

Emplacements camping-caravaning :

Des emplacements standards ou résidentiels (eau, électricité, égout) sont libres tout l'été.
Tarifs : 128,50 F/jour pour 2 pers. en standard et 152,50/jour en résidentiel ; 169 F/jour pour 3 pers. en standard et 194 F/jour en résidentiel ; 209 F/jour pour 4

pers. en standard et 233 F/jour en résidentiel.

CASTILLON DE PROVENCE

La Grande Terre La Baume
04120 CASTELLANE
Tél. 92 83 64 24
Fax 92 83 68 79

Disponibilités locales :

Mobil-home ou caravane de 2 à 6 places, pendant toute la saison.
Tarifs : 2 places à 101 F/jour + le séjour suivant le nombre de personnes ; 3/4 places à 127 F/jour + le séjour suivant le nombre de personne ; 6 places à 151 F/jour + le séjour suivant le nombre de personnes.

Emplacements camping-caravaning :

Disponibilités pendant toute la saison.
Tarifs : 36 F/adulte/jour, 15,50 F/enfant/jour + taxe séjour
Promotions spéciales :
- 10% en septembre.
- 20% pour tous les jeunes munis de la carte «Alizé».

CHAMARADE (LA)

Les Chamblas
26230 CHAMARET
Tél. 75 46 57 67
Fax 75 46 51 97

Disponibilités locales :

2 bungalows tout confort pour 4 pers. et 4 caravanes 3/4 pers.
Tarifs : 2 800 F/sem. pour un bungalow et 1 800 F/sem. pour une caravane.

Emplacements camping-caravaning :

Disponibilités en juillet et en août.
Tarifs par jour : 42 F pour un empl. avec électricité 3A, 54 F pour un empl. avec électricité 6A, 31 F/pers., 12 F/enfant - 7 ans, 17F

pour le chien.

Promotions spéciales :

- 5% en camping pour un séjour de 15 jours.
- 10% en camping pour un séjour de 30 jours.

CLAPIERES (LES)

05100 BRIANCON
Tél. 92 21 15 83

Disponibilités locales :

Studio 2/3 pers. à partir du 3/8.
Tarif : 1 610 F/sem.

Emplacements camping-caravaning :

Disponibilités en juillet, août et septembre à 75 F/jour/couple.

COLOMBIER (LE)

Lamers 705
85210 ST MARTIN-LARS
Tél. 51 27 83 84

Disponibilités locales :

10 lits dans les combles à 44 F/jour.

3 caravanes à 1 400 F/sem..

Emplacements camping-caravaning :

De nombreuses possibilités.

COUDERC (LE)

24440 BEAUMONT-DU-PERIGORD
Tél. 53 22 40 40
Fax 53 23 90 98

Disponibilités locales :

Bungalows avec sanitaires, douche et 2 chambres ; tentes équipées.

Tarifs : 2 600 F/sem. pour un bungalow avant le 20/7 et après le 10/8 ; 2200 F sem. pour une tente équipée à partir du 22 août

Emplacements camping-caravaning :

Des disponibilités pendant toute la saison.
Tarif forfaitaire : 99 F/jour pour 2 pers. et 1 voiture avec eau chaude gratuite.

CREUSE NATURE

Route de Bêtête
23600 BOUSSAC-BOURG
Tél. 55 65 18 01

Disponibilités locales :

Caravane 2/3 places du 31/8 au 1/10 ; caravane 3/4 places du 1/7 au 3/8 et du 17/7 au 1/10 ; mobil-home 4/6 places du 13/7 au 20/7, du 27/7 au 10/8 et du 17/8 au 1/10 ; mobil-home 4/6 places avec douche du 1/7 au 6/7, du 27/7 au 3/8 et du 24/8 au 1/10 ; tente équipée 4 places du 6/7 au 10/8 et du 17/8 au 1/10.

Tarifs par semaine : 1 200 F en caravane 2/3 pl., 1 500 F en caravane 3/4 pl., 2 300 F en mobil-home 4/6 pl., 2 500 F en mobil-home 4/6 pl. avec douche

et 2000 F en tente équipée du 1/7 au 1/9 ; 1000 F en caravane 2/3 pl., 1200 F en caravane 3/4 pl., 1500 F en mobil-home 4/6 pl., 1700 F en mobil-home 4/6 pl. avec douche et 1000 F en tente équipée du 1/9 au 1/10.

Emplacements camping-caravaning :

Disponibilités à toutes les dates. Réservez conseillé entre le 1er juillet et le 1er septembre.

CROATIE

Des disponibilités pendant tout l'été dans la trentaine de centres naturistes de la Côte dalmate (camping-caravaning et tous types de locations).
Contacter l'Antenne du tourisme croate (cf p. 4).

CRO MAGNON (LE)

ALLAS-LES-MINES
BP 5
24220 BEYNAC
Tél. 53 29 13 70
Fax 53 29 15 79



Disponibilités locales :

Encore quelques caravanes confortables de 3 à 5 pers. disponibles en juillet, août et septembre
Tarifs : 1 200 F à 1 500 F/sem. pour 2 pers.

Emplacements camping-caravaning :

Disponibilités en juillet, août et septembre.
Tarifs : 45 F/jour pour l'emplacement, 28F/jour/adulte, 17 F/jour/enfant. Electricité : 16 F, voiture : 9 F.
Promotions spéciales :
- 10% ou 3 sem. au prix de 2 avec sauna gratuit en sept.
Si vous réservez au moins 10 jours et souhaitez acheter vos licences FFN sur place, 1 licence vous sera gracieusement offerte !

DEVEZE

32380 GAUDONVILLE
Tél. 62 66 43 86
Fax 62 66 42 02

Disponibilités locales :

Caravane et mobil-home tout confort du 24/8 au 31/8 et en septembre.

Emplacements camping-caravaning :

De nombreuses disponibilités en juillet et en août.

Promotions spéciales :
- 20% sur les locations du 1/7 au 7/7 et du 24/8 au 31/8.
- 50% sur les locations en sept.

ECONAT GITES DU SOLEIL

Sans Souci
26400 MIRABEL ET BLACONS
Tél. 75 40-05 93
Fax 75 40 06 83



Disponibilités locatives :
Gîtes en dur, tout confort dans résidence avec piscine et sauna. Gîtes 2/4 pers. disponibles du 13/7 au 27/7, du 27/7 au 3/8, du 3/8 au 31/8, du 10/8 au 31/8 et du 24/8 au 31/8.
Gîtes 4/6 pers. disponibles jusqu'au 13/7, du 27/7 au 3/8, du 10/8 au 31/8, du 17/8 au 31/8. Des disponibilités également en arrière saison.
Tarifs : 2300 F/sem. en gîte 2/4 pers. et 2600 F/sem. en gîte 4/6 pers.

GENESE (LA)

30430 MEJANNES LES CLAP
Tél. 66 24 51 82
Fax 66 24 50 38

Disponibilités locatives :
De nombreuses disponibilités de Pâques au 15 octobre en chalets 4, 5 ou 6 pers. et en caravanes 4 pers. avec électr. et eau.
Tarif : 1 316 F/sem.

Emplacements camping-caravaning :

De nombreux emplacements disponibles de Pâques au 15 octobre.

Tarif : 86 F/nuit pour couple + 2 enfants + caravane + voiture. Emplacements au choix.

Promotions spéciales :

- 15% pour les membres du Club du Soleil.
- 15% pour 2 sem. ou 3 sem. au prix de 2 en basse saison.

GRAND BOIS (LE)

Tupins-Semons
69420 CONDRIEU
Tél. 74 87 89 00

Emplacements camping-caravaning :

De nombreuses disponibilités en juillet, août et septembre.

GRANDE COSSE (CHM DE LA)

11560 FLEURY D'AUDE
Tél. 68 33 61 87
Fax 68 3332 23

Disponibilités locatives :

Disponibilités en septembre pour une location de caravane, mobil-home ou chalet.
Tarifs par semaine : 1 470 F pour une caravane 4/5 pl. sans auvent, 1 575 F pour une caravane 4/5 pl. avec auvent, 2 100 F pour un mobil-home 4 pl., 2 730 F pour un mobil-home 6 places et 2310 F pour un chalet 4 pl. Tous les mobil-homes et chalets sont équipés de sanitaires.

Emplacements camping-caravaning :

Il reste de nombreuses possibilités.

Tarifs : 73 F/jour pour 1 pers., 103 F/jour pour 2 pers.

Promotion spéciale :

- 15% sur les séjours supérieurs à 1 semaine en septembre.

HAUT CHANDELALAR (LE)

Chemin de la Loubre
06850 BRIANCONNET
Tél. 93 60 40 09
Fax 93 60 49 64

Disponibilités locatives :

Il reste 1 appartement de 3 chambres + cuisine + salle de bains à louer en juillet.
Tarif : 2 000 F/sem.

Emplacements camping-caravaning :

15 emplacements sans électricité jusqu'au 20/7.

25 emplacements sans électricité et 10 avec électricité du 6/8 au 30/8.

ILE DU LEVANT

Union des Commerçants
83400 ILE DU LEVANT
Tél. 94 05 91 36
Fax 94 05 93 47

L'hôtel Les Arbousiers communique des disponibilités jusqu'au 15 sept. (chambre avec petit-déjeuner ou en 1/2 pension de 200 à 350 F pour 2 pers. jusqu'au 15/7 et à partir du 21/8 ; de 220 F à 380 F pour 2 pers. du 13/7 au 31/7 ; de 280 F à 440 F du 1/8 au 20/8)

Renseignez-vous sur les nombreuses autres possibilités de séjourner ici.

JENNY (LA)

33680 LE PORGE
Tél. 56 26 56 90
Fax 56 26 56 51

Compte tenu du nombre élevé de chalets (env. 600) disponibles à la location, vous pouvez tenter

vos chances à tout moment auprès des charmantes hôtesses d'accueil du village qui gèrent au quotidien les défections et les transferts de dates d'occupation.

KOAD AR ROC'H

Château Bois de la Roche
56430 NEANT SUR YVEL
Tél. 97 74 42 12
Fax 97 74 44 99

Disponibilités locatives :

Bungalows 2, 4 ou 6 places et mobil-homes 3, 5 ou 7 places, en juillet et en août et de nombreuses possibilités septembre.

Emplacements camping-caravaning :

Encore quelques branchements électriques possibles en juillet, août et septembre

Promotion spéciale :

- 10% à toute personne réservant avec preuve d'achat du présent numéro de La Vie au Soleil

LAUZONS (LES)

Limans en Haute Provence
04300 FORCALQUIER
Tél. 92 73 00 60
Fax 92 73 04 31



Disponibilités locatives :

En juillet ou en août des chalets résidentiels grand confort et des mobil-homes confort pour 2 adultes et 3 enfants ; des mobil-homes (eau sous pression) et des caravanes pour 2 adultes et 2 enfants et des caravanes pour 2 adultes seulement, avec une remise 5% à partir de la 2ème semaine de location du 6/7 au 17/8.

Tarifs par semaine : chalet : 3750 F/sem., mobil-home : de 3 250 F à 2 850 F, caravane : de 2 250 F à 1 650 F.

Emplacements camping-caravaning :

Il reste encore quelques places à pourvoir.

Tarif : 1 emplacement pour 2 adultes et 2 enfants : 194/jour du 6/7 au 17/8. Tarif dégressif à compter du 18/8.

Promotions spéciales :

Tous les loisirs seront gratuits en haute saison et une remise de 50% sera appliquée au tarif sur les emplacements camping et les

hébergements tout au long du mois d'octobre.

LEZE (CAMPING DE LA)

Lieu-dit Louise
31550 GAILLAC-TOULZA
Tél. 61 08 45 37

Disponibilités locatives :

1 studio à 1 200 F/sem. et 2 caravanes pour 2 pers. à 950 F/sem.

Emplacements camping-caravaning :

17 emplacements pour caravanes à 96 F/jour pour 2 pers. ; 3 emplacements pour tentes à 90 F/jour pour 2 pers.

Promotion spéciale :

- 20% au-delà de 21 jours et du 1er au 30 septembre.

LIZOT (LE)

17470 ST MANDE-BREDOIRE
Tél. 46 33 12 93
Fax 46 33 13 53

Disponibilités locatives :

5 chalets et 4 bungalows équipés pour 4 pers. avec électricité, eau froide et sanitaire à proximité.

A noter : location du dimanche au dimanche.

Tarifs : 1 635 F la première sem. pour 1 à 3 pers. (tarif dégressif pour la ou les sem. suivantes) ; 1 740 F la première sem. pour 4 pers. (tarif dégressif pour la ou les sem. suivantes).

Emplacements camping-caravaning :

Sur les 100 emplacements dont 40 avec électricité, il reste encore de nombreuses possibilités.

Tarif : 55 F par jour pour 1 pers. + voiture (tarif dégressif en fonction du nombre de pers.). Electricité : 10 F.

A noter : réservation conseillée en juillet jusqu'au 15 août.

MONTALIVET (CHM)

Avenue de l'Europe
33930 VENDAYS MONTALIVET
Tél. 56 09 30 47
Fax 56 09 32 15

Disponibilités locatives :

Quelques rares disponibilités du 6/7 au 13/7, du 27/7 au 3/8 et du 24/8 au 31/8 en bungalows de grand confort à rustiques.

Emplacements camping-caravaning :

Il reste encore quelques places disponibles du 6/7 au 13/7.

A noter : des places peuvent se libérer par désistement ou annulation, contactez les hôtesses au plus vite.

ORIGAN

06260 PUGET-THENIERS
Tél. 93 88 28 61
Fax 93 87 47 49

Disponibilités locatives :
3 maisons pour 6 pers. à 3 900 F/sem., 4 mobil-homes pour 6 pers. à 3 300 F/sem., 1 mobil-home pour 4 pers. à 3 000 F/sem., 2 BTM pour 4 pers. à 2500F/sem., 1 caravane pour 2 pers. à 2 000 F/sem.

Emplacements camping-caravaning

Il reste encore quelques emplacements pour tentes ou caravanes au prix forfaitaire de 127 F/nuit (2 adultes + voiture).

PETITE BRENNÉ (LA) NOUVEAU !

La Grande Métairie
36800 Luzeret
Tél. (02) 54 25 05 78
Voir «De nouveaux centres à explorer» p. 7.



Disponibilités locatives :
Tente entièrement équipée 5/6 pers. pour 1 500 F/sem.
Emplacements camping-caravaning :
De vastes emplacements au choix.
Tarifs : 40 F/jour pour un emplacement, 15 F/jour/adulte, 10 F/jour/enfant jusqu'à 13 ans.
Animal domestique : 10 F.

Promotion spéciale :
- 20% à compter du 1er sept.

PEPSY (LE)

Gardelles - Le Lausson
47150 MONFLANQUIN
Tél. 53 36 51 49

Emplacements camping-caravaning :

25 emplacements disponibles de mai à octobre à 20 F/jour/pers.

Promotion spéciale :
4 sem. au prix de 3 !

RIVA BELLA

20270 ALERIA
Tél. 95 38 85 97
Fax 95 38 91 29

Disponibilités locatives :

Des BTM en juillet, août et septembre ; des bungalows de type I à partir du 20 août et en septembre ; des bungalows de type II en juillet, à partir du 22 août et en septembre ; des mini-villas en août et septembre ; des bungalows économiques en juillet, août et septembre de 280 F à 380 F/jour pour 2 pers.

Emplacements camping-caravaning :

Des disponibilités à toutes périodes.

Promotion spéciale :
1 heure de sauna gratuit pour chaque vacancier.

ROCHES (LES)

Mauroux
32380 ST CLAR
Tél. 62 66 30 18
Fax 63 94 08 24

Disponibilités locatives :

Du 1/6 au 13/7, du 26/7 au 3/8 et du 17/8 à fin septembre en appartement confort 5 places ; du 1/6 au 27/7 et du 31/8 à fin septembre en appartement confort 10 places ; du 1/7 au 20/7 et du 17/8 à fin septembre en bungalow.

Tarifs : 1 250 F/sem. pour 1 appartement 5 places* ; 1 400 F/sem. pour 1 appartement 10 places* ; 1 100 F/sem. pour 1 bungalow*

*séjour non compris

Promotion spéciale :
- 25% en septembre

LA PLUS SIMPLE FAÇON DE CONTACTER SES PROCHAINES VACANCES D'ÉTÉ

3615 NATURISM 0,99 Frs/mn

MINTEL DES VACANCES ET LOISIRS NATURISTES

SABUIÈRE (LA)

St Privat de Champclos
30430 BARJAC
Tél. 66 24 51 16
Fax 66 24 58 69

Disponibilités locatives :

Mobil-home luxe 4/6 pers. du 17/8 au 24/8 et à partir du 24/8 ; bungalow-toile 4 pers. jusqu'au 13/7 puis du 27/7 au 3/8 et à compter du 17/8.

Tarifs : 2 980 F/sem. en mobil-home luxe ; 2 230 F/sem. en bungalow-toile.

Emplacements camping-caravaning :

Pas de problème, il reste toujours des emplacements disponibles.

Promotions spéciales :

Du 17/8 au 24/8 : 300 F de réduction sur le mobil-home luxe.

A partir du 24/8 : 1 600 F/sem. en mobil-home luxe.

Du 17/8 au 24/8 : 2 000 F/sem. en mobil-home standard.

Du 24/8 au 15/10 : 1 000 F/sem. en mobil-home standard.

A partir du 7/9 : 1 300 F/sem. en Mazet Soleil.

SERIGNAN PLAGE NATURE (LE)

34410 SERIGNAN
Tél. 67 32 09 61
Fax 67 32 26 36

Disponibilités locatives :

En mobil-home neuf 4/6 pers. et en bungalow Trigano 4 pers.

Tarifs : de 2 400 F à 2 600 F/sem. en mobil-home ; 1 260 F/sem. en bungalow.

Emplacements camping-caravaning :

Des possibilités pendant toute la saison.

Tarifs : 132 F pour 2 pers. et 153 F pour 4 pers. jusqu'au 17/7 ; 115 F

pour 2 pers. et 140 F pour 4 pers. à compter du 17/8 ; 75 F pour 2 pers. et 95 F pour 4 pers. à compter du 7/9.

Promotions spéciales :

1 100 F en mobil-home 4/6 pers. à partir du 31/8.

7 = 5 nuits payées à compter du 31/8.

TUQUE (LA)

46140 BELAY EN QUERCY
Tél. 65 21 34 34
Fax 65 21 39 89

Disponibilités locatives :

Bungalows grand confort 6 pers. avec sanitaires, bungalows confortables 4 pers. sans sanitaires, mobil-homes grand confort 7 pers. avec sanitaires et terrasse couverte, caravanes 4 pers. avec auvent.
Tarifs tout compris : 2 100 F/sem. à 3 000 F/sem. en bungalow (160 F à 220 F/nuit à compter du 25/8) ; 2 800 F/sem. en mobil-home (200 F/nuit à compter du 25/8) ; 1 800 F/sem. en caravane (140 F/nuit à compter du 25/8).


Emplacements camping-caravaning :

Il reste encore des possibilités pour des emplacements avec ou sans électricité (120 F à 160 F pour 4 pers.).

Une «zone ados» est réservée aux adolescents séjournant avec leurs parents (30 F/jour).

3615 VIESOLEIL
Jouez & gagnez
1 semaine de vacances gratuites !





ESPAÑE

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

OUVERT TOUTE L'ANNEE

PRIX SPECIAUX HORS SAISON ET LONGS SEJOURS
NOUVEAUX AMENAGEMENTS SANITAIRES
NOUVEAUX BUNGALOWS ENTIEREMENT EQUIPES

CAMPING NATURISTA EL PORTUS
30393 CARTAGENA (ESPAGNE)
TÉL. 34/68.55.30.52. FAX 34/68.55.30.53.

Domaine de la Sablière™

CENTRE DE VACANCES NATURISTES



Promotion Automne

MOBIL-HOME LUXE (4/6p)

1600 F du 24/8
la semaine au 10/10

MOBIL-HOME STANDARD (5p)

1000 F du 24/8
la semaine au 10/10

Un soleil d'or, des bois sauvages, une très belle rivière aux plages accueillantes... que peut-on rêver de mieux pour se ressourcer.

Le domaine naturiste de la Sablière vous invite à refaire le plein d'énergie dans un coin de paradis. Et à bénéficier d'un large choix de services, d'équipements et de formules d'hébergement (camping-caravaning, bungalows, mobil-homes, chalets...)

CAMPING-CARAVANING

80 F tente ou caravane
par jour 2 pers.
emplacement
voiture

SAINT-PRIVAT DE CHAMPCLOS - 30430 BARJAC - TEL. : 66.24.51.16 - FAX : 66.24.58.69

AU COEUR DE PARIS 2 CLUBS MIXTES ET NATURISTES

CLUB SAINT PAUL

350 m² de détente

- BAR
- PISCINE
- HAMMAM
- SAUNA
- BRONZAGE
- ESPACES REPOS
- DOUCHE AU JET
- JACUZZI

LE PLUS BEAU CLUB
NATURISTE PARISIEN

6 RUE ST-PAUL
75004 PARIS

44.78.02.10.



RIVOLI CLUB

Face à la Samaritaine
2 étages au service du
sport et de la détente

- JACUZZI
- GYM
- MUSCULATION
- HAMMAM
- SAUNA
- ESPACES REPOS
- REMISE
EN FORME
- BRONZAGE

140 RUE
DE RIVOLI
75001 PARIS

40.26.39.69.

CROISIÈRES AU SOLEIL

Des paysages féériques, une mer transparente, la rencontre avec la nature, le calme d'une crique isolée... Une croisière est une aventure exaltante qui permet de passer des vacances conviviales et décontractées, de naviguer sur l'un de nos magnifiques bateaux avec équipage, pouvant accueillir de 8 à 12 personnes.

GRECE ET TURQUIE 3950 F

Prix par personne pour 1 semaine
au départ de Paris

CARAIBES, îles Grenadines 8350 F

Prix par personne pour 2 semaines
au départ de Paris

NOUVEAU CUBA

En préparation pour l'hiver 96

RÉSERVATION INDIVIDUELLE À LA CABINE
OU DU BATEAU COMPLET POUR LES GROUPES.

**NOUVEAUTE ETE 96
SÉJOUR EN FRANCE ET À L'ÉTRANGER**

Catalogue en couleur, réservations, inscriptions :

NATUR CLUB 3 avenue Séverine - 92400 COURBEVOIE
TÉL (1) 47.88.15.25. FAX (1) 47.89.93.88.
Tarifs valables à certaines dates et en fonction des disponibilités.
Licence n° 075950102

Sérignan-Plage-Nature

CHRISTIAN THOMAS

banc d'essai

Photos Christian Thomas



La rivale d'Huguette (médaillon de droite) : elle accueille visiteurs et résidents 24h sur 24.

Au hit-parade des centres d'exception, le Sérignan-Plage-Nature peut aujourd'hui revendiquer la place qu'aucun autre domaine naturiste ne peut lui disputer. D'une part parce que ce centre -déjà original dans sa conception-, a su très récemment donner un notable coup de rein le jour où il s'est aperçu que son ronronnement le conduisait en queue de peloton. D'autre part parce que les colères de l'Orb et de l'Hérault lui ont cet hiver valu de vivre plus d'un demi-mètre en dessous du niveau de la mer... et partant d'accentuer davantage encore la grande toilette. La photographie en ce début d'été.

L'accès

Elémentaire ! Pour qui navigue sur l'A9 (La Languedocienne), emprunter la sortie Béziers-Est et se laisser guider par les panneaux Valras/Sérignan (D64) puis Sérignan-Plage (D37E). Seize kilomètres plus avant, après avoir longé cet Orb qui tient si mal dans son lit ; après avoir remarqué les ranchs, les roseaux et le plat pays vous chantant les charmes qu'ont les paysages de Camargue,... vous serez arrivés !

Le Sérignan-Plage-Nature est calé entre le Clos-Ferrand, autre domaine naturiste que nous n'avons jamais recommandé à nos lecteurs et le Sérignan-Plage (sans adjonction du terme Nature), terrain textile appartenant lui-aussi à la famille Amat. Nous

sommes à peine à sept lieues de Béziers ; à six douzaines de kilomètres de Montpellier tout comme de l'Espagne et à plus de huit cents kilomètres de Paris.

A noter pour qui vient seul ou en couple, le tarif intéressant d'Air Liberté depuis Orly jusqu'à Fréjorgues (718 F par personne AR, une heure de vol, repas à bord) complété par la prestation de Citer ou de Ada (deux jours de location de voiture à partir de 427 F le week-end).

L'arrivée

Virage quelque peu en épingle à cheveux pour entrer dans le Domaine ; l'espace n'est pas tellement large pour se garer mais bien suffisamment tout de même

car Huguette, toujours en tenue d'Eve derrière son écran informatique et son bouquet de fleurs fraîches saura très vite retrouver votre réservation, réaliser les formalités d'usage et vous aider à vous diriger vers l'endroit où vous larguez vos amarres du quotidien. Si les habitués ne seront guère surpris de l'efficacité et de l'éternel sourire de leur hôtesse, ils découvriront cette



année un bureau d'accueil entièrement nouveau, l'ancien n'ayant pas résisté aux inondations de l'hiver meurtrier.

La première impression

On sent d'entrée que la peinture fraîche et les matériaux nouveaux vous ont tout juste précédés mais comme en témoigne le long sanitaire qu'on trouve dès après la réception, on a gardé, gratté, respecté la belle pierre-ocre ici, blanche plus loin- de bâtisses anciennes pour servir d'écrin à la technologie la plus moderne. Pas si anciennes tout de même que l'ambiance grecque ou romaine que suggèrent les frontispices sculptés ou cette statue de femme nue couchée qu'on croirait échappée d'une des salles du Grand Louvre qui vous accueille avant même d'avoir parcouru cent mètres.

On est aussi surpris par la richesse de la végétation, espèce d'oasis qui contraste avec la garrigue d'alentour. Ici les roses semblent s'être dopées pour vous offrir d'énormes bouquets ; les arbres, peupliers essentiellement, font entendre leur bonheur d'être caressés par le vent, souvent présent ici. La petite histoire est assez simple et suffisamment belle pour être rapidement contée. Lorsqu'au coeur des années soixante, Etienne Amat décide de transformer ses vignes en terrains de camping, il se trouve confronté au problème de l'écoulement des eaux usées, de l'azote et autres nitrates générés par la présence de milliers de campeurs : pas de raccordement municipal possible si loin de l'agglomération; pas question non plus de les déverser dans la mer, un des plus beaux atouts du centre.



Une oasis de verdure e de fleurs sur la côte languedocienne

L'ingénieur vigneron imagine alors un réseau de canaux souterrains qui charroient les eaux préalablement décantées dans des fosses septiques jusqu'aux racines des végétaux qu'il a plantés, leur assurant l'arrosage dont le climat est chiche et l'engrais pour afficher très vite bonne mine. Malgré des ennuis au début des années 80 d'une Administration à oeillères qui exige un raccordement physico-chimique traditionnel -quatre fois plus

coûteux que le système inconnu par ceux qui font des lois-, Etienne Amat obtient gain de cause, offrant de ce fait à des dizaines d'autres propriétaires de campings un moyen simple et efficace pour faire naître le gazon dans le désert.

Cette année, tous les mobil-homes sont neufs et disposés sur des emplacements ombragés !

Photos Christian Thomas



L'organisation des lieux

Dès l'arrivée on est tenté de marquer une pause au bar-restaurant, tout près de la réception, avant même souvent de rejoindre son emplacement. C'est en effet là la plaque tournante de ce lieu unique en son genre, dont la gestion a été entièrement reprise par Jean-Guy Amat, fils d'Etienne et par Cathy, sa jeune épouse, en déposant ainsi le Gymno-Club Méditerranéen (GCM), un «club» installé sur le centre en permanence.

Aujourd'hui la cohabitation s'avère des plus réussies entre le gestionnaire fraîchement rompu aux techniques modernes de gestion par les meilleures écoles parisiennes et les «animateurs» du club qui peuvent mettre à disposition des centres de vie toute la force qu'ils n'ont plus à consacrer à une partie administrative qu'ils n'ont vraiment jamais aimé draguer.

C'est ainsi qu'on distingue nettement les deux cent cinquante emplacements fixes des licenciés du GCM (1250 cotisants aux dires de Madame la Trésorière), véritables petites résidences de vacances bâties autour de caravanes ou de mobil-homes qui jamais ne bougent... et récemment revues, corrigées, nettoyées, embellies après le débordement de l'Orb refoulé par les vagues de la mer, des autres deux cent cinquante emplacements réservés, eux, à la clientèle de passage qu'on loge soit tout près de la mer sur des emplacements plus étroits et sans ombre ou en fond de terrain, dans «la prairie», là où l'herbe est grasse, la nature généreuse et le soleil moins arrogant. Locations possibles de mobil-homes, de tentes et de

quelques caravanes équipées.

Le tour du propriétaire laisse lui aussi facilement apparaître les deux lieux de vie de l'ensemble du domaine :

- d'une part la plage, et son sable fin qui invitent à la farniente et aux bains dans cette mer chaude, à pente douce.

Les habitués remarqueront cette année le profil différent de la côte dû à cette lutte fratricide entre l'eau douce et l'eau de mer qui refusaient de se confondre, provoquant des échantures nouvelles et un apport de sable conséquent qui place à hauteur du genou les panneaux indicateurs et à celle des épaules les supports du filet de volley !

- d'autre part les bâtiments qui abritent la supérette, le kiosque à journaux, le bar-restaurant et les terrains d'alentour : en tout avant-scène, le golf-miniature, à l'ouest le half-court et devant les terrasses, les espaces multi-activités, principalement prisés par les boulistes.

Du bar, continué par la salle de restaurant, on ne reconnaît plus rien. Le café du commerce d'hier -néon et Formica à l'honneur-

a fait place à un superbe aménagement où le bon goût fait la nique au luxe : c'est là le signe des gens raffinés.

On appréciera la note bleu/blanc des murs, les décors, on ne petits détails (vieux cadres sans toiles accrochés harmonieusement pour bien vivre entre eux ; moulages simples de statues anciennes, draperies «à la grecque») et les adorables tables bleues qui présentent sur leur plateau un sympathique soleil comme pour rappeler que la vie au soleil (avec ou sans majuscules...) permet d'égayer le quotidien



de chacun.

Comme souvent ailleurs, la clientèle reste ici majoritairement française pendant les deux mois d'été, laissant place aux Européens (ici principalement et à part égale des Allemands et des Néerlandais) en avant et arrière saison ; avec, chez les résidents saisonniers, une forte part de Français (80%) mais aussi près de 20% de Néerlandais suffisamment amoureux du

site et de l'ambiance pour venir couler là des jours heureux plusieurs fois par an, sinon y vivre une bonne partie de la « belle saison », si étendue dans cette merveilleuse région dont on découvre chaque jour des atouts nouveaux et différents, passant des plaisirs du balnéaire au culturel ; de la plage à la montagne ; des petits villages aux grandes métropoles.

L'animation

C'est, on l'a dit, le « domaine réservé » des membres du GCU qui avec beaucoup de gentillesse offrent leurs services aux vacanciers. Tout commence bien tôt le matin par le réveil musculaire proposé par Cathy, une prof d'éducation physique et sportive maman de deux charmantes têtes blondes.

Puis Cathy devient l'une des deux animatrices attirées du club enfants en matinée et en fin d'après-midi.

Le gymno-club assure aussi l'organisation des tournois de volley, de pétanque, de half-court, de mini-golf et même quelques sorties en mer à bord d'un gros voilier loué de temps à autre pour embarquer douze marins sans pompon qui souhaitent flirter avec Phoebus. La bibliothèque a perdu quelques ouvrages lors du déluge mais les rayonnages « du haut » restent convenablement chargés pour éviter l'anémie des gros lecteurs.



Photos Sérignan



Photo Christian Thomas

La discothèque crache ses décibels tous les soirs pour le plus grand bonheur des ados (jusqu'à 1 heure et sans majoration des prix de consommation), souvent après les soirées dansantes des parents, les « bals à papas » et les spectacles de magie ou de cirque pris en charge, ceux-là, sur le budget que le Centre réserve pour l'animation.



Photo Sérignan



Photo Christian Thomas

Bref, le GCU et le Sérignan-Plage-Nature nous font ici une démonstration peu ordinaire de cohabitation non seulement réussie, mais réellement souhaitée et souhaitable pour le plus grand bonheur d'un public à l'esprit bon enfant et sain qui sait s'amuser sans verser dans l'excès, sans rechercher l'artifice, en étant seulement naturels... tout naturellement.

LES POINTS FORTS

- La rénovation générale.
- L'ambiance toujours présente, jamais pesante.
- Le seul Centre agréé autre que le Cap d'Agde en bordure de la Méditerranée.
- La végétation luxuriante en cet endroit.
- La richesse et la diversité des excursions possibles.

LES POINTS FAIBLES

- Quelques petits chantiers encore sur le métier.
- L'absence d'une piscine,
- La présence d'un seul half-court (payant et pas de tennis).
- La promiscuité de certains emplacements avancés près de la plage en plein soleil.
- Beaucoup de monde pour la surface globale du terrain en haute saison pour les habitués des grands centres où l'habitat est aéré.

ESCAPADES TOURISTIQUES

Le département de l'Hérault est particulièrement riche et son extrême diversité surprend le visiteur. Demandez à l'accueil le mini-guide qui présente dix-huit circuits découvertes. A commencer par le village de Sérignan, typiquement méditerranéen avec sa collégiale, ses bistrotts, sa place centrale ombragée par les platanes centenaires, etc.

- Les villages alentour (le bourg d'Agde ne manque pas de charme).
- Béziers et les écluses du Canal du Midi.
- Le Minervois tout proche et pourtant si dépaysant.
- La Salvetat-sur-Agoût, un étonnant refuge de fraîcheur.
- Pézenas la magnifique, patrie de Molière.
- Et plus loin... Montpellier, la Camargue, l'Espagne, etc.

LES MEILLEURES PERIODES

Comme toujours, ceux qui peuvent profiter de l'avant et de l'après saison bénéficient des meilleures conditions d'accueil et de température permettant l'excursion. L'été, même les nuits sont souvent très chaudes.

LES PRIX

- BTM Trigano (Structure toilée équipée pour 4 personnes) : de 1490F à 1990F la semaine en très haute saison (770F en septembre).
- Mobilhome 6 places (les plus confortables) : de 3200F à 3300F en juillet/août (1650F en septembre).
- Tente/caravane 3/4 personnes : 125F à 138F. Option électricité : 15F, chien : 15F. Taxes de séjour en sus (80F à 90F en septembre).

TERME d'ASTOR

centre naturiste de vacances



DORDOGNE - FRANCE

LOCATION DE CHALETS : grand confort, bien meublés, location toute l'année, location de caravanes et mobil-homes.

RANDONNÉES À CHEVAL : départ du camping pour randonnées dans la forêt environnante.

GRANDE PISCINE avec jetstream et toboggan, piscine pour les petits enfants.

BAR-SNACK ET RESTAURANT avec grand assortiment de mets, épicerie sur place.

SANITAIRE LUXUEUX, dans lequel un coin toilette bébés, sèche-linge, coin repassage.

AMBIANCE : liberté pour les campeurs (spectacles, animations).

RENCONTRE ENTRE CULTURE ET NATURE, ENVIRONS RAVISSANTS

RENSEIGNEMENTS ET RÉSERVATION : Famille van Deutekom

St-Avit-Rivière - 24480 BOUILLAC - Tél. 53 63 24 52 - Fax 53 63 25 43

DOMAINE DE
LA
Faurie
CENTRE
DE VACANCES
NATURISTE

Quercy-Lot **DOMAINE DE LA FAURIE****

Geopend 1 april - 30 september. Schitterende omgeving en veel bezienswaardigheden, ruime plaatsen, goed sanitair, bar, restaurant, snacks, sauna, zwembad, peuterbad, activiteiten.

Ecrivez au **DOMAINE DE LA FAURIE - 46240 Monflanquin - FRANCE**
Tél. 33 65 21 14 36 - Fax 33 65 31 11 17

CENTRE HÉLIO MARIN
CAP D'AGDE
OLTRA

Camping ombragé en bordure de la mer méditerranéenne - 2524 emplacements délimités avec branchement eau + électricité.
- Location de caravanes, mobil-homes et de chalets équipés. Nouveaux chalets en 1996.

- Sanitaires : nouvelles installations de qualité, avec douches chaudes.

- Sur place : médecin, infirmière, poste, banque, bureau de change, laverie.

- Nombreuses animations sportives, récréatives et culturelles: football, pétanque, volley-ball, ping-pong, excursions, grillades, soirées dansantes, sorties canoë.



**CENTRE DE VACANCES
NATURISTE**
Homologué FFN - FNI



CAMPING - CARAVANING NATURISTE

Front de mer

Gérant / Directeur : Jean Michel Oltra

Tél : 67 26 32 89 - Fax : 67 01 22 38

Ouvert du 15 Mars au 15 Octobre

SARL au Capital de 50 000 Frs - RCS Béziers B 343 194 775 -

Locataire Gérant de Mr. René OLTRA

Société de Gestion du C.H.M. OLTRA

B.P 884

34307 CAP D'AGDE Cedex

Nom : Prénom :
Adresse :
Ville : Code Postal : Pays :

Domaine de La Faurie

JOELLE & STEPHANIE BILLAT - JEAN-CHRISTOPHE BARLA

banc d'essai

Photo Jean-Christophe Barla



Aux confins des Causses de Gramat, truffées de grottes et de fresques préhistoriques, de gouffres (dont celui de Padirac, le plus grand d'Europe), le Domaine de La Faurie est venu s'installer tout en haut d'une colline qui domine une superbe vallée verdoyante encore préservée des méfaits de la «civilisation». Ce jeune centre qui a ouvert ses portes en avril 1994 remporte déjà un très vif succès international. Nous nous sommes laissés séduire...

Photo Joëlle Billat



L'accès

Que vous veniez du Nord ou du Sud, vous n'aurez que quelques kilomètres à parcourir après avoir quitté la RN 20 : 34 kilomètres au nord de Cahors ou 68 kilomètres au sud de Brive, bifurquez à Pont de Rhodes, à l'est, sur la D2 en direction de Montfaucon.

Environ 5 kilomètres plus loin, au bord de cette agréable petite route bordée - en saison - de fleurs sauvages, un panneau signale le restaurant «Chez Christiane». Comptez alors deux intersections. A la seconde suivre la direction timidement indiquée par un modeste panneau qui porte le nom du Domaine.

L'arrivée

Une immense impression de bien-être vous envahit sur ce petit sommet tout vert. Vous avez envie de respirer très fort et vous avez déjà la certitude de vacances en communion parfaite avec le grand air et la nature.

Daniel et Emilie Planeix, les heureux propriétaires, vous accueillent avec leurs larges sourires et leurs yeux clairs, parfois accompagnés de Paulo le paisible labrador jaune, ami de tous.

Emilie, qui sera maman après la saison d'été, est hollandaise comme environ 70% des vacanciers venant ici, les Français assurant le complément de la clientèle.



Photo Jean-Christophe Barlia

A La Faurie, vous êtes invités à choisir vous-même votre emplacement. Selon la saison et vos envies, vous opterez pour la lisière

de la forêt ou une tout aussi vaste place au milieu des chênes centenaires côtoyés par toute une variété d'arbustes. Vous empruntez un des charmants chemins de verdure pour décider du lieu qui vous convient pour piquer votre tente ou installer votre maison d'été. Certains emplacements sont entourés de petits murets de vieilles pierres, d'autres, en espalier, bordent une large prairie pentue où se situent la piscine et son solarium naturel, domaine autrefois occupé par un important troupeau de moutons.

La première impression



Photo Jean-Christophe Barlia

La Faurie, c'est aussi un esprit différent. Ici, on prend d'abord ses aises, les formalités

attendent... parfois même la fin du séjour. C'est dire qu'au guichet administratif, on préfère très nettement les rapports de confiance.

L'absence quasi totale de «cadre» -à laquelle chacun semble d'ailleurs parfaitement bien s'adapter- vous laisse aussi deviner que vous ne vivrez jamais ici «les uns sur les autres». En effet, seulement huit hectares sur les vingt-sept que compte ce domaine, sont aménagés pour recevoir soixante-dix familles. C'est une volonté de la Direction qui tient à garder l'esprit d'un petit centre, de privilégier l'espace, l'indépendance, le respect des autres et l'amour de la nature.

La vue sur la vallée est véritablement splendide et on se sent favorisé de dominer un si bel endroit.



Photo CDT Lot

Plus au sud, de nombreux villages de charme jalonnent les rives de la vallée du Lot.

L'organisation du centre

Le cœur de ce centre, qui semble oblitérer à jamais le stress du quotidien, bat autour de plusieurs bâtiments très anciens en pierre de pays recouverts de tuiles plates d'un rouge très foncé. L'un deux vous propose un snack avec plats du jour, une mini-supérette (le village n'est qu'à trois kilomètres), et un bar convivial ouvert à la fois sur la petite place, sur la vallée et sur la piscine.

Un autre bâtiment abrite un sauna, une salle de lecture avec une énorme cheminée ainsi qu'une salle de télévision. A l'autre bout de cette maison, la réception.

Un troisième est consacré aux spectacles, à la «Kinder-disco» pour les plus jeunes, une fois par semaine et aux ateliers divers. Les sanitaires, quant à eux, ont investi un des plus beaux endroits, non loin du pigeonnier. Les épicuriens satisferont leur palais délicat avec les merveilles lo-

cales : confit, foie gras, agneau du pays, avant le célèbre fromage de chèvre fermier, le «cabécou», arrosé éventuellement par un bon vin de Cahors. Cette restauration périgourdine vous est proposée chaque soir par une cuisinière du pays... On peut être naturiste et respecter les produits du terroir, que Diable !...

Une des spécificités du Domaine de La Faurie consiste à recevoir régulièrement des groupes de jeunes, notamment ceux de la GNFN (groupe naturiste de jeunes hollandais).

«Nous avons vu des centres où les adolescents n'étaient pas pris en considération, explique-t-il, et il nous a paru important dès le départ de mettre en place des activités à leur intention et un endroit bien à eux. Les jeunes ne viennent au naturisme que parce que leurs parents les y emmènent. Nous souhaiterions inverser le processus.» Ici, ils sont libres comme l'air et presque toutes les animations ont été pensées pour eux. Dans le bas du domaine, bien à l'écart des vacanciers en famille, de larges espaces leur sont réservés, pour la tranquillité de tous, avec de multiples activités sportives. Daniel Planeix envisage pour eux, la construction de sanitaires supplémentaires.



La piscine demeure l'endroit idéal pour se rafraîchir... et rire aux éclats.

Photos Domaine de La Faurie

Pour combler le petit creux bien naturel, rien de mieux qu'un petit festin collectif.



Photo Domaine de La Faurie

Photo Domaine de La Faurie



L'animation

Onze personnes travaillent pour satisfaire une clientèle toujours croissante. Parmi elles, pas moins de six animateurs pour prendre en charge vos enfants très intéressés par la diversité des propositions qui leur sont faites, et heureux de présenter leur spectacle du vendredi soir : danse, cirque, théâtre ou percussion. La Faurie est sans doute le centre qui compte le plus grand nombre d'animateurs par enfant.

Des soirées de musique classique sont proposées sur fond de coucher de soleil, des concerts country aussi, ou des spectacles à thème, sans compter les cours de tango appréciés par les jeunes et les moins jeunes.

Les amateurs de tir à l'arc, de volley-ball, de ping-pong ou de pétanque s'affrontent s'ils le souhaitent, dans des petits concours bien sympathiques.

La Dordogne, à une vingtaine de kilomètres de là, vous proposera des descentes en canoë ou en kayak.

Des kilomètres de sentiers vous sont pro-

posés dans l'enceinte de La Faurie, mais des promenades pédestres sont organisées pour découvrir les splendeurs des



petits villages typiques environnants. Vous découvrirez avec émotion la splendeur et la richesse de la nature au milieu des bois nous y avons même trouvé des orchidées sauvages !

L'avenir de La Faurie semble déjà sur de bons rails. On commence à connaître ses qualités et tout pousse à croire qu'on palliera rapidement ses quelques défauts. Mieux que des mots, un séjour en ces lieux vous permettra d'en apprécier le charme.



1 - St Cirq La Popie, village médiéval
2 - Vallée de la Dordogne
3 - Le Pont Valentré à Cahors

Photos CDT Lot

LES POINTS FORTS

- De vastes emplacements à choisir soi-même.
- Le club enfants.
- La restauration périgourdine le soir.
- Le site, la vue et la nature environnante.
- L'animation spectacle jeunes pour les groupes.
- La liberté et la convivialité familiale.

LES POINTS FAIBLES

- Le parking un peu petit et au soleil.
- L'absence de court de tennis.
- La piscine de dimension trop modeste : 120 m² (une seconde est envisagée).
- Les sanitaires un peu éloignés des emplacements les plus bas.
- Le manque d'ombrage à proximité de la piscine.
- Pas d'hébergements lcoatifs (mobils-homes, chalets).

ESCAPADES TOURISTIQUES

- Rocamadour à 18 km (rocher des aigles, forêt des singes...).
- Padirac à 25 km le plus grand gouffre d'Europe.
- Les Causses du Gramat et ses 150 gouffres tout alentour.
- L'écomusée de Cuzals qui reconstitue la vie rurale d'autrefois à la fin du XIX^{ème} siècle
- St Cirq la Popie, très ancien village médiéval ; Sarlat, Domme et Gourdon avec leurs marchés typiques et la possibilité d'achats de produits fermiers directement chez le producteur.



LES PRIX

- Un emplacement pour tente, caravane ou camping-car : 35 F/par nuit et par personne de plus de 12 ans (remise 20% en basse saison). Electricité en sus. Animaux domestiques : 5 F
- Une location de caravane 4/5 places : 850 F/semaine d'avril à fin juin et en septembre, 1 450 F/semaine en juillet et en août

AGDE 96 : CHANGEMENT DE CAP ?

CHRISTIAN THOMAS

Le Cap d'Agde, chancre du naturisme ? L'arbre qui cache et pollue une forêt qu'on croyait vierge ? Une progression accélérée des déviances depuis quelques années ? L'apogée de l'intolérable en août 95 ? Des bruits qui couraient hier sur le dérapage des mœurs ? ... et qui galopent aujourd'hui pour crier que le quartier naturiste est appelé à devenir « textile » dès l'an prochain... Qu'en est-il vraiment ? Que se passe-t-il là-bas ? Enquête sur place.

Photo Christian Thomas



Jean-Pierre Chenu, directeur général de l'Office du Tourisme et directeur de la SODEAL (Société de Développement et d'Aménagement du Littoral) fait partie de ces « pros » du tourisme qui savent - quand il le faut - prendre la bête par les cornes, tout en la caressant dans le sens du poil. Des dérapages de l'an dernier, il en est parfaitement conscient : « du 10 au 25 août, plus précisément, nous avons vu arriver toute une clientèle des banlieues qui a envahi la station et semé quelque désordre. La presse a largement fait écho de l'insécurité relative difficile à maîtriser ».

On pense ici que la générosité de la municipalité à accueillir sur son territoire pendant plusieurs années des groupes encadrés d'enfants défavorisés à des conditions avantageuses a joué ici contre elle ; on entend dire à hue et à dia que ce serait bon nombre de ces jeunes devenus adultes qui auraient



individuellement mais de façon plus ou moins organisée entre eux, choisi de revenir mettre un peu d'animation au Cap. Mais là, le mal aurait atteint l'ensemble de la station car si le cliché « Cap d'Agde » fait flasher les naturistes, il faut savoir que le Cap en

question compte environ 160 000 lits dont seulement 30 000 resserrés dans le quartier naturiste.

Avec filtre...

« En revanche, confesse Jean-Pierre Chenu, il est clair que l'évolution des mœurs de certains résidents du quartier naturiste a considérablement joué contre lui. Ici comme ailleurs, une minorité de personnes s'adonne à des comportements particuliers... on ne peut aller contre lorsque tout cela se passe à l'écart. Mais il est vrai, cependant, je le sais, que depuis quelques étés, une forme d'exhibitionnisme gagne certains lieux publics et là, c'est parfaitement intolérable. Nous devons réagir immédiatement »

Pour Régis Passerieux, le maire d'Agde, le problème est simple : « où ça change, où ça casse ». Si la barre n'est pas redressée dès cet été, le quartier naturiste... ne sera plus un quartier naturiste. C'est aussi simple, clair et brutal que cela. Et on sait ici combien la menace est sérieuse ; qu'il ne s'agit guère de paroles en l'air.



Bien sûr, tout a été fait, tout est fait et tout sera installé pour essayer de n'en point arriver là. Depuis quelques semaines, l'union des syndicats de copropriétaires s'est vu confisquer la surveillance de la barrière d'accès au quartier naturiste, le sésame incontournable. Au profit de la municipalité qui a octroyé un mandat de gestion à la SODEAL.

Le contrôle initial devient donc effectif et sans complaisance mais s'il constitue un garde-fous pour éloigner les visiteurs étranges dès le prime abord, le filtrage n'en reste pas moins insuffisant.

Seins, sains, saints

Alors, on augmente les forces de police à l'intérieur : tant police municipale (dont les pouvoirs sont toujours limités) que police nationale qui peut sanctionner plus nettement. « Je tiens, bien sûr à ce que ces moyens supplémentaires restent discrets, précise Jean Pierre Chenu, et qu'à la quantité des unités recrutées, on veille à la qualité humaine de chacune des recrues : pour expliquer aux contrevenants, pour agir avec diplomatie, car tout ici est question de subjectivité. On ne peut, par exemple, agir par voie d'ordonnance ou de règlement concernant le percings : il est évident que des bijoux exhubérants, des chaînes ou des poids sur le sexe ou les seins témoignent d'un souci de provocation manifeste. Tout comme un homme ou une femme qui « promène » le conjoint en laisse, comme cela s'est vu. En pareils cas, c'est l'évacuation immédiate prononcée pour atteinte aux bonnes mœurs ou pour exhibitionnisme. En revanche, certains bijoux de corps ne peuvent être interdits ; tout dépend de la façon dont ils sont portés et par qui ils le sont. »

Ces deux jours vécus au Cap, en avant-saison il est vrai, nous ont permis de découvrir un site différent de celui que nous n'avions pas visité depuis plusieurs années : le rond-point d'accès à la barrière a été entièrement revu, corrigé, embelli et fleuri ; le béton gris des silos à voitures de l'entrée a été repeint en clair, celui des

façades les plus anciennes sérieusement ravalé ; la végétation a considérablement grandi ; les nouveaux ports de plaisance contribuent à l'ouverture vers la mer, vers l'horizon, vers l'infini et tout est propre pour l'instant.

Johnny & Béatrice

Naturiste lui-même, Jean Pierre Chenu fréquente souvent le quartier avec ses enfants : «tout est calme et engage à passer des vacances agréables. Bien sûr, je me promène en touriste ordinaire, sur le sable et sur les axes tracés : je ne m'enfonce pas dans les dunes et à la périphérie des plages.»

Béatrice Nicolas (agence René Oltra) affiche sa satisfaction : «je suis passée à la télé l'autre jour à La roue de la fortune et je n'ai pas hésité à dire que j'étais naturiste, que je venais du Cap d'Agde et que c'était super... Nos clients (qui occupent 300 des 2 500 demeures en location) sont généralement sympas : on reçoit de plus en plus d'Italiens, ils sont rigolos, on les aime bien.»

Chez Résid', on estime que la saison a plutôt bien commencé avec un retour significatif des Allemands et des Néerlandais : «On sait que c'est mieux contrôlé, alors on revient... Et puis Johnny qui a épousé une Capedagoise, ça nous fait de la pub indirectement !»

Les concurrents «Naturissimo» et «Geneviève Naturisme» affichent des opinions plus tranchées : «quand on a de bonnes prestations, on n'a pas de problème : les gens font ce qu'ils veulent, l'important, c'est qu'ils rendent l'appartement propre», dit-on ici ; «on ne peut pas demander aux gens de pratiquer le même naturisme qu'il y a vingt ans, l'évolution des mœurs est tout à fait normale», entend-on là.

Les boutiques sont gaies, bien achalandées, les articles trop «spécialisés» se font si rares qu'on ne les a pas vus. Sur les terrasses, le Mistral contribue au bonheur des visages pâles qui ne mesurent pas l'intensité du Soleil... Tout semble pour l'instant ronronner.

Jean Yves (bar de plage Le Galion) regrette cependant le vieillissement de la clientèle : «c'est vrai qu'on ne s'est pas suffisamment occupé des jeunes, confirme Jean-Pierre Chenu : c'est un de nos tout prochains objectifs...» Au rayon des projets, on confirme l'arrivée prochaine d'un hôtel de bon confort (3*) dans la brèche d'Héliopolis.

Ouverture prévue dès 1997 si le changement de Cap évite au navire de se recycler dans la frippe...

Photos Christian Thomas



AGDE : L'AUTRE CAP

Dans l'esprit de ses détracteurs, dans celui de certains de nos lecteurs aussi, le Cap d'Agde se résume à un agglomérat d'immeubles à étages où vivent sans gêne et sans culotte quelques dizaines de milliers d'hommes, de femmes et d'individus incertains... C'est oublier l'existence du Centre Hélio Marin Oltra, un immense terrain 2* estampillé FFN/FNI qui sur trente cinq hectares aligne 2 524 emplacements -soit plus de dix mille personnes à pleine capacité- le long d'une des plus belles plages de la région.

Jean-Michel Oltra, neveu de René Oltra, l'homme qui a greffé le naturisme sur le Cap d'Agde, semble aujourd'hui -à 47 ans- un homme d'affaires heureux, très soucieux de défendre le label de la famille empreint de bonne moralité, de tolérance, de convivialité et de ces valeurs simples et naturelles qu'ont ceux qu'ils appellent les «vrais» naturistes.

Ici, 50% des emplacements sont détenus «à l'année» par des familles, des couples d'amis, des retraités aussi, fiers d'avoir planté leur résidence secondaire dans les allées du CHM, divisées en quartiers suivant les nationalités. L'autre moitié de la clientèle se partage entre la population des fidèles qui revient chaque année parce que ce choix correspond à leur idéal de vacances, et une population nouvelle qui débarque souvent là quelque peu méfiante des résonances médiatiques du Cap qui alimentent trop souvent les rubriques de faits divers à sensations de la presse des ménagères.

Homme de progrès, attentionné, soucieux d'éliminer au maximum les interdits «pour ne pas décevoir les gens» ; de proposer chaque année des sanitaires plus beaux, des hébergements locatifs plus nombreux et plus luxueux, Jean Michel Oltra tient aussi à ébranler quelque peu la vieille Fédération Française de Naturisme dont il est administrateur : «Avec Michel Roque et Gaby Cespèdes (La Sablière), nous travaillons à ce que le pôle Languedoc-Roussillon devienne le fleuron du naturisme international».

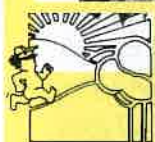
Il parle volontiers sans qu'on le lui demande de La Vie au Soleil, insistant sur «le mouvement de sympathie irréversible» dont bénéficie le seul support de presse indépendant sur son secteur, nous priant de rapporter dans ces colonnes «qu'une forte majorité du Conseil d'Administration de la FFN est heureuse que la revue soit ce qu'elle est devenue et défende vaillamment un naturisme moderne et de qualité». Et de souligner «qu'on est jaloux que de ceux qui réussissent». Merci Monsieur Oltra !

Homme d'ouverture, Jean-Michel Oltra vit en parfaite entente avec le quartier naturiste «en dur», applaudissant des deux mains la sérieuse reprise en main par la municipalité pour éliminer les «parasites» : «moins de 10% de la clientèle des appartements».

Des idées, il assure en avoir pour les vingt années à venir. Beau programme avant de passer la main au fiston -Olivier, 20 ans aujourd'hui- qui à son tour sera chargé d'astiquer les cinq lettres de son patronyme que JMO rêve de voir briller comme les cinq anneaux olympiques au-dessus du Cap.



Prix d'honneur
Camping
Fleuri



C'est la vie.. à La Tuque

- * Jeux, Sports, Détente, Convivialité, Amitié
- * Animations journalières pour enfants (gratuit)
- * Gastronomie et Vins de grande réputation
- * Bungalows-maisonnettes, Mobil-Homes, 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 Chirstiane BERARD-ASTIC
46140 BELAYE 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



LA GRANDE COSSE***

Domaine de 25 ha
adossé au massif de La Clape
(VTT, équitation).

Accès privatif à une vaste plage naturiste.

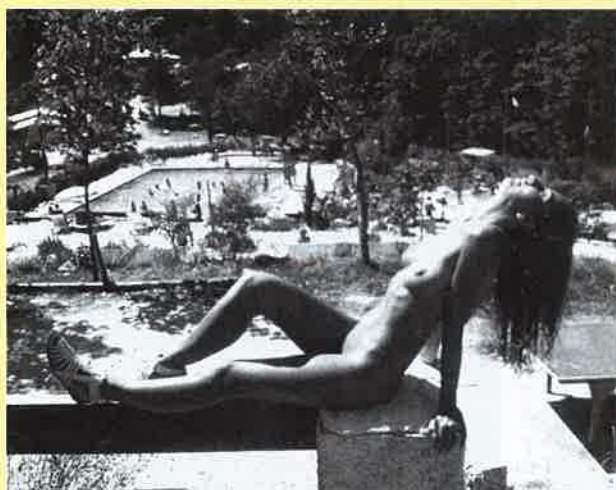
480 emplacements calmes - Location Mobil-homes et chalets - Restaurant - Supérette Bar Animations - Tennis - Piscine - Tir à l'arc - Volley

11560 FLEURY D'AUDE

Tél. 68.33.61.87. - Fax. 68.33.32.23.



LE NATURISME DE L'EXTREME



- . Ses hébergements : camping ou location
- . Ses animations
- . La région, magnifique
- . Les promenades en bateau entre Villefranche et Monaco
- . Les Alpes d'Azur et le Mercantour
- . Les vues du ciel
- . Et... sa K7 vidéo, sur demande.

CLUB ORIGAN 06260 PUGET-THENIERS - Tél. : 93.05.06.00

SPORTS D'ETE : CEUX QUE LES NATURISTES PREFERENT...

En matière sportive, l'évolution des choix des naturistes -si elle procède en partie des phénomènes de mode- prend aussi solidement appui sur des considérations plus subtiles qui permettent des explications toujours fondées. Ce sont ces raisons que la raison n'ignore pas que nous souhaitons soumettre ici à votre appréciation, dressant pour aujourd'hui un rapide inventaire des sports dans l'air du temps en plaçant le point d'orgue sur le golf -dernier élu au hit-parade- avant de revenir plus en détail, dans les numéros à venir, sur les autres disciplines.

GOLF ET NATURISME ? QUEL INTERET ?

Un constat : on progresse plus rapidement lorsqu'on débute au golf sur une structure naturiste ! Le naturiste qui a cette «culture intérieure» de son corps ajuste en effet dix fois plus vite la sensibilité de ses perceptions aux exigences de ce sport.



Photos: La Jenny

Sport de tous les âges, le golf nécessite des qualités physiques de base, alliées à des perceptions sensibles extrêmement développées. La composante émotionnelle et psychologique conduit ce sport facile a priori à des exigences comportementales extrêmes. Réussir en golf, c'est être capable de

maîtriser un geste complexe dont l'organisation psychomotrice est basée sur des récepteurs sensitifs performants. Apprendre à jouer nu, c'est disposer de capteurs articulaires, cutanés, musculaires, tendineux, dont les informations ne sont pas perturbées par des chaussures rigides, ou des vêtements trop serrés.

Une réponse émotionnelle

Le golfeur doit gérer son propre mouvement mais aussi une trajectoire de balle qui subit les aléas du vent, de la température, de la nature plus ou moins souple du sol.

Ici aussi, le naturiste golfeur affine ses perceptions : sens et intensité d'une brise par exemple.

Le golf, c'est l'explosion d'un swing de départ, l'attention portée à une approche délicate, la précision du putt final. Ceci va requérir un équilibre parfait, un contrôle d'une respiration abdominale, une maîtrise des tensions musculaires. Ces paramètres sont tellement plus faciles à expliquer à des naturistes... La biomécanique du swing est complexe : geste dissymétrique



nécessitant pour le débutant de repérer des points anatomiques précis : épaule, bassin, inclinaison, orientation, etc... Le guidage manuel de l'enseignant, le toucher, n'ont pas cette signification tabou que l'on trouve chez «le golfeur-textile».

Le golfeur confirmé qui alternera la pratique classique et l'entraînement naturiste retrouvera non seulement l'intégrité de ses sensations mais développera aussi cette maîtrise comportementale qui est 90% de la performance golfique. Rater un putt de 5 cm... C'est un point aussi bien... que le drive de 220 m. Le naturisme aidera le golfeur compétiteur à gérer ce

stress, né de l'agression permanente que représente une compétition qui dure 4 heures 30 - 5 heures. Il lui faut intégrer une réponse émotionnelle adaptée à l'observation et au jugement des autres. Cette situation, le naturisme la connaît en permanence.

Sex symbols

Tous les sports ont une charge et une symbolique sexuelles importantes, ce que Michel Boué avait remarquablement analysé. Le golf est à ce titre le sport le plus significatif. Tellement frustrant, qu'il conduit ses acteurs à des comportements irrationnels et pulsionnels incontrôlés. Tel joueur, «gentil», dans le «civil», devient Dr. Jekyll sur un terrain de golf : violent, tricheur, agressif, mal élevé.

La performance en golf, c'est la conquête et la maîtrise d'un parcours. A chaque trou, le golfeur va chercher à amadouer sa bien-aimée : la balle. Il va essayer de la conquérir en alternant l'agression et violence d'un swing et la caresse ambiguë d'un putt.

Le golf est un des sports où le fétichisme (habits, couleurs, numéro des balles, etc...) est le plus développé. Le joueur qui voit sa balle lui échapper dans des trajectoires incontrôlées... c'est l'amant que sa maîtresse vient de plaquer. La symbolique architecturale d'un parcours conforte cette signification sexuelle du golf et alimente bien des fantasmes : courbes arrondies, mamelons, bunker de sable attirant, douceur inégalée de la toison d'un green. L'objectif final est combien symbolique avec ce drapeau en érection.

Il suffit de regarder, d'observer la jouissance finale du joueur qui va faire rentrer sa balle à l'issue d'un long putt... ou le comportement du golfeur impuissant à faire pénétrer sa balle dans le trou. Cet environnement du golf expliquera pourquoi les golfeurs compétiteurs traditionnalistes ont un mal fou à se faire à l'idée même que l'on puisse pratiquer un golf naturiste. Les naturistes, ayant des amis golfeurs non naturistes devront se faire aux sarcasmes et autres quolibets... Au même titre que pour comprendre l'intérêt et la passion que déchaîne le golf, il convient d'essayer... Ces naturistes devront convaincre leurs amis à tester rationnellement le naturisme... puis le golf naturiste... à moins que ce ne soit l'inverse.

Alain Lofi *

* Alain LOFI enseigne la physiologie du sport et le golf à l'Université de Bordeaux. Golfeur depuis 20 ans, naturiste convaincu, il est l'auteur de nombreuses publications techniques et pédagogiques sur le golf. Son équipe anime l'espace golf de la Jenny cette année.

LE TIR A L'ARC, CIBLE DE L'HARMONIE

Considéré en Orient comme le plus noble des arts martiaux traditionnels, au Japon comme un pas vers la sagesse et la sérénité, sport mental davantage que physique, le tir à l'arc exige de pouvoir se libérer en un instant de toutes les tensions parasites pour viser juste,.... une souplesse que maîtrisent particulièrement les naturistes.

Le tir à l'arc, tout comme le golf, ne requièrent pas une grande force physique, ce qui permet à des hommes et des femmes, de l'enfance jusqu'à l'automne de la vie de pouvoir les pratiquer sans jamais craindre d'être atteint par la retraite prématurée qui frappe la majorité des spor-

tifs d'autres disciplines.

La flèche et la petite balle dure ont aussi en commun cette exigence d'une concentration suprême qui oblige qui veut bien les diriger d'être capable de faire le vide en lui avant de les lancer à toute allure vers leurs buts.

La cathédrale

Jean-Lou, maître archer bien connu d'un des villages naturistes de la côte Aquitaine le rabâche à tous les débutants et à ceux qui semblent l'oublier un instant : «le tir à l'arc, ça commence dans la tête». Laurent, son jeune comparse, lui aussi toujours bien classé dans les championnats, confirme que c'est parce qu'il n'avait pas une carrure d'athlète qu'il en est venu au tir classique.

L'archer doit développer des capacités d'auto-contrôle servies par des réflexes positifs totalement débarrassés de peurs, de craintes et d'inhibitions. Au moment de décocher la flèche, toutes les énergies du corps se sont mises au service du mental. Longue inspiration, blocage de la respiration, rapide check-list de la posi-

tion du corps, depuis celle des pieds jusqu'au port de la tête, droite, haute, altière, bien plantée sur des épaules abaissées, bras directeur dans l'alignement de la flèche, nez sur la corde, bouche et front parfaitement dans l'axe et c'est la décoche dans un silence de cathédrale.

Le pas-de-tir n'est-il pas d'ailleurs un endroit sacré, vénéré, qui inspire le respect, force l'humilité, flatte l'effort, encourage la volonté de se dépasser au-delà de ses limites ? On s'y déplace, toujours sur ordre du maître de reprise, lentement, d'un pas égal, mesuré, sans jamais courir, très dignement, très pudiquement aussi, le regard droit, loyal et franc vissé sur le blason qu'on a pris pour cible.

Comme un musulman

Le langage toujours courtois, exclue tout jugement de valeur négatif envers autrui. Si le maître-archer en site naturiste exige -quand le temps le permet- que tous les participants de sa reprise soient nus, c'est -en fait- pour les rendre complètement transparents, uniformes; pour qu'aucune tache de couleur de vêtement n'oblitére si peu soit-il la concentration au moment des ordres. Et les plus indisposés à se promener nus en toutes circonstances se défont ici de leurs vêtements avec le même naturel qu'un musulman retire ses chaussures avant d'entrer dans la mosquée. Ils ne se sentent pas nus mais habillés en archers naturistes et certains qu'aucun regard ne les déshabillera davantage.

Dans les centres de l'Hexagone qui propose cette activité, les reprises se font à quinze et dix-huit mètres pour les enfants et les débutants; à vingt cinq et trente mètres pour les plus confirmés. En compétition, on est amené à tirer à cinquante mètres.

Une volée consiste en un tir de trois flèches décochées en deux à trois minutes mais jamais on ne bousculera un archer plus lent à reprendre ses marques, à réarmer son arc, s'il en éprouve le besoin : le travail bâclé, le lancer sans réflexion discrédite totalement le tireur.

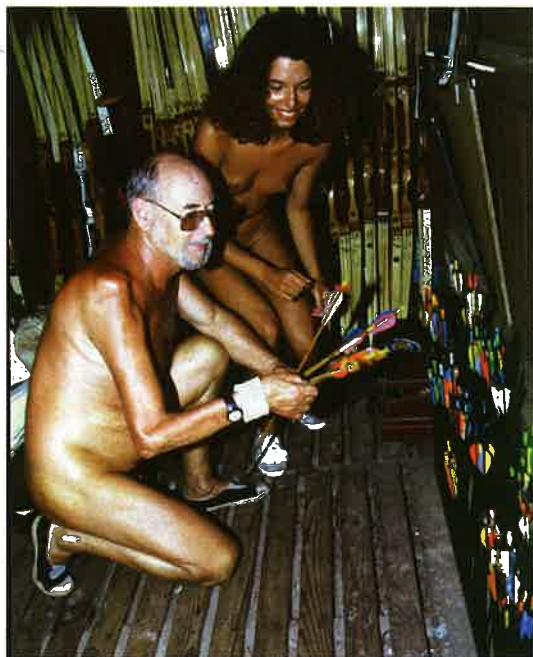


Photo : Christian Thomas



Photo : Christian Thomas



Photo : La Jenny

N.B. Vidéocassette «Tir à l'arc -découverte, initiation, pratique» dans les magasins spécialisés, Fnac, Virgin Mégastore et Décathlon, 50mn, 149FF.



Photo : Christian Thomas

Après chaque volée, on se dirige -sur ordre- vers les blasons pour récupérer les flèches et comptabiliser ses points (de 1 à 10 par flèche suivant la position par rapport aux cercles concentriques de la cible). Toutefois, l'esprit de compétition n'a pas ici la même résonance qu'à l'accoutumée : c'est davantage par rapport à soi que le challenge se joue, de jour en jour, de semaine en semaine.

Belle école de savoir-être que d'avoir des exigences d'abord envers soi.



LE CERF-VOLANT

Comme le tir-à-l'arc, totalement détourné de son utilité première, le cerf-volant, objet mythique, traîne derrière lui toute une culture et une longue histoire que d'aucuns évaluent vieille de quelque quatre mille ans. Si aujourd'hui, ces merveilleuses petites machines volantes connaissent un regain d'intérêt -et en particulier chez les naturistes- c'est peut-être pour certains parce que elles répondent à des préoccupations écologiques; c'est plus certainement pour beaucoup parce qu'elles permettent de communier davantage encore avec les éléments, une sensibilité chère à tous ceux qui ne souffrent pas de garder le moindre fil entre leur épiderme et toute la nature.

Le cerfvolantiste (le mot existe mais n'est pas heureux) semble délié de toutes les contraintes et des normes, libéré des conventions; il prend son plaisir dans l'instant; c'est le culte de la sensation immédiate, de l'émotion directe.

La découverte et l'utilisation des matériaux de synthèse ont permis de déverrouiller les pratiques de «grand papa». Les plus jeunes seront émerveillés de donner vie à un modèle monofil et d'admirer le mouvement intrépide des queues; les aînés acquerront une bonne dose de sérénité à faire voler un cerf-volant cellulaire et trouveront un plaisir toujours renouvelé à maîtriser les ébats d'un modèle acrobatique

Des plages de Berck, dans le Pas de Calais où depuis dix années des rencontres in-

ternationales s'organisent et s'étoffent; de celles toutes proches du Touquet où du 4 au 6 octobre prochains se dérouleront les épreuves de la Coupe d'Europe, jusqu'à celles du Cap d'Agde qui viennent d'accueillir plus de deux cents lucanophiles pour la seconde édition du second «cervolantissimo», le ciel s'égaie de ses magnifiques oiseaux.

Considéré au départ comme un simple jeu, devenu art ou sport pour les experts, le cerf-volant continue inlassablement à satisfaire cet inexplicable inutile qui contribue à nous être pourtant terriblement essentiel.

N.B. Vidéocassette «cerf-volant, guide complet: de l'initiation à la pratique» dans les magasins spécialisés, Fnac, Virgin Mégastore et Décathlon, 45mn, 129FF.



Rencontres internationales de cerfs-volants à Berck-s-mer - Photos : Cabinet Verley.



LES SPORTS DE GLISSE AQUATIQUE



Autres occasions de jouer avec les éléments -l'eau dans le cas présent-, les sports de glisse rendent fous toute la génération des jeunes du monde entier car la déferlante partie d'Hawaï ou d'Australie touche toutes les plages animées par les vagues et donc bien sûr toutes celles des centres naturistes du littoral atlantique. Le body board, sport complètement «fun» permet de pratiquer d'étonnantes figures aux noms venus d'ailleurs -drop knee rider, stand up rider,...- inenvisageables pour l'amateur de surf.

Le surf retrouve cependant un beau regain d'intérêt sous l'impulsion des M.N.S. naturistes de la côte aquitaine qui initient les jeunes au sauvetage en mer: «c'est l'occasion pour nous, expliquent Gilles Bouvier et Eric Pétron, géniteurs de cette

super-idée, de donner des maîtres-nageurs une image toute autre que celle qu'en a généralement le public: nous ne sommes pas des machines à réprimander mais des êtres humains prêts à expliquer notre action, à partager, à échanger. «Cet été encore, des centaines de gamins et d'adolescents apprendront à manier mes planches de sauvetage, le kayak de mer et les «rescue tubes».

Née à La Jenny, l'idée des écoles de sauvetages côtiers a gagné le Centre Hélio-Marin de Montalivet, Euronat et interpellent d'autres postes de secours non naturistes.



Photos : Christian Thomas

LE TENNIS

Demier cité et le plus pauvrement traité ici, le tennis reste l'activité sportive terrestre la plus pratiquée par les naturistes. Sport qu'on a vu longtemps coincé dans des règles vestimentaires très strictes et réservé à une frange de population aisée, le tennis séduit et surprend les naturistes. Il les séduit parce qu'en territoire naturiste, on peut accéder facilement aux courts.

Il les surprend aussi parce qu'il fait tomber des appréhensions, des préjugés jusqu'alors tenaces qui freinaient l'accès en tenue originelle sur les terrains.

Il s'avère aujourd'hui que beaucoup de dames ou de demoiselles qui avaient remis au moins le haut pour se sentir soutenues l'abandonnent désormais d'emblée, heureuses de constater que la pratique de ce sport n'est guère gênante pour le maintien d'une poitrine petite ou moyenne. Et quelle joie de pouvoir échanger des balles, de courir et de smatcher sans sentir le maillot coller à la peau...

On joue de plus en plus souvent nu sur les courts, regrettant seulement de n'avoir pas trouvé le moyen de se priver de chaussures de sport pour se sentir totalement libre.



Photo : Christian Thomas

D'AUTRES PLAISIRS

Pourquoi la population naturiste pratique-t-elle davantage de sports en vacances que la masse des «emmaillotés»? Tout simplement parce que nudité et sport vont de paire!

Quand on débute en naturisme, on se sent à l'aise sans maillot à la plage et à la piscine mais jamais on envisage de pratiquer d'autres activités sportives sans prendre le vêtement pour arbitre.

Pourtant, progressivement l'arbitre est mis en touche puis abandonné au vestiaire pour le bonheur et une meilleure hygiène de tous.



Stretching le matin et plein d'énergies jusqu'à demain! Quel bonheur de s'étirer sans maillot face à la forêt au sortir du lit! Pour certains mouvements au sol ou le modern'jazz, on préférera tout de même enfile un collant



Plus difficile mais envisageable aussi la randonnée cycliste. Les pistes cyclables naturistes se font rares mais certaines en Aquitaine ou dans les Landes sont suffisamment désertes pour qu'on «ose» s'y aventurer avec un paréo sur la selle, facile à replier pour cacher le sexe en cas de rencontre d'un «textile»... les seins nus n'effraient plus que les grands-mères mais elles circulent rarement sur les pistes cyclables. La vogue du VTT permet aussi de sillonner les grands domaines sans craindre l'oeil indiscret.



La gym, ça se pratique aussi en piscine: Rien de tel pour faire travailler tous les muscles qu'en travaillant dans l'eau: le corps semble plus léger et on peut ici envisager des exercices impossibles au sol.



La randonnée pédestre naturiste gagne du terrain: beaucoup de domaines du Languedoc-Roussillon, de l'arrière pays cévenol ou provençal et des contreforts alpins offrent d'immenses espaces où on marche nu

sans limites, le corps seulement caressé par d'agréables courants d'air qui accentuent cette osmose de tout l'être avec la nature.

Photos: Christian Thomas



Les jeux d'adresse se pratiquent évidemment avec davantage d'aisance quand une



manche n'est pas là pour accrocher le diabolo ou le foulard. Les écoles du cirque gagnent de plus en plus les centres de vacances naturistes.

L'équitation -sur poneys ou chevaux- à cru et à nu sur la monture, c'est presque un acte d'amour entre la bête et son cavalier! Il n'est cependant pas superflu de placer une serviette ou un paréo entre la selle (ou le poil) et la fesse.



Autre forme d'adresse... Un sport mental: on ne sera clair dans sa tête que si l'on est d'abord bien dans sa peau... les naturistes connaissent la règle du jeu



Retour case départ: la mer, la rivière ou la piscine pour nager et se détendre.



C'est là le dénominateur commun de tous les naturistes: les gamins et les seniors, les débutants et les habitués.



Tout finit généralement par la farniente et la discussion entre amis.

MONTAGE DU GUIDE
DES PLAGES:
DÉCOUPEZ SELON LE
POINTILLÉ,
PLIEZ EN DEUX
(au besoin agrafez
ou épinglez)
C'EST PRÊT...
LA MER EST À VOUS

39 - Jura

Plage de Parcey : de Dole suivez la route nationale en direction de Pontarlier jusqu'à Parcey. Là vous trouverez deux cours d'eau, le premier s'appelle le Bief du Moulin et le second, la Loue. Entre les deux suivez le chemin sur votre gauche pendant environ 600 m. En descendant ainsi la rivière vous croiserez une plage textile, puis un peu plus loin, après un petit virage, une très belle plage naturiste sur plus d'un kilomètre.

71 - Saône-et-Loire

Plage de Longepierre : sur la commune de Longepierre, tout près de Navilly et en bordure du Doubs, vous découvrirez un véritable havre de paix. Cet endroit quasiment désert permet de pratiquer le naturisme en toute liberté. Un peu plus en amont, il y a une «plage» uniquement fréquentée le dimanche. Un de nos lecteurs vient y camper régulièrement avec sa petite famille et quelques amis.



Photo Christian Thomas

N.B. Nous remercions chaleureusement les nombreux lecteurs et les diverses associations régionales qui nous ont aidé à compléter et réactualiser l'ensemble de ces données.

3615 VIESOLEIL

C'est fou ce qu'on y trouve !

- tous les centres naturistes de France et leurs promotions,
- des clubs prêts à vous recevoir en vacances ou pour un bref passage,
- des adresses à l'étranger,
- le guide des plages actualisé
 - des actualités
 - des livres à découvrir,
- et des jeux pour tester vos connaissances... naturistes

De nombreux lots à gagner !

A vos claviers...

LA VIE AU SOLEIL/Le Nouveau Naturiste
Anys Sarl - 8 rue Darwin - 75018 Paris
Tél. (1) 42 59 83 60 - Fax (1) 42 59 66 11

A partir du 18-10-96 : Tél. 01 42 59 83 60 - Fax 01 42 59 66 11

LA VIE AU SOLEIL

le nouveau

Naturiste

GUIDE 96/97

DES PLAGES

Plus de 150 annexes du Paradis
pour trouver Adam en tenue d'Eve !

NORD-PAS-DE-CALAIS & PICARDIE

Pour le voyageur en quête de dépaysement ces deux régions offrent de notables surprises qui pourraient mettre fin à bien des préjugés. Des luxueuses villas balnéaires du Touquet au charme parfois désuet, aux huttes des pêcheurs des bords de Somme, c'est tout un foisonnement d'impressions de Culture et d'Histoire, accrochées aux petites stations et aux étonnantes bourgades de l'arrière-pays qui offrent au touriste mille et une occasions de découvrir le Nord de notre pays dépouillé des habits tristes que la Tradition lui fait porter.

62 - Pas-de-Calais

Berck-sur-Mer : il y avait Ghwélde, au pied des dunes de Lefrinckoucke, les plages de Wissant, d'Hardelot et du Touquet pour lesquelles il n'existait pas d'autorisation officielle mais où de nombreux naturalistes avaient trouvé un sympathique repère. Un extrait de presse locale adressé par un de nos lecteurs nous informe qu'il ne reste guère dans la région que la plage de Berck Sur place, suivez les panneaux «plage nature».

80 - Somme

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 naturalistes de se retrouver sur la plage.

Photo Christian Thomas



HAUTE & BASSE NORMANDIE

Pour le bonheur de tous la Normandie est plurielle. Voici la baie du Mont Saint-Michel toujours en tête du palmarès des destinations touristiques ; voilà Deauville, ses fameuses planches foulées du pied par le ghôta contemporain ; plus sauvage, maintenant le Cotentin, parfois chahuté par vents et marées mais si souvent éclairé par une lumière à nulle autre pareille. Et partout, à hue comme à dia, de petites «niches» naturalistes pour vivre en contact avec les éléments.

76 - Seine-Maritime

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

Pouvville-sur-mer : à éviter car ici, la côte est une falaise abrupte !

Plage de St Germain sur Ay : voici une plage où le nudisme se dit «toléré». Elle se situe à la Pointe du Banc à St Germain sur Ay en direction du Havre.

Plage du Tilleul : comme ailleurs, le nudisme est interdit, mais certains baigneurs sans maillot se rassemblent entre les pointes du Fouquet et de la Courtine. Pour gagner cette plage, il faut sortir d'Étretat 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.

14 - Calvados

Benerville : la tenue d'Adam était de mise sur le nord de la plage, mais la municipalité

Galeria, naturalistes et textiles se côtoient sur cette plage caillouteuse. L'interdiction naturaliste persiste.

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

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

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

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

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.

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

Baie de Stagnolu : située au sud de la plage

Toutes les plages ne sont pas léchées par l'eau salée... Certains fleuves, certaines rivières accueillent volontiers les baigneurs dans leurs lits, leur réservant même souvent des coussins de sable pour améliorer leur confort. Plusieurs de nos lecteurs nous ont aimablement signalé celles de ces plages où la pratique du nudisme est devenue courante. Nous les en remercions et invitons bien évidemment toutes celles et ceux qui veulent construire avec nous un journal plus complet à nous faire part de leurs découvertes, fussent-elles encore secrètes !

74 - Haute-Savoie

Les rives du Fier : 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 200 m 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 !

de Tonmarà, entre Figari et Bonifacio, quelques naturalistes s'y rassemblent.

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

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

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

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

Villata : centre naturaliste situé entre Porto-Vecchio et Pinarellu.

Plage de Pinarellu : depuis Sainte-Lucie vous y accéderez par la D168a.

Quelques naturalistes se retrouvent dans les dunes, mais attention aux fréquents contrôles.

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

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

PLAGES HORS LITTORAL

38 - Isère

Lac de Monteynard : De Grenoble, suivre la RN85 en direction de Monestier de Clermont. Prendre la route du lac, puis à gauche (tout de suite après le passage à niveau) suivre Sinard, puis Bois de Monteynard. Le chemin est alors balisé jusqu'au parking. Vous atteindrez les bords du lac en moins de vingt minutes par un petit sentier pour jour d'une liberté totale. Il s'agit là d'une plage naturaliste totalement autorisée.

qu'île de Saint-Jean-Cap-Ferrat et de part et d'autre de la pointe de La Cuisse (II), bien qu'il soit partout interdit.

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.

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

REGION CORSE

«C'est un peu des Alpes au milieu de la mer tyrrhénienne» disait le poète. Comme toutes les îles, la Corse, c'est la récompense du voyageur qui l'aborde par ses flancs. Ici, le littoral accepte la torture du relief pour offrir une crique privée à qui veut la comprendre et sait l'aimer. Attention toutefois : le naturisme n'est pas ancré dans l'esprit corse. Assurez-vous de ne pas abandonner le maillot sur une poudrière... En cas de doute, préférez les superbes domaines naturistes, nombreux sur l'île de Beauté !



Photo Viviane Rivière

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

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.

Plage de Peratola : 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 bai-

a pris un arrêté de stricte interdiction. **Auberville** : les risques d'éboulement étant très importants la municipalité en a interdit l'accès.

Franceville : quelques naturistes se rassemblent dans la baie de Sallenelles, au lieu-dit La Redoute, bien que le nudisme soit interdit sur tout le territoire de la commune par arrêté du 17 juin 1982.

La plage peut devenir naturiste La dune jamais !

Les plages que vous fréquentez ne bénéficieront pas toutes d'autorisation de la pratique naturiste, tout au plus d'une tolérance. Les dunes, pour des raisons évidentes de moralité, ne sont jamais demandées à être autorisées à la pratique naturiste.

Attention à la législation en vigueur !

Vous qui fréquentez ces plages, nous vous conseillons fortement de vous regrouper en association afin d'obtenir toutes les autorisations nécessaires à la pratique naturiste.

Vous qui fréquentez les plages autorisées, soyez les ambassadeurs de votre idéal de vie : le naturisme

PROPRETÉ - MORALITÉ - RESPECT - NUIMITÉ !

Texte extrait de la brochure distribuée par «Les Hauts de France naturistes»

50 - Manche

Vieille Eglise : située sur la commune de Carteret, cette plage la moins fréquentée de l'ouest Cotentin, est pourtant la plus belle. Vous trouverez là un véritable paradis sauvage pour vous baigner à marée haute comme à marée basse dans une eau à 21° et vous prélasserez sur un sable fin dans le plus simple appareil. Pour y accéder, prenez la direction du phare de Carteret. Tournez à gauche à hauteur d'un parking non goudronné, vous la trouverez quelque 300 m plus loin.

Agon-Coutainville : pas d'arrêté municipal mais la mairie souhaite ignorer le fait qu'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 !

Breville-sur-Mer : sur cette belle plage de sable fin, la municipalité «tolère» ! Soyez donc discrets ! Une zone strictement délimitée vous attend à hauteur du champ de tir.

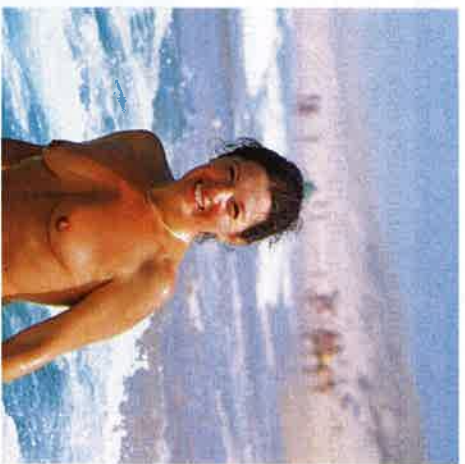
Quittez la D971 au Grand-Chemin pour aller en direction de l'aérodrome de Breville et poursuivez votre route dans les dunes jusqu'à la mer.



Fouttes bâches !

Baigneurs et pêcheurs amoureux des plages de la Mer du Nord et de la Manche savent le danger que les bâches représentent... Une bâche, en langage chitimi, plicard ou normand, désigne une de ces dépressions qui se forment sur les estrans sableux, le plus souvent entre la troisième et la quatrième heure de la marée montante. Le chaudron maelfique peut parfois atteindre deux mètres de profondeur. Il s'emplit en un instant d'une eau très mouvante capable d'aspirer le malheureux aventurier qui sent le sol se dérober sous ses pieds. Comble de danger, les bâches ne se reforment que rarement au même endroit d'une marée à la suivante.

Photo Alain Vienne



BRETAGNE

On s'extasiera toujours sur les merveilles naturelles de ces côtes sauvages découpées par l'érosion. Les huîtres, les belons, la bruyère, le genêt, des ciels splendides et des couchers de soleil à découvrir les tours-opérateurs vendeurs de tropiques... Tout charme ici par sa diversité et ses changements de teintes au fil des saisons. On ne s'étonnera pas que la Bretagne, région d'origine de nombreux naturalistes, offre à ses visiteurs d'assez nombreuses possibilités de se baigner sans maillot dans ses eaux vivifiantes.

35 - L'Ille-et-Vilaine

Cancale : quelques naturalistes se rassemblent sur la plage de la Moulière, au nord de Cancale. Attention, la commune ne fait preuve d'aucune surveillance.

Plage des Chevrets : depuis 1980, la municipalité de St-Coulomb tolère le naturisme sur cette plage accessible par le hameau de la Guimorais.

Rotheneuf : des naturalistes se retrouvent sur une petite plage à la pointe du Christ

22 - Côtes-d'Armor

Crique de Fréhel : sur la gauche du Cap Fréhel, on accède à la plage du Port-Sud-Est par des sentiers de chèvres. Par accord verbal du maire, la municipalité y tolère le naturisme depuis 1983.

Plage de Lourdouais : au nord du Cap d'Erquy, des naturalistes se retrouvent sur la lande au-dessus de cette plage aux rochers noirs. La mairie n'a pas donné son accord officiel mais a adopté une position bienveillante.

Plage des Rosaïres : très agréable et facile d'accès, elle se situe sur la commune de

Plérin à proximité de Saint-Brieuc. Marchez environ 15 mn en direction du rocher des Tablettes. Une zone de 500 m, autorisée aux naturalistes, est signalée par un panneau.

Mez-and-Aod : au nord près de la pointe de Sereil, après une petite marche, on accède à une crique de sable fin, bordée de rose pâle. Cethâvre naturaliste, situé juste derrière les rochers, est toléré par la mairie.

29 - Finistère nord

Trefflez : la commune vigilante dresse de nombreux procès-verbaux. A éviter !

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

Anse des Blancs-Sablons : les naturalistes brestois se retrouvent dans deux petites criques situées au nord de l'Anse des Blancs-Sablons.

29 - Finistère sud

Lost-March : la mairie a donné son accord

Les jours de mistral le site peut être interdit au public par arrêté préfectoral (risque d'incendie et de grosses vagues notamment à l'approche du cap Lardier). D'autre part, la cohabitation entre les naturalistes et les autres personnes ne semble jamais avoir posé de réels problèmes.

06 - Alpes-Maritimes

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.

Cannes : le naturisme est interdit, mais se



Photo Alain Vienne

Ramatuelle : le naturisme est interdit sur l'ensemble de la commune sauf au Cap Taillat, sur la plage de Pampelonne où on le tolère sur environ 200 m à hauteur du restaurant «Le Blouch» et au lieu dit «Bonne Terrasses» (itinéraire fléché et parking).

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

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 Sardihaux.

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

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

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.

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



Photo Christian Thomas

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 pres-



Photo Christian Thomas

ces plages sont réservées aux naturistes. On y accède par le sentier littoral qui part de l'anse de Fabrègas (La Seyne-sur-Mer) ou par les sentiers qui descendent vers la côte depuis la route de la comiche.

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.

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

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

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

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.

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

Ile du Levant : le royaume du naturisme !

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.

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

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

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. On nous a aussi signalé la plage du Jovat, située à 10 mn de la plage de Gigarot. Le site est surveillé de la mi-juin à la mi-septembre par les bénévoles du conservatoire du littoral qui veillent aux incendies de forêt, mais la baignade des enfants reste sous la responsabilité des parents.

83 - Var

Plages de Malpasset, du Jonquet et de Saint-Selon : situées à l'est du cap Sicié,

verbal pour la pratique du naturisme à l'extrémité sud de la plage du Palud et jusqu'à la pointe de Kerroux. Attention au courant nord qui rend la baignade dangereuse ! On trouve aussi des naturistes sur la plage de Lost-March, près de la pointe de Kerdra, dans la presqu'île de Crozon, mais la baignade est dangereuse.

Beuzec-Cap-Sizun : l'accès de ce lieu est difficile et la baignade dangereuse. La crique la plus fréquentée par les naturistes est située à l'ouest de la plage de Poiréon sur la commune de Beuzec.

Tréguennec : 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.

Fouesnant : à l'ouest de Bénodet, la plage est située sur un cordon littoral fermé par une dune. La pratique du naturisme y est tolérée à l'ouest de Moustierlin, du lieu dit Kerler à Kerouanquen.

Treflagat : les touristes allemands ont «converti» ce lieu au naturisme. Située à 1 km à l'ouest de Lesconil, vous trouverez une vaste plage de sable fin, en pente douce.

Tregunc : ici les naturistes se retrouvent 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.



Photo Christian Thomas

56 - Morbihan

Ile de Croix : le naturisme est interdit sur toute l'île. Il est cependant pratiqué sur les criques sableuses de la côte ouest, au nord de Port-Saint-Nicolas.

Kerninithy : 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.

Kaolins : rejoindre Kerham entre le Fort Bloqué et le Couréant, vers les dunes. Vous trouverez là 2 km de plage où le naturisme est toléré. La mairie adopte une attitude bienveillante.

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.

Plouarnel : bien que cela soit interdit, on trouve quelques naturistes sur la plage de la falaise à Plouarnel, à l'entrée de la presqu'île de Quiberon.

Plage de Kerjouanno : c'est une plage en pente douce, adossée à des marais traversés de sentiers de promenade. Le naturisme s'y pratique entre Port Crouesty et St Gildas de Rhuys, à la hauteur des rochers du Petit Rohu. Il est toléré sur le territoire de la commune d'Arzon. La municipalité de St Gildas, en revanche, est très sévère.

PAYS DE LA LOIRE

Au nord du fleuve, la Loire-Atlantique, la Baule, Le Croisic ; au sud, la Vendée, Saint-Jean-de-Monts, Saint-Gilles-Croix-de-Vie, et les Sables d'Olonne. De part et d'autre des paysages de bocages, de marais qui cachent des petits refuges secrets pour respirer à plein poulmons l'air du large. L'arrière pays mérite aussi qu'on s'y intéresse : le site majestueux de Guérande, le respect qu'impose la Grande Brière et tout au sud, la formidable histoire du Marais Poitevin qui traverse tout le département.



Photo Christian Thomas

44 - Loire-Atlantique

Quimiac : le naturisme est interdit par arrêté municipal. Pourtant quelques naturalistes se retrouvent au mouillage de Lansériá, entre la plage du même nom et la pointe de la Croix.

Plage de Pen-Bron : située à la Turballe, au sud du village de vacances Vf, cette plage rassemble de nombreux adeptes. La municipalité interdit, les gendarmes tolèrent...
Crique de Chémoulin : à proximité du camping municipal des Jaunais, entre Sainte-Marguerite (Pornichet) et Saint-Marc (St Nazaire), 200 m de plage sont réservés aux naturalistes.

Préfalles : de nombreux naturalistes se dispersent sur une côte splendide parsemée de petites criques de Port-aux-Coths à Portmairin.

85 - Vendée

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

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.

Ile d'Yeu : le seul endroit où les naturalistes se retrouvent sur l'île d'Yeu est une petite parcelle de la plage de la Grand Conche également appelée «plage des corbeaux». Cette parcelle est située au nord-ouest de l'ancien fort maintenant rénové.

Plage des Salins : elle est située sur la commune de St Hilaire de Riez, sur la route dite «les colonies» qui part de Sion sur Mer et arrive à St Jean de Monts. La plage se trouve tout près de St Jean de Monts. On y accède par un chemin qui conduit à une aire de stationnement derrière la dune. Un itinéraire fléché vous conduira sur une immense plage où le naturisme est autorisé.

Plage du Petit-Pont : située au nord de Brétignolles-sur-Mer, on y pratique un naturisme sans entrave. Pour y accéder, on emprunte un petit chemin (en fort mauvais état d'ailleurs) qui part de l'auberge «le petit pont» et qui vous conduit jusqu'aux dunes que vous devez traverser pour accéder à une très belle plage de sable fin.
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.

Plage de la Terrière : située sur la commune de la Tranche sur Mer, gagnez la plage jusqu'à hauteur du poste de CRS puis suivez le rivage sur votre droite en direction de Longeville.
Vous découvrirez à environ 200 m le plus gros rassemblement naturaliste de la région.

Plage des Conches : 500 m avant d'arriver à cette plage de la commune de Longeville, suivez (en voiture) un chemin de pierre sur votre gauche pendant environ 1,5 km. A hauteur des surfeurs, continuez vers la gauche (à pied) en direction de la Terrière. Ici, la pratique du naturisme est variable selon les saisons mais habituelle.

naturalistes de profiter de plus de 3 km de côtes de l'emouchure de l'Aude à la plage de Saint-Pierre-sur-Mer.

34 - Hérault

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

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

Aniane : le naturisme est autorisé dans le

PROVENCE-ALPES-COTE-DAZUR

Au premier plan, la mer, des chapelets de merveilleuses calanques secrètes. Et bien sûr de charmantes petites îles où le naturisme a réuni ses adeptes de la première heure. Puis voici les corniches et les forêts des Maures et de l'Estérel, séductrices confirmées ; les champs de lavande, le concert des cigales... Plus loin ces merveilleux petits villages provençaux souvent perchés pour mieux tutoyer Phœbus et au loin mais si proche pourtant, la haute montagne coiffée de ses majestueux glaciers.

13 - Bouches-du-Rhône

Saintes-Maries-de-la-Mer : avant le phare de la Cacholle, à 6 km des Saintes-Maries-de-la-Mer, et sur 2 km de part et d'autre du pertuis de la Comtesse, vous trouverez une immense plage de sable fin en pente très douce où le naturisme est autorisé.
Plage de la Goule : à partir des cabanons de Beauduc, continuez vers l'est. La mairie semble faire preuve de tolérance.

Plage d'Arles (ou plage de Piémancorn) : située au sud de Salin-de-Giraud. La zone naturaliste commence à environ 1 km 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.

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

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

cadre du centre naturaliste La Source Saint Pierre.
Plage de Villeneuve-les-Maguelonne : au sud des terminus des petits trains, mais avant le domaine des Aresquiens, vous trouverez une zone où le naturisme semble toléré.

30 - Gard

Plage des Baronnets : entre le Grau-du-Roi et Port-Carnargue, la plage des Baronnets est autorisée aux naturalistes 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.

Entre Carry et Sausset : dépassez le port de Carry et filez en direction de Sausset. Carez-vous au sommet de la côte après le feu (Draio de la mar) et empruntez un petit chemin piétonnier appelé chemin des Anglais sur environ 50 m puis tournez à gauche. Arrivé au bout de ce chemin, prenez à droite ; vous surplomberez la crique. Un petit escalier de pierres vous mènera droit à la crique.



Photo Christian Thomas

Crique de la Redonne : au port de la Redonne prenez la direction de la calanque port de Méjean. Au sommet de la côte et après le feu, garez-vous sur le bas côté droit et empruntez le petit chemin dit des «Anthénors». Arrivé en bordure de la mer continuez à parcourir les rochers sur une

REGION LANGUEDOC-ROUSSILLON

Ici, des plages de sable gris et doux, ailleurs, des plages secrètes qui longent les étangs sauvages... plus loin, larges et fuyant à perte de vue, les étendues de sable blond qui descendent vers le sud et tout un collier de petites plages épousant le fond des criques aux roches vermeilles, joyaux de la côte catalane. Et en prime, 300 jours de soleil par an pour les voiles blanches des dériveurs, pour les découvertes des fonds marins ou tout simplement pour bronzer sur le sable...

66 - Pyrénées Orientales

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.

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.

Argelès-sur-Mer : vous trouverez une zone naturaliste au lieu-dit Boccal-del-Tech. La municipalité a décidé de fermer les yeux sur cette zone longue d'un kilomètre.

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 10 mn en direction du sud. La municipalité adopte une attitude bienveillante à l'égard du naturisme.

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

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

11 - Aude

Port-Leucate : à Port-Leucate, les plages naturalistes 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

A noter : le règlement des plages de Longeville interdit «le nudisme et les tenues indécentes», mais il ne semble jamais y avoir de contrôle !

POITOU-CHARENTES

Une terre de bon accueil et de traditions qui s'ouvre à la mer par le plus tonique de ses départements, dominé par la jeunesse éternelle de La Rochelle, la force de Rochefort, et les plages du littoral dont les eaux et les aménagements ont énormément gagné en qualité au cours des deux dernières décennies. Les naturalistes les plus sensibles à la tradition, à la qualité de la vie, à la randonnée cycliste, au charme des maisons basses et des roses trémières, à la mélodie des éléments ne pourront s'empêcher une fugue en Ré.

17 - Charente-Maritime

Ile de Ré : entre les plages du Lizay et du Petit-Bec, sur la commune des Portes-en-Ré, le naturisme est interdit, mais toléré sans aucun problème à la plage dite de la Conche située à quelques centaines de mètres de là en direction du phare des baleines. Un jeune lecteur de 22 ans nous a signalé y pratiquer le naturisme depuis l'âge de 5 ans ! Il est également toléré au lieu dit Les Petites Folles, entre la Couard-sur-Mer et le Bois-Plage en Ré.

St Trojan-les-Bains : côté sud de la plage, le naturisme est bien toléré.
Plage des Saumonards : située à Boyardville,

sur la commune de St-Georges-d'Oléron, une zone naturaliste est délimitée par des panneaux.

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

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).

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

AQUITAINE

De la pointe de Grave à la frontière espagnole, voici la plus longue et sans doute la plus belle plage d'Europe, la Mecque des naturalistes qui respectent sa nature et ses impertinences. D'ailleurs, l'Océan toujours vigilant la protège des abus des hommes. Rares sont ici les grèves où le port du maillot reste obligatoire. Du haut de la longue dune, on contempera, sans jamais s'en lasser, le poumon vert de la France, piqué de pins, genêts et arbousiers, où les produits du terroir charment les fins becs.



Photo Alain Rullier



Photo Alain Rullier

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

La Grande Cosse/Fleury-d'Aude : la pratique du naturisme est officiellement autorisée sur 500 m environ entre Saint-Pierre-sur-Mer et les Cabanes-de-Fleury. L'entretien et la surveillance sont sous la responsabilité du centre naturaliste de la Grande Cosse. Une large tolérance permet aux

33 - Gironde

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

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

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

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

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

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.

Carcans : ici, l'existence de plages naturistes est notée par l'office du tourisme. On se rassemble à hauteur de la maison forestière de l'Alexandre, au sud de Carcans-Plage.

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

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

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

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

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.

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.

Pyla-sur-Mer : les naturistes se regroupent

au sud de la dune du Pyla, entre les plages du Petri-Nice et de La Salle.

40 - Landes

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



Photo Viviane Rivière

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

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.

Vielle St Girons : la zone naturiste se trouve à 5 mn de marche du centre naturiste d'Arnaourchot qui assure la surveillance de la baignade.

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.

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

Capbreton : de nombreux naturistes se rassemblent au sud de la plage principale,

près du blockhaus et de la chapelle Ste Thérèse.

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

Ondres : au départ du blockhaus, à environ 10mn de marche, vous trouverez une

gue. Quelques naturistes se risquent à cet endroit bien que la pratique soit interdite par arrêté municipal. Un lecteur nous signale cependant que l'arrêté n'a jamais été appliqué à sa connaissance et que des centaines de naturistes s'y rassemblent en été sur environ 500 m de plage dans une très bonne ambiance. En raison du succès de cette plage d'année en année, la municipalité d'Anglet finira bien par tolérer ses nouvelles moeurs !

Biartzitz : ici, la municipalité est franchement hostile à la pratique du naturisme.

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

Hendaye : la partie nord de la plage - vers les falaises et les Deux Jumeaux - sur environ 500 m, rassemble de nombreux naturistes locaux et espagnols. La plage est magnifique, la mer plutôt calme et le site grandiose. L'accès est très facile et il semble peu probable que la municipalité vienne troubler les estivants.

zone naturiste. Baignade interdite et plage souvent saturée en haute saison.

64 - Pyrénées Atlantiques

Plage de l'Océan : située sur la commune d'Anglet, face au golfe de Chiberta, entre la plage des Cavaliers et celle de la Madra

Photo Christian Thomas



Baines : des pièges mortels

Généreuses et merveilleuses, les longues plages d'Aquitaine n'en restent pas pour autant dangereuses pour qui ne respecte pas au mètre près les consignes des MNS (Maitres Nageurs Sauveteurs) qui chaque jour, délimitent la zone où l'on peut s'ébattre sans danger et profiter du bonheur qu'offre une confrontation avec la vague. Les baines se présentent sous forme de vastes cuvettes entourées de banc de sable qui se forment sous l'action des grandes marées d'hiver. C'est en fait quand l'Océan les recouvre (à marée montante) ou les découvre (à marée descendante) que le danger apparaît. Le processus ascendant amène les vagues à passer par-dessus le banc de sable, chassant violemment l'eau encore retenue par la baine. Le baigneur, pris dans ce rouleau peut être aspiré par la brèche de la cuvette et mêlé à des courants intenses. Dans l'autre cas, c'est un effet de siphon redoutable qui se produit, aspirant alors l'imprudent vers le large. La (mauvaise) réputation des baines n'est, hélas plus à faire, mais qu'on ne panique pas : c'est sur la côte aquitaine, que la proportion de noyades est la plus faible de tout l'Hexagone.

LE CORPS A LA RENCONTRE DU MONDE ET DE SOI

MARIE-CLAUDE OZANNE *



Photo Richard Forster

Le corps est un lieu de vie foisonnant. Carrefour entre les autres et nous-mêmes, entre passé et présent, il est le témoin et l'accompagnateur des étapes de notre histoire. En interaction constante avec le psychisme et les émotions, porte-parole de nos souffrances et de nos bonheurs, il est une porte ouverte sur nous-mêmes. Si l'arrivée de l'été, où on l'expose plus facilement au grand jour, est angoissante pour les uns, stimulante pour les autres, c'est peut-être parce qu'il nous confronte aux autres et à nous-mêmes.

Malgré le développement des moyens de communication multi-média, le corps est encore, le plus souvent, le premier aspect de nous-mêmes que nous offrons aux autres. Avec son habillage de vêtements et de gestes socialement convenus, il porte les premiers indices de ce que nous sommes ou voulons être. Il met à notre disposition, pour nous permettre de communiquer avec les autres,

ses qualités perceptives (notamment à travers nos cinq sens) et expressives.

Toute tentative de communication passe par lui.

A la fois récepteur et émetteur d'informations, il capte et transmet, 24 heures sur 24, des signaux de toutes sortes. Irréductiblement ancré dans le rapport au monde et à l'autre, il est une plaque tournante, un carrefour.

LE CORPS ET LES AUTRES

Ce que nous offrons cependant à voir aux autres c'est tout ensemble notre corps et la manière dont il est vêtu. Inscrit dans le social, le vêtement ajoute ses propres messages à ceux qu'envoie le corps. L'ôter c'est, physiquement et psychiquement, se mettre à nu et accepter de se montrer tel que l'on est. C'est laisser de côté les codes sociaux dont il est porteur (1). Se regrouper pour le faire, comme le pratiquent volontiers les naturistes, c'est tenir compte d'un besoin identitaire et de reconnaissance par ses pairs propre à l'être humain. C'est donc en quelque sorte endosser un vêtement d'un autre type.

La rencontre corporelle avec le monde et les autres s'organise selon les étapes du développement psychique de l'individu. Le corps en effet explore à son niveau les capacités successives dont l'individu dispose -sans forcément les utiliser- pour vivre dans son environnement (2) :

- La capacité d'assimilation : il absorbe, ingurgite («manger, c'est introduire dans son corps une partie du monde, et le faire soi» écrit Gisèle Harrus-Revidi (3)), touche, est touché.
- La capacité de reproduction : il imite, copie, apprend en faisant comme quelqu'un d'autre ; le modèle est d'abord la famille, puis les copains, l'école, la société.

- la capacité d'adaptation : il s'adapte à la réalité, au groupe social, à la bande à laquelle il appartient ; il adapte, transforme son corps qui est lui-même en pleine transformation car il s'adapte aux données biologiques de l'âge adulte ; il suit la mode et se glisse dans un moule tout en demandant aux adultes de s'adapter à lui, de faire une place à sa spécificité.

- La capacité de sélection : il sélectionne ses vêtements, sa coiffure, son maquillage (ou leur absence), ses activités sportives ou d'expression en fonction de ce qu'il aime et pour les adapter à son physique, à sa personnalité, à ses choix de vie, à son activité professionnelle, aux circonstances.

A la lumière de cette approche, on entrevoit comment un individu peut mettre en oeuvre de manière privilégiée telle capacité plutôt que telle autre. Un culte superficiel et obsessionnel de la beauté ou de la force du corps peut s'entendre par exemple comme un souci extrême du regard et du jugement des autres, et par conséquent comme un excès d'adaptation. Les raisons de la mise en oeuvre de certaines capacités ou du laxisme quant à certaines autres sont à rechercher dans les événements qui jalonnent l'histoire de la personne.

LE CORPS ET SOI

Récepteur des informations en provenance de l'extérieur, le corps informe aussi continuellement la personne sur son état intérieur. Intermédiaire et relais avec l'environnement, il l'est aussi avec elle-même. En effet (4) chaque être humain est un tout constitué de deux parties en interaction constante, intimement solidaires et dépendantes l'une de l'autre : son corps et son psychisme. Sans le psychisme le corps serait réduit à un état végétatif semblable à celui qui résulte d'un coma



«Femme au miroir» Marie-Laure Comon

profond. Sans le corps le psychisme ne pourrait pas se manifester et la communication avec autrui serait quasiment inexistante. Tous deux émetteurs et récepteurs d'ondes, ils communiquent constamment non seulement avec l'extérieur mais aussi entre eux. Leur lien étroit permet que l'échange avec l'environnement extérieur soit riche et expressif. Ainsi naît la spécificité du langage humain. Cette spécificité du langage est liée chez l'être humain à sa capacité de penser, de parler, de s'exprimer de manière fine avec son corps, et de ressentir des émotions.

Certaines recherches récentes en neuropsychologie montrent qu'il existe un rapport étroit entre l'absence d'émotions et l'absence de raisonnement.

Or les émotions, quelle que soit leur intensité, passent toujours par le corps. L'abondance dans le langage courant des expressions imagées faisant référence à un organe ou à une partie du corps en est le témoin. Que nous y prenions garde ou pas, tous nos états d'âme, toutes nos émotions se manifestent physiquement, par des sécrétions de substances chimiques et des réactions associées.

La peur par exemple provoque dans le corps toute une série de réactions en chaîne parce qu'elle déclenche la sécrétion d'une hormone : l'adrénaline.

Outre cela, le corps prend à sa charge de répondre aux stress, frustrations, traumatismes petits et grands du quotidien dès que nous ne mettons pas en place une réaction adéquate (la fuite ou l'affrontement, par exemple) et notamment dès que la parole n'entre pas en action pour exprimer ce que nous éprouvons.

«Quand ça ne passe pas par la bouche, il faut bien que ça passe ailleurs» écrit Georg Groddeck dans *Le Livre du ça*.

L'absence de mots pour dire les émotions est considérée par les psychosomatiques comme étant à l'origine des somatisations répétées que connaissent certaines personnes. La situation douloureuse n'est pas élaborée psychiquement ni accompagnée de pensée opératoire.



Photo Richard Forster



«Conversation» Marie-Laure Comon

LES MESSAGES DU CORPS

Le corps est donc à la fois le lieu de passage obligé des vécus émotionnels et leur lieu d'enkystement (en quelque sorte de prise de parole) si un ressenti n'est pas reconnu et exprimé, et s'il est refoulé c'est-à-dire repoussé dans l'inconscient.

On sait en effet que des ressentis et des désirs refoulés peuvent occasionner des symptômes physiques. On distingue :

- Les symptômes dits «de conversion», où les douleurs et dysfonctionnements disparaissent dès qu'on en a trouvé la cause, autrement dit dès qu'ils sont interprétés et que des mots peuvent être mis dessus.

- Les troubles et maladies «psychosomatiques», qui laissent dans le corps biologique des traces plus tenaces et occasionnent des lésions qui peuvent être irréversibles, parce qu'elles s'inscrivent dans le corps réel et non dans le corps imaginé ; leur cause est souvent à rechercher dans les non-dits, les secrets, les interdits, les tabous de l'histoire familiale.

- Les troubles «fonctionnels», qui désignent ceux qui entravent le fonctionnement d'un organe ou d'une fonction du corps mais pour lesquels aucune cause n'est identifiée par les techniques classiques d'investigation médicale ; la personne qui souffre de ces maux peut alors s'entendre dire qu'elle n'a rien, que c'est dans sa tête ; elle gagnera à prendre conscience qu'elle n'est pas la victime impuissante de son mal mais qu'elle a une prise possible sur ce mal qui consiste à apprendre à s'exprimer, à mettre en mots ce que son corps dit à sa place, bref à réaliser que ses symptômes sont un langage inapproprié pour dire ce qu'elle a réellement à dire.

La maladie constitue donc un ensemble de signes que notre corps nous offre pour nous permettre de reconnaître qu'il y a eu souffrance dans une situation donnée. Elle nous invite à ouvrir les portes de l'inconscient et à explorer les pistes qu'elle désigne, par un glissement du plan physique au plan émotionnel. Si elle n'est pas décodée en ce sens, elle peut au contraire masquer le drame qui se joue en nous, focaliser notre attention sur nos symptômes et nous détourner complètement du sens qu'elle porte. Son origine, ses causes n'étant pas identifiées, elle sera susceptible de demeurer ou de réapparaître (peut-être en d'autres endroits du corps), signalant le même conflit non résolu.

SOINS DE L'ÂME, SOINS DU CORPS

Notre corps exprime notre énergie, notre plaisir de vivre, nos blocages et nos peurs. Véhicule unique et précieux pour traverser cette vie, il nécessite la même attention que le psychisme auquel il est intimement connecté : il s'agit de satisfaire ses besoins élémentaires, d'apprendre à le connaître et à l'écouter, de soigner ses blessures et d'en permettre la cicatrisation, de prévenir les blessures et maladies à venir, de l'entretenir et de l'assouplir, de permettre enfin l'adéquation entre l'être profond et l'apparence grâce au libre choix du vêtement (ou de son absence). Il est possible de dénuder peu à peu ce corps de ce qui l'enserme, au propre comme au figuré, d'aller doucement à sa rencontre, de se pencher vers lui avec une attention aimante, de l'écouter dans ses joies et ses peines.

Mais notre corps est un autre, il nous est peut-être aussi opaque et mystérieux que notre inconscient.

Mettre à jour l'inconscient agit d'ailleurs sur le corps, et inversement. En effet vivre et ressentir à nouveau des émotions d'antan, c'est retrouver leur inscription corporelle, réveiller la mémoire du corps, car c'est déclencher à nouveau un ensemble de réactions physiologiques qui se produisaient d'une manière identique autrefois.

C'est donc se donner des moyens pour effacer ou atténuer les symptômes corporels qui leur sont associés, quels que soient le moment de leur apparition, leurs incidences ou leur forme.

LES FONCTIONS DU VÊTEMENT

En tout premier lieu le vêtement protège : du froid, du soleil, des travaux salissants, des projections et radiations dangereuses, du regard des autres. Le vêtement transforme : il habille, déguise, pare et permet des variations là où le corps demeure pareil à lui-même. Le vêtement témoigne d'une appartenance : à une époque, une tradition culturelle, un territoire, un groupe social, une profession, une tranche d'âge, une religion. Le vêtement dissimule : le physique d'une part (les conventions imposent, d'une manière variable selon le lieu et l'époque, des contraintes plus ou moins strictes sur ce qu'il est opportun de montrer ou de cacher de son corps); le psychisme d'autre part, c'est-à-dire l'être profond (l'habit ne fait pas le moine, dit-on). Le vêtement enfin signe des circonstances particulières de la vie : fête, mariage, deuil, loisirs...

On constate cependant que le corps est plus lent que le psychisme à se «nettoyer» de ses mémoires traumatiques : il arrive qu'une personne accomplissant un travail psychanalytique ou psychothérapeutique ait besoin, à un moment donné, d'une aide sur le plan corporel pour que son corps apprenne à mettre



Photo Gilbert Chaucin

en route d'autres réactions. Par ailleurs, les dégâts éventuels dus au dysfonctionnement corporel installé ou à la maladie développée sont à traiter pour eux-mêmes avec l'aide de professionnels compétents en ce domaine. Ainsi le travail psychique ne parvient pas toujours à guérir le corps.

Inversement, une intervention mécanique ou chimique sur le corps n'installe un mieux durable que si elle est accompagnée d'un travail de banalisation sur le plan émotionnel.

Le corps est la chronologie, le film du psychisme (5). Dès avant la naissance, il garde la trace de tous les moments importants vécus par l'être humain, qu'ils soient de nature agréable ou désagréable. Sur le film du corps ces moments s'inscrivent, sont stockés, classés, connectés à d'autres.

Ils tracent ainsi l'histoire de chacun. Il est possible de visionner, donc de revivre ce film. Il faut pour cela réveiller cette empreinte «mémorielle» pour qu'elle ouvre, par un mouvement inverse, la voie jusqu'aux événements qui sont à la source des émotions ressenties dans le passé.

En vivant à nouveau la situation corporelle et émotionnelle, la personne la transforme, la libère de sa part psychiquement et physiologiquement traumatique.

Par là même elle se donne les moyens de changer son attitude devant les situations du quotidien qui résonnent en elle en lui rappelant, par l'intermédiaire de son corps, les situations émotionnelles d'antan.

Le corps contient les clés qui permettent d'avoir accès à soi-même. Ayant conservé

toutes les traces, il nous mène aux situations vécues à travers leur charge émotionnelle agréable ou désagréable. Pour accomplir un travail de réactivation émotionnelle et laisser «remonter» les émotions d'antan, mémorisées dans le conscient comme dans l'inconscient, une intervention directe et volontaire sur le corps n'est cependant pas la seule possible.

* Membre de l'Institut de Psychanalyse du Marais à Paris.



Photo Gilbert Chaucin

(1) La nudité est, en quelque sorte, un accueil du corps et un mouvement vers le Vrai.

Si ce mouvement est accompli, le port du vêtement peut devenir l'expression de ce qu'est profondément la personne, lieu de rencontre entre son être vrai et celui qu'elle présente au monde.

Comme le corps, le vêtement, alors parle vrai !

(2) Les capacités évoquées ici sont empruntées à la théorie du développement de la personnalité élaborée par M.N. Cugnot, Président du Conseil Supérieur des Psychanalystes.

(3) Du Désir à la souffrance orale, revue de médecine psychosomatique.

(4) Ces considérations font référence aux théories de M.N. Cugnot.

(5) Selon les termes de M.N. Cugnot.



LES JEUNES JAPONAISES S'AIMENT NUES...

Au Japon, cette année encore, la mode est au nu. Depuis deux ou trois ans maintenant le phénomène s'amplifie : les jeunes filles du Soleil se débarrassent de leurs complexes et de leurs vêtements aussi rapidement qu'a progressé l'économie du pays au cours des dernières décennies. Mode ? Façon de s'affirmer ? Narcissisme aigü ? Exhibitionnisme ? Le Nihon Keizai Shimbun mène l'enquête et Courrier International lui emboîte le pas. Leurs réflexions.

«Beauté de la nudité». L'article paru récemment sous ce titre dans le magazine féminin An-an publié par Magazine House et lu par un public majoritairement jeune a défrayé la chronique. Il montrait des photos de nus de dix-neuf de ses lectrices, âgées de quinze à vingt-cinq ans environ. Quand le journal a cherché des volontaires pour cette expérience en leur promettant entre autres de se faire photographier par le très célèbre Kishin Shinoyama, mille six cent vingt-six jeunes filles et jeunes femmes se sont portées candidates. «L'intérêt croissant pour le nu nous a donné l'idée de proposer la nudité comme nouveau thème d'article, de la même manière que nous parlons de la mode et du style de vie», raconte le responsable, néanmoins passablement étonné par le nombre de postulantes. «Ces derniers temps, mes amies me demandent les unes après les autres de les photographier nues et, qui plus est, non pas dans un studio, mais à l'extérieur.

Franchement, cela m'embarrasse», confie une étudiante en photographie à la faculté des Beaux-Arts de l'université Nihon.

Garder des traces...

Le coup d'envoi de ce phénomène aurait été donné par l'album de photos de Rie Miyazawa, Santa Fe, paru récemment. L'actrice y dit avoir «voulu garder une trace du temps de sa splendeur». L'aveu semble avoir ébranlé le cœur des jeunes filles et a donné naissance au phénomène Santa Fe, expression utilisée pour désigner le comportement de toutes celles qui veulent des photos de leur corps pour garder le souvenir de leur jeunesse.

La société de cosmétique Kose a fait paraître un article consacré à la nudité féminine dans le numéro d'hiver de Beauty, le journal publié à l'attention de sa clientèle. Au départ, le sujet a provoqué une polémique au sein de la société, mais il a finalement été accepté à condition que le staff soit constitué exclusivement de femmes, de la prise de vue au maquillage, et que les photos traitent de la beauté naturelle. Etsuko Yamashita, spécialiste de l'histoire des femmes, analyse de la manière suivante l'apparition des nus photographiques destinés, apparemment, aux femmes : «Jusqu'à présent, la pornographie était là pour émoustiller et divertir les hommes, mais elle heurtait la sensibilité féminine. Les photos de nus destinées aux jeunes filles et aux jeunes femmes sont apparues pour apporter la preuve de leur beauté et non pour aguicher les hommes». Dans l'ensemble, M^{me} Yamashita juge cette évolution favorablement : «Les féministes veulent que les jeunes femmes rentrent en possession de leur corps, jusqu'alors asservi par l'homme. Sans lien avec cette idéologie, ces jeunes femmes la servent de manière naturelle». On peut aussi considérer que ce phénomène s'inscrit dans un processus engagé par les jeunes filles pour surmonter d'anciens tabous. Maintenant que la mini-jupe est à la mode au Japon et que les vêtements moulants qui mettent en valeur la poitrine se voient à tous les coins de rue, il est certain que la répugnance des femmes envers la nudité ne peut que disparaître. Shoichi Inoue, professeur adjoint au Centre Interna-

tional d'Etudes sur la culture japonaise, y décèle une évolution des rapports entre hommes et femmes. «Tandis que les jeunes femmes se libèrent du sort que leur avait jeté la société masculine et qui leur imposait la réserve, les hommes sont en pleine mutation : autrefois loups, ils sont devenus chiens privés de crocs, voire moutons. Devant des chiens ou des moutons, les femmes peuvent se déshabiller sans crainte. Leur corps dénudé n'est plus un objet de désir, il se revêt par moment d'une force proche de la violence».

Un désir sans issue

Miya Erino, journaliste free-lance bien informée sur la jeunesse, voit dans le plaisir des femmes à se dévêtir un désir de métamorphose sans issue. «Elles sont nombreuses à dire qu'elles veulent avoir la preuve qu'elles ont grandi et évolué en exprimant quelque chose. Jusqu'à présent, elles pouvaient satisfaire, dans une certaine mesure, leur désir de métamorphose à travers un mariage ou une naissance, mais, désormais, cet avenir est plus incertain. L'envie de vouloir se libérer de pensées qu'elles refoulaient grandissant, leur intérêt ne se porte-t-il pas vers la nudité en tant qu'exutoire ?».

Tout en considérant le phénomène avec bienveillance, M^{me} Yamashita attire l'attention sur la différence de mentalités qui existe entre les hommes et les femmes. «J'ai l'impression que les femmes des jeunes générations sont de plus en plus matérialistes. Les photos de nus sont la manifestation d'une confiance en soi presque excessive» dit-elle, en faisant remarquer qu'il est désormais nécessaire pour ces jeunes femmes de savoir comment utiliser leur puissance. M^{me} Erino émet également des réserves : «Cette idée selon laquelle la beauté réside dans un corps jeune ne correspond-elle pas au sens des valeurs masculines ?»

Et Le Courrier International de conclure : «Les rubriques consacrées à la vie sexuelle assurent la poussée des ventes des magazines féminins; les photos de nus sont apparues dans la foulée. Les femmes qui les regardent sont-elles plus libres ? Il serait bon de se pencher à nouveau sur la question.»
Affaire à suivre...



Calligraphie de Maître Taisen Deshimaru (1914-1982)
«Le bonheur dans l'authentique vérité de la vie quotidienne»

Cakra & Nudité

CLAUDE-GÉRARD SARRAZIN*

Les adeptes inconditionnels du maillot de bain et du cache-sexe se moquent des tenants de la nudité intégrale : «En quoi, disent-ils, un tout petit bout de chiffon peut-il changer la vie de votre corps ?» Justement, ce petit «carré noir» peut agir très fortement sur le potentiel énergétique, donc sur la santé à long terme et sur la durée de la jeunesse corporelle.

Le système des yoga reconnaît sept cakra (1) principaux dont l'ouverture donne naissance à d'extraordinaires pouvoirs, dont le plus connu des occidentaux est la capacité de vivre nu dans les glaces de l'Himalaya. La tradition chrétienne a retenu le septième cakra (au-dessus du crâne) et l'iconographie l'a représenté, sauf exception, sous forme d'une auréole plus ou moins vraisemblable autour de la tête des saints et des anges. Rampa a fait connaître le sixième, connu sous le nom de *Troisième Oeil*.

Des Vaisseaux extraordinaires

L'acupuncture nous permet de vérifier la réalité d'au moins trois de ces centres : le premier (au périnée), le troisième (au nombril) et le septième (qui se projette sur le crâne). Nous nous intéresserons aux deux premiers.

En acupuncture, le *Vaisseau Gouverneur* comporte 28 points, dont le premier se situe à la base de la colonne vertébrale et le dernier derrière la lèvre supérieure, entre les deux incisives médianes. C'est le *Maître des Yang*. Le *Vaisseau Conception* comporte 24 points, dont le premier se situe au périnée et le dernier au-dessous de la lèvre inférieure, au centre de la gouttière mentonnière. C'est le *Maître Yin*. La racine du premier cakra est matérialisée par le premier point du *Vaisseau Gouverneur*. Ce premier point est situé dans la colonne vertébrale, à égale distance du coccyx et de l'anus. Le centre du tourbillon (le centre du lotus) est le premier point du *Vaisseau Conception*. Ce point est situé au périnée, entre la bourse testiculaire et l'anus. Ces deux points commandent pratiquement tout le corps. Ce sont les racines du corps. Ils matérialisent le cakra de la matière. La racine du deuxième cakra est matérialisée par le deuxième point du *Vaisseau Gouverneur*. Ce point est situé entre le coccyx et le sacrum. Le centre du tourbillon est le deuxième point du *Vaisseau Conception*. Ce point est situé au bord supérieur de la symphyse pubienne.

Une énergie palpable

L'énergie qui circule dans les méridiens est maintenant délectable au moyen d'appareils électroniques faciles à manier. Il serait impos-

sible de nier l'existence des canaux d'énergie qui ne correspondent ni aux nerfs, ni aux vaisseaux sanguins. Un entraînement particulier permet de palper l'énergie en plaçant les doigts à quelques centimètres du corps du patient ou même de la voir. Dans les séminaires que j'ai animés, j'ai pu voir des enfants réussir du premier coup à percevoir cette énergie alors que la plupart des adultes avaient besoin d'un entraînement progressif. Notre corps physique s'encrasse au cours des ans et notre appareil subtil (qui perçoit «l'invisible») l'imite.

Retenons que le corps doit sa force et son équilibre aux cakra inférieurs et aux points maîtres de Vaisseaux extraordinaires.

Comment se fera le contact énergétique entre le soleil et le corps d'énergie, l'air vivifiant et le corps d'énergie, l'eau vie et ce même corps, l'énergie tout court et le corps énergie ? Justement, au moyen d'antennes spécifiques situées au périnée et au pubis.

Amputation virtuelle ou nudité ?

Les adeptes des médecines énergétiques confirmeront que l'énergie peut être bloquée (accumulation en amont, pénurie en aval) par un vêtement serré, une ceinture, un bracelet, etc. Mieux encore, la pensée peut intervenir dans la circulation de l'énergie (la médecine psychosomatique confirme le fait). En supposant que le cache-sexe soit très souple et n'entrave pas physiquement la circulation de l'énergie (ce qui reste encore à démontrer), la pensée (2) suffira, elle, à perturber l'énergie : on cache, on détourne, on refuse ; c'est presque une amputation virtuelle.

Ce sont les adeptes de la nudité intégrale qui ont raison contre les tenants de la morale à courte vue. Prendre l'air ou le soleil, pratiquer un *pranayama* (manipulation de l'énergie) en portant un cache-sexe, c'est s'entêter à vouloir recevoir une émission de radio dans une cave en béton armé.

Lorsque le temps est plus frais, la sagesse antique et celle des enfants laissés à leur spontanéité, consiste à porter des vêtements amples sur le thorax et à laisser libres les zones-antennes.

Pendant des années, avec des amis, nous avons fait de la raquette sur la neige, nus ou

en ne portant que ce qu'il faut sur le thorax et des bottes adéquates... Dois-je préciser que j'ai vécu au Québec de 1962 à 1995 et que l'hiver québécois est loin d'être celui de la Méditerranée ? Alors la différence entre la nudité et le port d'un petit quelque chose est-elle négligeable ou imaginaire ? Puis-je souhaiter que chacun(e) s'amusera à prendre conscience de ce qui se passe au moment même où il (elle) retire les insignes sacrés de son appartenance à la société civilisée en pleine nature ou au milieu des vagues ?

*Directeur des Etudes et ancien vice-président de l'Ordre des Naturothérapeutes du Québec.



Photo Alain Rullier

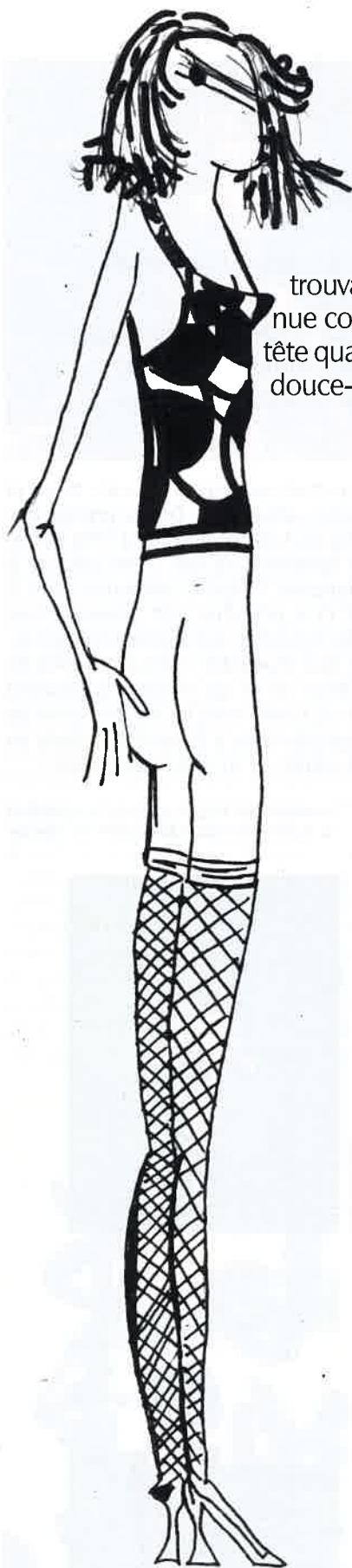


Photo Alain Rullier

(1) Orthographe académique. Se prononce *chakra*.
(2) Même subconsciente. Les blocages sont généralement subconscients.

- ADOS - CEUX QUI SE RHABILLENENT...

CLÉMENTINE CHARLES



Dessin Clé

Combien de «bons naturistes», hier beaux conseillers ne trouvant meilleure illustration du Code de la bonne conduite que leur jolie famille nue comme Eve et Adam de l'aurore au couchant, prennent le boomerang en pleine tête quand par un jour de l'été suivant, un de leurs rejetons -jusqu'alors angelot à la peau douce- s'obstine à ne vouloir faire un pas sans son jean et son T-shirt XXL ras-du-cou !

Dans la précédente livraison de notre revue (n° 60 mai/juin 96), notre dossier «Spécial jeunes» présentait des témoignages de filles et de garçons de douze à plus de vingt ans qui vivaient avec bonheur leur naturisme ; des témoignages aussi de telle copine désolée de n'être pas encore prête à retirer le haut et le bas ; de tel copain qui avait pris le temps pour allié pour comprendre qu'on ne se découvre vraiment... qu'en se découvrant complètement.

On a aussi remarqué la copie de ce groupe d'enfants de «bons naturistes» qui ne seront pas naturistes mais n'hésiteront jamais à prendre leur douche ensemble ou à bronzer sans maillot sur la plage. Sans doute ceux-là sont-ils filles ou fils de parents-naturistes-modèles que les intégristes décoreraient volontiers si on pouvait leur accrocher une médaille sur le poitrail ou le sein gauche. L'obstination du nu à tout-va peut produire une contre-réaction chez ces gamins en passe de devenir adolescents qui virent du stade de l'imitation parentale à celui de l'opposition, virage négocié d'autant plus serré quand les géniteurs ne savent pas lâcher suffisamment leur bride... ou leurs baskets.

Ce sont surtout les ados en phase pubertaire qui ont tendance à repasser par le vestiaire. Ce «complexe du homard»* (changement constant de carapace) est d'autant moins facile à vivre qu'il est assorti de commentaires des personnes génétiquement les plus proches de la jeune fille ou du jeune gars dont la taille s'affine, les seins naissent, la voix mue, le système pileux apparaît. On sait qu'il est difficile à nos enfants -comme cela le fût sans doute aussi à un moment ou à un autre pour nous, parents- de ne pas se reconnaître du jour au lendemain ; de détester son corps ; de s'inquiéter d'une avance ou d'un retard de formes par rapport aux copines et aux copains, aux soeurs et aux frères. Si difficile parfois qu'on a envie de cacher dans des vêtements amples un malaise qu'on vit alors intérioriquement... et c'est là bien pire.

Il n'y a pas d'autres recettes à préconiser que celle de la discrétion, de la tolérance, du respect. Surtout pas de compassion, pas de colère et pas de comparaisons ! Il est trop tard.

Les expériences pédagogiques conduites en milieu naturiste tendent avant tout à procurer un bien-être aux enfants et aux adolescents ; plus peut-être même que des pistes pour obtenir les félicitations du Conseil de classe. D'ailleurs, sans cette acceptation de soi, cette sympathie envers son corps, il est bien difficile de pouvoir émettre les idées claires, constructives qui feront les belles dissertations et les meilleures démonstrations même aidé par Thales ou Pythagore.

Ce bien-être avec soi naît parfois plus facilement chez les filles et les garçons qui ne se connaissent pas et qui souvent n'étaient pas naturistes quelques jours plus tôt.

La remarque -si paradoxale puisse-t-elle apparaître à certains- est pourtant aisément explicable : pas de relation d'antériorité donc pas de référence au passé, à un aspect physique antérieur. C'est un instantané, une case départ et non pas la dernière image d'un film dont on connaît tout le scénario. Donc pas de crainte de commentaire comparatif. La rencontre avec soi, le maillot qu'on retire pour la première fois au sein d'un groupe, la nudité collective du premier instant procurent, certes, une vive émotion tout autant qu'une vive satisfaction, une victoire sur soi. A condition bien sûr d'être vécue dans les conditions normales du contexte naturiste, c'est-à-dire sans se sentir regardé(e), observé(e), disséqué(e), encore déshabillé(e) bien que déjà nu(e).

Il peut aussi arriver que vos enfants aient parfaitement su passer de l'enfance à l'adolescence révolue sans avoir besoin de paravent mais que telle amie, tel copain qu'on retrouve d'une année sur l'autre ait besoin de la béquille du vêtement. Par solidarité, et aussi par crainte du jugement des autres, il est fréquent que celles et ceux qui ont su rester nus se rhabillent pour pouvoir mener ensemble leurs activités.

S'ils savent s'assumer jusqu'au bout, rester nus parmi d'autres qui sont habillés - comme il est fréquent qu'on le soit entre adultes- c'est que vos enfants gèrent parfaitement et conjointement leur physique, leurs émotions et leur mental. Ce sont des êtres équilibrés qui seront forts face à toute situation de la vie.



Photos Christian Thomas

* Sur le complexe du homard, lire l'excellent livre de Françoise Dolto qui porte ce titre (Editions Hatier) ou pour un aperçu succinct La Vie au Soleil n° 51.

La bonne bouffe végétarienne

Loïn de nous le dessein de convertir nos lecteurs au végétarisme : il nous faudrait d'abord balayer devant notre propre porte ! En revanche, si la religion du «tout végétal» peut sembler ennuyeuse et excessive aux «non-pratiquants», un comportement naturiste implique son respect et un arrêt sur image.

En cette période d'été, la tentation est d'accéder à des saveurs nouvelles, légères, aromatiques, fruitées, goûteuses à souhait. La «nouvelle cuisine végétarienne» -puisqu'ici aussi on parle de cuisine nouvelle- propose des mets inventifs qui flattent autant l'oeil que le palais et assurent des recettes savamment dosées de composants toniques, dynamisants et nutritifs...

De merveilleux entractes aux couleurs de l'été qu'on appréciera d'autant plus qu'on les consommera proches de la nature.

Les salades

Laitue à l'avocat et aux noisettes

- 1 laitue**
- 1 avocat**
- 2 petites carottes**
- 4 c. à soupe de noisettes hachées**
- 3 c. à café de moutarde**
- 3 ou 4 c. à soupe d'huile de tournesol**
- 1/2 citron, sel**

Préparer la laitue en la lavant et en l'essorant. Couper les feuilles en lanières. Eplucher les carottes, les laver et les râper. Mettre la laitue dans un saladier et mettre les carottes râpées et les noisettes hachées au centre.



Préparer la sauce en mettant 2 cuillères à soupe de jus de citron dans un bol, la moutarde, l'huile, le sel. Emulsionner à la fourchette. Arroser la salade avec cette sauce et la placer au réfrigérateur pendant 10mn. Eplucher l'avocat. Le couper en morceaux et le badigeonner de jus de citron. Disposer les morceaux d'avocat sur la salade et servir aussitôt.

Salade de poivrons

- 2 poivrons verts**
- 2 poivrons rouges**
- 2 poivrons jaunes**
- 4 oignons nouveaux**
- 1 dizaine d'olives noires**
- 1 à 2 c. à soupe de Tamari**
- 4 ou 5 c. à soupe d'huile d'olive, sel**

Couper les poivrons en deux et enlever les graines. Laver les poivrons et les couper en lanières fines. Eplucher les oignons et les couper aussi en rondelles très fines.

Mettre dans un plat avec les olives noires et assaisonner avec l'huile, la sauce soja et une pincée de sel. Laisser mariner pendant 20 mn avant de servir.



Salade de choucroute au pamplemousse

- 500 g de choucroute crue**
- 1 c. à café de moutarde**
- 2 pamplemousses roses**
- 2 ou 3 c. à soupe d'huile d'olive**
- Quelques tiges de ciboulette**
- 1 c. à café de poivre en grains**
- Sel**

Peler les pamplemousses à vif en gardant les quartiers entiers. Ne pas jeter le jus perdu en les pelant, mais le mettre de côté. Préparer la vinaigrette en fouettant l'huile d'olive, la moutarde, le sel.

Ajouter le jus des pamplemousses, la ciboulette hachée et les grains de poivre. Mélanger.

Répartir la choucroute dans des assiettes individuelles et déposer harmonieusement des tranches de pamplemousse.

Napper avec la vinaigrette et servir aussitôt.

Les légumes

Clafoutis au gouda et tomates cerise

800 g de tomates cerise
200 g de gouda râpé
75 g de farine
1/4 de litre de lait
3 oeufs
Sel

Dans un bol, casser les oeufs, puis ajouter la farine et le lait en remuant énergiquement pour éviter les grumeaux. Saler. Bien



battre le mélange à la fourchette, puis ajouter le fromage râpé. Beurrer un plat à gratin, y déposer les tomates lavées et verser la préparation dessus. Faire cuire à four préchauffé (th. 5/6) pendant 35 mn environ.

Laisser tiédir avant de servir avec une salade.

Tourte de pommes de terre au chèvre

700 g de pâte brisée
1 kg de pommes de terre
3 petits fromages de chèvre
2 échalotes
2 gousses d'ail
Quelques feuilles de persil
Quelques tiges de ciboulette
1 c. à soupe de crème fraîche
Beurre
1 jaune d'oeuf, sel

Faire la pâte brisée et l'abaisser au rouleau en deux disques égaux. Tapisser une tourtière, préalablement beurrée, avec l'un

deux. Eplucher, laver et sécher les pommes de terre. Les couper en rondelles fines. En disposer la moitié sur la pâte. Saler.

Peler et hacher les échalotes et l'ail. Ciseler finement les herbes lavées. Mélanger les deux hachis et parsemer la moitié sur les pommes de terre.

Couper des tranches de fromage de chèvre et les disposer sur la préparation. Recommencer l'opération avec une autre couche de pommes de terre, de hachis et de tranche de fromage de chèvre.

Poser alors le deuxième disque de pâte en couvercle et souder bien avec la pâte du dessous en la roulant comme un ourlet.

Dessiner un cercle au centre de la pâte à l'aide d'un verre, mais sans trop appuyer. Badigeonner la surface de la tourte avec le jaune d'oeuf battu.

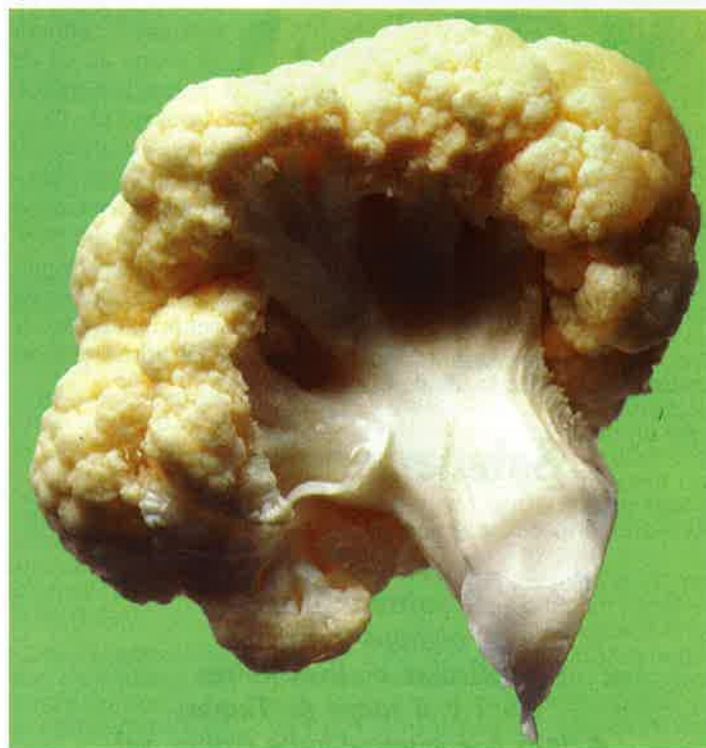
Mettre à four chaud et laisser cuire pendant 45 mn environ (th. 6/7). Si le dessus de la tourte dore trop vite, recouvrir d'un papier aluminium.

Lorsque la tourte est cuite, découper le cercle de pâte dessiné à l'aide du verre et verser à l'intérieur de la tourte la crème fraîche tiède.

Incliner la tourte dans tous les sens afin que la crème s'écoule bien. Reposer le petit cercle de pâte et servir chaud ou froid.

Chou-fleur en sauce à l'oignon

1 chou-fleur
1 petit oignon
1/4 l de lait
1 c. à soupe de farine
1 c. à soupe de noisettes
1 c. à café de moutarde
Noix de muscade
50 g de beurre, sel



Oter les feuilles vertes et le trognon du chou-fleur. Le laisser entier, le laver et l'égoutter.

Faire bouillir de l'eau dans une grande casserole d'eau salée, et y plonger le chou-fleur.

Ajouter une pincée de noix de muscade et laisser cuire pendant 25 mn environ à petits frémissements.

Pendant ce temps, préparer la sauce : peler, hacher l'oignon et le faire dorer légèrement dans une casserole avec la moitié du beurre, puis jeter la farine en pluie et laisser cuire quelques secondes en remuant sans cesse.

Arroser peu à peu avec le lait, porter à ébullition sans cesser de remuer, puis ajouter la moutarde et le sel. Retirer du feu.

Egoutter le chou-fleur lorsqu'il est cuit, le mettre dans un plat à four, puis le napper de sauce à l'oignon.

Hacher grossièrement les noix. Parsemer le chou-fleur de noix et de morceaux de beurre. Laisser dorer au four et servir aussitôt.

Oignons au cidre

1 dizaine d'oignons moyens

1/4 de litre de cidre

Huile d'olive

1 petite branche de romarin frais

1 feuille de laurier, sel

Dans une grande poêle, faire chauffer 3 ou 4 c. à soupe d'huile et y faire revenir les oignons épluchés et laissés entiers.

Lorsqu'ils sont bien dorés, y ajouter le cidre, le romarin, le laurier, le sel et laisser cuire à feu doux pendant 1/2 h environ.

Les oignons doivent être tendres et rester entiers, sans se défaire. Les retirer délicatement de la poêle et les déposer sur un plat de service chaud.

Réduire la sauce jusqu'à ce qu'elle ait la consistance d'un sirop. Recouvrir les oignons avec cette sauce et servir aussitôt. Peuvent être accompagnés de fines rondelles de courgettes frites à part et (ou) d'une céréale.

Quiche du Causse

Pâte Brisée

250 g de champignons

150 g de roquefort

150 g de crème fraîche

1 jaune d'oeuf

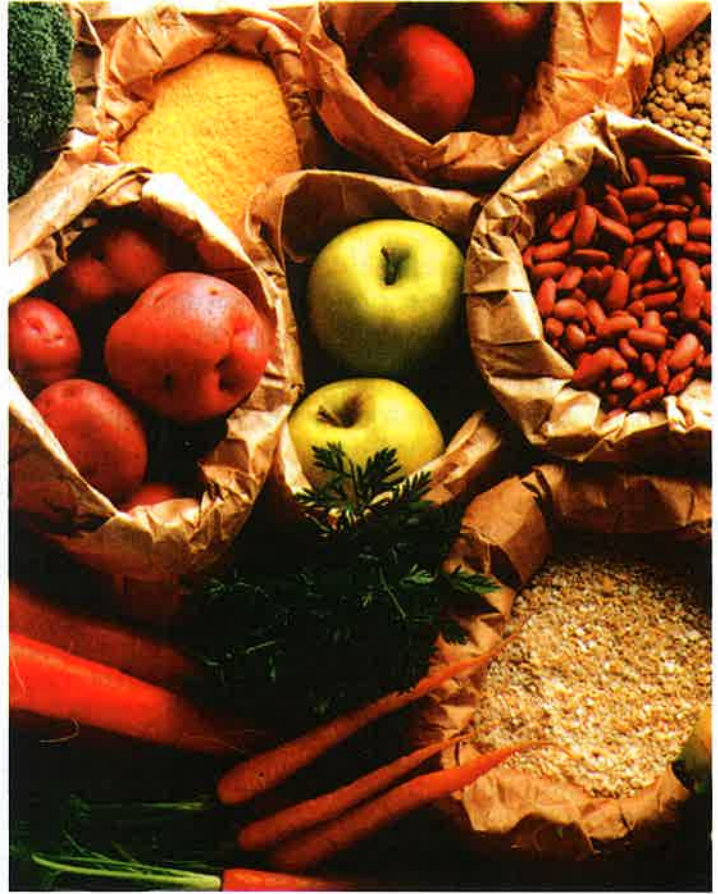
2 à 3 c. à soupe de Cognac (facultatif)

50 g de noix, sel

Enlever les pieds des champignons, laver ceux-ci, puis les couper en lamelles et les faire revenir dans une noisette de beurre.

Pendant ce temps, préparer la pâte et en garnir un moule à tarte. Dans une jatte, écraser le roquefort, ajouter la crème fraîche, les noix hachées, le jaune d'oeuf et le cognac (facultatif). Bien mélanger.

Lorsque les champi-



gnons sont cuits, les étaler sur la pâte, puis verser la crème dessus et faire cuire à four chaud (th. 6/7) pendant 1/2 heure environ. Peut se déguster chaude ou froide.

Feuilles de vigne farcies

250 g de feuilles de vigne

100 g de riz

1 oignon émincé

2 tomates

150 g de champignons

80 g d'olives noires

2 gousses d'ail

1 citron

Huile d'olive

Thym

1 feuille de laurier, sel

Faire cuire le riz en le plongeant dans l'eau bouillante (1 volume de riz pour 2 volumes d'eau).

Eplucher et émincer l'oignon, et le faire dorer dans 2 ou 3 c. à soupe d'huile d'olive.

Plonger les tomates dans l'eau bouillante quelques secondes, les peler et les ajouter à l'oignon ainsi que les champignons nettoyés et hachés finement.

Laisser mijoter une dizaine de minutes, puis ajouter l'ail épluché et pressé, les olives dénoyautées et hachées grossièrement, un peu de thym, le laurier et une pincée de sel. Laisser cuire encore 10 mn. Quand le riz est cuit, l'incorporer à la préparation. Bien mélanger.

Déposer 1 c. à soupe de farce sur chaque feuille. Les rouler et les placer côte à côte dans un faitout.

Arroser avec le jus du citron et un verre d'eau ou de bouillon de légumes. Faire cuire 1/2 heure environ. Servir chaud ou froid.

LA PEAU EN VACANCES

LA DORER SANS LA BRULER

LUDOVIC LEMOINE

Les naturistes passent pour des gens empreints de bons usages et de raison... Quand le mercure monte, ils mesurent le plaisir de vivre nus... à l'ombre, et sont donc moins impatients que les «textiles» qui, en pareille circonstance, n'ont de hâte que de filer vers les plages ou les solarium des piscines, là où les dangers de brûlures -directes ou par réverbération- demeurent les plus importants. Il ne nous semble toutefois pas superflu d'apporter là quelques précisions utiles sur les composants des produits d'hygiène solaire.

Malgré les mises en garde répétées, le culte du bronzage poursuit ses ravages, et le nombre de mélanomes malins qu'il entraîne ne cesse de grossir.

Même si l'on s'expose raisonnablement, l'application d'un produit photoprotecteur s'impose.

Ces produits ont la faculté d'empêcher un bronzage brutal, limitant ainsi considérablement les risques de brûlures, car la mélanine, une fois formée, prend en partie le relais de la filtration des ultraviolets.

L'indice de protection

Le choix de votre produit solaire doit être guidé par l'indice de protection (IP), le-

quel est le rapport existant entre le temps nécessaire pour obtenir un coup de soleil avec et sans produit. Si par exemple, sans protection, un coup de soleil survient au bout de quinze minutes d'exposition, avec un produit d'indice de protection 10, ce même coup de soleil n'apparaîtra qu'après cent cinquante minutes d'exposition. Cette indication toute théorique reste cependant très aléatoire.

Le plus simple et le plus sûr est donc de choisir systématiquement le produit offrant le plus haut indice de protection UVA et UVB, sans oublier que le calcul d'un indice repose sur une quantité de 2mg par cm².

Ce qui fait que pour bénéficier uniformément de la protection affichée, une application intégrale demande environ 40g de produit.

C'est là une quantité assez considérable, et comme, loin s'en faut, on n'en étale jamais autant, l'indice de protection doit être très nettement sous-évalué.

Une bonne protection dépend tout autant de la qualité d'un produit que de la fréquence de ses applications : après avoir transpiré ou s'être baigné, tout est à recommencer.

Les produits hydratants

S'il est primordial de garantir la peau des ultraviolets, il est tout aussi impératif de la protéger de la déshydratation qui la menace particulièrement en période estivale. Sous l'effet du soleil et des bains répétés, les mécanismes hydratants naturels de la peau sont sérieusement perturbés, aussi faut-il aider à les rétablir et à compenser son déficit hydrique.

Pour prétendre au titre d'hydratant (en réalité antidéshydratant), un produit doit répondre à un double objectif : favoriser l'absorption de l'humidité et

freiner l'évaporation, tel que le fait naturellement notre peau.

Il faut donc choisir des émulsions riches en constituants actifs : l'acide hyaluronique, substance très hydrophile extraite de la crête de coq, la glycérine ou glycérol, principe doux des corps gras, agent très actif qui est l'un des plus anciennement employés dans les préparations hydratantes, l'Aloe Vera, dont le gel est sans doute la source hydratante d'origine végétale la plus intéressante.

En associant l'un de ces actifs à des huiles végétales et à des extraits de plantes, on obtient de bons produits hydratants.

Le lait démaquillant qui associe le principe hydratant-huile d'avocat-huile de sésame-extrait de concombre, et pour la crème corps et visage, qui à ses actifs hydratants associe de l'huile de jojoba, de l'huile d'amande douce, de la cire d'abeille, des extraits de lierre et de prêle, du bêta-carotène et de la vitamine E, ont toutes les qualités pour faire une excellente crème «après-solaire».

Les radicaux libres

Le processus de vieillissement de la peau est induit par une production et un développement exagérés de radicaux libres. Face à ce facteur aggravant que constituent les rayons solaires, c'est dans notre alimentation qu'il faut puiser des substances antioxydantes, par la prise de compléments alimentaires.

La vitamine E est indispensable à l'assimilation de ces acides gras essentiels que sont l'acide linoléique et l'acide alpha-linolénique, réunis parfois sous le nom de vitamine F.

Or ces acides gras polyinsaturés jouent un rôle de premier ordre dans la qualité de la peau en prévenant sa sénescence. Associés à la vitamine E, ces acides gras se retrouvent en importante quantité dans l'huile de soja, l'huile de bourrache qui, comme l'huile d'onagre, se distingue également par une teneur très élevée en acide gamma-linolénique, autre précieux nutriment protecteur de la peau.



Photo Christian Thomas

Tout aussi intéressant est le bêta-carotène, caroténoïde qui est la forme végétale de la vitamine A.

Outre son implication majeure dans la régénération tissulaire, il compte lui aussi parmi les meilleurs antioxydants capables d'enrayer la prolifération des radicaux libres.

Il agit par ailleurs préventivement contre les ultraviolets, active prudemment le bronzage, l'harmonise et le prolonge.

Le bêta-carotène remplit uniquement une fonction préventive en préparant le terrain. Il ne doit être en aucun cas considéré

comme pouvant se substituer à un écran protecteur.

Enfin, au premier rang des nutriments «piégeurs» de radicaux libres, il faut mentionner le sélénium, par sa remarquable action antioxydante.

Le contour des yeux

La peau du contour de l'oeil, de par son extrême finesse, est fragile et vulnérable. Et là plus qu'ailleurs, les effets nocifs du soleil se font ressentir.

Il convient donc de traiter cette zone avec les égards dus à son hypersensibilité.

Un produit à base de calendula, autrement dit de souci, plante réputée pour ses vertus adoucissantes, émoullientes et vulnérinaires, associée au bisabolol, remarquable anti-inflammatoire et décongestionnant naturel, et à l'acide hyaluronique, l'un des meilleurs actifs hydratants, offrira au contour de l'oeil un moyen de défense parfaitement bien adapté à sa nature.

«L'eau de la reine de Hongrie»

Au XVII^{ème} siècle, «l'eau de la reine de Hongrie», considéré comme l'élixir de jeunesse par excellence, connut un succès considérable.

La petite histoire veut qu'en se lavant régulièrement le visage avec cette mixture de plantes aromatiques où prédominait le romarin, la reine Isabelle de Hongrie recouvra sa beauté juvénile, à tel point que le roi de Pologne en tomba éperdument amoureux et la demanda en mariage... à soixante-douze ans !

Il faut reconnaître que cette préparation était douée d'un extraordinaire pouvoir tonifiant et rafraîchissant.

On peut la retrouver dans une lotion dont la formulation est sensiblement analogue. Présentée en vaporisateur, cette nouvelle «eau de la reine de Hongrie» permet une très pratique et très agréable tonification rafraîchissante du corps et du visage.

Les cheveux

Le soleil, la transpiration, les bains, le sel agressent nos cheveux. Un shampooing tonique réunissant des extraits de cresson, d'ortie, de sauge et de romarin, plantes réputées pour leurs vertus capillaires, et traditionnellement utilisées comme fortifiant contre la chute des cheveux, semble parfaitement indiqué. Une touche d'huile essentielle de rose pour sublimer le parfum, et c'est plus que parfait pour garnir votre trousse-beauté.



Photo Rullier

L'HUILE DE ROSE MUSQUEE DU CHILI

La rose musquée du Chili est une des 1500 espèces de la famille des rosacées ; de ce fait, elle est apparentée à l'églantier. La composition de l'huile est extrêmement intéressante : elle contient environ 44% d'acide linoléique et 35% d'acide alphalinoléique. En usage interne, elle rééquilibre les prostaglandines. L'intérêt le plus connu vient de ses propriétés de régénération tissulaire, dont les applications les plus évidentes sont au niveau de la peau. En effet l'application de l'huile de rose musquée provoque sur des cicatrices hypertrophiées, hyperchromiques ou rétractiles une notable amélioration de la qualité des tissus. Sur les peaux préalablement ridées, on constate un arrêt de la progression des rides et même une atténuation des rides superficielles. Ce lait corporel à base d'huile de rose musquée, enrichie avec du beurre de karité, convient aux peaux sèches et prépare la peau à mieux vivre au soleil.



Vente par correspondance.

Maximiliano Bustos, 1 rue de la Providence, 74000 Annecy



LE TEMPS DES

Nouvelles conceptions...

par Albert Lecocq*



Qu'on le veuille ou non, les campagnes sont de plus en plus désertées au profit des grandes cités tentaculaires. C'est l'une des conséquences de notre civilisation industrielle et technologique. Ce phénomène est, dans le présent, irréversible.

En réaction à la vie concentrationnaire qui lui est imposée pendant onze mois de l'année, le moderne citadin recherche l'évasion à tout prix et cherche à organiser, souvent de longue date, le douzième mois, celui des vacances (...).

Pendant dix semaines, soixante-quinze millions d'Européens se déplaceront vers le sud, là où le soleil est garanti et la publicité touristique la mieux organisée. Les Français consacrent à cette ruée estivale la majeure partie de leur budget «loisirs» qui s'élève annuellement à trente milliards de nouveaux francs. Motorisé, transistorisé, souvent soumis à des horaires précis, l'Homme du XX^{ème} siècle va devoir ramper interminablement, suant, nerveux, le long des nationales surencombrées. A considérer les plages noires de monde, où chaque mètre carré est âprement disputé, on est obligé d'admettre qu'on a simplement changé, pour un moment, d'univers concentrationnaire.

L'estivant de notre temps est-il satisfait ? Trouve-t-il pendant ses vacances, la détente salutaire, la liberté tant espérée, l'euphorique plénitude ? Revient-il ensuite, reposé, revitalisé ? Il serait risqué de l'affirmer.

Qu'on ne voit ici aucune critique à l'égard des offices de tourisme, des agences de voyages, des syndicats hôteliers et de quiconque s'emploie à aménager les loisirs d'autrui. Tous sont utiles et ont leur place dans la société ; la plupart font leur travail avec la plus haute conscience professionnelle et leurs services correspondent à des besoins constamment accrus. Beaucoup d'usagers regagnent la cité,

éblouis de soleil, de couleurs et de paysages. Les structures collectives permettent en outre des réalisations qui seraient financièrement inabordables à l'échelon individuel.

On se demande toutefois si les formules des loisirs, en général, et des vacances, en particulier, n'exigeraient pas d'être complètement repensées (...). Les naturistes semblent ouvrir la voie à de nouvelles conceptions.

D'abord, ils font une distinction subtile entre liberté et libération, deux notions qui, pour eux, ne sauraient se confondre (...). Ensuite, sans rechercher pour autant l'absolue solitude, ils manifestent peu d'engouement pour les lieux de rassemblement pléthorique ; il existe encore, en France comme ailleurs, des endroits peu fréquentés dont on peut se satisfaire avec profit à condition d'admettre et d'aimer une vie un peu rustique.

Enfin, il faut savoir se passer de certains plaisirs mécanisés et artificiels dont l'existence urbaine finit insidieusement par vous donner le goût. L'apprentissage de la nature est enrichissant et créateur de joie. Cette échelle très différente des valeurs, les naturistes en ont le sentiment plus qu'ils ne l'expliquent (...).

Le monde naturiste est en marche. Il n'a pas encore découvert toutes ses formules de loisirs ; il tâtonne, certes. Pour l'instant, on s'efforce de s'adapter à des tendances peu ou mal exprimées(...).

Déjà des financiers avisés commencent à comprendre les idées des naturistes (...). De là à transposer sur le plan «textile» les aspirations et les velléités naturistes, il n'y a pas loin. Le phénomène est amorcé. Ou bien faut-il nous réjouir qu'une partie de notre idéologie gagne progressivement la société de notre temps ? L'avenir nous l'apprendra...

* In La Vie au Soleil - juillet-août 1965. Extrait de l'édito. Albert Lecocq fête alors ses soixante ans.

Photo LA VIE AU SOLEIL N° 124 - JUILLET-AOÛT 1969



La Vie au Soleil
n° 98
Mars-avril 1965



La Vie au Soleil
n° 90
Nov-déc. 1963

VACANCES !

Bons Belges, maudits Français et autres d'ailleurs...

Dans la mémoire des anciens naturistes, l'on se souvient, avec nostalgie, des débuts du naturisme. C'était le temps du naturisme à l'état pur. On était fier d'être naturiste et on avait envie de proclamer à tous, que nous nous sentions libres, d'évoluer ainsi, nus au milieu d'un environnement naturel, que nous respectons (...).

En ce temps-là, le naturiste était considéré comme un doux-dingue, par une large part de la population, et si certains affichaient, par défi, leur appartenance au mouvement, d'autres, par contre, n'osaient même pas l'avouer à leurs parents proches (...).

Je me souviens, que le naturisme avait des disciplines diverses, selon le pays où il était pratiqué. Ainsi au premier rang des puristes en la matière se trouvaient, bien sûr, les Suisses. Les naturistes suisses se devaient de manger modérément, de façon diététique et végétarienne si possible. Interdiction, sous menace d'expulsion, de boire de la bière ou de l'alcool. Et bien évidemment, défense de fumer. Le port du bijou ou tout étalage ostentatoire de luxe était proscrit. Les enfants se devaient de jouer calmement, sans déranger, et étaient obligatoirement mis au lit à vingt heures. Cela était le parfait naturiste Suisse ! Les naturistes français se distinguaient par un naturisme éclectique et pur où la philosophie était le maître-mot, c'est dire que la dialectique s'épanouissait dans tous les sens. Allez donc dire aux Français de cesser d'être bavards et gaulois à la fois. Et comme de bien entendu, ils se considéraient comme le fer de lance du naturisme en Europe. Et si c'était vrai ! De plus nos amis Français avaient le paradis naturiste sur terre - la nature fraîche et pure de la plus grande forêt de France (les Landes) et un Océan Atlantique s'écrasant en vagues fracassantes sur des plages vierges et immenses. Ce fut, pendant longtemps, le

paradis. Et les nostalgiques de ce temps-là se comptent par milliers.

Le naturiste Belge, lui, se devait de suivre, dans un premier temps, cette ligne pure et toute nouvelle de la philosophie naturiste. Mais allez donc dire aux Belges de suivre une méthode ou un style rigoureux, il aura tôt fait d'accommoder tout cela à sa manière. Autant dire que nous obliger, au pays de Breughel, de ne plus boire de la bière, de manger diététiquement sans nos moules et nos frites, et qu'en bon épicurien, nous devions nous priver d'une bonne bouteille de vin, c'était trop demander. Et que si nous devions sacrifier à toutes ces exigences le mouvement naturiste n'aurait été qu'un feu de paille.

Aussi en bons Belges, nous avons retroussé nos manches et avons construit de nos mains laborieuses, des clubs naturistes* sympathiques, accueillants et confortables pour l'époque. La convivialité était de règle, le sport fort apprécié et bien organisé. Mais n'en déplaise aux naturistes Suisses, nos barbecues étaient bien garnis, et il ne nous fallait pas de circonstances exceptionnelles pour apprécier - avec modération ! - une divine bouteille.

Cette façon de connaître le naturisme, nous mettait en dehors du temps et un peu à l'abri de cette «évolution démocratique excessive» qui allait bouleverser le monde des loisirs, des vacances... et des moeurs.

Victor Vanden Avont
(Membre Phoebus - Bruxelles)

* Il faut savoir que l'adhésion à un club naturiste, ne se faisait pas aisément. Et qu'il fallait à l'époque, accepter qu'un délégué du club vous rende visite, à votre domicile, pour établir une enquête, sur votre façon de vivre, et surtout, sur vos raisons valables d'aborder le naturisme. En fonction de quoi, le club acceptait votre adhésion, souvent un parrainage était nécessaire. C'est dire, que l'on ne se bousculait pas au portillon !



rétrospective

La Vie au Soleil
n° 59
Mai-juin 1958



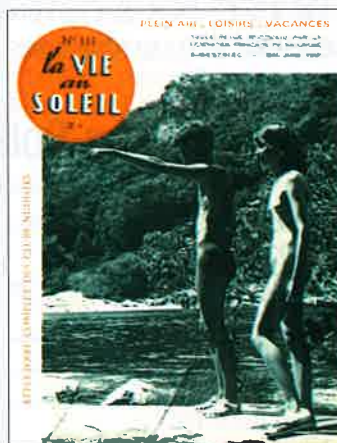
La Vie au Soleil
n° 117
Mai-juin 1968



La Vie au Soleil
n° 81
Mai-juin 1962



La Vie au Soleil
n° 124
Juillet-août 1969



La Vie au Soleil
n° 111
Mai-juin 1967

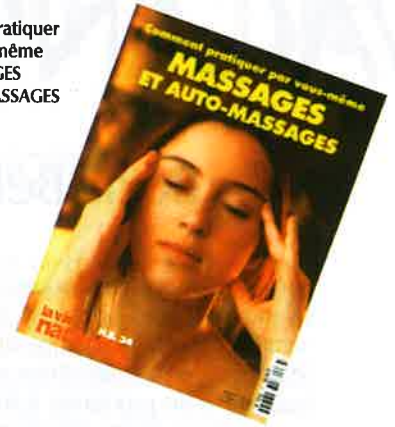
FAITES COMME EUX



VITALITE ET LONGEVITE
DES CHIENS ET DES CHATS
par une nourriture
et des soins naturels



Comment pratiquer
par vous-même
MASSAGES
ET AUTO-MASSAGES



Abonnez-vous cet été... 3 possibilités :

ABONNEMENT D'ESSAI : 70 F pour recevoir dès parution les trois prochains numéros
y compris le guide 97 des centres de vacances naturistes

ABONNEMENT 1 AN : 120F et en cadeau un ouvrage passionnant et complet.

Au choix :

n°1: *Vitalité et Longévité des Chiens et des Chats par une nourriture et des soins naturels*

n°2 : *Comment pratiquer par vous-même Massages et auto-massages*

ABONNEMENT 2 ANS : 220 F et un cadeau tout à fait exceptionnel :

1 flacon de 30ml d'huile de la Rose Musquée
du Chili, d'une valeur commerciale de 90 F.

Le résultat est un véritable lifting
naturel.

Cette contenance permet des
applications pendant environ un mois,
deux fois par jour (matin et soir).

*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*



DANS LE PROCHAIN NUMERO :

L'album de l'été, et vos 50 meilleures photos primées... Les fameux thermes de Caracalla au banc d'essai face à la concurrence
Les saunas, piscines et espaces-formes naturistes. Des reportages inédits, des rubriques nouvelles (tourisme d'hiver, beauté,
sports, enfants) et toutes les rubriques habituelles

Enfin... notre grande enquête sur les femmes qui s'affichent et notre sondage exclusif pour construire avec vous le journal qui
vous ressemble sous le titre qui nous rassemble. (nombreux lots, dont des séjours, à gagner)

A ne manquer sous aucun prétexte...!

S'abonner, c'est le plus beau et le plus simple de vos témoignages d'amitié !

PROFITEZ DE L'ETE POUR OBTENIR DES CADEAUX

envoi discret sous film opaque sans marque extérieure

Bulletin d'abonnement La Vie au Soleil/Le Nouveau Naturiste

Je désire profiter de l'abonnement à l'essai pour **70 F** et recevoir les 3 prochains numéros y compris le guide 97 des centres de vacances naturistes

Oui, je m'abonne à La Vie au Soleil/Le Nouveau Naturiste pour douze mois (5 numéros - parutions : mars, mai, juillet, novembre, janvier) pour seulement **120 F** + 1 livre cadeau (Tarif pour l'étranger : 160F).
Je choisis l'ouvrage : No 1 No 2

Je m'assure ce service pour 2 ans (tarif garanti malgré l'augmentation prochaine du prix de vente au numéro qui est actuellement de 294 F ; je réalise ainsi une économie de plus de 30%) pour seulement **220 F** + un flacon de la Rose Musquée du Chili (Tarif pour l'étranger : 280 F)

Nom _____ Prénom _____

Adresse _____

Code postal _____ Ville _____

Pays _____

CI-Joint un règlement de 70 F pour un abonnement à l'essai - CI-Joint un règlement de 120 F et je reçois le livre choisi - CI-Joint un règlement de 220F et je reçois un flacon de la Rose Musquée du Chili.

Envoyez sans tarder votre bulletin d'abonnement et votre règlement à l'ordre de
Sté Arys, service abonnement, 8 rue Darwin, 75018 Paris - Tél. 42 59 83 60

LES VRAIES RICHESSES ou «des pistes pour vivre plus simplement»

Pierre Pradervand

Ce n'est pas là un livre que l'on vous suggère de lire ; c'est un ouvrage qu'on voudrait presque exiger que chacun ait un jour entre les mains. Pierre Pradervand, sociologue, formateur, consultant, journaliste aussi, a voyagé dans plus de quarante pays des cinq continents.

Avec l'humilité qui gagne obligatoirement tous les gens du voyage qui ne voient des pays visités que les danses folkloriques près de la piscine, il nous livre sa conclusion qui nous interpelle tous : «il est possible de vivre mieux avec moins, d'atteindre une qualité de vie très supérieure grâce à la découverte des richesses qui sont avant tout immatérielles».

Très vite, on est rassuré sur le côté raisonnable du bonhomme : pas question de quitter l'avenue Foch, la rue de la Paix ou même Brest ou Niort pour aller élever des chèvres sur le Larzac. Ça on a déjà vu, lu et entendu. Simplement, entre pléthore et pénurie ; entre le trop individuel et le tout collectif, il y a place pour la mesure juste, pour le bon sens. Donner un sens à sa vie,

voilà qui obsède notre auteur qui souscrit volontiers à l'idée que l'intelligence consiste à s'interroger. Le sens appelle la cohérence, donc l'harmonie, l'expression, l'épanouissement. C'est tout simple !

Cet extraordinaire bouquin livre donc des pistes pour vivre plus simplement, montrant sans avoir à le dire que le bonheur est dans le pré. Certes, la pensée naturiste nous a amené ici à redéfinir des valeurs plus vraies, à souligner tout l'avantage de l'être sur l'avoir, sur le paraître ou sur les formes les plus sales du pouvoir ; à inviter nos prochains à vivre intensément l'instant présent mais on relit toujours avec plaisir des développements d'idées auxquelles on souscrit complètement. Et puis, ici, chacun des huit chapitres, ouverts par des citations d'auteurs habilement choisies, permet de lisser parfaitement tous les chemins de la vie en sachant englober, dans un discours clair, précis et finalement optimiste les dimensions économiques, sociales, culturelles, écologiques et spirituelles qui jaugent l'état de notre ouverture à nous-même, aux autres, à l'environnement.

«Toutes les fleurs de l'avenir sont dans la semence d'aujourd'hui», dit la sagesse populaire. Voici livré avec monnaie sur cent francs les graines de l'espoir.

C.T.

Editions Jouvence 1996.
256 pages, 96 FF, 26 FS.

SAISONS ET CLIMATS

Jean-Noël Darde

Le sérieux de ce guide, lancé pour la première fois voici à peine quatre ans en fait aujourd'hui une valeur-étalon indispensable à qui ferme la porte de sa chaudière pour débiter un beau voyage, dans l'Hexagone ou en tout autre endroit de la planète. Combien de touristes voit-on encore partir avec des gros pulls en janvier en Australie ? Combien de midinettes en vacances au bord de la mer voit-on grelotter en mini-robe et espadrilles au sommet du Teide, le culminant de l'Espagne, accessible il est vrai en à peine une heure mais perché à plus de trois mille mètres d'altitude et coiffé de neiges éternelles ?

L'édition 1996-97 contient 50 000 données climatiques extrêmement fiables précisant, pays par pays, région par région la température de l'air, les temps et la force de l'ensoleillement, le ni-

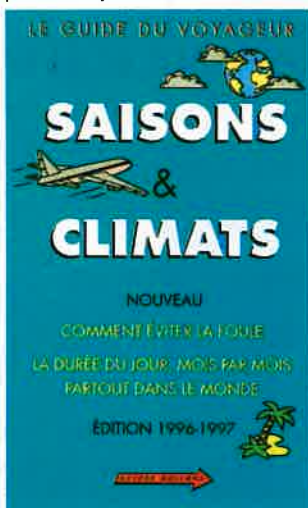
veau des précipitations. Naturellement la partie concernant «la santé en voyage» intègre les toutes dernières données concernant le paludisme.

Cette quatrième édition présente deux nouvelles indications transversales particulièrement bienvenues : une série de douze cartes, une pour chaque mois, indiquant la durée du jour dans tous les pays de la planète ; une rubrique «foule» précisant pour chacun des pays les plus visités, les mois de plus forte affluence, les mois «creux» et les composantes nationales du flux touristique.

Jean-Noël Darde, maître de conférence à Paris VIII, nous retire le droit à l'erreur. Une liberté qui s'en va, c'est frustrant ; un choix plus sûr, c'est rassurant.

C.T.

Editions Balland
426 pages, 139 F.



GUIDE DES HOTELS DE FORMULE ECONOMIQUE

Etienne Echegut

Un géant petit bouquin format poche qui rend mille et un services aux voyageurs que nous sommes, accrochés à nos volants d'autos pour nous rendre sur nos sites de vacances. On connaît les catastrophes qu'engendre la fatigue mais... on ne s'arrête pas pour économiser trois francs et six sous. Ce petit guide extrêmement pratique invite précisément à marquer la pose dans l'un de ces sept cent sept hôtels (une étoile généralement) qui offrent un, deux ou trois lits (parfois quatre) pour des prix oscillant entre 119 et 199 F. D'aucuns diront que ce n'est pas encourager ici la bonne hôtellerie traditionnelle. C'est peut-être aussi une façon de recon-



cilier le Français avec l'hôtel, réputé cher... ! En tout cas, les enfants adorent et tout le monde s'y retrouve. Vous choisissez une ville étape et vous repérez tout de suite les propositions qui vous y sont faites. Il suffit alors de téléphoner (quelques heures avant suffisent ; parfois même quelques minutes) et vous voilà heureux de vous diriger vers une étape qui rend le voyage supportable. Pour chacun des établissements, on vous précise la situation, la façon d'y accéder, les formules de restaurations aux environs, et des tas d'autres précisions utiles : stations-service et distributeurs les plus proches, kiosques à journaux, centres commerciaux, pressing, cinémas, piscines. En prime le calendrier des fêtes, des foires, des festivals et des salons pour prévoir vos déplacements dans les deux-cent-cinquante-quatre villes et agglomérations recensées. Et si vous en voulez encore, voici sans supplément les fréquences FM des principales radios et même les tarifs autoroutiers.

Le vade mecum du voyageur à garder précieusement dans la boîte à gants de la voiture : il rentre même dans les plus petites !

C.T.

Editions Manitoba 1996
422 pages, 73 F.

LE SEXE DES EMOTIONS

Alain Braconnier

Curieuse étude que celle-là. D'aucuns la jugeront sans doute sexiste car l'auteur qui a pourtant signé un bouquin intitulé «Tout est dans la tête» veut ici nous dire que suivant qu'on naisse dans une rose ou dans un chou, la hiérarchie de nos émotions différera. Qu'on le veuille ou non. Bien sûr, le cas général n'existe pas... Et n'en déplaît à qui veut loger l'espèce humaine dans des moules, il existe heureusement des hommes qui ne se cachent pas pour pleurer, qui ne sont pas totalement dépourvus d'intuition et de créativité. Toutes les femmes ne sont pas angoissées, soumises et il s'en trouve même pour afficher une bonne dose d'orgueil.

En fait, ces différences qui apparaîtraient dès les premiers mois de la vie procèdent surtout du partage des rôles dans les couples et les familles : on peut donc espérer un partage différent d'un cas à un autre qui n'empêchera jamais la complémentarité et le bonheur que nous aurons à partager nos différences.

Psychiatre, enseignant à Paris V, directeur du Centre psychothérapeutique du XIII^{ème} arrondissement de la capitale, Alain Braconnier sait nous tenir des propos toujours riches et précis qui témoignent d'une respectable érudition. Ses compétences font s'insérer dans cet ouvrage adroit que tout le monde aura envie de consulter puisque chacun se sent concerné d'intéressants tableaux sortis d'études cliniques qui nous renseignent sur nos incidences comportementales quel que soit notre sexe. Ainsi vérifie-t-on qu'un manque affectif ou des conflits entre parents ont énormément plus d'incidence chez un enfant qu'une séparation, voire la mort d'un de ses géniteurs.

Une bonne lecture pour les vacances, intéressante à mener à quatre yeux...

C.C.

Editions Odile Jacob, 1996
216 pages, 120 F.

ALAIN BRACONNIER

LE SEXE DES EMOTIONS



CONCERTO POUR UN DUO

Paule Picard

Derrière un titre digne des éditions Harlequin, et affublé d'un sous-titre tiré du même tonneau -«pour faire rimer amour avec toujours», voici un ouvrage qui pourra servir de calmant à bien des ménages. La dame d'expérience qui l'a commis, journaliste depuis un quart de siècle dans la presse populaire sait extraire du courrier des lecteurs -et des lectrices- les grandes règles pour trouver des solutions à tout ce qui peut paraître problème ; des anti-sèches pour pallier l'ignorance des choses de la vie. S'il ne garantit ni l'amour ni la vie éternels, le bébé de papier de Madame Paule incitera à opter pour toute forme de pensée lucide et positive.

C.C.

Editions Dangles,
1996
93 F.



IMAGES DE LA JUSTICE

Robert Jacob

Subtil ouvrage d'art que celui-là. Robert Jacob, juriste et médiéviste, Chercheur au CNRS et professeur de droit à l'Université de Liège, est passionné par l'histoire de la justice et par celle de la famille, passion témoignée par plusieurs ouvrages déjà parus.

Quelle image de la Justice avez-vous ? La question appelle généralement un commentaire oral évasif ou un jugement de valeur bien affirmé. La réponse du professeur Jacob est bien plus ambitieuse. L'image est ici prise au sens premier et c'est sur les représentations iconographiques traditionnelles qui ont traversé le temps pour illustrer le Tribunal et la Loi que la recherche s'est tournée. Seule une «culture d'images» semble pouvoir expliquer comment une Europe, unie au départ pour une culture judiciaire fortement ancrée dans le christianisme, a engendré des pratiques aussi différentes d'un pays à un autre lorsqu'une «distance s'est établie partout entre Dieu et le droit»

Savons-nous aujourd'hui lire ces symboles ? Pourquoi, par exemple, l'allégorie féminine de la Justice a-t-elle si souvent les yeux couverts par un bandeau ? Pour-

quoi les positions respectives du juge, du demandeur et du défendeur sont-elles souvent identiques ? C'est dans l'interprétation des enluminures, des peintures, des sculptures dédiées à la Justice que nous entraîne cet essai impeccablement illustré : c'est là qu'on lira les réponses à ce désordre si bien organisé.

C.C.

Ed. Le Léopard d'Or,
250 F.



LA PLUS SIMPLE FAÇON DE CONTACTER SES PROCHAINES VACANCES D'ÉTÉ

3615 NATURISM 0,99 Frs/mn

MINITEL DES VACANCES ET LOISIRS NATURISTES

VERA PLAYA

Centre résidentiel



VACANCES NATURISTES EN ANDALOUSIE

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

TTTTT OUVERT TOUTE L'ANNÉE TTTTT

LES BOULES ET LES BOUCHONS

La pétanque, dont l'origine curieuse vient d'une expression méridionale «pès tanqués, qui signifie «pieds joints» était déjà à l'honneur chez les Grecs, puis chez les Romains. Aujourd'hui, la France compte plus d'un demi-million de joueurs licenciés ! Il va sans dire que notre ami André Dupon, bien connu de tous au théâtre comme à l'écran, ne chantera pas que pour une minorité ! Voici un petit air ensoleillé à fredonner cet été, avec ou sans l'accent de Pagnol...



Egalement disponible en cassette
Contact : Distribution Discadanse, Esp. Cial Fréjorgues, 165 av. de Rolland Garros, 34310 Mauguio. Tél. 67.20.26.36.

SE COMPRENDRE AVEC OU SANS MOTS

Thierry Tournebise

Très intéressante étude que celle-là. N'en déplaie aux poètes, linguistes et philosophes qui ont étudié le langage sous toutes ses formes, tout n'est pas affaire de mots pour se comprendre et communiquer. On dit même ici que lors d'une conversation l'aspect purement verbal ne représente qu'un dixième du flux d'informations. En clair, on ne peut jamais être

sûr d'être compris quand on n'utilise que les mots. La pensée, les gestes, les intonations, les attentions se lisent aussi et c'est donc une invitation, encore une, à devenir naturel qu'on nous lance ici. Authentique, nous ne devenons pas un autre, nous cessons d'être un autre.

Formateur et consultant en relations humaines, Thierry Tournebise sait montrer combien tant dans la vie privée que dans le domaine professionnel, il importe de n'être pas seulement en relation, mais vraiment en communication.

C.C.

Editions Dangles 1995
320 pages, 120 FF



LE GUIDE DE L'EDUCATEUR NATURE

Philippe Vaquette

Philippe VAQUETTE le guide de l'éducateur nature

43 JEUX D'ÉVEIL SENSORIEL



Précieux bouquin que celui-là, providence pour les animateurs de clubs-enfants de 3 à 14 ans, et bien sûr aussi, tout au long de l'année pour les enseignants, les éducateurs et les parents soucieux de favoriser l'éveil des 5 sens des enfants et de procéder, par le biais du jeu à une éducation à l'environnement qui ne sera jamais ennuyeuse.

Le cadre des centres naturalistes permet de tester immédiatement l'adhésion des gamins aux quarante-trois propositions de jeux sensoriels livrés ici pour voir, entendre, toucher, sentir et goûter la nature ; pour la mieux connaître aussi, pour la comprendre.

La première partie de l'ouvrage, très structurée explique largement la démarche qui va de la réflexion à l'action. La dernière partie se veut répertoire «écopédagogique» : c'est là un répertoire d'adresses des centres permanents et des réseaux régionaux d'initiation à l'environnement avec contacts aussi pour atteindre le réseau «école et nature», contacter les «éco-écoles» et nouer partenariat avec des fermes pédagogiques. Le jeu, c'est trop sérieux

pour qu'on le confie à des rigolos !

C.T.

Ed. Le Souffle d'Or, 1996
240 pages, 96 F.

SELECTION ENFANTS

La nouvelle collection «Espace d'observation» des éditions La Nacelle, permet aux enfants de découvrir la nature et ses merveilles. Par de simples jeux d'observation, votre enfant va apprendre à examiner à la loupe les moindres recoins de la nature. Avec ou sans l'aide d'un médiateur, cette collection pratique et ludique emmènera petits et grands au centre de la vie.

POUR AIDER A MIEUX VIVRE, ou les outils de la PNL au service de la relation d'aide

Christiane Grau

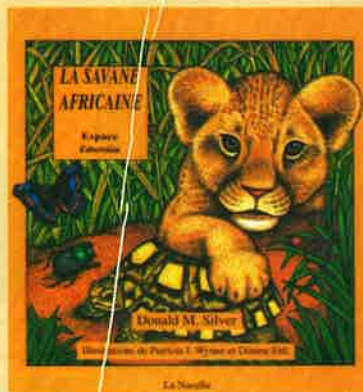
La PNL -autrement dit la programmation neuro linguistique-, c'est -derrière une formulation qui ne respire pas la simplicité- un outil très simple et utilisable par tout le monde pour substituer le «comment je peux y arriver» au «pourquoi je n'y parviens pas ?» Principe essentiellement positif qui permet, face à toute situation du quotidien, une analyse rapide et directe qui engendre des solutions logiques, faciles et inventives.

Chaque individu réagit différemment face à une même problématique. Difficile de ne pas respecter les sensibilités de chacun. Pourquoi alors s'attarder à disséquer la cause d'un phénomène ? Mieux vaut s'intéresser à l'effet produit et à rechercher l'issue souhaitée par chacun. A ce moment là, plutôt que de se s'occuper des limites du possible, on s'attachera à inventorier avec optimisme les ressources sur lesquelles chacun peut compter pour atteindre son objectif. Sympa ! Non ?

C.T.

Editions Jouvence 1996
130 FF, 36 FS.

LA SAVANE AFRICAINE



Les zèbres, les antilopes et les girafes côtoient les singes, les caméléons, les éléphants et les phacochères. Comme un vieux broussard, notre jeune lecteur va identifier toutes les plantes et tous les animaux de la savane africaine. Des pages qui grouillent de dessins, de croquis et de petits textes pour constater combien tous les éléments de cet écosystème dépendent les uns des autres.

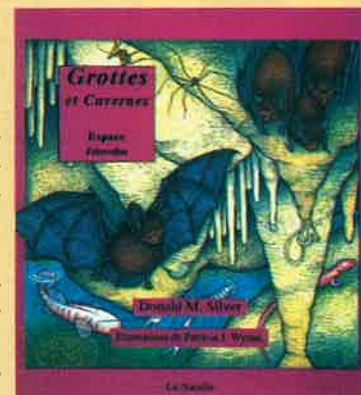
48 pages - 24x24 cm - 75 F

GROTTES ET CAVERNES

Ce petit documentaire très bien élaboré fera de votre enfant un spéléologue confirmé, capable d'inventorier toute la faune, la flore et les minéraux que l'on peut trouver dans ces espaces souterrains. L'ouvrage qui comprend une foule d'illustrations s'articule autour d'une véritable visite guidée.

Chaque page invite le jeune lecteur à utiliser ses sens, à tenter de menues expériences et à s'émerveiller de la richesse des profondeurs.

48 pages - 24x24 - 75 F.

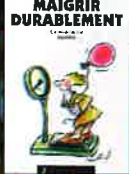




**Editions
Jouvence**

**des livres
pratiques
à prix sympa !**

Format 10.5 x 21 - 96 pages
Prix 29 FF



*des questions claires
des réponses précises
des auteurs qualifiés*

KOUSMINE AU QUOTIDIEN

DR A. DENJEAN - L. SERRE

TERRAIN ACIDIFIÉ

JACQUES FONTAINE

EQUILIBREZ VOTRE POIDS

DÉSIRÉ MÉRIN

LA PAUSE DE 90 SECONDES

ROLF HEIKERT

MAIGRIR DURABLEMENT

DÉSIRÉ MÉRIN

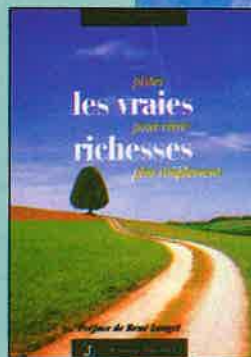


vivre autrement

LES VRAIES RICHESSES

**PIERRE
PRADERVAND**
*Pistes pour vivre
plus simplement*

Existons-nous d'abord par les signes extérieurs de richesses et de prestige ? ou par notre capacité à aimer, à partager et manifester la joie de vivre ? Cet ouvrage très complet indique avec clarté et humour qu'il existe des alternatives au stress d'une société prise au piège d'elle-même.



256 pages - 96 FF

SUCCÈS: DITES OUI !

JUSTIN BELITZ
*Les pouvoirs de la visualisation
et de la pensée positive*
Nous avons tous en nous des pouvoirs potentiellement illimités; car la vie est le résultat des choix que nous faisons. Une voie simple vers la paix intérieure et l'équilibre harmonieux entre succès matériel et succès intérieur.
144 pages - 85 FF

vivre près de son corps

LA FEMME LUNAIRE

MIRANDA GRAY

Les forces du cycle féminin

Avec une préface de Paule Salomon

Le cycle menstruel n'est pas une addition de symptômes pathologiques qui gênent la femme dans l'expression de sa personnalité. Bien au contraire, il est un processus dynamique qui joue un rôle actif et positif dans son évolution physique, sexuelle, émotionnelle, intellectuelle et spirituelle.
224 pages - 130 FF



**LES BAINS
DÉRIVATIFS**

FRANCE GUILLAIN
*Un moyen de santé,
simple, efficace et gratuit !*
Mouiller son sexe à l'eau froide... intelligemment... et redécouvrir ainsi une compétence archaïque permettant l'élimination des toxines. En usage dans trente-deux pays au moins mais dont personne n'ose vraiment parler, par pudeur peut-être... Vous ne croyez pas aux miracles ? Essayez...
156 pages - 85 FF



découvrir son couple

RÉUSSIR SON AMOUR

MICHEL HOKY
ET NATHALIE BITTMANN

Vivre heureux... à deux

L'homme et la femme sont différents biologiquement; cela a des répercussions importantes sur leurs comportements et leurs relations d'intimité. Les hommes mettent en avant la sexualité, les femmes la tendresse.

Les auteurs abordent les sujets essentiels de toute relation et transmettent ainsi une part importante de l'expérience qu'ils ont acquise au cours de milliers de consultations.
180 pages - 100 FF



LE COUPLE SUBLIMÉ

S. SARASWATI
ET B. AVINASHA

Manuel de sexualité tantrique
Nombreuses illustrations

L'approche de la sexualité par le yoga tantrique ouvre de nouvelles visions et des possibilités d'épanouissement dans l'orgasme partagé et nous offre peut-être le seul vécu mystique authentique que nous aurons l'occasion de vivre jamais. Vous apprendrez à créer et conserver votre énergie sexuelle, la faire circuler dans votre corps afin de vous guérir et vous régénérer, vous relier au cosmique et reconnaître la divinité qui est en vous.
272 pages - 130 FF

BON DE COMMANDE à retourner à :
EDITIONS JOUVENCE - BP 7
74161 ST-JULIEN-EN-GENEVOIS CEDEX

Je commande les ouvrages suivants :
.....
.....
.....

Nom, Prénom

Adresse

Code postal

Ville

Participation aux frais de port : 25 FF
Gratuit dès 5 articles commandés
Paiement par chèque à la commande.

CATALOGUE GRATUIT SUR SIMPLE DEMANDE

**Pour toute commande
de 3 articles
nous vous offrons**

**RENCONTRES AVEC DES
GENS EXTRAORDINAIRES**
par l'Artimon (valeur 100 FF)

OU

**IMMUNITÉ ET BIOLOGIE DE
L'HABITAT** par G. Altenbach et
B. Legrais (valeur 90 FF)

(Cocher le cadeau souhaité)

**EN VENTE EGALEMENT
EN LIBRAIRIES ET DIETETIQUES**

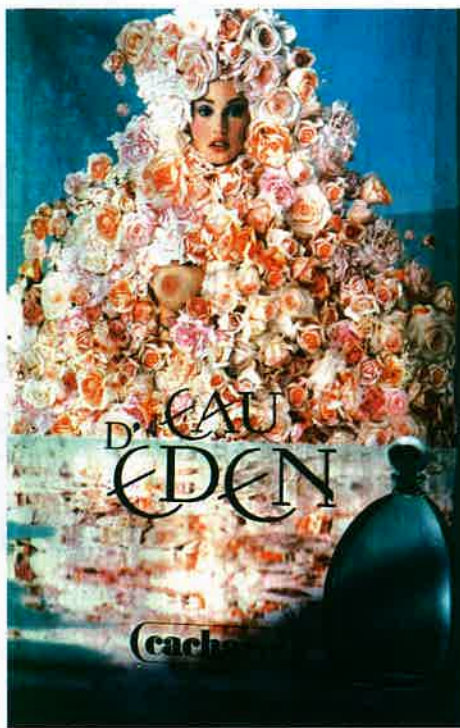
CONCOURS PHOTOS ETE 96

autour de 3 thèmes

CONCOURS



1. Nus insolites



2. Nus qui s'affichent



3. Nus symboles

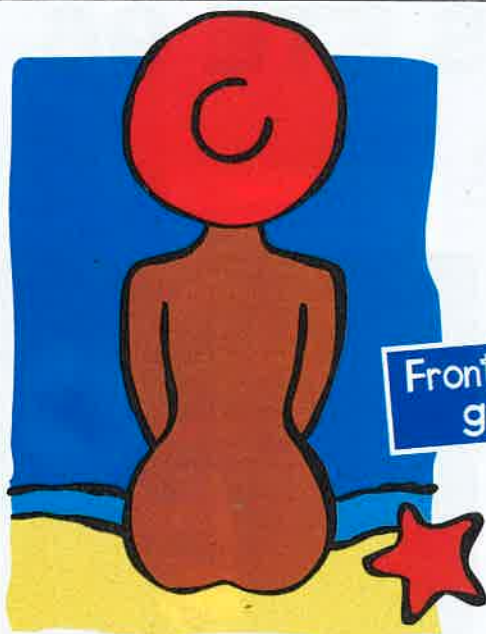
**Il s'agit bien sûr de trois concours différents
qui seront chacun dotés de prix spéciaux
(séjours, ouvrages d'art, abonnements, gadgets)**

LE CONCOURS EST OUVERT A TOUTES ET A TOUS :

- Pour concourir, il suffit d'envoyer avant le 30 septembre 1996, délai de rigueur, à Concours photos La Vie au Soleil, 3 impasse de la ferme, F-94210 La Varenne, les photographies que vous souhaitez soumettre à l'appréciation du jury accompagnées d'une autorisation écrite pour publication, du photographe et des personnes photographiées (ou de leur représentant légal). Les compétiteurs mineurs doivent obligatoirement joindre une autorisation parentale.
- Les documents doivent se présenter sous forme de diapositives (de préférence) ou de tirages sur papier de bonne qualité.
- Les «nus insolites» doivent mettre en scène des personnages nus dans des situations où le nu n'a généralement pas sa place (ex. dans une rue, dans un autobus, aux sports d'hiver, la nuit,...) : les montages et trucages sont autorisés.
- Les «nus qui s'affichent» doivent s'inspirer de publicités pour lesquelles le nu sert de support. Nous accepterons les clichés d'affiches et les «fausses publicités» montées par nos lecteurs.
- Les «nus symboles» doivent traduire en une image toute la symbolique du naturisme avec bien sûr liberté pour le photographe d'y exprimer une vision originale. Les «nus symboles» peuvent aussi, plus simplement, nous offrir de «belles images» du naturisme, voire une proposition d'image de référence pour illustrer le titre La Vie au Soleil.
- Les documents envoyés à La Vie au Soleil restent acquis au journal et ne seront pas retournés (sauf accord écrit de la Direction pour documents spéciaux).
- Un même compétiteur ne peut présenter plus de vingt clichés par catégorie.
- La Vie au Soleil et Arys SARL s'engagent à primer les photos publiées dans les quatre semaines suivant parution.
- Renseignements complémentaires : 3615 code VESOLEIL (sans intervalle).

RAPPELS :

une date butoir pour la réception des photos : **30 septembre 1996**
une seule adresse : **Concours photos La Vie au Soleil,**
3, impasse de la ferme, F-94210 La Varenne



Front de mer
garanti

Vos vacances les pieds dans l'eau

Demandez notre documentation gratuite et les tarifs 96,
ainsi que nos offres promotionnelles.

Tel. 67 32 09 61

Le sérignan plage
NATURE
CAMPING VILLAGE NATURISTE
MÉDITERRANÉE

La mer fait bouger vos vacances

Camping Le Sérignan-Plage Nature. Languedoc-Roussillon. F-34410 SERIGNAN. Fax. (33) 67 32 26 36.

Haute Saison

Koad ar Roc'h



Photo Georg Kaletta - Allemagne

CENTRE NATURISTE INTERNATIONAL DE BRETAGNE

**AU COEUR DU PLUS CHAUD
MICRO-CLIMAT DE LA BRETAGNE
AUTOUR D'UN CHATEAU MEDIEVAL
DOMINANT LE CENTRE**

**110 Hectares
et
2 lacs naturistes
(4 et 3 ha)**

CAMPING-CARAVANING
LOCATION de BUNGALOWS et MOBIL-HOMES
Emplacements à l'année disponibles
et club d'accueil pour les régionaux

Baignade, petit bateau et pêche - Mini-club enfants - Aire de jeux
et stages pour tous - Equitation - Nombreuses animations - Commerces,
et bien d'autres choses que vous découvrirez en profitant
de vos vacances à «KOAD AR ROC'H».

OUVERT TOUTE L'ANNEE

Renseignements et tarifs : **CENTRE INTERNATIONAL
DE VACANCES «KOAD AR ROC'H»** Le Bois de la Roche,
56430 NEANT-SUR-YVEL, FRANCE.
Tél. 97.74.42.11. ou 97.74.42.12. - Fax. 97.74.44.99.

Le Naturisme en Périgord j'adore
DOMAINE DE CHAUDEAU
24700 SAINT GÉRAUD DE CORPS Tél. 53 82 49 64
DORDOGNE

Vibrez
au cœur
de la Provence

Paysage émotion
Espace liberté

Village naturiste

LES LAUZONS ★★★

Camping - Caravaning - Locations - Loisirs, sur un domaine de 60 ha

RÉSERVATIONS : LES LAUZONS, LIMANS 0430 FORCALQUIER TÉL. 92 73 00 60 - FAX 92 73 04 31

ARNAOUTCHOT

Route de Molléts
40560 VIELLE ST GIRONS

Un vrai village avec une âme

Publicité p. IV de couverture

LA CHIAPPA

20137 PORTO-VECCHIO
CORSE

Un maquis de charme !

Publicité p.III de couverture

EDITIONS JOUVENCE

Chemin des fraisiers
1212 GRAND LANCY
GENEVE
SUISSE

Publicité page 56

IMMONAT

Alain Cathala Immobilier
Centre commercial
Aphrodite Village
11370 PORT LEUCATE

Publicité page 10

CHM OLTRA

B.P. 884
34307 CAP D'AGDE Cedex

Vivre nu et heureux au soleil

Publicité page 30

SERIGNAN

PLAGE NATURE
34410 SERIGNAN

Un repère sympathique

Publicité page 58

AGENCE RENÉ OLTRA

Résidence Port Ambonne
34308 CAP D'AGDE Cedex

Un grand choix de locations

Publicité page 64

CLUB ST PAUL

6, rue St Paul
75004 PARIS

Remise en forme naturaliste

Publicité page 16

CAMPING EL PORTUS

30393 CARTAGENA
ESPAGNE

Vivre nu en Espagne

Publicité page 15

LA JENNY

Route de Lauros
33680 LE PORCE

Faites corps avec la Nature !

Publicité p. II de couverture

ORIGAN

06260 PUGET-THENIERS

Vacances toniques...

Publicité page 26

TERME D'ASTOR

St Avit-Rivière
24480 BOUILLAC

Un espace convivial

Publicité page 20

BAGHEERA

Bravone
20230 SAN NICOLAO - CORSE

Naturisme sur l'île de Beauté

Publicité p. III de couverture

CREUSE NATURE

Route de Bétête
23600 BOUSSAC-BOURG

Au coeur d'une nature vierge

Publicité page 12

DOMAINE DE LA FAURIE

46240 MONTFAUCON

Naturisme au coeur du Lot

Publicité page 20

KOAD AR ROC'H

Château Bois de la Roche
56430 NEANT SUR YVEL

Naturisme en Bretagne

Publicité page 58

RIVA BELLA

B.P. 21
20270 ALERIA - CORSE

Un festival de nature & parfums

Publicité p. III de couverture

LA TUQUE

Lieu dit «La Tuque»
46140 BELAYE EN QUERCY

Un centre arboré et fleuri

Publicité page 26

DOMAINE NATURISTE DE BELEZY

84410 BEDOIN

La liberté à l'état pur

Publicité page 6

LE CRO MAGNON

24220 ALLAS LES MINES

Le retour aux sources...

Publicité page 12

DOMAINE DU GRAND BOIS

Tupins-Semons
69420 CONDRIEU

A 35mn de Lyon !

Publicité page 64

LES LAUZONS

Limans
04300 FORCALQUIER

Naturisme en Haute Provence

Publicité page 58

RIVOLI CLUB

140 rue de Rivoli
75001 PARIS

Remise en forme naturaliste

Publicité page 16

VERA PLAYA

B.P. 29
EO4620 VERA ALMERIA
ESPAGNE

Nu sous le soleil d'Espagne

Publicité page 65

DOMAINE NATURISTE LE CHAUDEAU

24700 ST GERAUD DE CORPS

Un «bercaill» contemporain

Publicité page 58

ECONAT GITES DU SOLEIL

Sans Souci
26400 MIRABEL ET BLACONS
Entre Vercors et Provence

Publicité page 10

CENTRE HELIO-MARIN

LA GRANDE COSSE
11560 FLEURY D'AUDE

Douceur de vivre parmi les dunes

Publicité page 26

NATUR CLUB

3, rue Séverine
92400 COURBEVOIE

Vivre nu au grand large...

Publicité page 16

LA SABLIERE

St Privas de Champclos
30430 BARJAC

Un domaine où tout est nature

Publicité page 16

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

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

**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

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

Je souhaite recevoir
votre documentation

Nom
Prénom
Adresse

VS61/96

LE JOURNAL DES LECTEURS



L'Atlantique en Gib'sea 28



Pour qui ne connaît pas la mer, prendre le large, perdre les côtes de vue et continuer jour après jour, 24 heures sur 24 à faire cap au large, à la merci des tempêtes et de cet océan si grand sur un voilier de 8 m 50 avec deux enfants (8 et 10 ans) semble pure folie. Mais voilà, la mer nous l'aimons, nous la respectons. Elle est notre terrain d'aventure, notre espace de liberté. Difficile d'expliquer cette joie simple, ce bonheur d'être en mer. Le vent nous donne son énergie, le soleil notre position, la mer sa beauté et son immensité. Le bateau nous permet de découvrir d'autres pays, d'au-

tres coutumes, d'autres personnes. Bien sûr, nous nous sentons petits face à cette nature si forte, quelquefois cruelle mais si fragile et si belle... Et si notre maison n'est qu'un voilier, notre jardin s'appelle la terre !

Madère, «la perle de l'Atlantique»... Les Canaries, l'archipel des sept îles volcaniques... Les Antilles, de Grenade à St Martin... Le magnifique archipel des Açores, accueillant et authentique... plus de 10 000 miles en famille !

«Tout abandonner et partir à quatre sur un 8.50, vous avez du courage et du mérite». Combien de fois ai-je entendu cette phrase de ceux qui n'ont jamais rien compris. Du courage et du mérite, il m'en aurait fallu une sacrée dose pour rester tranquillement installé, sans rien tenter. Tout laisser et partir était tout simplement une nécessité et puis rêver sa vie est un peu triste, nous préférons vivre nos rêves. C'est ainsi que nous sommes partis pour notre première traversée, avec tout ce que cela représente de préparation, d'émotion, d'interrogation et plus tard... la satisfaction d'un voyage réussi. A notre retour, nous avons dû revendre le voilier et plonger à nouveau dans le courant tourbillonnant qui emporte le monde. Mais très vite, un nouveau projet a fait surface... Le Brésil, le Vénézuéla, le Guatemala, la Patagonie, la Papouasie, la Nouvelle Zélande...

Didier Richaud

Pour cette famille naturiste, passionnée par la mer, ce voyage aura duré toute une année ! «Un océan de bonheur» c'est le titre de la cassette-vidéo de cette aventure, proposée à la vente pour financer en partie leur prochain voyage. Si d'aventure vous êtes tentés, écrivez-leur !

Annie et Didier Richaud, 1 rue de la montée, 79300 Bressuire.



Le naturisme, grand partenaire éducatif

Je suis éducateur dans un établissement privé, chargé de 400 jeunes de sixième et de cinquième où j'aborde inévitablement des problèmes de tous ordres. J'ai récemment constaté une certaine évolution de comportements inquiétants et surprenants comme la circulation de revues pornographiques. Un entretien avec un garçon de douze ans pris avec des

revues pour «adultes avertis» achetées sans aucun problème en kiosque, avec son argent de poche porte à croire que le dialogue et l'information manquent à domicile. Ne trouvant pas chez lui les réponses à toutes sortes de questions totalement légitimes, ce pré-adolescent les a cherchées ailleurs et malheureusement dans des revues qui lui donnent une vision fautive de ce qu'est l'amour humain. Le cas de cet enfant n'est pas unique. Faute de temps pour écouter leurs enfants, faute parfois aussi de courage de la part des parents, les jeunes ont trop souvent accès à des images suggestives, voire érotiques. Et les enfants naturistes ? Depuis leur plus jeune âge, ils voient les corps nus de leurs parents, de leurs frères, de leurs sœurs, de leurs camarades et amis naturistes ! L'enfant naturiste a une information visuelle de ce qu'est un homme, une femme, un garçon, une fille, un adolescent ou une adolescente. Il sait comment il ou elle sera quand il ou elle sera adulte et comment au fil des années son corps va se transformer. Par sa propre nudité, l'enfant naturiste apprend à ne pas avoir honte de son corps. Certes, cette information visuelle n'est pas suffisante, et doit être complétée par une information verbale abordée simplement et naturellement comme n'importe quel sujet. Je me souviens, d'une collation entre amis naturistes, parents de trois enfants. En plein repas, Isabelle, 10 ans, a posé une question sur ce qu'elle avait vu chez un de ses camarades qui avait eu une érection involontaire. Ses parents lui ont répondu le plus simplement possible et Isabelle, ayant obtenu satisfaction, a continué son repas en nous faisant part de ses diverses occupations.

La pratique de la nudité en commun intègre le sexe à la vie de chaque jour et n'en fait pas un sujet tabou. On ne se parle pas de la même manière nu qu'habillé. Dans la nudité en commun s'imposent d'eux-mêmes la confiance, la franchise, le respect de l'autre et de soi. Je pense honnêtement qu'aucun jeune naturiste ne sera tenté de lire une revue pornographique à douze ans car il sait que s'il a une question à poser, il obtiendra une réponse. Le naturisme, la nudité n'est pas un but, mais un moyen simple, à la portée de tous, traduisant la confiance que l'on peut avoir en soi et dans les autres.



Daniel

De l'égalité des sexes...



J'ai honte pour votre journal, que j'estimais jusqu'ici, et je réclame le droit de réponse au sujet de l'article immonde de Mme Guillain que vous avez osé publier page 22 de votre numéro de mars-avril. J'en suis encore, plus d'un mois après, complètement écoeuré : «15 pages d'amour», mon oeil ! Ça fait au moins une page de haine : vous devriez vous sentir déshonorés.

Avant toute chose, et pour éviter la mauvaise foi et les mauvais procès, posons ceci en préalable : ce n'est pas parce qu'il reste des choses à faire pour les femmes (si, si...) qu'il ne faut rien accorder aux hommes et lançons-nous dans une réflexion un peu plus fine et approfondie.

(... s'ensuit un long paragraphe sur le gâchis des forces masculines jusqu'en 2002, première année d'application des nouvelles dispositions pour le service national optionnel).

La biologie a imposé aux femmes la grossesse, difficile de revenir dessus. Dommage ! Vu le pourcentage impressionnant de mes amies qui me déclarent ne s'être jamais senties aussi bien (comblées !) qu'en-cintes, j'avoue que j'aurais voulu pouvoir bénéficier de ce plaisir trop souvent égoïste, de la joie de donner la vie, ainsi que du prestige et du respect accordée à la maternité. Cela dit, aucune loi n'impose à une femme d'avoir des enfants, aucune femme refusant d'en porter n'a été condamnée par les tribunaux à la prison ou à la privation des droits civiques. Elles sont toutes restées citoyennes de leur plein droit et libres.

Quant aux prétendus 25 ans de service, quel argument abject ! Que fait votre secrétaire de rédaction ? Un tel argument ne vise qu'à atomiser définitivement le rôle du père afin de le faire disparaître. C'est une scandaleuse négation de la parentalité des hommes et de l'obligation d'être deux pour concevoir et, si possible, élever un (ou plusieurs) enfant(s). Peut-être Mme Guillain devrait-elle consulter un psycho-

logue pour admettre que le père a un rôle important à jouer dans l'éducation de sa progéniture ? (...)

Du bétail...

On constate presque partout, dans l'hystérocrite ambiante, un respect absolu du corps et de l'image de la femme, alors qu'à tout instant l'homme est bafoué, brimé, ridiculisé sans que quiconque parmi nos responsables politiques ne songe à émettre la moindre protestation. Il est vrai que ces derniers, conscients des «trous» provoqués par les guerres et les métiers à risques, savent bien où est la majorité des votants : chez les votantes. Pourtant, il y aurait à dire sur l'atteinte inqualifiable à «l' Habeas Corpus» perpétrée rituellement par notre armée sur nos chevelures. Nous sommes des êtres humains, pas du bétail que l'on soumet à la tonte avant de l'envoyer au sacrifice. Cela lui fait quoi, à Mme Guillain, de voir défiler le 14 juillet des polytechniciennes chevelues selon leur convenance à côté de polytechniciens rasés ? Moi, ça me donne la nausée (...)

Donne-moi une image...

L'image de l'homme est au plus bas dans notre société, comme nous le montre son reflet : la publicité. Chaque tentative d'humour à propos de la femme est aussitôt attaquée féroce-ment par les lobbies féministes... qui tolèrent très bien que l'homme passe pour le dernier des imbéciles neuf fois sur dix lorsqu'il est confronté à la femme. Cela peut être relativement léger, comme chez Audi, où la femme, excellente conductrice, bien sûr, regarde l'homme

heurer le lampadaire. Il est vrai que cette marque avait fait bien pire en sous-entendant qu'on ne pouvait avoir une femme que si on alignait les billets... et une Audi. C'est grotesque et avilissant chez Peugeot chez qui je n'achèterai jamais de 106. Besoin d'un spécialiste, Moumourne ?

L'homme est complètement coincé dans une image très contraignante et très limitée. Ainsi mes collègues femmes peuvent se permettre de travailler un jour en pantalons et non-maquillées, le lendemain en robe et fardées, sans voir leur compétence professionnelle suspectée ou même totalement remise en cause, ni leur vie personnelle attaquée. Je vous laisse imaginer ce qui se passerait si j'en faisais autant...

Donne-moi une retraite...

D'ailleurs, ces collègues femmes ont objectivement une probabilité non-négligeable d'être mieux payées que moi pendant longtemps. Pas pendant leur temps d'activité professionnelle où les salaires sont les mêmes (je suis fonctionnaire), mais après. Après ? Eh oui, l'homme n'est reconnu officiellement comme parent que s'il a trois enfants au moins ! A partir de ce niveau de fertilité, le montant de sa retraite en profite, alors qu'une mère se voit accorder une bonification supplémentaire à chaque enfant à partir du premier ! Une retraitée mère d'un ou de deux enfants gagne donc ouvertement plus qu'un père d'un ou de deux enfants. Comment admettre cette incitation administrative à ce que les pères se désinvestissent de leur rôle par manque de reconnaissance ? (...)

De l'éducation ou du dressage ?

Enfin, avant de penser à la vie professionnelle, occupons-nous de ce qui précède : l'Education Nationale qui favorise outrageusement les filles. Tous les rapports concluent à une meilleure réussite des filles dans le secondaire. Cela s'accompagne de grands cocoricos, et aussi de livres de sociologues célèbres. On le cons-





tate au baccalauréat : en 1988, 41,6% des filles de 18 à 20 ans l'avaient contre 31,1% des garçons ! Depuis, le développement du bac professionnel a atténué les différences, mais il ne prépare pas aux études supérieures...

Au lieu d'essayer de prendre des mesures pour résoudre ce problème, comme cela a existé dans le cas inverse où les filles semblaient défavorisées, on maintient la scandaleuse bourse pour les filles voulant suivre des études scientifiques. Pour les garçons ? Rien, bien sûr, quel que soit le type d'étude, rien...

Cela Mme Guillain s'en moque : elle n'a que des filles. Mais bien des mères ont changé d'avis sur le caractère soi-disant enviable de la condition masculine le jour où elles ont eu à élever des fils, ou le jour (je l'ai vu) où leurs compagnons leur ont raconté de terribles souvenirs de l'école primaire de garçons, où on pré-



parait à coups de trique l'endurcissement «nécessaire» des futurs soldats de la Nation. Est-il utile de préciser que l'ambiance était beaucoup moins brutale et traumatisante à l'école des filles ?

La tradition s'est malheureusement prolongée puisqu'un jeune ami de vingt ans m'a raconté qu'à l'école primaire (donc dans les années 80!) une maîtresse leur donnait des coups de règle sur les doigts quand ils faisaient des fautes d'orthographe (!), et que les filles de la classe étaient à chaque fois systématiquement épargnées, quel que soit le nombre de fautes ! Vous ne trouvez pas cela révoltant ? Moi si, et je pourrais vous en raconter bien d'autres.



Essayons alors d'être moins aveugles, de traiter les choses de façon plus équilibrée, en vrais naturalistes. Tout n'est certes pas rose pour les femmes, en particulier quand des entreprises essaient de leur faire payer le «risque de congés maternité», mais aujourd'hui ce sont les hommes qui accusent un retard de droits, contrairement aux idées reçues, en particulier dans les domaines fondamentaux de la citoyenneté et de la parentalité.

J'espère que votre magazine ne se fera plus la tribune de ce genre d'extrémisme déplorable qui nuit à son image... et fait fuir les lecteurs.

Dernière chose : compte tenu de ma profession, j'aimerais garder l'anonymat, mais si vous voulez un petit trait d'humour (ça fait du bien), au lieu de signer X, faites en sorte que ce texte soit signé XY !

Donc : XY... de Rennes

Eloge du rail...

Très récemment, un éminent économiste a tenu sur les ondes des propos cinglants sur la SNCF et le transport par rail, confondant ces deux réalités et les condamnant de façon péremptoire : déclin inéluctable, mode de transport définitivement supplanté par la route et l'avion.

Du point de vue chiffres, ce Monsieur a raison, comme le gros Monsieur rouge décrit par le Petit Prince de St Exupéry a raison. Du point de vue sciences-physiques, son jugement devient bien fragile si l'on pense à l'énergie cinétique : le chemin de fer (roues en acier sur rails en acier) est le seul moyen de transport mettant à profit au maximum cette loi naturelle, source d'économie d'énergie. En outre, le transport guidé par rail est économe de place, et l'énergie électrique ne pollue pas l'atmosphère. La fabrication de cette énergie, sur lieu fixe, engendre une pollution plus facile à maîtriser que sur les engins mobiles.

Faut-il défigurer la Nature en doublant, triplant les axes routiers, les parkings, les aéroports, pour faire face aux besoins sans cesse grandissants de transports ?

N'est-il pas préférable de respecter la Nature et d'harmoniser ces différents modes de transport (air, route, voies d'eau, rail), attribuant à chacun les fonctions les mieux adaptées, où la rentabilité est la meilleure, non pas nécessairement du point de vue financier, mais, prioritairement, pour favoriser une vie plus équilibrée sur notre planète ?

Faut-il continuer à polluer (pétrole, massacre d'espaces verts, etc.), à être indifférents aux hécatombes quotidiennes sur les routes ? C'est ça la vie ? Quelles sont les vraies priorités : la sauvegarde et le respect de la Nature, de notre nature humaine, ou la logique des chiffres, des finances ?

Etre naturaliste, ce n'est pas seulement savoir vivre nu parce que l'on aime et respecte notre nature humaine et la Nature, c'est aussi vouloir protéger et défendre notre nature humaine et la Nature, dans tous les domaines où elles se trouvent en danger.

A. L. Paris

L'ENFANT ET LE VIEUX MONSIEUR

Regardant passer le temps,
Jouer les enfants,
regardant passer les habitudes,
perdu, seul dans sa solitude,
le vieux monsieur est là,
mais personne, ne le voit.
Quand son ballon, de maladresse,
vient tomber dans les bras de la vieillesse,
l'enfant en s'excusant, sourit à la tristesse.
Le vieux monsieur, d'un regard plein d'allégresse,
pardonne à l'enfant qui lui sourit.
Il est rare qu'un rayon de soleil brille dans sa vie.
Le vieux monsieur, saisissant le bonheur,
parle à l'enfant du fond du coeur.
L'enfant intéressé, s'assoit à côté de lui,
et ils parlent chacun, d'un peu de leur vie.
Chaque jour, l'enfant vient parler,
au vieux monsieur heureux de cette amitié.
Mais un jour, l'enfant seul sur le banc reste déçu.
Un jour le vieux monsieur n'est pas venu.
Comprenant la triste réalité,
comprenant que s'arrête un jour la vieillesse,
l'enfant laisse éclater sa tristesse,
dans ses mains jointes, il se met à pleurer.
Puis regardant dans le ciel, un nuage,
lui rappelle, le doux visage,
du vieux monsieur qui lui sourit.
Il est désormais heureux au paradis.



Christophe Wayolle
(jeune naturaliste du Pas-de-Calais)

ACHATS/VENTES

6101- Part. vd studio équipé, état except. 4 couchages, gde loggia fermée, parking privé, piscine, tennis. Résidence Ulysse, Port Leucate. Tél. 78 31 75 07. Laissez message si répondeur.

6102- Part. vd app. 4 ou 6 pers., 2 chambres, terrasse, parking privé, 200 m de la plage par jardin. CHM Cap d'Agde. 250 000 F. Exp. sud. Tél. 67 01 33 62

6103- Ile du Levant à vendre villa 2 pièces tout confort. Terrain 920 m². Tél. 94 05 99 95

6104- Vds villa Corbières (04) 118 m² + dépend. sur terrain 1 944 m². 80 u. Tél. 92 78 24 04 (HR)

6105- A vendre ou à louer studio 4 pers. TBE. Terrasse, vue sur mer, parking privé, piscine, tennis dans résidence Ulysse, Port Leucate. Tél. 67 47 51 94

6106- Except. suite saisie vend studio cabine Cap d'Agde, Port Nature. Park, vue port. 170 000 F. Raspini Immobilier, 24 rue Citadelle, Béziers. Tél. 67 49 37 88, fax 67 28 77 43

6107- 80km Paris (27) Moulin 70m² isolé, 1 000m² terrain. Pierres & Terres. Tél. 22 92 80 26

LOCATIONS

6108- Loue ttes saisons Aphrodite (11) joli T2, balcon sud, 4 pers. max., TB situé, tt confort, TV coul., MO, mini linge, chauffage etc. Tél. 57 52 05 07

6109- Chambre d'hôte, table d'hôte chez naturistes. Tranquille et isolé en Lot et Garonne. Vacances parsemaine. Yvan Langley et Patricia Cabassut, Montastruc, 47380 Monclar. Tél. 53 41 86 66

6110- Résidence neuve avec accès direct plage naturiste, sable fin, villas jumelées 4/6 pers.: séjour+ch./cabine + mezzanine, sdb, kitch., salon de jardin. Commerces à 100 m. 5km Port Leucat. 900 à 2720 F/sem. + montre quartz offerte au lecteur+cadeau accueil. C. Banet, Port Leucate. Tél. 68 40 99 54

6111- Ulysse Port Leucate, part. loue studio cabine 4 couch., tout confort. Tél. 41 62 25 38

6112- Loue studio Aphrodite (11) 2 pers. Mer 100 m, calme. 15/6-13/7 = 1 500 F, 18/8-31/8 = 1 300 F, 31/9-14/9 = 1 100 F. Confort et commerce. Tél. 83 51 57 40

6113- Loue st. 4/6 pl. Port Vénus Cap d'Agde. Piscine, confort. Tél. (1) 53 82 04 59 soir. 1 800 F/semaine.

6114- Près Avignon (84) loue duplex 63 m² grd conf, jardin clos, piscine. 2/7 pers. Rousseau, Les Valettes, 84210 Pernes les Fontaines. Tél. 90 61 38 70

6115- Ile du Levant, la villa l'Eglantine, n°1 de la location économique, propose jusqu'au 30 septembre des chambres simples avec possibilité de cuisiner à partir de 50F/jour et des studios confort à partir de 90F/jour. Ecrire Oli-

vier, villa l'Eglantine, 83400 Ile du Levant ou tél. 94 05 92 50

6116- 83 plage de Pampelonne, naturiste loue mobil-home 5 pers. Terrain ombragé bien équipé. Activités. Tél. 16/1 45 76 44 17

6117- Ste Anne Guadeloupe, studios climatisés tt confit dans jardin tropical. 200 m plage naturiste Club Méd. 2 200 F/sem. Tél/Fax/mes. 19 590 88 05 08

6118- Part. loue Héliopolis, Cap d'Agde, studio tt confort, août - Garage. Tél. : 67.37.79.03.

6119- Leucate. Part. loue appart. 4 ou 6 pers. sur plage. Confortable. Tél. : 68.40.84.08.

AMITIES

6120- M. retr. dyn. partagerait loc. bung. région et période indiff. avec HJ 25/45 ans, dyn. sport. ayant voix. Prop. à J. Richard, Paris. Tél. 47 04 21 60

6121- Horticulteur 36 ans, 1 m85, charme et personnalité, chef entr. désire part. avenir avec JF 20/36 ans. Passion nature, naturisme et horticulture. Hab. Midi Pyrénées. Ecrire journal réf. VSNN 6121

6122- Marseille JH 30 ans naturiste cultivé aimant randonnée, cinéma, photo... ch. JF 25/30 ans ayant m. passions pour amitié ou plus si affinité. Ecrire journal réf. VSNN 6122

6123- JH dépt. 13 aimant connaître H

dans mon cas (petit sexe et autres complexes), cependant naturiste? Possible magré les autres? Discrétion et amitié assurés. Ecrire journal réf. VSNN 6123

6124- JH 29 ans, gentil, plein d'attentions, sensible et bon recherche JF 18/25 ans pour fonder foyer naturiste. Ecrire à Christophe Dumas, Le Bourg, 69610 Souzy. Réponse assurée si adresse

6125- 92, H 60 ans cherche H ou F nat. pour travaux ménagers. Tél. 43 33 73 07

6126- «HORIZONS», des ami(e)s avec qui parler, sortir ou vivre. Demandez doc. : «HORIZONS», 2 rue G. Sorel, 92101 Boulogne. Tél. (1) 46 05 72 45 24h/24

6127- Masseur débutant naturiste recherche masseurs débutants pour échanges bénévoles. Paris, tél. 42 82 13 22

6128- JH 44 ans, 1m69, 72kg, cél., bon niveau, aimant ski, mer, nature, rech. F 25/40 ans, affectueuse pour fonder foyer naturiste. Paris + RP tél. (1) 47 90 92 55

6129- Canadien, 24 ans ch. JF pour correspondre, visiter. Aime Europe, aventure, voyages, art, culture, lecture, musique, sport, naturisme. Ecrire à Thomas Lundy, 181 av. Bingham, Toronto M4E 3R2 Canada. Photo SVP

6130- Mr. 46a (Essonne) souhaite rencontrer JF pour sortie - piscine - naturiste - randonnée, etc. Simple et sympa

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



LOCATIONS - VENTES

34308 CAP D'AGDE CEDEX FRANCE - TEL : 67.26.33.78
FAX : 67.26.23.04

OFFRE SPECIALE : 3 semaines pour le prix de 2 avant le 29 juin et après le 24 août 96 à Port Soleil + Port Vénus

Pour une documentation gratuite

Nom : Prénom

Adresse : Tél. :

VS61

LA VIE AU SOLEIL

N°50 - 18 F

Le naturisme sur TF1 : paradis gagné. Dossier «Art et Naturisme. Bancs d'essai : Devèse et Les Roches. Piscines et saunas sans maillot...

Hors-série N°1 - 20 F

Spécial vacances 94. Guide complet des 91 centres de France. Dossier «spécial 1ère fois»...

N°51 - 25 F

Spécial été 94. Dossier médecines alternatives. Ados : le complexe du homard. Les naturistes célèbres. Forme. Jeux...

N°52 - 25 F

Spécial anniversaire. 45 ans de naturisme à travers 134 couvertures. 45 ans de témoignages. La caravane de l'été 94. Concours de dessins...

N°53 - 25 F

Spécial locations été 95 : tous les équipements locatifs des centres. Coûts de soleil d'hiver. Finlande, voyage au pays des saunas. Concours photos...

N°54 - 40 F

Spécial vacances 95. Osons le naturisme ! Conseils pour une première fois. 100 centres de vacances en France et à l'Étranger. Sondage : qui est naturiste aujourd'hui ? ...

N°55 - 25 F

Spécial forme : thalasso - lexique de l'eau salée - arthérapie - développement personnel. Les clubs : des étapes naturistes sur la route de vos vacances (1ère partie). Banc d'essai : Les Ramières.

N°56 - 28 F

Spécial été 95. 150 plages pour se baigner sans maillot. Les naturistes sur TF1 et France2 : record d'audience ! Les clubs : des étapes naturistes (2ème partie). Bancs d'essai : La Sablière, La Jenny.

L'équilibre : la fête du corps. Rétro coquaine. Jeux, humour...

LA VIE AU SOLEIL & Le Nouveau Naturiste

N°57 - 28 F

Le spécial fesses : 20 pages et 50 photos ! Dossier : les centres ouverts en hiver. Banc d'essai : l'Île du Levant. Interview : Pierre Richard à coeur et à cri. L'art et la fesse. Rétro fessue. Libre-propos : la caresse...

N°58 - 35 F

Spécial vacances 95. Le guide de tous les centres : 40 pages détachables en format de poche ! Où bronzer cet hiver ? Qui est naturiste en 1996 ? Oser vivre nu : témoignages 1ère fois. Banc d'essai : La Grande Cosse. Morphopsychologie. Ados : 1er amour...

N°59 - 28 F

Spécial femmes & mères : 15 pages d'amour (féminité et naturisme, histoire des mères - 1ère partie -, les sarcasmes masculins, rétrospective féminine). Bancs d'essai : Le Cro Magnon & Euronat. Toute l'actualité du printemps et toutes nos rubriques habituelles...

N°60 - 28 F

Spécial Jeunes. Dossier : les jeunes témoignent... que pensent-ils du naturisme, qui sont-ils. Leurs droits, leurs chances. Qui étaient-ils il y a 40 ans ? Histoire des mères (2ème partie). Banc d'essai : la Croatie, une nature protégée de la colère des hommes. Santé : pour maigrir sans larmes à l'oeil de France Guillain et toutes nos rubriques habituelles...

Le Nouveau Naturiste

Alimentation

Algues gastronomiques - 1
Pâtes en tout genre - 8

La truffe noire - 12
Les petits légumes crus - 17
Les salades sauvages - 19
Oeufs de poules en liberté - 22
Cocktails fruits & légumes - 23

Art martial

Comment choisir en fonction de sa personnalité - 1
Mouvements de Qi Gong - 5

Arts & Traditions

L'apprentissage du thé - 2
La Vallée des Merveilles - 4
Merveilleux cerfs-volants - 6
Relaxation & méditation - 6
Les bijoux - 10
Festival yoga de Rishikesh - 15
Les Indiens d'Amérique du Nord - 19
La sériculture en pays cévenole - 19
Mosaïque intérieure d'Yvanna Stella - 20
Lascaux - 22
L'hélice terrestre de Warminski - 23

Gros plan

Héliomonde - 5
La Batie Fijy - 6
Origan - 9 & 17
Arnaoutchot - 13
L'Eglantière - 14
La Jenny - 14
Bélézy - 15
Euronat - 15
L'Escride - 15
Mariage naturiste - 23

Harmonie sportive

Le tir à l'arc - 2
La planche à voile - 3
La gym aquatique - 4
La pétanque - 5
La plongée sous-marine - 6
Le ping-pong - 7
La gymnastique - 8
La rando naturiste - 12
Le badminton - 14
Du vélo au VTT - 15

Mise en forme en 3 sem. - 17
L'aqua-photo - 18

Homéopathie

Crevasse, gerçures... - 8
Mésaventures de la glisse - 10
Remède douceur - 17

Psychologie & Relaxation

Développement personnel - 6
Thérapies familiales - 7
La télépathie - 12
Petits démons chinois - 15
La thérapie par le rire - 18
Les mandala - 19
Les trances - 19

Santé

Le sauna - 1
Les exercices oculaires - 7
Schisandra & ginseng - 8
L'aromathérapie - 8
La pollution intérieure - 9
L'ostéopathie crânienne - 12
La santé de vos pieds - 15
La pollution sonore - 15
Argile & roches comestibles - 15
Réactions au soleil - 17
Produits de beauté naturels - 17
Plantes indispensables - 18
René Quinton - 18 & 22
Préparation à l'hiver - 20
Choisir sa thérapie - 20
La Chronobiologie - 21
L'hydrothérapie du colon - 21
Les bobos de l'été - 23

Vacances en France

En terre de Médoc - 1
La Corse - 2, 7 & 22
Les Landes - 2
De l'Espagne à la Camargue - 3
La Côte d'Azur - 4
Auvergne, Cévennes, Ardèche - 5
La Provence - 6
Le Périgord - 12
Le Lot & Garonne - 13
L'Île du Levant - 14 & 22
Le Morbihan - 14
Sur la route des Cathares - 18
Le Roussillon - 15
Le pays Toulonnais - 21
La Bretagne - 23
L'Aquitaine et ses fêtes - 23

Vacances à l'étranger

Les Tropiques - 1
L'Espagne - 3 & 10
La Norvège - 4
La Crète - 5
La Guadeloupe - 7
Ibiza - 7
La Réunion - 9
St Martin - 10
La Jamaïque - 12
Le Portugal - 13
La Sardaigne - 17
La Guinée Bissau - 20
Le Maroc - 20
Cerfs-volants au Gujarat - 22

BON DE COMMANDE

LA VIE AU SOLEIL

- N° 5018F
- Hors-série N° 120F
- N° 51-52-53-5525F
- N° 5440F
- N° 5628F



La VIE AU SOLEIL & Le Nouveau Naturiste

- N° 57-59-6028F
- N° 5835F
- Le Nouveau Naturiste**
- N° 1 à 1420F
- N° 6 à 2330F

Les prix indiqués sont des prix unitaires

Je commande le(s) numéro(s) :

Nom : Prénom :

Adresse :

Code Postal : Ville :

Je joins à ma commande mon règlement par chèque à l'ordre de :
Arys Sarl - 8 rue Darwin - 75018 Paris



Ll émane de cette île des odeurs de maquis uniques et enivrantes 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 du 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, autouroute des mers Des nouveaux navires vous permettent de rallier la Corse en 2h 30 en un maximum de confort et de sécurité. Et pour tous 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.

LE NATURISME EN CORSE

La plus proche des îles lointaines ...

BAGHEERA Accueil et hospitalité Corse

Sur la côte est, à quelques kilomètres d'Aléria, à 60 km de Bastia, Bagherra est un centre magnifique qui domine une immense baie de sable fin entourée d'eucalyptus. Par sa situation en bord de mer, Bagherra vous offre la possibilité de pratiquer tous les sports nautiques (planche à voile, voile ski nautique). Animations nombreuses : tennis, ping-pong, volley et autres jeux pour petits et grands. Bagherra vous offre 300 emplacements de camping-caravaning 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. Superette alimentation, plats cuisinés et bar sont à votre disposition. Bar restaurant panoramique et discothèque pour les noctambules.

BAGHEERA 20230 BRAVONE - Tél. (33) 95.38.83.20 Fax (33) 95.38.83.47



RIVA BELLA à fleur d'eau

Riva Bella domaine de 70 ha, situé en bord de mer tyrrhénienne, occupe une situation privilégiée sur la Costa Séréna, à mi-chemin entre Bastia et Porto-Vecchio, à quelques km 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 de 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-caravaning. Le tout, situé entre la mer et l'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, half-court-tennis, sauna, volley, tir à l'arc, plongée, planche à voile, aérobic-gym, baignade, randonnée ou simplement farniente seront à votre programme.

La voiture oubliée, vous profiterez de ce calme pour explorer le domaine et découvrir des lamas dans leur parc. Camping-caravaning ou locations, cachés sous la verdure, vous permettront un retour aux vraies valeurs du naturisme.

RIVA BELLA - B.P. 21 - 20270 Aléria
Tél. (33) 95.38.81.10 - 95.38.85.97
Fax (33) 95.38.91.29 - Minitel 3615 code France 4
Contact : Marie-Claire



LA CHIAPPA royaume des enfants

A l'extrémité du golfe de Porto-Vecchio, 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.

A 15 km de Porto Vecchio, implantés 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, le complexe sportif, ainsi que l'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.

Gratuit pour les enfants de 0 à 12 ans.

Jusqu'à 75% au prix adulte pour les enfants de 13 à 16 ans.

Activités : Ecole de cirque pour les enfants.

Sports inclus dans les prix bungalows et camping :

Tennis (location court), tir à l'arc, volley, basket, hand-ball, ping-pong.

Fitness programme gratuit : programme spécial de remise en forme et salle de musculation.

Festival de musique : tous les soirs du 15 juin au 15 septembre 1996, groupe de musique sonor music education GmbH (jazz, country, rock, variétés, etc ...)

Venez apprendre à jouer d'un instrument avec Sonor International Educational (piano, batterie, guitare ou basse).

LA CHIAPPA - 20137 Porto-Vecchio

Tél. 95.70.00.31 - Fax 95.70.07.70

Minitel 3615 code France 4



L'océan sur place, le plein air,



les piscines... et les prix.



A Arna, les vacances sont faites pour moi : l'océan que l'on rejoint à pied, l'air pur des Landes, un domaine de 40 hectares de forêts de pins idéal pour les promenades en VTT, deux superbes piscines dont une chauffée et couverte. A Arna, pour l'animation, j'ai l'embaras du choix : pour les enfants, les jeunes ou les adultes, tout est prévu suivant le rythme et les envies de chacun.

Le naturisme à Arna, c'est mon style de vie à moi.

LA GARANTIE SOLEIL !

Pour en bénéficier, il suffit de réserver un séjour d'une semaine minimum en Avril, Mai, Juin ou Septembre. Si au moment du départ, la météo s'annonce défavorable, la garantie soleil m'offre la possibilité de reporter mon séjour ou simplement de l'annuler. Si une fois sur place le temps se gâte, je peux écourter mon séjour et je ne paierai que les nuits consommées. A Arna, mes vacances sont garanties.



DOMAINE NATURISTE
ARNAOUTCHOT · LANDES

C'est tout moi.

Arnaoutchot 40560 Vielle-St-Girons. France. Tél. : 58.49.11.11. - Fax : 58.48.57.12

SPECIAL FAMILLE
1 SEMAINE 4/5 PERSONNES

MOBIL-HOME
1960^F

CHALET
2170^F

1570^F

Du 22/06 au 06/07 et du 24/08 au 07/09/96
1390^F du 01/04 au 22/06 et du 07/09 au 01/11/96.

Ces offres sont valables dans la limite des disponibilités.

CAMPING-CARAVANING

80^F PAR JOUR
EMPLACEMENT
POUR
2 PERSONNES

**PISCINE COUVERTE
ET CHAUFFEE***

Du 01/04 au 29/06 et du 31/08 au 01/11/96.

*Piscine chauffée du 01/04 au 29/06 et du 01/09 au 30/09/96.

POUR RECEVOIR GRATUITEMENT LA DOCUMENTATION ARNA

Renvoyez ce coupon à : ARNA, Arnaoutchot 40560 Vielle-St-Girons. FRANCE

Nom : _____ Prénom : _____
 Adresse : _____
 Code postal : _____ Ville : _____

La loi du 6 janvier 1978 relative à l'informatique et aux libertés vous garantit un droit d'accès et de rectification aux données vous concernant.