

VIVRE SANTÉ

Photo Heimann.

REVUE
D'ACTION
POUR
L'ORDRE
SOCIAL
ET
LA
SANTÉ
PUBLIQUE



POUR LA DÉFENSE DE LA SANTÉ GROUPEZ-VOUS AUTOUR DE « VIVRE »

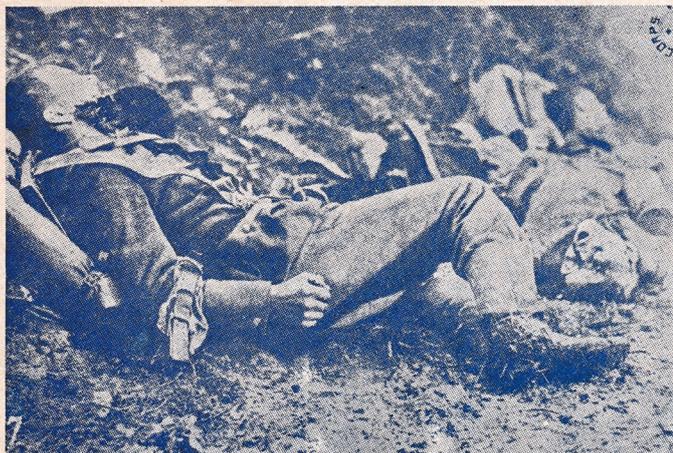


Photo Underwood and Underwood.

**POUR QUE LA GUERRE,
SES HORREURS,
SES SOUFFRANCES
NE REVIENNENT PLUS,
CONTRIBUEZ AVEC NOUS
AU TRIOMPHE DES DOCTRINES
DE SALUT PUBLIC :
AU TRIOMPHE DE LA S A N T É
QUI, SEULE, CREE LA M O R A L E.**

**AUSSI, PENSEZ A ELEVER SELON NOS
PRINCIPES DE VIE SAINTE, AFIN QU'ILS
DEVIENNENT DES ADULTES FORTS,
BEAUX ET BONS, UTILES A LEUR PAYS
CES ENFANTS**



**VOUS CONTRIBUEREZ AINSI AU
PROGRES VERITABLE ET L'HUMANITE
VIVRA DES TEMPS MEILLEURS.**

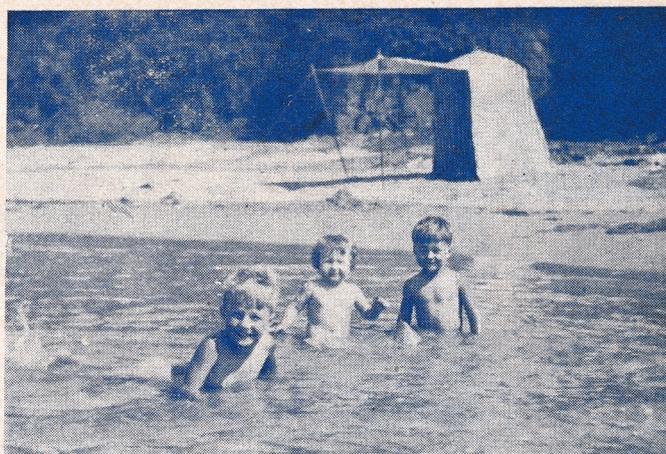


Photo Vivre.

PUBLICITE

ANNONCES :

Métropole-Publicité
5, rue Newton, PARIS (16^e)

VIVRE SANTÉ

paraît le 1^{er} et le 15

Directeur :
KIENNE DE MONGEOT

(Les bureaux sont ouverts de 9 h. à midi
de 14 à 19 heures et le samedi matin.)

LES ABONNEMENTS PARTENT DES
1^{er} Janvier, 1^{er} Avril, 1^{er} Juillet, 1^{er} Octobre

	<i>Un an</i>	<i>Six mois</i>
France et Colonies...	40 fr.	23 fr.
Etranger (Convention de Stockholm)	50 fr.	30 fr.
Autres pays	60 fr.	35 fr.

Chèque postal 896-09 Paris

BUREAUX :

2 bis, rue de Logelbach, PARIS (17^e)
Téléphone : Carnot 29-03

POUR PLUS D'ÉGALITÉ

par KIENNE DE MONGEOT

L'égalité ne peut exister dans un monde où ne règne pas la santé, où les biens matériels doivent nécessairement remplacer les réactions de la nature qui permet à l'être de résister alternativement au chaud et au froid. Pour celui qui ne possède pas un bon équilibre physiologique ou le chauffage central pour l'hiver et une fraîche demeure pour l'été, le très grand froid est un supplice et la chaleur en est un autre. Ajoutez-y comme accessoires les maladies accompagnant souvent les rigueurs de la température et vous aurez l'ensemble des calamités qui assaillent le déficient physique pauvre.

Mais le riche, malgré les moyens artificiels derrière lesquels il s'abrite, offre par cela même moins de résistance aux souffrances physiques que celui dont toute la fortune réside en de bons poumons et en une vigoureuse musculature. Quant aux souffrances morales, elles se rient de la garde qui veille aux portes du palais, des hautes grilles dorées, des contre-vents, des double rideaux, et de toutes les inventions qui ont permis le confort ; rien ne les arrête, rien ne les empêche de pénétrer jusqu'au cœur de l'homme ne jouissant pas d'un parfait équilibre et d'y régner en maîtresses. Or, cet équilibre, d'où provient-il si ce n'est de la santé physique qui enfante la santé morale ?

Donc nul doute : la santé est le plus précieux comme aussi le plus puissant des biens. Voilà une vérité indiscutable. Ce qui n'empêche pas la presque totalité des humains de n'en tenir aucun compte.

C'est ainsi que vous, qui me lisez, vous qui avez accepté de lutter avec nous contre les préjugés pour la réhabilitation du corps humain, vous n'agissez pas comme si vous partagiez notre conviction. Et ce bien le plus enviable est-il vraiment l'objet de toutes vos préoccupations individuelles et, car en fait c'est la même chose, sociales ?

Que diriez-vous, par exemple, si aux prochaines élections, M. Justin Godart — qui n'aurait jamais dû quitter le Ministère de la Santé Publique — avait les moyens de présenter un candidat dans toutes les circonscriptions, pris parmi les médecins, les hygiénistes qualifiés, et vous faisant ressortir leurs qualités de membres du Parti social de la Santé publique, vous engageait vivement à voter pour eux en vous certifiant qu'ils sauveraient notre pays du marasme dans lequel il est plongé ? De quel bel éclat de rire ne partiriez-vous pas ! Cependant, vous n'imiteriez pas Figaro, car vos élus, en admettant que vous ayez opté pour ces candidats, ne vous donneraient pas par la suite de motif de pleurer. En effet, je prétends et j'affirme que les hommes qui ont le souci sincère de la santé de leurs contemporains sont tous des hommes de cœur, des hommes équilibrés, par conséquent doués de bon sens et capables de grandes choses. Ceux-là, sont, en tout cas, incapables de malhonnêteté et à notre triste époque cela est rare. Ces hommes honnêtes et bons élaboreraient des lois profondément humaines ; ils seraient pacifiques et mettraient tout en œuvre pour éviter à leur pays les calamités d'une guerre. Gouverner c'est prévoir, dit-on ; or, peut-on dénier à ceux qui ont le souci de protéger la santé, la prévoyance, qualité indispensable pour combattre la maladie.

Que penseriez-vous d'une mère dirigeant admirablement son économie domestique, mais laissant ses enfants croupir dans la crasse, ne leur donnant aucun des soins nécessaires à leur santé et ne leur évitant aucune promiscuité préjudiciable à leur mora-

lité ? Vous la qualifieriez certainement de mère dénaturée et vous ne tiendriez aucun compte de ses qualités d'économie, d'ordre et de travail.

Les gouvernants d'un pays jouent, ou plutôt devraient jouer ce noble rôle de mère pour le peuple dont ils ont la responsabilité. Réfléchissez et dites-moi si ceux que nous possédons ne se conduisent pas en marâtre n'ayant aucun souci du bonheur de ses enfants.

Certains enfants ayant des parents indignes se sauvent par leurs propres moyens et parviennent à devenir des adultes sains et honnêtes. C'est leur exemple que nous devons suivre, tous autant que nous sommes et les Organisations Sociales « Vivre » ont pour but principal de faire en faveur de la santé ce que ne font pas les Pouvoirs publics.

Orgueil d'une part et vice ou sottise de l'autre, l'homme est parvenu à faire de la souffrance son état normal.

Quand vous serez intimement convaincu de cela et quand vous aurez admis qu'en dehors de la santé physique et morale tout est vain, vous serez alors véritablement des nôtres et vous contribuerez de toute votre énergie à l'extension de notre Mouvement, dispensateur de santé et de bonheur.

Alors, vous posséderez une tout autre conception de l'existence, vous prendrez conscience des réalités, vous valoriserez chaque chose justement et vous pourrez vivre vraiment en mettant toutes les chances de bonheur que l'on peut avoir ici-bas de votre côté.

L'appât du gain, la soif de richesse et d'honneurs, guident la plupart des hommes et les conduisent à la déchéance, au dégoût. On croit généralement que l'on reconnaît l'homme heureux à sa fortune ; mais il y a autant, sinon plus, de gens qui meurent de chagrin ou qui se suicident parmi les gens riches, que parmi ceux qui sont pauvres. C'est même parmi les riches, ou ceux qui ne manquent de rien, qu'on trouve le plus d'individus qui, craignant de manquer de tout, souffrent par la peur de souffrir : ils font ainsi de l'avenir le bourreau du présent.

Vous voyez bien qu'on ne peut mesurer le bonheur et le malheur d'un homme par sa position dans le monde, par ses richesses, ses honneurs, ses plaisirs. Par conséquent, tous ceux qui établissent des doctrines sociales ou politiques sur le principe de l'égalité de possession sont des aveugles qui entraînent les autres dans des voies sans issue, parce que cette égalité, purement matérielle, ne correspond aucunement aux besoins véritables de l'être.

Résumons-nous :

— Seule, la santé physique peut procurer le bonheur. Elle est, répétons-le, le premier des biens, la première condition à la non souffrance ;

— La santé morale, entretenue par un noble idéal, philosophique ou religieux, dispense la sérénité, la joie et l'espérance.

On porte l'inégalité en soi (notre bonheur, comme notre malheur, dépendent en majeure partie de nous-même) et une seule égalité sociale est possible : elle réside dans la possibilité pour chacun d'acquérir la santé et de pouvoir se développer harmonieusement.

Avant toute chose, c'est cette égalité qu'il faudrait entreprendre de faire régner.

LE POUVOIR ET LES CHEFS

par le Docteur Marcel VIARD,

Professeur à l'École de Psychologie.

Il faut entendre par pouvoirs, les possibilités qu'ont les êtres humains d'agir, de penser et de sentir. Par extension, les pouvoirs d'un gouvernement sont ses possibilités d'agir dans le but d'être utile à la Société, à la Nation, au Pays qu'il dirige, et cela après avoir mûrement réfléchi, après avoir compris les besoins, les sentiments de la collectivité tout entière.

Un chef, vraiment digne de ce nom sera celui qui aura développé en lui, soit naturellement, soit grâce à un travail personnel et persévérant, le plus de qualités possible et qui agira dans le sens où le poussent ses qualités. C'est ainsi qu'il acquerra l'autorité indispensable à ses fonctions. On le voit, un chef doit inspirer à la fois une grande estime et de l'admiration.

L'origine des sociétés remonte à des temps immémoriaux. Les troupeaux d'animaux ne sont autres que des sociétés constituées sans idée directrice nette, chaque élément étant poussé par un besoin confus de se rapprocher des autres, grâce à une action collective presque purement motrice, réflexe, automatique où la conscience de l'acte est très confuse.

Les animaux, en effet, vivent en société, mais n'ont pas l'idée de la Société. Vraisemblablement, il en fût de même pour les premiers hommes.

Ce n'est que beaucoup plus tard que, grâce à l'observation, au jugement et, aussi, à la parole, cette notion naquit dans l'esprit humain.

Si l'on étudie l'histoire des Sociétés, on se rend compte de ce fait paradoxal que la notion du groupe, de la collectivité, fut plus importante que la notion de l'individu. Je dis plus importante car cette notion de l'individu a tout de même coexisté avec cette première notion.

Le groupe s'est donc développé d'une façon intense, bien avant que l'homme ait pensé à développer les puissances qui sont en lui, c'est-à-dire sa personnalité.

Qu'on se rende compte combien de temps il a fallu pour que l'homme se dégage de ces croyances primitives et de ces superstitions, et pour que la notion de l'individu devint précise. Il ne faut pas s'étonner non plus que l'homme qui a une tendance à tout exagérer passe actuellement dans un excès contraire et donne une importance exagérée à sa propre personne. Il semble perdre de plus en plus la notion de la Société, pour donner à celle de l'individualisme toute son attention.

Cet intérêt particulier que l'homme donne à lui-même et qui peut aller dans certains cas jusqu'à une sorte d'auto-idolâtrie, s'est installé progressivement dans l'esprit des hommes. Ceux-ci, en effet, ont découvert, peu à peu, qu'ils avaient certains pouvoirs, les uns importants, les autres accessoires; c'est le nombre toujours croissant de ces pouvoirs, de ces possibi-

homme agissant dans le moment présent d'une manière déterminée, peut faire naître dans l'esprit de ses contemporains l'idée qu'il est capable d'agir ultérieurement dans ce même sens. Seuls, les êtres évolués ont cette notion nette dans l'esprit.

Pour mieux faire comprendre cette idée de pouvoirs, Pierre Janet prend un exemple : « Si un homme me dit « Je vais te battre » et qu'à chaque fois, en effet, l'action suit le geste, je prendrais chaque fois des dispositions pour éviter ses coups et j'aurais la notion nette qu'il est capable d'agir dans ce sens chaque fois qu'il le dit.

« Si un autre individu me dit « Je vais te battre » et qu'il ne mette jamais son projet à exécution, j'en conclurai que je n'ai pas à tenir compte dans l'avenir de ce qu'il dit, puisqu'il est incapable de mettre sa promesse à exécution. » On le voit, qu'un individu soit puissant ou qu'il ne le soit pas, qu'il tienne ses promesses ou qu'il ne les tienne pas, qu'il soit actif ou inactif, ceci est d'une importance capitale.

Cette possibilité d'action implique une conception, un désir qui, entretenus méthodiquement, poussent invinciblement à l'action.

Toutes les maladies mentales, d'ailleurs, reposent sur cette notion du pouvoir. Les mégalomanes actifs se sentent capables de tout, aucun obstacle ne peut les arrêter, ils sentent leur pouvoir illimité. Les asthéniques et les mélancoliques, au contraire, se sentent incapables de tout et les moindres efforts les rebutent. C'est entre ces deux extrêmes que se trouve toute la gamme des personnalités agissantes.

Sans entrer dans la métaphysique et tout en restant sur un terrain purement pratique, nous dirons seulement que le mot pouvoir est synonyme de force, que cette force se rencontre dans la Nature tout entière où elle prend des formes diverses. Chez l'homme elle s'humanise et se différencie en force vitale, en force intellectuelle, en force morale.

Le chef, celui qui est vraiment capable de commander aux autres, devrait donner l'impression d'une force puissante, nettement supérieure, capable d'agir après avoir mûrement réfléchi, susceptible d'accomplir sa tâche tout entière, même si la poursuite de la réalisation de son idéal doit lui coûter la vie !



N'est-ce pas une impression saine de calme et de beauté qui se dégage de cette jolie photographie ?

lités, constamment orientés vers des satisfactions personnelles qui a développé en eux une sorte de narcissisme.

Il est bien certain que, primitivement, les pouvoirs d'un homme, ses possibilités d'action, étaient rudimentaires, grossières, et que c'était par la force que s'imposait un chef. C'était un être robuste, bien musclé et méprisant les coups et la mort.

C'est de cette façon qu'apparut la notion de l'autorité. Ceci veut dire qu'un

ICI ON TUE...

BON APPÉTIT, MESSIEURS !

par MARCEL HERVIEU



Un cauchemar

Lecteur, si vous avez fait la guerre, vous vous remémorerez ces fameux lapins d'Australie, frigorifiés depuis Sydney, qui nous arrivaient au front français ou oriental, secs comme des triques, et verdâtres ou violacés... ainsi que ces boîtes de « singe » ou d'autres conserves, dont le couvercle présentait une convexité suspecte, et qui, ouvertes, dégageaient des exhalaisons putrides.

Mais il y eut plus : C'est maintenant, et maintenant seulement, qu'on commence à nous faire entrevoir des vérités qui, paraît-il, n'étaient jadis pas bonnes à dire. Apprenez ce que nous faisait manger, entre autres, le service de ravitaillement des armées : des moutons souillés de sang et de boue, **des recutms et des vessies conservés dans les carcasses.**

« Scrogneugnieu ! tonitruera Ronchonnet, quel est l'anarchiste qui ose dénoncer ces malfaçons de la main-d'œuvre militaire ? » Tout simplement, l'ex-directeur des services vétérinaires du camp retranché de Paris : j'ai nommé le Professeur Henri Martel, membre de l'Académie de médecine.

Ce n'est pas tout, encore : le tragique manque d'organisation fit que les inspecteurs sanitaires du camp retranché durent saisir, dans les quatre premiers mois de la guerre, **pour putréfaction, 34.610 kilos de viandes destinés aux bouchers de l'armée.**

Voulez-vous d'autres précisions ? En plein soleil de septembre 1914, les agronomes parisiens mobilisés avaient cru bon de concentrer, sur un même point de la capitale, d'immenses troupeaux de bétail, **sans eau, sans moyen pratique d'alimentation.** C'est ce qu'on appelait, par antiphrase sans doute, des parcs « de fortune »... qui faisaient la ruine des deniers publics.

En effet, les porcs y succombaient **chaque jour par centaines.** La mortalité des animaux, les saisies de viandes, dites altérées (sans doute parce que les bêtes n'avaient pas eu à boire) étaient si considérables que les vastes ateliers d'équarrissage de la Seine se virent promptement débordés, au point qu'il fallut procéder d'urgence à l'ouverture de trois champs d'enfouissement, à Bobigny, Issy et

Bagneux. Ce furent les fosses communes **de milliers et de milliers** de bœufs, veaux, moutons, porcs, tombés comme des mouches, faute des soins les plus élémentaires.

« Affreux ! — direz-vous — mais du moins était-ce là une situation exceptionnelle, née de la calamité guerrière. Au contraire, en période normale, nos abattoirs, nos halles et marchés... » Sans doute, sans doute. Il n'empêche que diverses petites choses — et même des grandes — sont à mettre au point. Vous ne nous en voudrez pas, j'imagine, **de ces révélations, faites pour la première fois au grand public.**

Savez-vous, d'abord, que vous consommez des viandes **foraines ?** Le terme, j'en suis sûr, plaira aux habitués de la foire du Trône et de la fête de Neuilly. Ne croirait-on pas déguster des lions de ménagerie ou des chevaux de bois ? Mais ne nous y trompons point : l'expression ne désigne, prosaïquement, que la chair des animaux abattus en province et vendus à Paris.

La guerre finie, la désorganisation des chemins de fer (locomotives usagées et en mauvais état, retards des trains, embouteillage des gares...) fait que les chiffres des saisies de viandes avariées à l'arrivée se maintiennent à un pourcentage élevé. Encore ces saisies ne concernent-elles que les cas d'altérations avérés, pour lesquels il ne peut y avoir aucune hésitation. Mais combien de viandes foraines échappent à l'ostracisme sanitaire et peuvent ainsi être livrées au détaillant, parce que non encore visiblement gâtées, **bien que déjà touchées par un début de putréfaction invisible !**

On objectera : ce ne sont là que des pertes de viande, dommageables seulement au boucher, charcutier ou tripier, et qui n'affectent ni surtout n'empoisonnent les consommateurs. Voire ! Le Professeur Henri Martel, déjà cité, a pu établir une courbe de fréquence des toxi-infections alimentaires d'origine carnée en France, et il existe, d'autre

part, pour l'Allemagne (je l'ai sous les yeux), un graphique d'épidémies d'intoxications par les viandes. Les chiffres des victimes ne sont pas à faire frémir ; mais du moins l'indication est-elle à retenir, d'autant que le hachis, dont la consommation augmente chaque année, est un milieu favorable à la prolifération des bactéries de cette espèce.

Solution proposée contre l'altération des viandes : leur transport par wagons isothermes. Mais ce n'est qu'un palliatif, et non un remède, car les animaux tués conservent longtemps leur chaleur interne, malgré la réfrigération extérieure. L'idéal, c'est de pouvoir refroidir les bêtes pantelantes aussitôt après l'abatage. Beau rêve, à peu près irréalisable pour les expéditeurs provinciaux. Mais qui croirait que les grands abattoirs parisiens ne sont guère mieux outillés, et que **le froid artificiel y est quasi inconnu des bouchers en gros, fournisseurs des détaillants ?**

D'ailleurs, puisque nous avons quitté la viande foraine pour la viande sur pied, profitons-en pour faire un tour rapide chez les tueurs de la Villette... à condition que vous ayez le cœur bien accroché.

Pour 1.200 usagers, il y a deux w. c. et naturellement, d'une épouvantable saleté.

— Bah ! a dit un conseiller municipal optimiste — il s'appelle M. Contenot — c'est comme à la caserne.

— Mais ici, répliqua M. Martel, nous ne sommes pas dans une caserne. Et je vous fais remarquer que les hommes qui manipulent la viande **n'ont même pas un endroit pour se laver les mains à la sortie des cabinets.**

Comme on comprend que nos abattoirs soient maintenus hors circuit, quand il s'agit, pour nos officiels, de faire visiter aux hygiénistes et aux médecins étrangers les grands organismes de la capitale !

Tout de même, propreté mise à part, il existe un contrôle sanitaire ? Nous n'en disconvenons pas, en principe ; mais c'est en-

QUELQUES MOTS SUR L'ORIGINE DES BAINS DE SOLEIL

Les peuples anciens considéraient le soleil comme source de la vie et de la santé, comme dieu de la force, de la lumière et de la fécondité.

Les vertus bienfaisantes de l'héliothérapie étaient reconnues depuis longtemps, car on sait qu'Hippocrate (le père de la médecine) et Gallien conseillaient très souvent la cure de soleil aux débilites anémiques, convalescents et aux sujets affectés d'obésité.

Les Grecs, les Romains, les Hindous, les Phéniciens ont voué constamment au soleil une vénération sans limite, en élevant en son honneur des temples et statues magnifiques. Le soleil était le dieu de la vie.

Hérodote n'a-t-il pas dit que « l'exposition au soleil est fortement utile à tous ceux qui ont besoin de se restaurer. »

Déjà les Romains ont fait construire des terrasses qui servaient de solariums, dont le but d'un côté était à n'en pas douter purement médical, d'un autre côté sur ces terrasses, l'on jouissait d'un très large horizon.

Esculape considéré en dieu de la santé, comme fils de Phébus Appolon, dieu de la lumière, conseillait les bains de soleil dans certaines maladies. D'autres, comme Coe-

par le Docteur H. HERSCOVICI.

Ancien médecin de Dispensaire.

lius Aurélianus, recommandent la cure solaire contre les maladies de la peau, le rachitisme (maladie des habitations obscures où l'air et la lumière ne pénètrent jamais) les troubles de la croissance, la métrite et l'arthritisme.

Pline l'Ancien lui-même prenait des bains de soleil et satisfait par leurs merveilleuses actions, proclamait leur bienfaisance dans les mots suivants :

« *Sol quoque remediorum maximum, ab ipso sibi praestari potest.* »

Antyllus est entre les premiers qui traitaient le rachitisme et l'atrophie musculaire par le massage au soleil.

Les propriétés merveilleuses du soleil étaient connues chez les Chaldéens (dans le temple de Bit-Para on chantait ce cantique pour la gloire du soleil : « Ta lumière, c'est la joie, ta lumière, c'est la vie ». Dr. Fougerat de David) Egyptiens, Crétois, où le soleil était déifié et l'héli-

thérapie jouait un très grand rôle. On relate que la femme de l'empereur Gallien vint à Nice faire une cure solaire, suivant le conseil des médecins. Chez les Germains du Nord, on utilisait la chaleur du soleil sur les montagnes comme remède contre les fièvres.

Après une période où le soleil était en grand honneur, vint l'ère médiévale et l'oubli complet de l'héliothérapie.

Ce n'est qu'au XVIII^e siècle que certains médecins commencent à utiliser l'insolation dans le traitement des ulcères des jambes.

Rikli est considéré comme le père de l'héliothérapie moderne ; il soutenait que l'organisme de l'homme est fait pour vivre dans l'atmosphère, et fait entrer le bain de soleil dans la pratique. Fauve, en 1774, propose l'insolation comme traitement efficace des plaies, ulcères, sous forme de chaleur + 33 Réaumur.

Rufeland, en 1795, obtient de bons résultats dans les scrofules en appliquant l'héliothérapie. De nombreux travaux publiés en France par d'Arsonval, Jousset, Nogier, etc.; Hammer, Beck en Allemagne, Tyndall en Angleterre, ont contribué à former les bases scientifiques de l'héliothérapie.

Fondez une salle de gymnastique et un établissement de bains et vous fermerez deux hôpitaux.

DOCTEUR COTLONNEC

Ces jeunes femmes aiment le soleil, certes, mais elles ne sont pas encore adeptes de « Vivre ». Quand elles le seront devenues, elles comprendront que la nudité ne s'accorde pas de bracelets et de hauts talons.

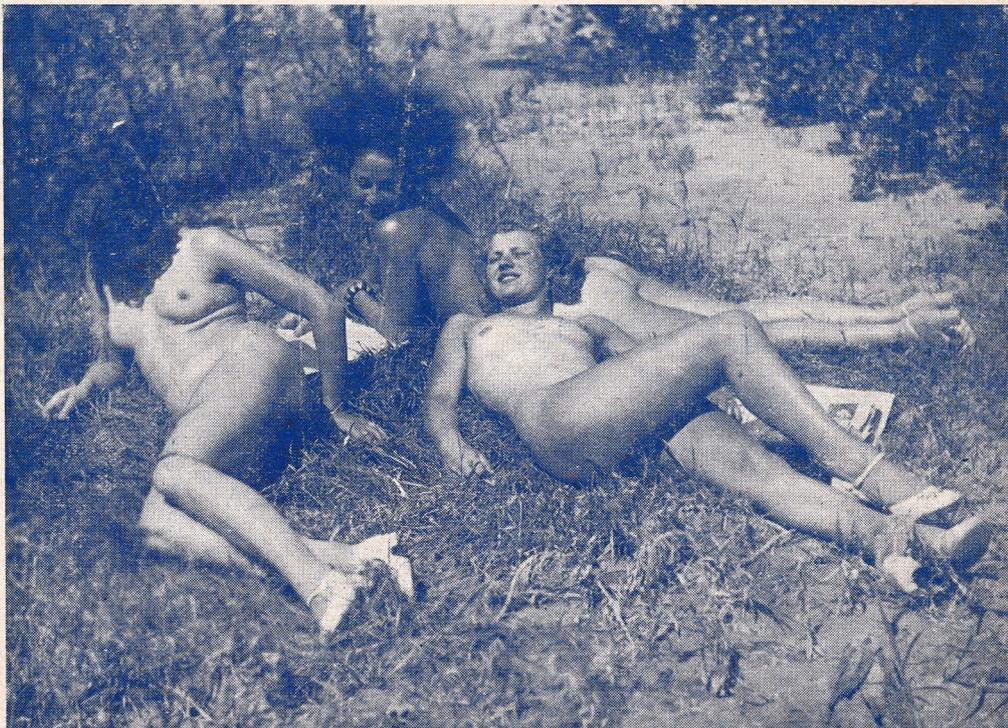
core M. Martel qui vient nous avertir courageusement : « **Dans les circonstances actuelles, j'affirme que ce contrôle est à peu près impossible** ».

Le Syndicat national des Vétérinaires a réclamé avec insistance aux pouvoirs publics **une inspection généralisée et obligatoire**, semblable à celle qui fonctionne en Allemagne depuis 1900 et qui, au surplus, a fait ses preuves dans les départements reconquis. En vain ! même des mesures fragmentaires, comme l'estampillage au départ, ont été repoussées (parce qu'entachées, paraît-il, d'illégalité) par les services administratifs de la Préfecture de police.

Alors ?... Il faudrait une loi. Plusieurs projets ont été déposés par le gouvernement. On attend... On attend toujours.

Loin de moi la pensée d'avoir voulu dégoûter les carnivores qui me lisent !

... Mais pour moi, garçon ! sans façon, ce sera une pomme en robe des champs, une bonne salade verte et une crème fraîche.





LA NUDITÉ DU POINT DE VUE MORAL

L'homme vêtu est le seul être au monde qui ne soit pas immunisé contre les maladies infectieuses et organiques, qui ne vive pas cinq fois sa période de croissance et qui soit fréquemment affligé d'une véritable déchéance physique. Le vêtement nous fait payer là une terrible rançon ; mais nous avons encore d'autres griefs contre lui ; il est tout aussi malfaisant au point de vue moral ! Car, l'homme vêtu est également un des rares êtres au monde qui fasse preuve d'obsession sexuelle, le seul être chez lequel se soit greffée sur la fonction si naturelle de reproduction une multitude de vices affreux et de dépravations honteuses, dont les hommes ni les animaux sauvages ne nous donnent aucun exemple.

Si quelqu'un, insuffisamment documenté sur la vie courante, en doutait, il semble qu'il lui suffirait, pour être convaincu, d'écouter les conversations libres des hommes, de constater leurs préoccupations et de faire état de leurs lectures ; partout et presque toujours, la question sexuelle, vue sur toutes ses faces, et, généralement, la face la plus graveleuse, en est le thème. Les vices sont même scientifiquement catalogués ; en voici la liste que nous trouvons dans un livre du Dr Laumonier, paru tout récemment : l'onanisme, l'homo-sexualité, le saphisme, le sadisme, le masochisme, le fétichisme, le nécrophilisme ; on distingue encore, d'après cet auteur : les excités physiques, les luxurieux, les érotomanes, les nymphomanes, les exhibitionnistes, les voyeurs, les frôleurs et les renifleurs !

Grand Dieu ! tant de dépravation peut-elle entrer dans l'âme des humains ?

Hélas ! elle y entre, s'installe et y exerce de terribles ravages.

Cela est déjà un terrible ravage que de faire tomber dans l'abjection l'âme humaine que nous voudrions pure, noble, élevée et ne restant engagée avec les liens de la chair que dans la mesure utile et normale, c'est-à-dire naturelle.

Mais, la luxure n'abaisse pas seulement l'individu, elle cause encore un grave dommage à la société en portant atteinte à la solidité de la famille, en s'opposant à la fécondité des mariages, en favorisant le développement des avortements criminels et en facilitant la propagation des maladies vénériennes.

Au point de vue encore plus général, la luxure affaiblit la mentalité des peuples et

l'histoire constate que bien souvent les peuples vaincus et asservis ont été dominés par des vainqueurs moins cultivés, moins affinés qu'eux-mêmes, mais qui appartenaient à des races chez lesquelles les relations sexuelles étaient réglées et endiguées ; elles pouvaient faire ainsi une provision de réserve nerveuse, qui leur assurait une supériorité victorieuse sur des peuples dont les instincts sexuels n'avaient subi aucun frein.

L'obsession sexuelle, la dépravation et la luxure constituent donc des éléments de dissolution, destructeurs des civilisations. Elles méritent l'anathème du sociologue et du philosophe, qui doivent s'assurer des moyens nécessaires pour faciliter leur disparition et les empêcher de se développer dans l'âme des peuples.

La suppression des effets est fonction de la connaissance de leur cause.

Nous avons constaté, d'une façon indiscu-

table, que le port permanent du vêtement était à l'origine des nombreux maux physiques dont souffre l'humanité. L'homme vêtu étant le seul être affligé de vices abjects, y aurait-il, là encore, corrélation entre le port permanent du vêtement, entre la pudeur et la décence qui en sont le corollaire, et la dépravation qui dégrade tant d'êtres humains ? La Science tendrait à le prouver et voici comment :

Nous savons que nous vivons au milieu de radiations, que le corps humain est un émetteur et un récepteur d'ondes ; ces ondes sont lancées par les organes actifs du corps, tels que les glandes ; ces ondes intéressent l'émetteur qui les produit, mais également le corps qui les reçoit ; or, le vêtement, une simple gaze, arrête le rayonnement de ces ondes ; il se produit donc au point de vue sexuel un état contraire à la nature : l'émetteur ne peut émettre d'ondes ; elles subissent donc un refoulement ; ce refoulement crée une accumulation de sensations, et l'accumulation engendre elle-même une hypéresthésie sexuelle, d'où tendance à l'obsession sexuelle d'abord, puis à la luxure, aux vices, parce que les sécrétions endocrines du tissu interstitiel ou de l'hypophyse prennent une intensité exagérée.

Deux faits viennent encore aggraver singu-



On voit dans « Les très riches Heures du Duc de Berry » (Chantilly, Musée Condé) cette gravure qui prouve qu'aux siècles de foi chrétienne la nudité n'était pas tenue en opprobre. C'est ainsi que dans la rivière qui coule au pied du château s'ébattent librement des baigneurs ignorant l'existence du maillot de bain et du slip. Aurions-nous l'esprit moins ouvert et moins sain que nos ancêtres ?

Photo Giraudon.

Photo Malkovsky.
Reproduct. interd

A gauche, dans la forêt, une jeune et belle élève du professeur Malkovsky. — A droite, quelques adhérents du « Out-of-Door - Club » aux Etats-Unis où, nous écrit un lecteur américain « Votre mouvement se développe considérablement ».





LA NUDITÉ (SUITE)

lièrement la situation : la curiosité sexuelle perpétuellement en éveil, parce que la pudeur entoure le sexe de mystère et l'impossibilité pour le sujet de recevoir des ondes apaisantes et neutralisantes de l'autre sexe (1).

Et ces manifestations se trouvent parfois encore renforcées par la continence dont l'exagération déséquilibre complètement l'individu !

C'est ainsi que, grâce au port permanent du vêtement, et grâce à un sentiment de pudeur qui n'a aucune base positive, on aboutit à des déviations de l'instinct sexuel, à de véritables névroses, dont les vices que nous venons d'énumérer ne sont que l'expression, comme les maladies sont l'expression d'un

(1) On soigne avec succès les malades atteints de priapisme et de nymphomanie par des injections antagonistes et neutralisantes d'extrait ovarien dans le premier cas, d'extrait testiculaire dans le second. La tendance exagérée des impulsions se trouve ainsi neutralisée par une influence antagoniste.

métabolisme dont le vêtement arrête ou modifie le cours.

Le port permanent du vêtement, la pudeur et la décence, apparaissent donc comme néfastes pour la mentalité de l'adulte, qui se trouve, par ces pratiques, déterminé à la perversion et à la luxure ; mais la situation est sigulièrement plus dangereuse pour l'enfant : à l'époque de la puberté, à un moment où ses tendances sexuelles ne sont pas nettement établies, il reçoit sans aucune préparation un choc violent ; ce choc risque de le désaxer pour toute son existence en développant chez lui des idées de luxure ou de vice, qui ne se seraient jamais fait jour dans des circonstances plus naturelles, c'est-à-dire si l'enfant avait pris connaissance de la sexualité progressivement et sans même s'en rendre compte, par la pratique de la nudité en commun,

Tous ceux qui, soit en France, soit en Allemagne, ont fréquenté des stades « de libre culture », sont unanimes à reconnaître que

la nudité en commun amène la disparition de la concupiscence et l'apaisement des sens. On n'y rencontre guère que des chastes, les esprits dépravés s'abstiennent et vont ailleurs.

Deux faits assez marquants peuvent être invoqués en faveur de cette théorie. Il y a quelques années, vers 1926, dans deux possessions anglaises du continent africain, il fut prescrit aux indigènes, ayant des rapports avec les blancs, de se vêtir ; jusque-là, cette population, vivant nue, ne donnait aucun signe de dépravation ; mais, dès qu'ils furent habillés, ces nègres devinrent d'une immoralité telle que les Gouverneurs des provinces se virent contraints de rapporter leur arrêté et de prescrire aux indigènes de revenir à la nudité et cela à la demande des puritains de l'endroit ! Le refoulement avait fait son œuvre !

L'autre fait est rapporté dans les récits du R. P. Tapie, missionnaire au milieu des forêts vierges du Haut-Amazone. Il déclare que pendant vingt-deux années d'apostolat, il n'a jamais vu un geste indécent ni un regard de concupiscence parmi les Indiens qui vivent entièrement nus, et que la morale, chez eux, est plus en sûreté que dans les salons parisiens, où les gens sont habillés.

L'obsession de la pudeur semble donc avoir eu comme conséquence la plus certaine l'obsession sexuelle, génératrice de la luxure !



Photo Malkovsky.
Reproduct. interd.

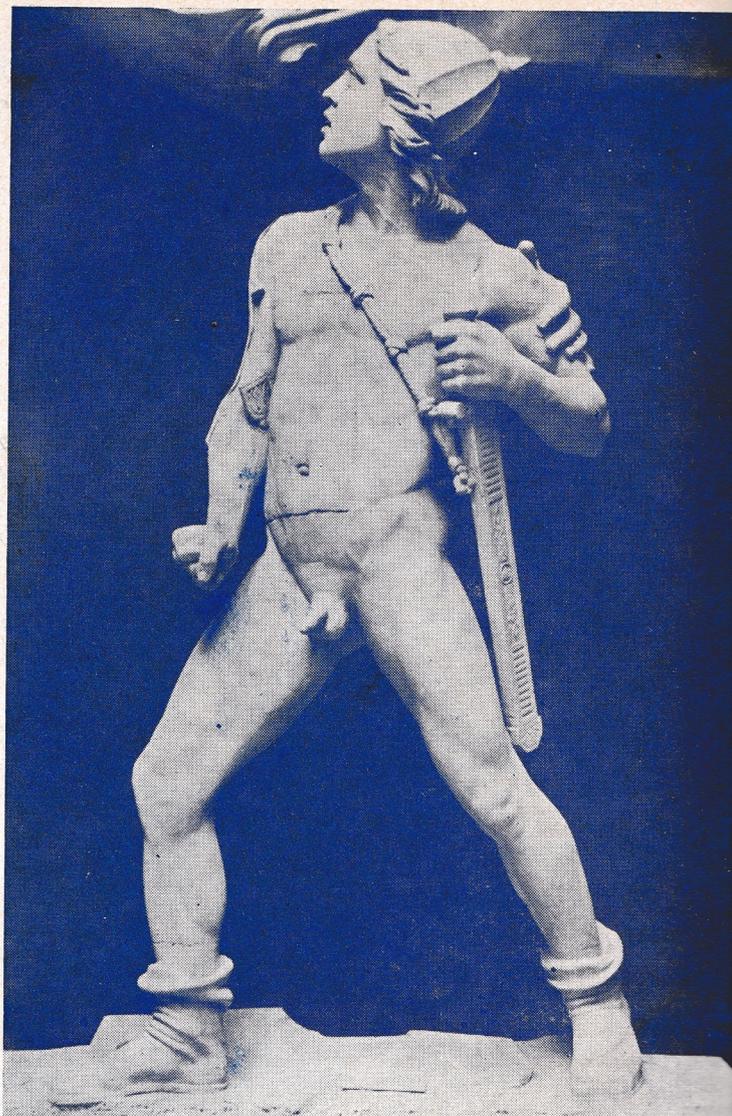
A gauche, dans la forêt, une jeune et belle élève du professeur Malkovsky. — A droite, quelques adhérents du « Out-of-Door-Club » aux Etats-Unis où, nous écrit un lecteur américain « Votre mouvement se développe considérablement ».



Les ligues pour la défense de la morale, tous les pudibonds, devenus imitateurs, propagateurs et pourvoyeurs du vice, voilà ce à quoi nous amène l'examen objectif de la question ! Evidemment, ils n'ont pas voulu cela ! Mais leur absence de culture et d'esprit critique les a inconsciemment conduits à un résultat aussi lamentable que celui que nous constatons. Ce sont certainement de bonnes âmes : en défendant la pudeur, ils ont agi par idéalisme et cru de très bonne foi qu'ils remplissaient un rôle social élevé. En réalité, dans un tout autre ordre d'idées, ils ont agi comme les pacifistes, qui préparent la guerre en voulant assurer la paix ; en voulant établir le règne de la chasteté, ils ont, par une réaction inhérente à toute exagération, fait éclore la luxure, exclusif et triste apanage de l'homme vêtu.

La nudité en commun, chaste et dénuée de concupiscence, comme la conçoit l'école allemande, ne peut qu'être exempte de reproche, en quelque sorte, par définition. Il n'est donc pas sans intérêt de savoir pourquoi les antinudistes maintiennent leur intransigeance indignée. Ils ne s'en doutent certainement pas et il est utile de le leur apprendre. Ils sont les inconscientes victimes de ce qu'on appelle en philosophie l'automatisme héréditaire. Depuis cinquante siècles (depuis le chapitre 18 du Lévitique), on leur répète à satiété qu'ils doivent cacher leur nudité, état honteux ;

Là, la morale condamne la nudité, ici elle l'autorise et c'est ainsi qu'on peut voir l'Ephèbe intégralement nu dans le groupe du Départ de Rude, qui orne l'Arc de Triomphe.



cette horreur de la nudité est inscrite avant leur naissance dans les neurones de leurs centres d'association, et, fidèles moutons de Panurge, ils répètent, sans savoir pourquoi ni comment, que la nudité est un état honteux qu'il faut cacher, comme un phonographe qui jouerait éternellement la « Marche du Prophète ».

Pour les initiés, la nudité en commun est tellement séparée par une cloison étanche de toute idée de luxure, que les pornographes et les débauchés la réprouvent et qu'on a été jusqu'à se demander si, toute concupiscence étant disparue pour céder la place à une certaine indifférence, elle ne serait pas nuisible à la reproduction de l'espèce !

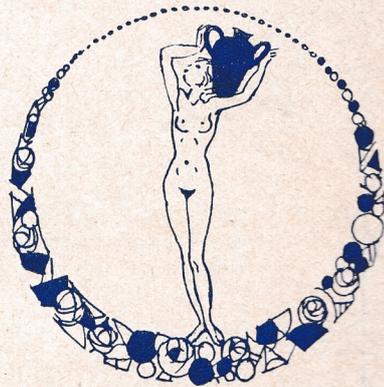
Qu'on se rassure à cet égard ! Le désir ne serait pas aboli ; il se manifesterait seulement d'une façon normale, comme chez les bêtes, et ce serait fort beau pour l'homme de revenir à leur niveau !

De l'ensemble des considérations que nous avons exposées, une conclusion s'impose nettement.

Le port permanent du vêtement, le fait de soustraire constamment le corps humain à l'action de la lumière et surtout des éléments qui parsèment l'atmosphère, l'obsession de la

décence et de la pudeur auront constitué une des pratiques les plus funestes pour la mentalité et la vitalité du genre humain ; cette pratique est responsable de nos maladies, de la brièveté de notre existence, de nos dépravations et de nos vices.

Il serait donc à souhaiter qu'un consortium de bonnes volontés, estimant honnêtement que la santé morale comme la santé physique des hommes est en jeu, cherchât à provoquer une réaction salutaire destinée à régénérer le corps humain et à en purifier l'âme.



GRATTE-CIEL.

POUR LA SANTÉ PUBLIQUE

par le Docteur DE MARVILLE

Ex-Chirurgien en Chef de l'Hôpital de San Francisco

Ceux qui ont décidé qu'il serait défendu d'ériger, dans Paris, des immeubles dépassant une certaine hauteur, ont eu bien raison.

Cependant, je serais assez d'avis d'autoriser, à raison de deux ou trois par arrondissement, l'édification de gratte-ciel qui joueraient le rôle de «Maisons du peuple».

Le but de ces constructions serait de permettre d'aller chercher en hauteur, l'espace, l'air et le soleil qu'il est impossible d'obtenir dans une ville dont les maisons sont entassées les unes sur les autres.

Ce seraient des espèces de «Tours St-Jacques», entourées chacune d'un square d'une étendue proportionnelle, autant que possible à la hauteur du bâtiment qui s'élèverait dans son centre et suffisante, dans tous les cas, pour que le monument en question soit complètement isolé.

Le square et le monument devraient être propriété municipale et aucune parcelle n'en pourrait être aliénée.

Dans les sous-sols, qui seraient extrêmement profonds, très vastes et fortifiés, seraient aménagés des locaux destinés à recevoir une partie de la population du quartier, en cas de bombardement par les gaz.

Dans toute la hauteur de l'édifice qui serait d'acier, et à l'épreuve du feu, seraient placés un certain nombre de tubes, également en acier et dans lesquels serait refoulé de l'air pris à une hauteur suffisante pour être au dessus des nappes gazeuses.

Ces tubes communiqueraient avec les locaux dans lesquels serait recueillie la population, en cas d'attaque; même si l'édifice devait être endommagé par les projectiles lourds, les tubes, qui auraient de nombreuses anastomoses, devraient pouvoir fonctionner pendant toute la durée de l'attaque, qui ne saurait être très prolongée. Voilà pour le temps de guerre, qu'il faut l'espérer ne reviendrait pas fréquemment.

En temps de paix, les utilisations de la «Maison du Peuple» seraient multiples.

Les souterrains contiendraient de larges piscines dans lesquelles circulerait, en abondance, de l'eau chaude fréquemment renouvelée dans laquelle en toute saison la population pourrait se laver et apprendre à nager. Autour de ces piscines se-

raient installés des appareils de gymnase qui seraient mis gratuitement à la disposition des enfants des écoles et des soldats. Le reste de la population y aurait également accès au moyen d'une rétribution extrêmement minime.

Tout cela coûterait évidemment beaucoup d'argent et les dépenses, dans cet ordre d'idées, paraîtraient d'autant plus extravagantes que jusqu'ici rien ou à peu près n'a été fait pour le bien-être de la population.

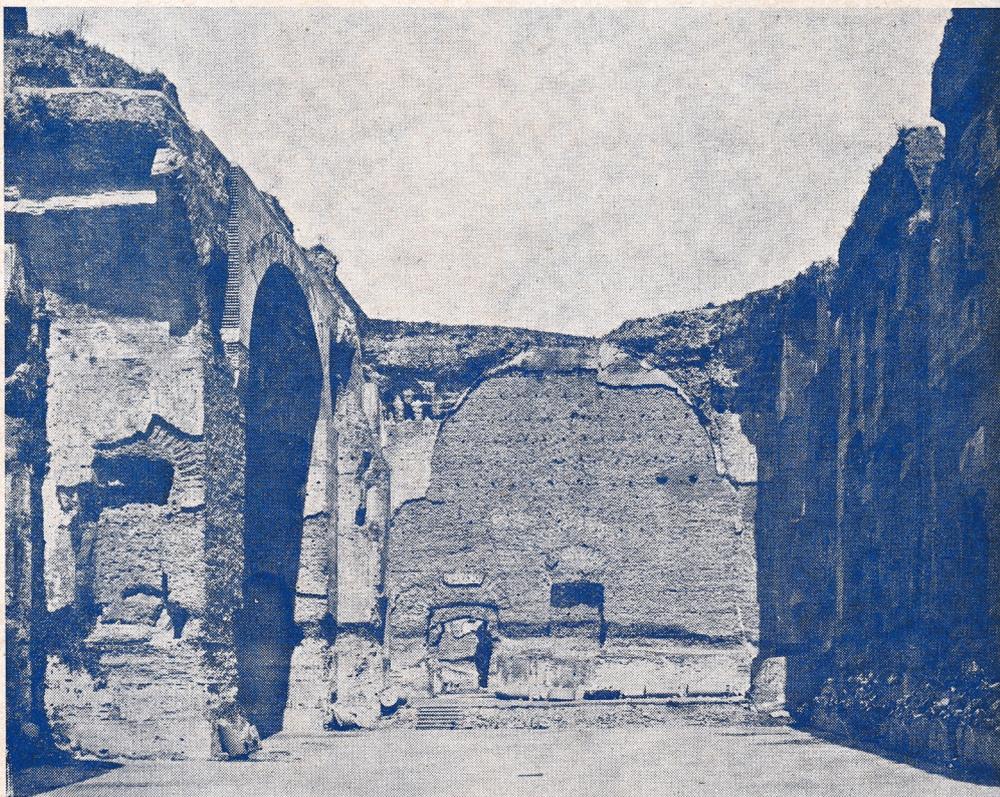
Or, il n'est pas douteux qu'une population pour laquelle on aurait fait un peu plus, dans l'ordre préventif, coûterait beaucoup moins cher aux hôpitaux, prisons, et autres moyens curatifs, auxquels on n'a recours que lorsque le mal est fait et, le plus souvent, à une époque où l'application du remède, quel qu'il soit, ne peut plus avoir aucun résultat heureux parce qu'il est trop tard.

Dans l'édition parisienne du New-York

Herald du 25 Décembre 1931, se trouve un article, dans lequel il est dit que les Soviétiques vont construire, à Moscou, pour 1933, le plus grand stade du monde, pouvant contenir deux cent mille personnes.

Sans chercher à rivaliser sur le terrain sportif avec nos ex-alliés, il serait peut-être bon de ne pas oublier qu'ils entraînent leurs athlètes, non seulement à fortifier leurs muscles, mais aussi à tirer au fusil et à se servir des masques contre les gaz et qu'ils pourraient bien le jour où il y aurait un malentendu entre eux et nous, nous traiter comme de simples capitalistes même sans avoir pris la précaution de vérifier notre compte de banque.

Et, si, d'autre part, il devait être prouvé, comme le prétendent certains experts, que les armes pour lesquelles nous dépensons aujourd'hui des milliards, ne serviront peut-être à rien, dans la prochaine guerre, il y aurait sans doute avantage à faire quelques sacrifices pour donner à nos enfants



Rome. Therme de Caracalla. Les petites villes de l'antiquité avaient comme les grandes leur therme auquel étaient adjoints : gymnase, bibliothèque et restaurant.

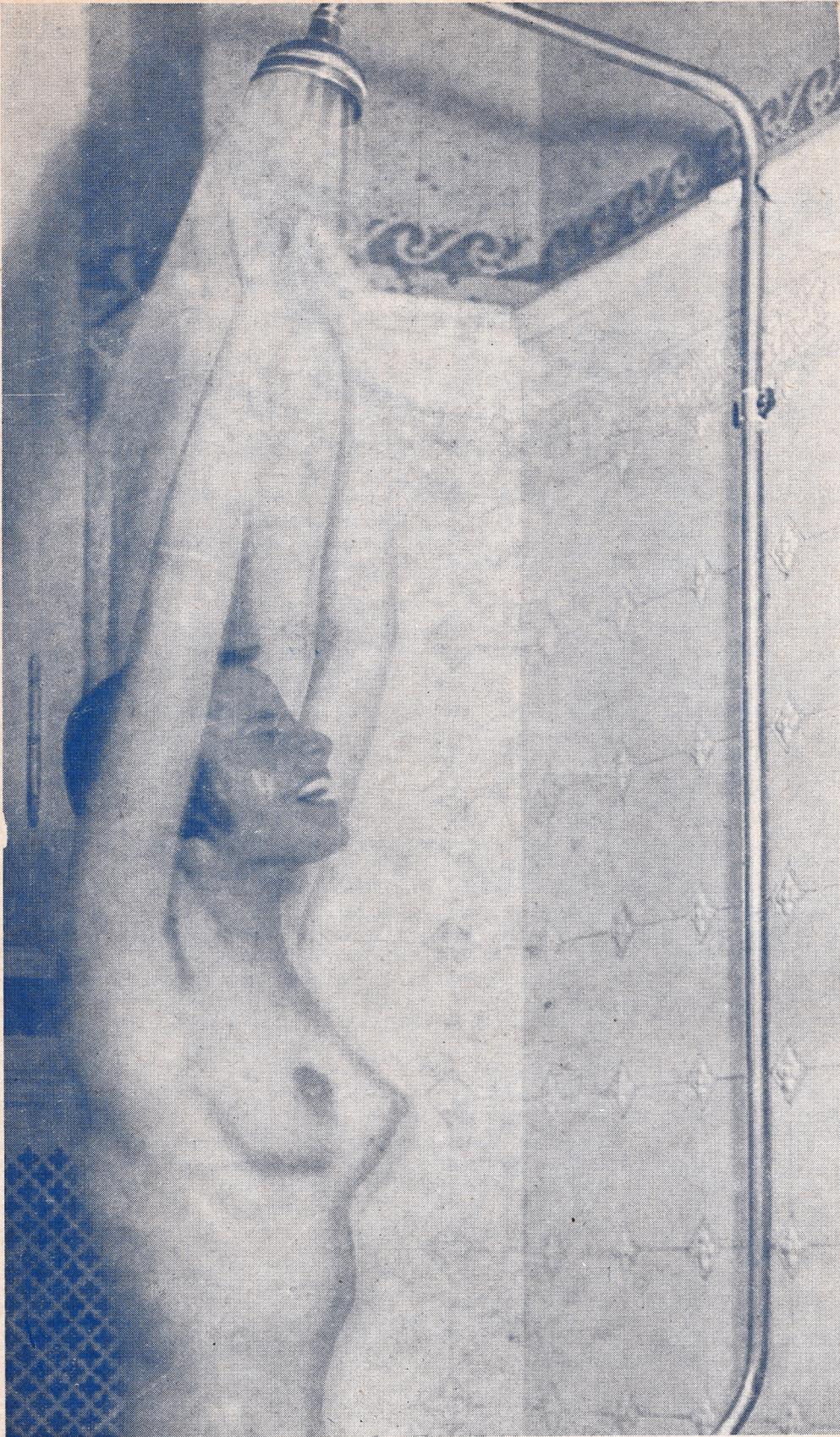


Photo A. L. I.

Quel bonheur et quelle chance pour la santé si tout le monde avait à sa disposition une simple salle de douche ! Pas un établissement public ou privé ne devrait être dépourvu de ce simple appareil d'hydrothérapie indispensable à la propreté élémentaire, à la santé par conséquent. Hélas ! les temps sont encore loin où Paris, sous ce rapport, n'aura plus rien à envier à la Rome antique.

des corps sains et robustes, qui leur seraient fort utiles, en temps de paix aussi bien qu'en temps de guerre.

De cette façon, ayant pointé sur les deux tableaux, nous aurions quelque chance de retrouver notre mise.

Il serait donc beaucoup fait pour l'homme de la rue, dans une maison à multiples étages.

Au rez de chaussée, il pourrait y avoir un poste de police aménagé dans des salles claires, propres et hygiéniques, d'une façon confortable, sinon attrayante, pour le public et même pour les agents, qui, aussi bien que leurs administrés, sont des électeurs et, ne fût-ce qu'à ce titre, ont droit à être bien traités.

Dans les étages supérieurs serait disposé, dans des salles qui seraient d'autant plus ensoleillées qu'on s'élèverait davantage, tout le matériel qui peut contribuer à l'éducation physique, intellectuelle ou morale des jeunes générations : classes, salles d'études, locaux pour les professeurs, lavabos pour les élèves, ateliers pour l'entraînement aux travaux manuels, musées pour leçons de choses, laboratoires pour expériences élémentaires de physique chimie, bibliothèque.

Non seulement il y aurait, comme cela existe dans les écoles primaires, des salles dans lesquelles les enfants pourraient recevoir un repas chaud, à midi, mais encore il y aurait des ouvriers dans lesquels seraient raccommoqués et mis en ordre les vêtements des enfants dont les parents solliciteraient cette attention.

Il s'agirait de faire pénétrer, dans un but moralisateur, des notions de bonne tenue, jusque dans les milieux qui en sont le plus dépourvus.

Il faudrait agir là avec beaucoup de tact, et n'intervenir que sur le désir formellement exprimé par les intéressés.

Chacun de mes locaux, classe, salle d'étude, atelier, seraient, autant que cela est possible, une sorte de solarium, dans lequel on pourrait peut-être, en cherchant à enrôler le concours des maîtres, pousser le luxe jusqu'à avoir quelques plantes, dont le charme apprécié, sinon de tous les enfants de Paris, tout au moins de quelques uns, serait aussi un moyen moralisateur.

**L'ABONDANCE
DES MATIERES
NOUS OBLIGE
A RENVOYER
AU PROCHAIN N°
LE COURRIER
DU DOCTEUR.**

GASTRONOMIE VÉGÉTARIENNE

par L. DEFLACELIERE.



Notre alimentation doit avoir comme composition de base : AZOTE : légumes secs, céréales (blé, maïs, orge, seigle, riz, sarrasin, avoine, millet, etc.), noix et amandes, champignons, œufs, lait et fromage. HYDRATES DE CARBONE : pommes de terre, marrons, châtaignes, féculé (ils se transforment en sucre au cours de la digestion), miel, sucre, fruits frais et secs. GRAISSES : beurre, végétaline, huiles d'olives, d'arachide, de noix, etc. SELS MINÉRAUX : légumes aqueux (qui contiennent de l'eau), fruits, céréales, légumes secs, lait, fromages, et eau. VITAMINES : tous les légumes et fruits à l'état cru, le beurre, les fromages secs. CELLULOSE : parties ligneuses et enveloppes de tous les légumes, fruits, céréales.

Il ne faut pas croire que tous les aliments que nous citons ne contiennent qu'un seul des éléments de base, bien au contraire, ils en contiennent tous plusieurs mais dans des proportions diverses, et la classification qui leur est donnée est faite d'après leur plus haute teneur en tel ou tel élément de base. Par exemple : la pomme de terre contient de l'azote, mais comme elle contient une bien plus grande proportion d'amidon, elle est classée dans les hydrates de carbone.

En se reportant à ce que nous venons de dire, il est facile d'établir des menus journaliers d'une façon harmonieuse sans excès ni insuffisance d'un côté et de l'autre et il est compréhensible que tous ces éléments doivent y figurer dans une proportion physiologique : par exemple l'azote, pour un homme d'activité moyenne ne doit pas dépasser un dixième alors que les hydrates de carbone doivent avoir la place la plus importante. Pour mieux nous faire comprendre, voici deux menus :

Radis et beurre ou potage à l'oseille

Epinards au beurre

Aubergines sautées provençale

Salade de saison.

Compote.

Œufs durs mayonnaise

Purée de haricots blancs aux croûtons

Macaroni au gratin

Fromage

Gâteau de semoule, crème vanille

Il est facile de constater que dans le premier menu l'élément aqueux et minéral domine alors que dans le deuxième c'est l'azote (ou protéine); dans l'un comme dans l'autre, il y a des éléments en excès et par conséquent nuisibles tout comme ceux qui sont en insuffisance. De ces deux mauvais menus, nous pouvons, par une meilleure compréhension pratique de la chimie alimentaire, en tirer deux excellents, sains et normaux :

Radis et beurre, salade de saison

Epinards au beurre

Purée de haricots avec croûtons

Compote

Potage à l'oseille

Aubergines sautées provençale

Macaroni au gratin

Gâteau de semoule

Il faut tenir compte dans les menus de l'élément SAISON ; nous sommes au printemps, à cette époque les légumes d'hiver sont très forts et durs ; d'autre part, notre sang est plus visqueux par la sédentarité de l'hiver, aussi par une alimentation plus concentrée; mais la belle et bonne Nature nous offre ses joyaux que dans le silence et sous le chaud soleil elle a lentement et patiemment ouverts pour l'homme. Les LEGUMES NOUVEAUX qui ne sont pas très nourrissants et c'est justement là leur valeur à cette époque d'entre-saison nous offrons cette délicieuse jardinière naturaliste, riche de vitamines dont nous avons besoin. composée de tous ces tendres légumes CRUS, coupés fin ou râpés : petites carottes, petits navets, concombres verts, oignons et aillet nouveaux, salades nouvelles et épices fraîches, enfin des petits pois sucrés ; le tout arrosé de mayonnaise faite d'œufs du jour. Autre plat de petits artichauts à la poivrade... sans poivre, mais de la bonne, onctueuse et verte huile d'olives. Enfin un plat cru de champignons de couches en salade bien couverts d'un hachi d'ail nouveau et de persil. A ce déjeuner hygiénique, revitalisant et dépuratif on peut ajouter ce plat chaud:

Tarte aux épinards.

Faire une pâte de farine, d'eau et d'huile, pincée de sel ; pas trop dure et en garnir un moule à tarte. Déposer dans le fonds un lit d'oignons blanchis et couvrir jusqu'au bord d'une purée d'épinards mélangés de fromage râpé, de beurre et de béchamel, parsemer le dessus de chapelure, de fromage et de beurre, enfourner et faire dorer.

Voici pour le soir un délicieux et léger dîner de saison : SALADE DE FRUITS faite de tous les fruits de la saison sains et mûrs, pelés et émincés ; ajouter de la noix de coco râpée, un jus d'orange et de la crème fraîche. Et comme « Plat de résistance » ce nourrissant soufflé de pain.

Utiliser les restants de pain en les faisant tremper dans du lait chaud jusqu'à ce qu'ils soient gonflés ; les retirer du lait pour les mettre dans un plat de terre; assaisonner selon le goût, y incorporer : jaune d'œuf, fromage râpé (gruyère, cheddar ou parmesan), bien mélanger le tout et ajouter blanc d'œuf en neige ; garnir le dessus de beurre et de fromage, enfourner et servir lorsque gonflé et doré. Ce soufflé peut se faire sucré en remplaçant le fromage par des raisins et des fruits confits et en le sucrant au lieu de le saler.

Il est bon dans l'exécution de ces deux menus de ne pas mettre le plat d'épinards en place du soufflé de pain, j'en donnerai la raison dans un prochain article en parlant du mariage des aliments.



COMMUNIQUÉS DIVERS

Dans le tract des Organisations Sociales « Vivre », nos statuts et notre programme sont complètement exposés. Ils sont suivis de la liste des sections provinciales qui propagent et mettent en pratique nos doctrines. Nous indiquons ici les villes qui possèdent des sections.

Les sympathisants désirant fonder un groupement recevront sur leur demande les règlements et les indications concernant cette initiative.

Les communiqués des sections seront publiés ici ainsi que les photographies de leurs réalisations. Ces documents doivent nous être envoyés vingt jours avant la date de publication de la revue.

Nous convions tous nos lecteurs à l'action.

Notre mouvement doit se développer sans cesse et nous faisons appel à la Jeunesse pour nous aider dans notre œuvre. Nos organisations sont avant tout un mouvement de jeunes.

Il est indispensable de créer des sections de propagande dans toute la France. Les abonnés désirant entreprendre ce travail devront s'inscrire. Chaque mois, ils recevront des numéros spécimens à distribuer autour d'eux.

Nous rappelons à nos amis que seuls les orateurs mandatés par les « O. S. V. » peuvent prendre la parole en leur nom.

DES CENTRES GYMNIQUES DU MOUVEMENT EXISTENT A :

Banlieue parisienne. — Bordeaux. — Clermont-Ferrand — Le Havre. — Lille. — Limoges. — Lyon. — Marseille (2 centres). — Nice. — Reims. — Royan. — Saint-Astier (Dordogne). — Strasbourg. — Toulon.

COLONIES : Alger. — Casablanca. — Oran. — Tunis.

SECTIONS PARISIENNES DE PROPAGANDE
15^e Arrond., M. Lermier, 103, rue Mademoiselle.

Vincennes, M. Girault, 31, rue des Laitiers.



GROUPES EN FORMATION

Les abonnés, les lecteurs et sympathisants désireux de se réunir pour fonder une section, sont priés d'écrire, en joignant un timbre pour la réponse, pour les régions de :

Abbeville, au Groupe Cyclo-Naturiste de l'U. R. F. I., boulevard de la République.

Avignon, à M. Ludovic Latour, Châteauneuf-du-Pape.

Bergerac, à M. Clément Guichard, Gravillac, commune de Prigarieux, route de Bergerac-Montpont (Dordogne).

Libourne, à M. Paul Boutin, Pomerol (Gironde).

Nantes, à M. Jean Holtzhauer, 6, place Edouard-Normand. (Ne pas se présenter, écrire avec timbre.)

Poitiers, à M. Y. Penin, 7, rue de l'Université.

Saint-Quentin, à M. Jean Duprez, 116 bis, rue d'Orléans.

Toulouse, à l'Association Culturiste, 2, rue de la Poste.

Vichy, à M. Pierre Bournat, 4, rue Antoine-Jardet.

numéros spécimens de « Vivre », des tracts, etc. afin que notre Mouvement, ses principes et ses méthodes soient connus du grand public.

En plus de cette action de propagande, les membres de ces sections devront rechercher toutes les fautes graves commises contre l'hygiène sociale. Le chef de section, désigné par nous et dont le nom figure dans cette chronique, nous fera parvenir un rapport circonstancié que nous transmettrons, soit au Parti social de la Santé publique, soit au Ministre.

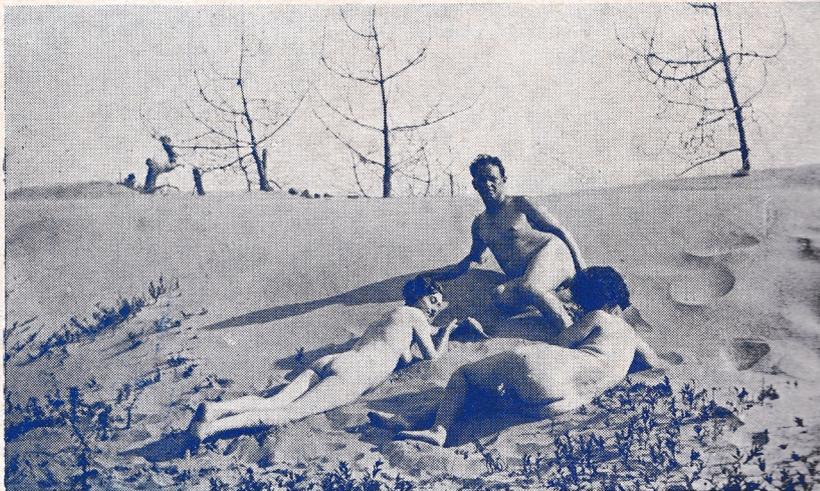
En réunissant mensuellement ses adhérents, le chef de section, en rapport constant avec nous, créera des liens d'amitié et l'émulation indispensable qui doit animer les militants d'une même cause.

Nul doute que nos amis dévoués, en s'organisant bien, accompliront un travail des plus utiles en faveur de la santé. Leur activité nous permettra aussi d'organiser des conférences dans les différents quartiers de Paris et dans les différentes régions de la France.

Il est normal et indispensable que nous fassions dans cette voie ce que font tous les partis, sans exception.

A NOS MEMBRES ACTIFS

Les sections parisiennes de propagande (en province, les sections de réalisation peuvent, mieux, doivent, entreprendre la même action) ont pour but, par l'intermédiaire de leurs adhérents, de faire répandre à profusion des



A gauche, les membres de notre section de Lyon se livrent aux jeux du stade et à droite quelques membres de la section de Royan aux caresses du soleil.



Informations du Sparta-Club

Un nouveau stade vient d'être parfaitement aménagé. Il comprend : volley-ball, tennis-ball, basket-ball et deck-tennis. Une piste de cross est organisée et, dans quelques jours, un grand stade d'athlétisme et de demi-nudité sera à la disposition de nos adhérents.

Nous nous sommes assuré le concours de M. Haimovith, qui, précédemment, dirigeait déjà un centre de gymnité. L'organisation des jeux, de la culture physique sont placées sous sa direction compétente.

M. Louis Gicquel continue de diriger les cours du soir, ayant lieu à Paris, rue de Logelbach, à la satisfaction de tous les adhérents.

Ces efforts constants correspondent, personne n'en doutera, à des dépenses financières qui grèvent lourdement le budget du « Sparta-Club » en cette période de crise. C'est dire que nous avons besoin de très nombreux adhérents. Cependant, et cela en ralentit le recrutement, nous tenons de plus en plus à faire une sélection. Aussi, engageons-nous vivement nos membres actuels à inciter leurs amis à s'inscrire, sous leur parrainage, à notre club. Ainsi, notre double but sera atteint : augmentation importante de nos membres et certitude d'un recrutement désirable.

Les règlements intérieurs du club répondent aux desiderata de nos membres. C'est pourquoi nous veillons à ce qu'ils soient scrupuleusement respectés. En effet, il n'est pas possible, dans un club fréquenté assidûment par de nombreuses personnes, de faire régner l'ordre matériel et moral sans une discipline sérieuse et librement acceptée d'ailleurs.

Nous rappelons à nos amis qui n'ont pas encore régularisé leur abonnement de bien vouloir le faire le plus tôt possible, car la présentation des cartes étant obligatoire à l'entrée des cours de culture physique et du manoir « Jan », il est indispensable qu'elles soient régulières et à jour.

BANQUET DU « SPARTA-CLUB »

A la demande d'un grand nombre de membres du « Sparta-Club », le 2^e anniversaire de l'ouverture du Manoir « Jan » sera fêté par un banquet amical, le dimanche 13 mai. Le banquet aura lieu sous la présidence du Docteur Sorel qui inaugurera les nouveaux stades.

Prix du déjeuner : 20 francs.

Avertir Mme Renaut, gérante du Manoir, en envoyant son adhésion quelques jours à l'avance.

COMMUNIQUES

La section du Havre « La Joie de Vivre » et celle de Limoges « Le Club Gymnique Limousin » sont définitivement constituées.

Les Naturistes Lyonnais

Le nouveau comité directeur pour 1934 issu des élections de l'Assemblée générale du 23 mars, est ainsi constitué : président, M. Genin; vice-président, M. Richerd; secrétaire général, M. Guédy; trésorier, M. Lévêque; bibliothécaire, M. Pichenot; archiviste, M. Boesch; membres du bureau : MM. Boutet, Druvet, Saredi, Mme Frimat.

Conseil médical : MM. les docteurs Pathault et Percerot.

M. Lévêque, trésorier, 114, rue Bossuet, prie les membres dont l'adhésion n'a pas été renouvelée de bien vouloir en adresser le montant dans le plus bref délai.

Nécrologie

Nous apprenons la mort, survenue le 3 avril, du Docteur François Madeuf, pharmacien des Facultés de Paris, Président honoraire de la Fédération parisienne des Colonies de vacances, président-fondateur de l'œuvre d'hivernage des enfants.

Le Docteur Madeuf suivait notre Mouvement avec une grande sympathie et un vif intérêt. Il prit très souvent part à nos manifestations publiques. Nous prions sa famille de recevoir nos très sincères condoléances.

CONFÉRENCES

Au Foyer Naturiste

Une très intéressante réunion eut lieu le mercredi 11 avril, au Foyer Naturiste. M. Bailly, le président, ouvrit le débat en rappelant la dernière conférence de notre Directeur. Avec sagesse, il résuma les principes naturistes et dit le rôle qu'ils joueront socialement s'ils ne s'égarent pas dans des domaines indignes d'eux. M. Jourd'heuil fit un appel vibrant à l'esprit de camaraderie, de bonne entente et de dévouement qui doit animer les gens épris d'un progrès vraiment humain. Notre directeur rappela que les différentes organisations naturistes, en fait, ont toutes un même but, qu'elles essaient d'atteindre par des moyens différents. Il ajouta qu'un idéal commun devrait les unir pour le triomphe de la cause de la santé. M. Toussaint, qui prit la parole ensuite, mit également la santé au-dessus de tout et il fit justement remarquer que tous les partis politiques, qu'ils soient de gauche ou de droite, se désintéressent de ce bien indispensable, particulièrement aux travailleurs.

Ce fut M. le Docteur Marcel Viard qui termina cette réunion en engageant chacun à entreprendre l'amélioration de soi-même par la culture mentale et physique. Les conférences du Docteur Viard sont éminemment constructives et l'entendre est toujours un réconfort et une joie. Aussi recueillit-il des applaudissements de toute l'assemblée.

Voyage en Amérique

« L'Univers Médical, Scientifique et Littéraire » annonce son quatrième voyage annuel au Canada et aux Etats-Unis.

Rappelons que ces voyages sont placés sous le patronage de nombreuses personnalités du monde scientifique et littéraire et poursuivent à la fois un but touristique et documentaire. Ils sont ouverts aux membres des professions libérales et à leurs amis.

Deux départs sont prévus les 18 juillet et 18 août prochains à des conditions très réduites. Le voyage dure un mois et comporte la visite des principales villes des Etats-Unis et du Canada, avec une extension facultative aux côtes du Pacifique, Colorado, etc.

Renseignements, notices, à « l'Univers Médical, Scientifique et Littéraire », 24, rue Caumartin, Paris. Tél.: Opéra 82-73.

LA NUDITÉ INTÉGRALE

présenté par

HENRI NADEL

dont les illustrations et l'impression seront supérieures au premier numéro, est en préparation. Son prix de vente franco recommandé sera de 20 francs. Dès maintenant nous les mettons en souscription au prix de 10 francs pour les membres du « S.-C. », de 14 fr. pour nos abonnés et de 16 francs pour nos lecteurs.

Nous avons déjà reçu de nombreuses souscriptions. Nous n'accusons pas réception de ces souscriptions, sauf aux personnes qui en font la demande.

Cet ouvrage sortira dès que la souscription sera couverte.

Demandez le prospectus contenant un modèle des illustrations. Joindre un timbre à 0 fr. 50.

YOGOURT à 0,15 LE POT

se fait très facilement chez soi, sans feu ni électricité, ni ferment chimique.



avec l'appareil Labana vendu très bon marché. Depuis 75 francs l'appareil 4 pots.

ETABLISSEMENTS LABANA
43, bd Saint-Martin, Paris. Arch. 00.27

PETITES ANNONCES

Tout envoi d'annonce devra obligatoirement être accompagné de son montant et adressé à :
METROPOLE PUBLICITE
 5, rue Newton - Paris (16^e)

TARIF: La ligne 8 francs, avec minimum de deux lignes. (Chaque ligne comprend environ 40 lettres ou signes.) Pour les Membres de la « LIGUE VIVRE », la ligne: 5 francs.

En aucun cas, la publication de ces annonces ne saurait engager la responsabilité de la Revue, qui se réserve cependant le droit d'en modifier le texte.

✕ Entrée vieux NICE pittor. La Cicoulatiera crèmerie-laiterie, exquis repas végétariens, spécialités, petits déjeuners, prix modérés, rue Pairolière, 35, Nice.

✕ Cède ma part gérant ds rest. végét. aff. très importante plein centre. Appart. confort mod. disp. Ecrire Sté Française d'Alimentation, 3, Geoffroy-Marie.

✕ CANOTS PLIANTS GENRE KAYAKS Occasion except. à vendre à d'excel. cond. un lot de canots pliants genre kayaks garantis absolus. neufs. Ecrire Métropole Publicité, annonce 40.

Leçons de culture physique et massages à domicile. Prix modérés. Ecrire à « Vivre »

« Maison du Soleil » OCTON (Hérault). Profitez: prix très réduits jusqu'en juin pour faire cure désintox. Ptoses, malad. foie, estomac, intestin p. moyens natur. massage-martelage méthode Dr Vigné d'Octon. Solar. parc, gymn. S'y adresser.

NICE, Cannes, Menton et région. Ligue Gymnique de la Côte d'Azur, affiliée aux « O. S. V. ». Grand parc de nudisme intégral près mer, ouvert toute l'année. Héliothérapie, sports, appareils de gym. Basket et volley-ball, natation. Ecrire avec timbre, B. P. 82, Poste Principale, av. Thiers, Nice (A. M.)

POUR DÉVELOPPER ET TIRER VOS CLICHÉS personnels, adressez-vous de confiance à M. MARTINIÈRE. 2, rue du Four, Sucy-en-Brie (S.-et-O.). Liqueur milit. Il n'est gardé aucune trace ni épreuve des travaux. M. Martinière ne vend pas de photos et ne répond pas aux demandes de cet ordre.

SOUSCRIPTION PERMANENTE

MM. Vernhès, Chaville : 5 ; Un instituteur de la Vienne : 10 ; J. Gilliard, Suisse : 30 ; M. Trimaille, Saïgon : 100 ; Martinière, Sucy-en-Brie : 50 ;

Total de la précédente liste 9.862 50

Total général 10.057 50

A tous, merci.



YXA

Produit ophothérapie agissant exclusivement sur les glandes mammaires et pouvant être absorbé par les organismes les plus délicats.

Le traitement des "GRANULÉS DE PLACENTA" peut être suivi soit pour le raffermissement, soit pour le développement de la poitrine sans inconvénient pour toute autre médication. (Voir mode d'emploi).

La boîte essai.....	Frs. 16. »	Franco. 18. »
— 1/2 cure —	42. »	44. »
— cure.....	65. »	67. »

Envoi discret contre remboursement ou mandat adressé à: YXA, service E, 2, RUE CONDORCET, PARIS-9^e

HEUDEBERT
 PRESENTE

YALACTA

POUR FAIRE CHEZ SOI AU
PRIX DU LAIT
 LE VÉRITABLE YAOURT BULGARE

■

Ecrivez pour notice à
APP. YALACTA
 19, Av. Trudaine
 Paris

REGENERATION
 physique et mentale
HYGIENE
 préventive
CONSULTATIONS
 médicales
CONTROLE
 médical

par médecin naturaliste
 collaborateur de « Vivre »

Adressez-vous de notre part
 les **MARDIS** et **VENDREDIS**
 de 14 heures à 16 heures

(tous et heures rigoureuses)
11, rue du Printemps
 Paris (17^e) - 2^e étage

OUVRAGES DIVERS

(Liquidation de notre bibliothèque, ne faisant pas partie des Editions de « Vivre ».)

Dr. Bertrand Russell: *Le Mariage et la Morale*: 13 fr.

Max Hodann: *Amour et Sexualité*: 20 fr.

A. Lebrun: *Santé Physique et Morale*: 10 fr.

Dr. Pauchet: *L'Automne de la Vie*: 20 fr.

Rasmussen: *Psychologie de l'Enfant*: 18 fr.

Annales de l'Institut International de Sociologie: *L'Autorité et la Hiérarchie*: 20 fr. (au lieu de 45 fr.).

Métalnikov: *Immortalité et Rajeunissement*: 10 fr.

Claude de Ribeu: *L'Appel du Sexe*: 12 fr.

Dr P. Kouindjy: *Précis d'Education physique et respiratoire*: 12 fr.

Vergues: *400 mouvements de culture physique avec bâtons*: 8 fr.

Dr L. Lévy: *Nervosisme et glandes endocrines*: 18 fr.

H. Frichet: *La Médecine et l'Occultisme en Chine*: 12 fr.

Dr H. Bouquet: *Les Ennemis de notre santé*: 12 fr.

Dr J. Bourdon: *Perversions sexuelles*: 12 fr.

A. Dini: *Traitement Intégral*: 30 fr.

Havelock Ellis: *La Prostitution*: 20 fr.

Dr M. Didier: *Défends-toi*: 25 fr. *Nager et patager*: 20 fr.

Dr P. Ménard: *L'écriture et le Subconscient*: 20 fr.

Dr Allendy: *La Psychanalyse*: 15 fr.

S. Stall: *Ce que tout jeune homme devrait savoir*: 10 fr.

Dr V. Pauchet: *Conseils et Pensées*: 7 fr.
 Dr Hemmerdinger: *Comment se nourrir sainement*: 12 fr.

Claude de Ribeu: *L'évolution sexuelle dans l'espèce humaine*: 12 fr.

Muller: *Mon Système pour les enfants*: 19 fr.

Vous trouverez dans le

GUIDE NATURISTE

tous les renseignements concernant
 la pratique du

NATURISME ET DU NUDISME

Documentation complète sur toutes les sociétés naturistes et nudistes de France, auberges de jeunesse, etc.

Liste des restaurants végétariens
 Liste des piscines de Paris

128 pages illustrées : 2 fr. 50.

En vente dans les kiosques

Il n'est tenu compte de tout changement d'adresse que s'il est accompagné de 1 fr. 50 en timbres.

POUR VOTRE SANTÉ

ADHÉREZ AU SPARTA-CLUB

POSSEDANT, EN BANLIEUE, LE MANOIR « JAN », le plus beau centre de nudisme intégral existant en Europe. (Stade de demi-nudité)

Vaste parc boisé. Stades : Athlétisme, Volley et Basket-Ball, Etc...

Douches, PISCINE d'eau courante.

Restaurant, Alimentation saine de premier choix. Chambres. Dortoirs.

Week-ends. Vacances. Prix de séjours.

Nombreux trains. Gare Saint-Lazare. Autobus Porte Maillot.

Auto-Car du Club. Dimanche, départ: 8 h. 30.

Prix aller et retour: 15, 20 et 25 francs.

A PARIS : TERRASSES D'INSOLATION. CULTURE PHYSIQUE.

Hydrothérapie chaude et froide. Bains de lumière électrique.

COURS pour Dames et Messieurs. Cours mixtes du soir.

Traitement de l'Obésité, de l'Insuffisance respiratoire et musculaire.



ADHÉREZ!!!

Cours spéciaux pour Dames et Enfants.

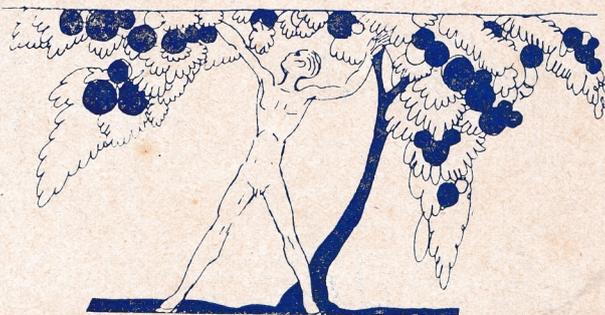
Les Cours sont gratuits pour les membres du Sparta-Club.

Les non adhérents peuvent les suivre également.

Demander tarif spécial.

Renseignements complets contre timbre.

S'adresser aux Bureaux de la Revue.



ÉDITIONS « VIVRE »

SOCIALE ET SCIENTIFIQUE

Adresser les commandes avec chèques ou mandats à « Vivre ».

Envois également contre remboursement, sauf pour l'Etranger où les envois sont faits contre mandat. Majorer le port indiqué du double.

La Nudité Naturelle.

Introduction de K. de Mongeot.
Splendide album de nus intégraux.
Prix franco: 30 fr.

Nudisme. Pourquoi. Comment.

Par Ch.-Aug. BONTEMPS.
28 photos des centres gymniques.
Post-face de K. de Mongeot.
Prix franco: 13 fr. 40.
Ex. sur Rives numérotés: 30 fr.

Beauté et Libre-Culture.

Par K. de Mongeot. Illustré de 24 photos documentaires. Préface du Dr Sorel.
Prix franco: 13 fr. 40.

Vivre à la Plage.

Par le Dr Pathault. L'ouvrage indispensable à ceux qui aiment le plein air.
Prix franco: 11 fr. 40.

La nudité et la Morale, La Nudité et la Santé.

2 splendides albums, admirablement illustrés. Chaque volume séparé,
prix franco: 13 fr. 60.

Connaissance de la Vie Sexuelle

Par le Dr P. VACHET.
Prix franco: 16 fr. 40.
Ex. sur Rives numérotés: 30 fr.

Prostitution et réglementation,

Dr Pierre LEPINE.
Prix franco: 2 fr. 65.

Les grands conflits sentimentaux.

Dr M. VIARD.
Prix franco: 3 fr. 65.

Le Naturisme et la Guerre.

Dr M. VIARD.
Prix franco: 2 fr. 50.

La Morale pratique.

Dr M. VIARD.
Prix franco: 11 fr. 15.

La Maîtrise de Soi.

Dr M. VIARD.
Prix franco: 7 fr. 15.

Nos Collections complètes de « Vivre Intégralement ».

Année 1932. — N° de luxe; 17 exemplaires (fin de la série bi-mensuelle) ancienne formule, franco: 40 francs.

Année 1932. — 24 Nos ordinaires (compre-
nant la série des 6 Nos de « Nova »),
franco: 40 francs.

L'Homme devant l'Eglise.

CHARLES-AUGUSTE BONTEMPS.
Prix franco: 11 fr. 40.

LIBRAIRIE

Nus. La Beauté de la Femme.

Présenté par Daniel MASCIET.
Prix franco: 103 fr. 50.

Le nouveau livre de cuisine.

Albertina HUNI-HUNI.
(500 recettes de plats et de boissons vé-
gétariens.)

Prix franco: 10 fr. 20.

L'initiation à la culture physique.

Docteur HENRI DIFFRE.
48 exercices détaillés et 113 figures.
Prix franco: 13 fr. 40.

Héliothérapie.

Docteur H. HERSCOVICI.
Applications pratiques.
Prix franco: 11 fr. 40.