



# COUP D'ŒIL

SUR LA VIE DE LA COMMUNAUTÉ  
NATURISTE DE QUÉBEC

AVRIL 2025

Volume 1, Numéro 2



## Le naturisme et les jeunes

**Nous avons reçu de nombreux commentaires positifs au sujet de notre premier numéro publié le 27 février 2025, à l'occasion du 15<sup>e</sup> anniversaire de la création du Groupe naturiste de Québec. Nous vous en remercions beaucoup!**

Dans la présente infolettre, nos auteurs vous feront découvrir comment les jeunes naturistes découvrent ce magnifique mode de vie et surtout comment ils le vivent au jour le jour. Encore une fois, ils démontreront comment la société d'aujourd'hui essaie de culpabiliser les naturistes parce que nous avons la présence d'enfants lors de nos activités. Notre perception en est toutefois tout autre.

Cette infolettre n'est aucunement affiliée au GNQ ou à la FQN. Il s'agit d'un projet personnel. Elle est entièrement indépendante et autonome. Elle a pour but de favoriser le dialogue entre les membres de la communauté naturiste, à Québec, et aussi avec leurs amis vivant dans les différentes régions du Québec.

Je vous invite donc à nous partager vos pensées en me faisant parvenir vos textes d'opinion, vos réflexions, vos récits de voyage ou vos témoignages à mon adresse personnelle :

**[richard.ouellet.natqc@gmail.com](mailto:richard.ouellet.natqc@gmail.com)**

Je vous souhaite une bonne lecture!

Richard Ouellet ; bénévole au sein de la communauté naturiste de Québec

## LE NATURISME À TRAVERS LES YEUX D'UN JEUNE

Par Michel M.

Louis-Philippe est dans la jeune trentaine. Il a toujours été curieux face au naturisme. Il a cherché dans Internet des endroits où pratiquer le naturisme en société, mais s'est cogné sur des portes closes, parce que l'accès était interdit aux hommes seuls. C'est en écoutant une entrevue à la radio qu'il a entendu parler du Groupe naturiste de Québec qui, en plus d'être à proximité de chez lui, était ouvert à toute personne pour peu qu'elle respecte l'éthique naturiste. Il s'est donc empressé de prendre contact avec le GNQ et, après s'être prêté à l'entrevue initiale imposée aux nouveaux-venus, il a participé à la piscine, au spa « sous les étoiles » et au yoga nu mixte et, depuis, dans la mesure du possible, il ne manque aucune activité du GNQ.



À la question de savoir pourquoi les jeunes de son âge sont si peu représentés dans les activités naturistes, Louis-Philippe dit de ses semblables qu'ils sont pudiques et qu'ils véhiculent plein de préjugés. Il a bien tenté d'en convaincre quelques-uns de l'accompagner aux activités du GNQ, mais sans succès. Et quand, après, il leur a parlé de son expérience, il a essuyé plusieurs questions, concernant la moyenne d'âge des participants, la répartition hommes-femmes, la présence d'enfants, les possibles actes de rapprochement physique, etc., bref, la totale, quoi! Ses amis l'ont bien taquiné mais il n'a pas réussi à les convaincre de le suivre.

Quant à lui, sa première expérience de naturisme social s'est avérée un franc succès. Habité par les mêmes interrogations et craintes que celles des jeunes hommes de son âge, avant de franchir le pas, passé la gêne des 5 premières minutes, il s'est vite senti rassuré et conforté dans son choix. Il a, dit-il, trouvé exactement ce qu'il s'attendait à voir, c'est-à-dire, une communauté de personnes bienveillantes et respectueuses de leurs semblables, biens dans leur peau, en habit de peau!



Comment, alors, abattre les préjugés en vigueur chez les jeunes de son âge et les attirer vers le naturisme? En en parlant plus et en donnant plus d'information positive sur le naturisme, car celle-ci fait cruellement défaut. Louis-Philippe est convaincu que les mentalités vont finir par changer avec le temps. Aux jeunes de son âge, il dit : « Osez le naturisme; si vous n'aimez pas, vous n'avez qu'à ne pas revenir, mais, au moins, vous aurez essayé! » En plus, de pouvoir s'initier au naturisme dans des endroits sécuritaires et des activités bien encadrées comme celles du GNQ est une chance qu'il ne faut pas rater!

## ÇA COMMENCE DANS LA FAMILLE

### Le témoignage de Carl

Par Michel M.

D'entrée de jeu, Carl avoue qu'il n'a jamais vu ses parents nus et qu'il ne s'est jamais promené nu devant eux. La nudité n'était tout simplement pas à l'ordre du jour, dans sa famille. Pourtant, lui, il a toujours eu le sentiment qu'il lui manquait quelque chose. Il ressentait en effet ce besoin intrinsèque de se dévêtir et de partager sa nudité avec ses semblables. Mais, à l'époque, le naturisme était peu connu et il ne savait pas trop où trouver de l'information sur le sujet, d'autant plus qu'il se posait plusieurs questions sur comment ça se passait.

Or, il est tombé par hasard sur le livre de Michel Vaïs, *Nu, simplement : nudité, nudisme et naturisme*, et là, il a trouvé réponse à toutes ses questions. Qui plus est, ce livre lui a donné le goût de faire le saut et d'oser le naturisme.

Lorsqu'il a eu ses enfants, Carl s'est promis que la nudité ne serait pas taboue dans le cercle familial. Il a donc commencé à vivre nu à la maison et a encouragé ses enfants à faire de même. La curiosité naturelle initiale des enfants face à la nudité de leur père a vite fait place à une banale indifférence.



C'est à l'âge de 33 ans que Carl a fait l'expérience du naturisme social, à la piscine du GNQ. Il y est d'abord allé seul, puis il y a emmené les enfants qui s'y sont bien amusés. Mais, c'est quand la famille s'est pointée dans un centre naturiste pour la première fois que les enfants, voyant que tout le monde autour d'eux était nu, se sont très vite départis de leurs vêtements, pour partir à la découverte du lieu et se faire rapidement de nouvelles et de nouveaux amis. Et c'est maintenant le plus naturellement du monde que les enfants se dévêtent spontanément dès qu'ils franchissent la barrière d'un centre naturiste ou le vestiaire de la piscine ou du spa du GNQ.



Carl reconnaît que le nudisme ou le naturisme est un besoin que plusieurs personnes ressentent profondément en elles, besoin qui n'est pas toujours compris ni accepté par la société, ni même, souvent, par leurs proches. Néanmoins, il est convaincu que c'est au sein même de la famille, dans la relation entre les parents et les enfants, que ce besoin devrait être comblé, par le dialogue, d'abord, et par la pratique de la nudité en commun, libre et non imposée, ensuite. Quant à sa propre expérience, il avoue sans ambages que la nudité partagée lui a apporté un bien-être indicible et une liberté ultime.

Quant à ses enfants, quand on les voit évoluer au milieu d'adultes nus, on est frappé à quel point ils sont à l'aise sans vêtements et à mille lieues du traumatisme que les gens prêtent aux enfants qui se trouvent en présence d'adultes nus, fussent-ils leurs proches. Aucun des enfants ne demande à être nu, précise Carl; ils le sont naturellement dans diverses situations. Les activités naturistes, comme la piscine, le spa ou le camping, font simplement partie de ces moments. Contrairement aux adultes, la nudité en soi n'est pas un enjeu pour les enfants; c'est plutôt l'activité qui compte. S'il faut être nu pour y participer, ils vont quitter leurs vêtements sans hésiter. Qui plus est, comme ils aiment le faire en famille, les vêtements deviennent secondaires à côté du plaisir de le faire ensemble.

## CES ENFANTS TRAUMATISÉS?

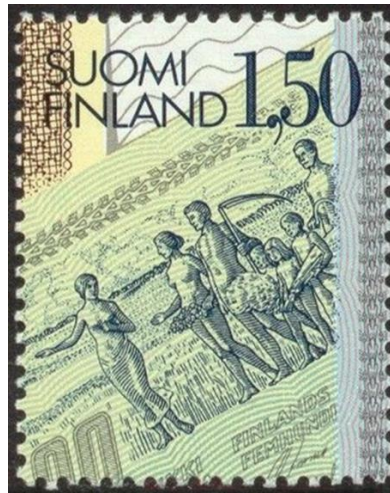
Par Réal P.

Plusieurs personnes demeurent convaincues que les enfants naturistes qui voient leurs parents nus sont traumatisés pour le reste de leur vie et que cette pratique du naturisme peut grandement nuire à leur développement psychologique. D'ailleurs, le défunt docteur Pierre Mailloux affirmait la même chose dans le cadre de ses émissions de radio.

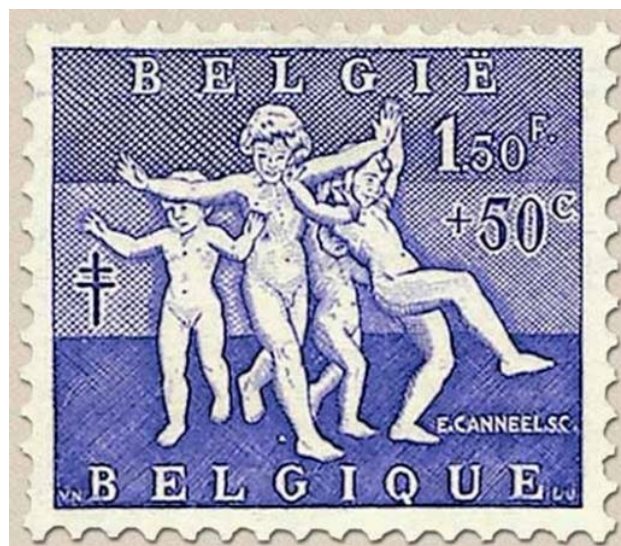


Pourtant, à la base, les enfants n'ont pas de préjugés; ils s'amuse tout naturellement avec les autres enfants, nus ou non. Et un jour, ils sont « contaminés » par leurs parents avec leurs recommandations exagérées, leur méfiance démesurée et leurs préjugés de toutes sortes qui se perpétuent de génération en génération. Certes, la surveillance des enfants est une responsabilité parentale, mais est-il nécessaire qu'elle soit, à ce point, renforcée en milieu naturiste? Ce n'est pas étonnant que le naturisme soit si peu normal et naturel, au Québec présentement, par rapport à certains endroits dans le monde, dont sur le continent européen. En fait, il y a peu d'organismes au Québec qui font de l'éducation en matière de naturisme.

Le naturisme, dans la population générale, est souvent matière à railleries, associé à des troubles mentaux ou à une forme de déviance sexuelle, à laquelle les enfants ne doivent pas être exposés. C'est aussi une question d'époque, car, pendant des siècles, la religion catholique a eu une immense influence sur les gens. À part quelques personnes ouvertes d'esprit, pour les gens de la génération de mes parents, nés dans les années '30, la nudité comportait quelque chose de mal et de honteux qu'il fallait, autant que possible, cacher, surtout aux enfants. D'ailleurs, la nudité était davantage associée à la sexualité et la sexualité, à la reproduction, selon les principes religieux.



Timbre finlandais illustrant la célébration des moissons et montrant des adultes et des enfants ensemble au naturel



Différents timbres de Belgique et de France montrant des enfants nus s'amusant ensemble

Si les Européens trouvent légitime de mettre des scènes représentant des enfants nus s'amusant ensemble sur des timbres-poste ou des cartes postales, en quoi serions-nous si différents en Amérique du nord? En quoi sommes-nous anormaux de pratiquer le naturisme, toutes générations confondues, ensemble, tant et aussi longtemps que celui-ci soit pratiqué de façon légitime et en accord avec notre code d'éthique et dans le respect des lois existantes?

Quand j'étais moi-même un enfant, il n'était pas question de se promener nu chez mes parents. Je n'ai jamais vu mes parents nus, mais je ne pense pas que, si ceci s'était produit, j'aurais été traumatisé. Le naturisme se déroulant dans un environnement non-sexuel, les enfants accepteront leur corps plus tôt, comprendront mieux le fonctionnement du corps humain et profiteront de tous les bénéfices du naturisme. En somme, je ne vois que du positif.

Nous avons découvert le naturisme, pour la plupart d'entre nous, à l'âge adulte, mais la vie aurait probablement été différente si nous avions débuté cette pratique dans l'enfance.

## LE NATURISME À CAYO LARGO A-T-IL DIT SON DERNIER MOT?

Par Michel M.

Pour plusieurs d'entre nous, Cayo Largo (Cuba) occupe une place importante dans nos vies. Il a été, pendant longtemps, le paradis naturiste des Québécoises et des Québécois et l'endroit où plusieurs d'entre nous se sont initiés au naturisme.



L'intérieur de l'aéroport international Vilo Acuña de Cayo Largo del Sur

Or, avec la pandémie, les importants changements dans la gérance des hôtels et dans le transport entre le Québec et l'île de Cayo Largo del Sur, en plus de l'instabilité des plages, il semble que cette destination ait connu une baisse notable d'achalandage chez les naturistes d'ici. Il faut savoir que, depuis mai 2022, en effet, la chaîne hôtelière canadienne Blue Diamond Resorts, appartenant au groupe Sunwing, et le groupe cubain Caribe Sol ont l'exclusivité de la gestion de l'ensemble des hôtels de Cayo Largo et que Sunwing est dorénavant la seule compagnie aérienne canadienne à desservir l'île. Mais, qu'en est-il aujourd'hui? Pour le savoir, j'ai interrogé 3 naturistes de notre région qui en reviennent justement.

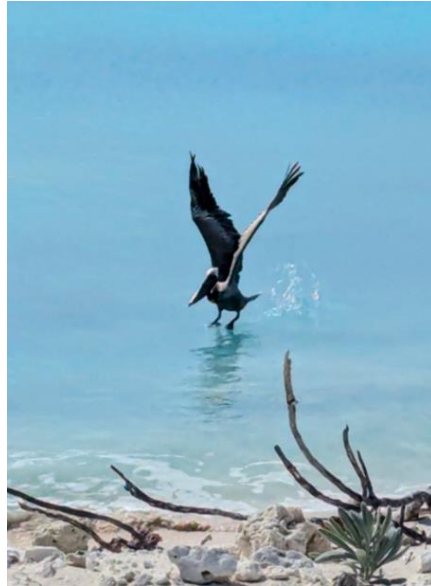
## Le témoignage de Jean-Guy

Jean-Guy fréquente Cayo Largo, depuis 2013. Sa femme et lui sont des habitués de l'hôtel Starfish Cayo Largo (anciennement, Pelicano) où l'accueil du personnel est toujours aussi chaleureux. Si l'année dernière, il y avait pénurie de certaines denrées alimentaires à la salle à manger, cette année, tout semble être rentré dans l'ordre.

À la fin janvier, la section de la plage devant l'hôtel n'avait pas encore retrouvé son amplitude habituelle. Pour compenser, on a transporté des tonnes de sable de plage sur les roches et sur la dune, juste au-dessus de la plage! Par contre, la grande section de plage entre l'hôtel Memories Cayo Largo et l'hôtel Starfish Cayo Largo est superbe. Néanmoins, la section de plage relevant de l'hôtel Starfish n'est réservée qu'aux « textiles », ce qui fait que les quelques naturistes présents sont par le fait même refoulés sur la dune, en face de l'hôtel, à l'extrême gauche. L'affiche habituelle indiquant la section naturiste a malheureusement été retirée de la plage. Par ailleurs, la passerelle longeant le *rancho* et menant à la plage a été complètement rénovée.

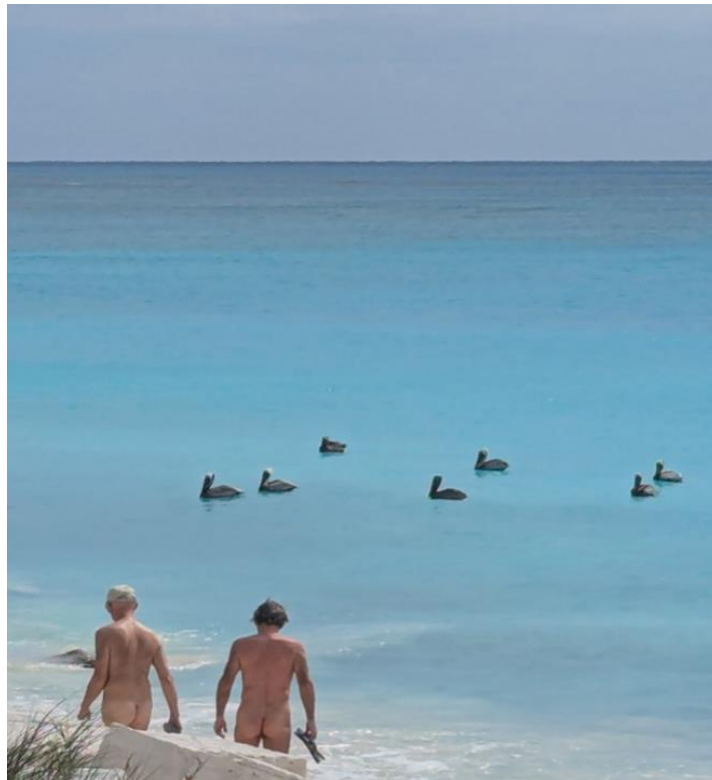


La plage de l'hôtel Pelicano, en 2019



**Un pélican en quête de son repas**

Tout au cours de notre séjour, nous avons pu assister au spectacle d'un groupe de sept pélicans pêchant leur nourriture préférée.



**À l'hôtel Starfish Cayo Largo, pélicans et naturistes font bon ménage**

Cependant, ce qui a changé, c'est la diminution des activités offertes et la chute drastique de la clientèle naturiste, même à l'hôtel Villa Caprice (partie de l'ancien hôtel Villa Iguana et, plus anciennement, de l'hôtel Villa Capricho) qui est *clothing optional*, c'est-à-dire où on peut être nu partout, sauf à la salle à manger.

Les sections naturistes des autres hôtels ont rapetissé et leur identification a disparu, à certains endroits. Cela n'empêche pas les naturistes de se regrouper dans la section de plage qui leur est réservée, mais l'absence d'identification de cette section peut être déroutante pour les nouveau-venus. Alors, quoi faire pour stopper cette hémorragie? Pour Jean-Guy, il ne faut pas baisser les bras et continuer à fréquenter Cayo Largo.

## Le témoignage de Claude

Claude, lui, est un habitué de l'hôtel Memories Cayo Largo (anciennement, Sol Cayo Largo), où il va régulièrement depuis 2011. Il en est à sa cinquième fois depuis la réouverture de l'île, en novembre 2022, après la pandémie.



La piscine de l'hôtel Memories Cayo Largo

Lui aussi a noté une diminution de la qualité des services offerts et une baisse considérable de la clientèle naturiste, tant à son hôtel qu'à la plage Paraiso. Les parasols et les chaises longues sont pourtant disponibles pour les naturistes aux deux endroits, même si beaucoup moins nombreuses qu'avant, mais ils ne sont juste pas utilisés par cette clientèle. Comment expliquer cette situation?



**Iguane sur la plage de l'hôtel Memories Cayo Largo**

Selon Claude, les ratés initiaux de la nouvelle administration (pénuries alimentaires, vols retardés, bagages égarés, clients « oubliés » à l'aéroport de départ), en plus de la dégradation de la plage affectée par les multiples ouragans, et, enfin, la mauvaise publicité véhiculée dans les réseaux sociaux expliqueraient la désaffection des naturistes québécois pour Cayo Largo.



**La magnifique plage Paraiso**

Mais, depuis, la situation s'est sensiblement améliorée et, pour lui, il est difficile de briser l'attachement qu'il ressent pour Cayo Largo et pour les employés cubains avec lesquels il a créé des liens, au fil des années. Son message est qu'il faut « donner une chance à Cayo Largo », à Cuba ainsi qu'aux Cubains eux-mêmes en continuant à y aller, en s'accommodant de la situation et en les aidant, le plus possible, monétairement et matériellement.

## **Le témoignage de Dany**

Dany fréquente Cayo Largo depuis les années '90. C'est un habitué de l'hôtel Memories Cayo Largo (anciennement, Sol Cayo Largo), mais, cette fois-ci, en janvier, il a plutôt séjourné à l'hôtel Starfish Cayo Largo (anciennement, Pelicano). Même s'il a entendu quelques personnes se plaindre du manque d'eau chaude, certains jours, son séjour, à sa compagne et à lui, a été sans problèmes. La nourriture était correcte, sauf au restaurant à la carte où la nourriture manquait de variété et de qualité. Quant au personnel, il était à la hauteur de sa réputation : professionnel, sympathique et attachant (ils avaient, selon ses dires « un bijou de femme de chambre », qu'ils ont gâtée avec des cadeaux utilitaires, sachant que les Cubains manquent de tout).

Comme Jean-Guy et Claude, il a remarqué le faible nombre de naturistes sur la plage (en très grande majorité québécois), mais le faible nombre de « textiles » aussi! La majorité des clients de l'hôtel étaient concentrés à la piscine, car la plage était étroite et les vagues étaient fortes. Cela semble généralisé partout, car le même phénomène a été remarqué aux autres hôtels. Selon lui, le début de janvier est une période creuse, ce qui pourrait expliquer le faible achalandage sur la plage et à l'hôtel.



**La plage devant l'hôtel Starfish Cayo Largo**

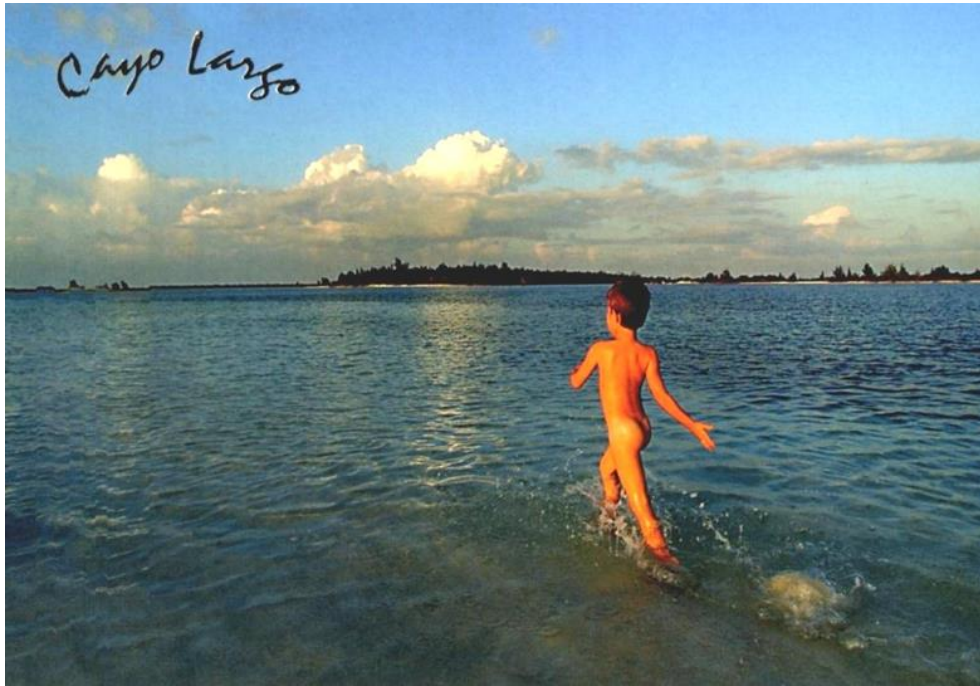
Malgré tout, Dany s'est dit prêt à y retourner n'importe quand -c'est un irréductible de Cayo Largo- et il invite ses concitoyens naturistes à faire de même, surtout qu'il y a maintenant des départs réguliers, entre décembre et avril, à partir de la capitale nationale!



**Fortes vagues sur la plage de l'hôtel Starfish Cayo Largo**

## **Conclusion**

À Cayo Largo, la cohabitation entre naturistes et non-naturistes a toujours été bonne, exemplaire même, les naturistes se faisant un devoir de respecter les règles non-écrites de cohabitation entre les deux groupes. Il est donc impératif de conserver la place que les naturistes ont toujours occupée sur les plages des hôtels de l'île, car, de tout temps, les naturistes ont joui de la bienveillance, voire de la complaisance, des gestionnaires des complexes hôteliers de Cayo Largo. Il n'en tient qu'à nous de renverser la vapeur et de *make naturism in Cayo Largo great again* (faire renaître l'âge d'or du naturisme à Cayo Largo)!



**Cayo Largo, un paradis pour le naturisme, à tout âge! Source carte postale vendue sur place**

## **VOICI QUELQUES COMMENTAIRES REÇUS À PROPOS DE NOTRE PREMIÈRE INFOLETTRE DISTRIBUÉE LE 27 FÉVRIER 2025**

« Je viens de lire votre infolettre et c'est vraiment très intéressant. J'aime la variété de sujets qui y sont abordés et l'écriture personnelle de chacun des rédacteurs. L'insertion de photos allège la présentation et rend la lecture plus dynamique. Belle initiative ! Merci! » *Jean-Pierre C.*

« Très bien fait. Informatif et pertinent! Bravo! » *Jean-Paul B.*

« Félicitations pour la nouvelle revue! Superbe! » *Denis B.*

« J'ai lu l'infolettre, très intéressant et une belle initiative! » *Christian R.*

« J'ai eu l'impression de revoir le *Lis Nusité*. Mettons que pour une première édition, 22 pages! On part ou on part pas! Ça promet pour l'avenir! ... J'ai bien hâte de voir les suites... » *Sylvain de Drummondville*

« Chers Amis, BRAVO ! Que c'est beau. Très bien écrit de surcroît !! Belle initiative. J'ai lu le tout avec un grand intérêt. Félicitations aussi à Réal pour son article. Soyons fiers de nos collaborations et de nos co-responsabilités. » *Capucine de Québec*

---

## ACTIVITÉS À VENIR PROCHAINEMENT À QUÉBEC

Soirées ludiques: les mardis 6 mai et 3 juin 2025

Spa sous les étoiles: les samedis 12 avril, 24 mai et 8 juin 2025

Baignade naturiste: le samedi 3 mai 2025

Session de printemps de yoga: du 7 avril au 9 juin 2025 (10 séances)

Pour plus de détails sur la programmation complète du GNQ, n'hésitez pas à consulter son blogue: <https://natquebec.wordpress.com/>

---

Pour nous faire parvenir vos réactions à notre infolettre, vos suggestions, témoignages, récits de voyage ou textes d'opinion, écrivez-nous à : [richard.ouellet.natqc@gmail.com](mailto:richard.ouellet.natqc@gmail.com)

---

