



COUP D'ŒIL

SUR LA VIE DE LA COMMUNAUTÉ
NATURISTE DE QUÉBEC

SEPTEMBRE 2025

Volume 1, numéro 5



Du nouveau à Québec!

Mon équipe et moi vous souhaitons la bienvenue à l'Association naturiste de la Capitale-Nationale (ou, en abrégé, à l'ANCN)! De nouveaux bénévoles extrêmement motivés aidés par de nombreux sympathisants naturistes ont uni leurs efforts et mis en commun leurs ressources afin de mettre sur pied ce nouveau groupe indépendant qui s'occupera désormais de l'organisation et de la promotion de diverses activités naturistes dans la grande région de la Capitale-Nationale. Nous souhaitons la meilleure des chances à l'ANCN et à ses bénévoles.

Chers lecteurs de *Coup d'œil*, je souhaite de tout cœur que vous vous joigniez à moi pour les appuyer et les encourager comme vous l'avez fait pour mes collègues bénévoles et moi durant les dix dernières années que j'ai passées au sein du GNQ, en participant assidument aux activités organisées à Québec.

Alors, longue vie à l'ANCN!

Dans la présente infolettre, nous avons inclu quelques articles pour vous présenter la nouvelle association. Vous y ferez la connaissance des membres qui ont fondé l'ANCN et qui la dirigeront dans les prochains mois! Vous y trouverez aussi les articles habituels : récits de voyage, textes d'opinion et témoignages.

Cette infolettre a pour but de favoriser le dialogue entre les membres de la communauté naturiste de Québec et leurs ami(e)s vivant dans les différentes régions du Québec. Je vous invite donc à nous partager vos réflexions en me faisant parvenir vos textes d'opinion, vos récits de voyage ou vos témoignages à : richard.ouellet.natqc@gmail.com

Je vous souhaite une bonne lecture!

COUP D'ŒIL ET ANCN : UN MARIAGE PARFAIT!

Par Richard O.

L'ANCN a dû faire preuve d'imagination et de créativité pour se faire connaître à l'ensemble de la communauté naturiste de notre région et aussi d'ailleurs. Elle a réussi, en effet, à faire publier l'annonce de sa fondation dans des groupes privés Facebook tels que Le naturisme au Québec (LNAQ), Les Amis Naturistes (LAN), Nudists/Naturists of Canada de même que dans les forums Naturistes du Québec (NdQ) et Les Amis Naturistes (LAN), sans oublier les plateformes Reddit et Blue Sky. Par contre, l'annonce de la fondation de l'ANCN a été malheureusement bloquée dans certains groupes Facebook.



Puisque l'infolettre a été créée en février 2025, avec pour objectif principal de publier les actualités naturistes de la grande région de Québec, il était essentiel que notre équipe de bénévoles de *Coup d'œil* donne un coup de main aux membres fondateurs de l'ANCN. C'est pourquoi, l'annonce officielle de la fondation de l'Association naturiste de la Capitale-Nationale a été diffusée à tous nos abonnés, le 1^{er} septembre 2025, par l'envoi d'un communiqué spécial. Il nous a, en effet, paru essentiel que nos abonnés reçoivent en priorité cette information primordiale sur ce qui se passait à Québec.

L'infolettre *Coup d'œil* (sur la vie de la communauté naturiste de Québec) vise aussi à faire de la sensibilisation et de l'éducation au naturisme, à communiquer de l'information sur notre mode de vie et à faire tomber les préjugés envers le naturisme et les naturistes. Ces objectifs rejoignent entièrement ceux de l'ANCN. Il s'agit donc d'un mariage parfait entre les deux ! C'est pour cette raison que, depuis le 1^{er} septembre 2025, l'infolettre *Coup d'œil* est devenue l'organe de communication officiel de l'ANCN. Comme d'habitude, vous pourrez y lire des témoignages, des textes d'opinion et des récits de voyage. Vous y trouverez également toutes les annonces officielles de l'ANCN ainsi que la programmation des activités à venir organisées par l'ANCN dans la grande région de la Capitale-Nationale.



Quant à vous, chers amis et amies, étant donné les moyens limités de communication dont nous disposons pour joindre la communauté naturiste, nous comptons sur vous pour multiplier l'information concernant la fondation de l'Association naturiste de la Capitale-Nationale (ANCN) auprès de votre entourage et de vos ami(e)s naturistes.

Merci au nom de l'ANCN !

UN LOGO POUR FAVORISER L'IDENTIFICATION DES NATURISTES DE LA GRANDE RÉGION DE QUÉBEC À LEUR NOUVEAU GROUPE

Par Richard O.

Deux des membres fondateurs de l'Association naturiste de la Capitale-Nationale, Jean-Guy Langlois et Louise Gilbert, ont créé le logo qui est utilisé pour identifier et faire connaître la nouvelle association naturiste de Québec dans le monde naturiste en général. Voici en quoi le logo est représentatif de notre région.



Le nouveau logo de l'ANCN comprend trois principaux éléments :

- le soleil;
- l'eau;
- la silhouette de la ville de Québec

Le soleil est incontestablement un des éléments fondamentaux du logo de l'ANCN comme dans la majorité des logos des organisations naturistes à travers le monde; par contre, la silhouette de la ville de Québec, elle, est l'élément qui nous distingue des autres groupes.

En effet, la silhouette de la ville de Québec a été choisie parce qu'elle est représentative de notre ville qui est sans contredit l'une des plus vieilles et assurément l'une des plus belles d'Amérique du Nord. En 1985, le Vieux-Québec a même été déclaré patrimoine mondial par l'UNESCO. Une promenade dans ses rues nous plonge immédiatement dans l'atmosphère d'une ville européenne. C'est aussi la seule ville fortifiée au nord du Mexique. Québec est enfin reconnue comme étant le berceau de la civilisation française en Amérique.

L'eau et les vagues représentent, enfin, l'ensemble des activités aquatiques organisées par les bénévoles de Québec. On pense en premier lieu, aux activités de baignade et au très populaire spa « sous les étoiles ». On pense aussi aux plages libres de Cap-aux-Oies, de Cap-Santé et de la rivière Jacques-Cartier, fréquentées par de nombreux naturistes. On pense enfin aux excursions occasionnelles de kayak de mer dans la région de Charlevoix, sur le majestueux fleuve Saint-Laurent, plus précisément dans le Parc marin, Saguenay– Saint-Laurent, où la faune marine nous accompagne parfois lors de nos randonnées (des baleines, des bélugas, des marsouins et des phoques viennent, en effet, fréquemment pendre leur déjeuner tout près de nous).



Les séances de yoga et de biodanza en plein air et les barbecues sur la falaise escarpée surplombant le fleuve nous permettent d'embrasser la magnifique région de la Capitale-Nationale, sous l'œil approbateur, bien sûr, de la famille de pygargues à queue blanche qui nous survole pendant nos activités. Lorsqu'elles sont en vol au-dessus de nos têtes, elles symbolisent très bien le sentiment de liberté que nous procure la pratique du naturisme.



Québec se distingue, non seulement par son histoire et sa géographie, mais surtout parce qu'elle est devenue la plaque tournante de la pratique du naturisme au Québec depuis les dernières années. La ville de Québec est aussi reconnue pour la chaleur humaine et le sens de l'accueil de ses habitants, rappelant clairement les valeurs naturistes que nous véhiculons.

Le nom du nouveau groupe naturiste de la ville de Québec a été choisi parce qu'il représente vraiment le caractère unique de notre région. Tout d'abord parce que le terme *Capitale-Nationale* réfère à la région administrative d'où la majorité de la clientèle de l'ANCN provient. Aussi, le terme *association* montre le caractère inclusif et communautaire du groupe, auquel viennent se greffer des naturistes bénévoles de plusieurs régions. Ces bénévoles assistent ceux de l'ANCN de diverses façons. C'est un magnifique travail d'équipe! Le terme *association* traduit parfaitement le sentiment d'appartenance des bénévoles travaillant pour l'ANCN et des nombreux participants aux activités naturistes de Québec.

Bravo aux créateurs de ce logo très représentatif des naturistes de notre région et de nos ami(e)s qui nous encouragent!

QUI SONT LES MEMBRES FONDATEURS DE L'ANCN?

Par Richard O.

La fondation de l'ANCN aura certes pris beaucoup de monde par surprise, mais c'était devenu inévitable. C'est avant tout le regroupement de quelques bénévoles et de sympathisants naturistes qui ont fait preuve de leadership et qui ont pris les choses en main afin de créer cette nouvelle association à Québec.

Dans les paragraphes qui suivent, j'aimerais vous parler de 3 membres fondateurs qui, par leur expérience de travail et leur engagement en tant que bénévoles dans diverses organisations, ont su se démarquer par leur dévouement, leurs qualités professionnelles et, surtout, leurs valeurs humaines se rapprochant sans surprise de celles énoncées dans la charte des valeurs de l'ANCN.

Je vous présente donc les trois membres fondateurs de l'ANCN : Jean-Guy Langlois, Louise Gilbert et Réjean Daigneault. Si vous participez régulièrement aux activités organisées par les bénévoles de Québec, vous les avez sûrement rencontrés dans le passé. Par contre, j'espère vous les faire connaître davantage et vous démontrer comment ils pourront sans aucun doute assurer le succès de l'ANCN, dans les prochaines années.

Jean-Guy Langlois.

Jean-Guy a été à l'emploi du gouvernement du Québec, pendant 35 ans et demie. À ses débuts à l'Aide financière aux étudiants (AFE), il a successivement évolué comme agent affecté aux enquêtes de recherche d'Adresse d'emprunteurs partis sans laisser d'adresse.



En cours de route, il a relevé tout un défi et démontré de hautes aptitudes professionnelles d'analyse et de résolution de problèmes en ce qui concerne la gestion des processus administratifs. De son propre chef et en dehors de ses heures de travail, il a rédigé un document d'analyse étoffé sur la gestion des réclamations produites par les institutions financières et proposé une solution informatique simple et peu coûteuse qui a rapidement été mise en œuvre. Le succès de sa proposition a permis d'augmenter l'efficacité du secteur concerné, grâce à l'intuition de Jean-Guy et à son audace, à sa capacité d'adaptation au changement et à sa facilité à convaincre les autres, en particulier ses patrons, du bien-fondé et des bienfaits des nouvelles procédures.

Par la suite, il a œuvré à titre de technicien en administration affecté au développement des processus administratifs de toute sa direction.

Tout en travaillant et en étudiant à temps partiel, il a acquis, au fil des années, les 30 crédits universitaires nécessaires à l'obtention d'un certificat en gestion prospective du travail de la Télé-université. À la suite d'un concours de la fonction publique, il a été promu analyste et affecté à la Direction des ressources informationnelles du ministère de l'Éducation comme architecte de système assigné à la refonte des systèmes de l'AFE.

En 2003, il a changé d'affectation : pour le reste de sa carrière, il a travaillé à la Régie de l'assurance maladie du Québec, (RAMQ) plus précisément à la Direction de l'architecture des systèmes, dans le cadre de l'élaboration de divers dossiers d'affaires. Un des principaux dossiers qu'il a réalisés et dont il est particulièrement fier concernait la modernisation de la collecte des données de traitement des cas de traumatismes et de grands brûlés dans les services d'urgence des 19 hôpitaux spécialisés dans le traitement de ces cas au Québec. Cette collecte portait sur la constitution d'une importante base de données sécurisée et dépersonnalisée opérée par la RAMQ et accessible par Internet. Ce fichier servait particulièrement aux chercheurs universitaires et au personnel du ministère de la Santé et des Services sociaux à déterminer les meilleures pratiques en matière de survie et de qualité de vie des patients ayant subi un tel traumatisme. Ce fichier portait sur des renseignements cruciaux recueillis de l'arrivée des ambulanciers jusqu'au rétablissement complet des patients. En cette matière et à ce moment, il s'agissait d'une première à la RAMQ pour le développement d'une solution faisant appel au Web.

De 2017 à 2021, il a participé activement à la gestion du Groupe naturiste de Québec (GNQ), à titre de membre du conseil d'administration.

Jean-Guy est également un sportif et un bon organisateur. Depuis plus de 38 ans, c'est lui qui administre bénévolement un club de hockey nommé Les Bons sportifs. Bien qu'il s'agisse d'un organisme sans but lucratif (OSBL) qui existe depuis 48

ans, ce club organise 30 matchs de hockey par saison permettant à 22 joueurs réguliers de pratiquer un sport d'équipe, sainement et sans violence. Au cours de toutes ces années, ce club aura permis à pas moins de 400 joueurs, entre 25 et 76 ans, de pratiquer leur sport favori comme joueurs réguliers ou remplaçants.

Encore une fois, on reconnaît chez Jean-Guy de belles qualités d'organisateur, de planificateur et de rassembleur. Il s'agit là d'un exemple de dévouement sans pareil dans l'administration d'un OSBL.

Louise Gilbert

Louise est la conjointe de Jean-Guy. Elle a travaillé pendant 37 ans dans la fonction publique, au début, comme auxiliaire en informatique, ensuite, comme secrétaire, pour la plus grande partie de sa carrière.

Durant les deux premières années de sa retraite, elle a d'abord accompagné, dans la plupart de ses déplacements et certaines de ses activités quotidiennes, une jeune handicapée dans la vingtaine qui souffrait de dystrophie musculaire. Par la suite, pendant plus d'une dizaine d'années, elle a été active comme bénévole pour l'organisme Aide 23, un OSBL de Beauport qui vient en aide à des personnes en difficultés, faisant, au début, du transport pour conduire les personnes à leurs rendez-vous et, par la suite, pour leur apporter des repas (popotte roulante).



Depuis les seize dernières années, elle est choriste dans le groupe vocal Atmosphère. Elle est également responsable de la gestion de l'inventaire du groupe (partitions musicales, décorations de scènes, costumes et divers objets utilisés durant certaines chorégraphies des spectacles).

Enfin, Louise est très active dans son milieu familial, notamment avec ses six petits-enfants et un de ses frères âgé et handicapé.

Réjean Daigneault

Réjean a travaillé pendant 35 ans dans le secteur de la gestion philanthropique : vingt-deux ans à titre de coordonnateur en financement et au recrutement des équipes de bénévoles de la Croix-Rouge dans l'Est du Québec et treize ans comme directeur de la Société canadienne du cancer de Québec et Chaudière-Appalaches, tout en coordonnant les campagnes de financement, la gestion du personnel et le recrutement des équipes de bénévoles. Il a démarré les premiers relais pour la vie dans les villes de Québec, Lévis, Baie-Saint-Paul, Sainte-Marie, Saint-Georges, La Pocatière, Rivière-du-Loup et dans la région de Lotbinière.

Depuis sa retraite, en 2014, il accompagne des familles endeuillées à la Coopérative funéraire des Deux Rives. À cet effet, j'ai pu moi-même constater son efficacité et son empathie envers les familles endeuillées lors des récentes funérailles de la mère de ma belle-sœur, le printemps dernier. J'ai été très impressionné par son professionnalisme. Durant la période de la COVID, il a été engagé dans la gestion du personnel de soutien à l'accueil et à la coordination de la post-vaccination. Présentement, il est bénévole à la copropriété du village Belvédère, où il habite. Il s'occupe aussi de la fondation Cap Diamant, durant sa campagne annuelle de financement. Il est, enfin, aidant naturel auprès de personnes qui ont des besoins particuliers, dans son réseau social et amical.



Cela ne fait aucun doute, Réjean est un homme généreux, empathique, extrêmement dévoué et très engagé dans la collectivité.

Valeurs naturistes et expérience professionnelle

À la lecture des courtes biographies de nos trois membres fondateurs, vous avez certainement reconnu les importantes valeurs naturistes que sont l'entraide, la solidarité et le sens de l'accueil. J'ajoute la chaleur humaine, car chacune de ces personnes démontre un dévouement sans pareil envers les organisations qu'elles soutiennent.

Jean-Guy, Louise et Réjean possèdent également des aptitudes professionnelles de planification et d'organisation qui constituent un atout important pour l'ANCN et qui leur permettront de mener à bien la mission de la nouvelle association. Il y a d'ailleurs déjà des bénévoles et sympathisants qui sont en train de se greffer à eux afin de les aider dans leurs tâches.

Tous les efforts combinés de ces bénévoles sont définitivement un gage de succès dans la mise sur pied de l'ANCN.



L'auteur de ces lignes, à droite, avec Jean-Guy, au centre, et Réjean, à gauche

DE NOMBREUSES RÉACTIONS POSITIVES À LA SUITE DE L'ANNONCE DE LA FONDATION DE L'ANCN

Par Richard O.

Cela fait seulement une quinzaine de jours que l'ANCN a publié ses communiqués annonçant sa récente fondation. Cette annonce a suscité de nombreuses réactions positives de la part des naturistes de la région et d'ailleurs. Déjà, beaucoup de personnes et même le camping naturiste La Vieille Ferme ont adhéré à la nouvelle association. De plus, certaines d'entre elles sont allées jusqu'à effectuer un don pour aider l'ANCN.

Les cours de yoga ont déjà commencé et la session affiche complet. Les autres activités (elles sont nombreuses) commencent bientôt! Consultez la programmation des activités, à la fin de cette infolettre, ou le blogue de l'ANCN.

Pas encore membre de l'ANCN?

Pourquoi ne pas faire votre adhésion dès maintenant? Pour devenir membre de l'ANCN ou même effectuer un don, prière de consulter le lien suivant dans le blogue de l'ANCN :

<https://ancn80.wordpress.com/adhesions/>

La carte de membre de l'ANCN vous fera bénéficier de rabais substantiels sur le prix d'entrée aux activités du groupe, et ce, dès le début des prochaines activités, le 6 octobre prochain.

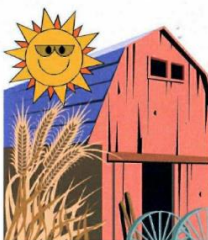
Votre soutien est important pour assurer le succès de l'ANCN et garantir l'avenir du naturisme dans la région de la Capitale-Nationale! Un grand merci à nos nouveaux membres et à nos donateurs!

Notre partenaire officiel

LA VIEILLE

FERME

Centre Naturiste



660, Chemin des Prés Ouest
Rimouski (Québec) G5N 1X8

Téléphone à la résidence (hors saison) :
418 724-6798
Téléphone en saison : 418 725-2552
information@lavieilleferme.ca

Propriétaires : Jovette et Ghislain Saint-Pierre

Quelques commentaires reçus à la suite de l'annonce de la fondation de l'ANCN

« Longue vie à l'ANCN! » *Sylvain B.*

« J'en suis... Malgré ma très grave maladie et mes chirurgies que je viens de subir... Je souhaite sincèrement que ma force vous accompagne... J'en suis... Très heureux, cher ami naturiste ! » *Mario B.*

« Je suis très content de tout ça pour le mouvement naturiste. Je félicite ces bénévoles pour leur initiative et je suis sûr qu'elle sera une réussite. » *François L.*

« Quelle belle nouvelle! Félicitations pour avoir osé l'indépendance, je suis fier de vous. Toute l'énergie déployée pourra maintenant servir à la raison d'être de l'association. Longue vie! » *Summer Brie S.*

« Bravo pour tout ça. J'ai fait mon adhésion. » *Rémy B.*

« J'ai hâte de vous revoir. J'ai aussi hâte d'acheter ma carte de l'ANCN 😊 »
Pierre B.

« Très belle initiative BRAVO ! Des Clubs naturistes indépendants avec pleine autonomie pour servir les régions enfin ! 😊 » *Jean M.*

« Bravo. C'est super. Quelle belle initiative! 😊 Merci à notre équipe dévouée. »
Chris G.

« Félicitations à votre équipe. C'est le bon choix. Et Bravo pour votre revue! C'est très bien présenté. À la prochaine! » *Dan L.*

« Bravo! » *Michel M.*

« Ça faisait partie des annonces que je croyais possibles. FÉLICITATION! 😊 »
Claude B.

« Félicitations à toute l'équipe pour ce travail gigantesque et bon succès à l'ANCN ! » *Luc P.*

« Enfin la raison a gagné 🏆 Bravo aux gens de Québec » *Jean M.*

« I wish you much success with your group. » *Nomad, de la FCN*

« Wow! C'est toute une annonce! Et je commence à comprendre certaines choses aussi. 😊 »

Hey, ce sont de super bonnes nouvelles! Vous êtes devenu une OBNL! Vous êtes enfin maître chez vous! Plein contrôle sur tout! Je suis bien contente pour vous et pour tous les naturistes de Québec !

Oui, long vie et prospérité à votre nouvelle association! Cheers! 🍷 » *Anne St-G.*

« Bravo pour votre dynamisme 😊 » *Yvan T. de LNAQ*

« Un grand bravo! Et enfin libre de voler de vos propres ailes! Les naturistes de la région de Québec ne pourront qu'être gagnants!

Longue vie à votre association! » *Jacques P.*

LE NATURISME : UNE THÉRAPIE

Par Michel M.

L'initiation au naturisme commence par l'acceptation de son propre corps. C'est, plus souvent qu'on le pense, l'un des, sinon LE plus grand frein qui empêche les gens d'oser le naturisme, avec, bien sûr, la question fondamentale : « Qu'est-ce que les autres vont penser de moi? »



Mais, me direz-vous, rares sont les personnes qui sont parfaitement satisfaites de leur corps. Comme le dit si bien le Service d'appui au succès scolaire de l'Université d'Ottawa, dans son document *L'image de soi et l'insatisfaction corporelle*: « Il n'est pas réaliste de penser que nous pouvons avoir un niveau de satisfaction parfait envers notre corps, mais nous pouvons apprendre à avoir une attitude plus généreuse envers nous-mêmes » ([https://www.uottawa.ca/campus-life/sites/g/files/bhrs kd281/files/2021-](https://www.uottawa.ca/campus-life/sites/g/files/bhrs kd281/files/2021-08/limage_de_soi_et_linsatisfaction_corporelle_25-01-18_fr.pdf)

[08/limage de soi et linsatisfaction corporelle 25-01-18 fr.pdf](https://www.uottawa.ca/campus-life/sites/g/files/bhrs kd281/files/2021-08/limage_de_soi_et_linsatisfaction_corporelle_25-01-18_fr.pdf)). Et c'est ainsi que le naturisme peut nous aider à relativiser la perception que nous avons de notre corps et nous apprendre à l'accepter tel qu'il est. Voici comment.

La première constatation que l'on fait quand on se trouve pour la première fois au milieu de naturistes, dans un centre, sur une plage ou lors d'une activité sociale, c'est que tous les modèles de corps sont représentés et que rares sont ceux qui affichent une plastique « parfaite », c'est-à-dire conforme aux stéréotypes largement véhiculés dans la société. Je ne sais pas pour vous, mais, pour moi, au début, cette constatation et le fait que personne ne semblait remarquer mes imperfections « flagrantes » m'ont à la fois surpris et rassuré, ce qui, du coup, m'a forcé à les relativiser. Comme dit l'adage : « quand on se compare, on se console » !



Ensuite, j'ai éprouvé une grande admiration envers celles et ceux qui prenaient le risque d'exposer leurs « imperfections » au regard des autres. Je les ai trouvés courageux. Et puis, je me suis dit que tout le monde, quel qu'il soit, avait le droit de profiter des bienfaits du naturisme qui, au fond, tel que le rappelle la devise de la République française, n'est que liberté, égalité et fraternité!

Et puis, avec le temps, à force de socialiser avec les autres naturistes, on réalise que la richesse de la personne va bien au-delà de son enveloppe corporelle et on se rend compte que les petits défauts (les siens comme ceux des autres) qui, auparavant, occupaient entièrement notre pensée et nos préoccupations, ne sont soudainement plus aussi importants qu'avant.

En ce sens, le naturisme peut être considéré comme une véritable thérapie et, la beauté de la chose, c'est qu'elle ne coûte rien!

Mais, dites-moi, vous, comment s'est passée votre « première fois » (quand? Comment?)

LA NUDITÉ DANS L'ART

Par Réal P.

Je me suis toujours demandé les raisons pour lesquelles la majorité des gens sont tellement choqués par la nudité, alors que personne ne s'insurge devant des œuvres d'art comportant des nus, tant en peinture qu'en sculpture. Sommes-nous face à une situation « deux poids-deux mesures »?



Fresque de Michel-Ange au plafond de la chapelle Sixtine

Les musées regorgent d'œuvres d'art dont les artistes ont été inspirés par la nudité. On trouve même des nus en art religieux. Pensons aux fresques de Michel-Ange, au plafond de la chapelle Sixtine, au Vatican, comportant de nombreux nus dont *Le jugement dernier*, *La création d'Adam*, etc.

En sculpture, beaucoup d'œuvres d'Auguste Rodin sont consacrées à la nudité, telles que *L'âge d'Airain*, *Le baiser* ou *Le penseur*.



Sculpture d'Auguste Rodin – *Le baiser*

La représentation de la nudité dans l'art a évolué de manière spectaculaire tout au long de l'histoire, donnant lieu à une incroyable diversité d'œuvres explorant les thèmes du corps et de l'identité socio-culturelle.

Aujourd'hui, l'art du nu est souvent utilisé pour sensibiliser le grand public aux grandes causes populaires, notamment en matière de genre et d'éthique. Cependant, nous pouvons avoir notre propre opinion sur la pertinence de ces actions.

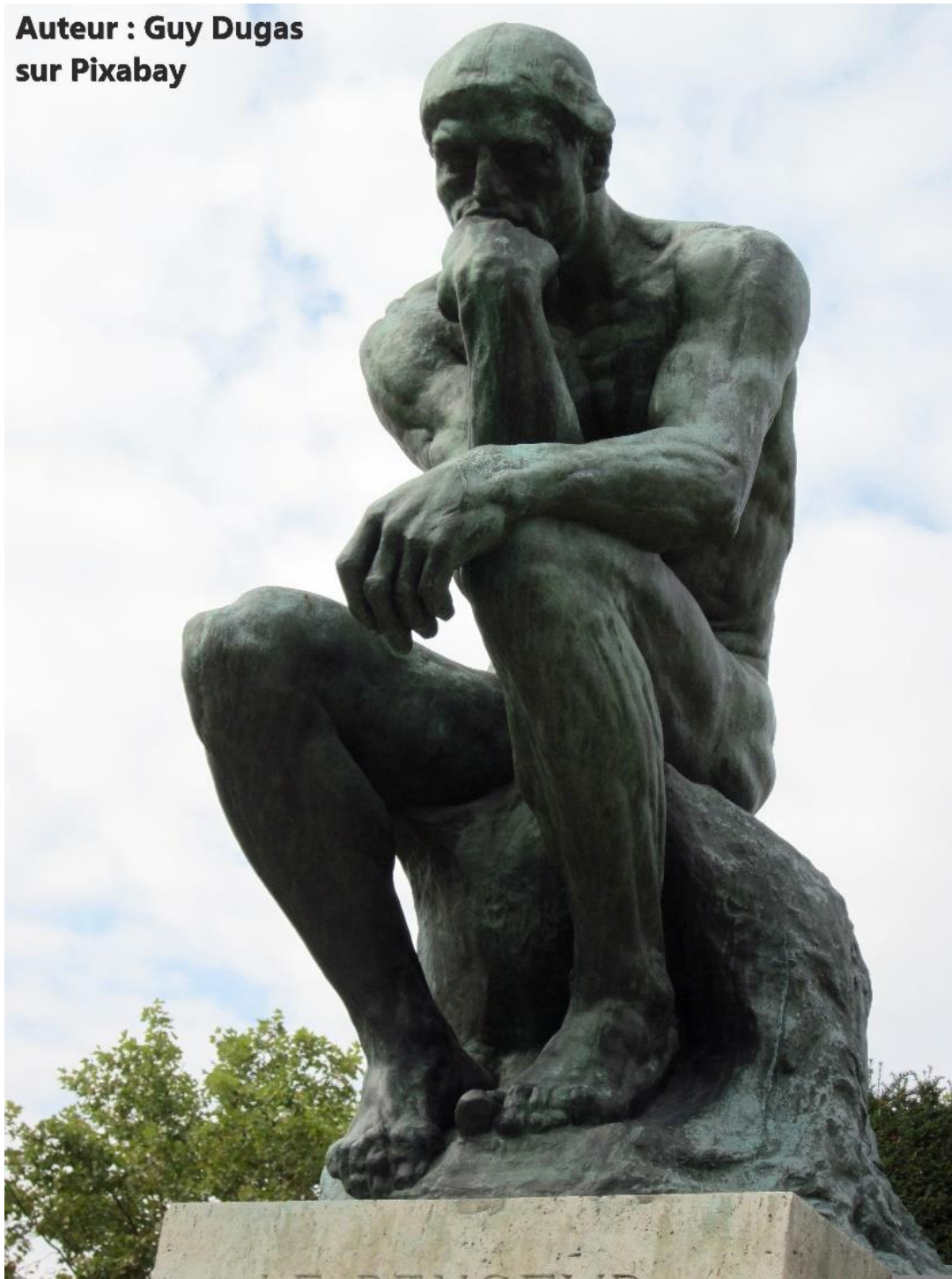


Sculpture d'Auguste Rodin – *L'âge d'airain*

Le continent européen a toujours été davantage à l'aise avec la nudité et le rapport au corps, mais initialement, le nu voulait doter la population d'une meilleure compréhension du fonctionnement du corps humain dans un contexte dénué de sexualité.

Cela fait partie des principes adoptés par les naturistes pour promouvoir leur mode de vie. Alors, pourquoi les « textiles » sont-ils si hostiles à la nudité « sociale » et véhiculent-ils tellement de préjugés à l'égard du naturisme? Réfléchissons-y!

**Auteur : Guy Dugas
sur Pixabay**



Sculpture d'Auguste Rodin – Le penseur

NATURISME ET VOYAGE : UN HEUREUX MARIAGE

Par Michel M.

Yves et Jean-Paul ont commencé à voyager ensemble, il y a 6 ans. Ils ont en commun leur intérêt pour le naturisme, la nature, la culture et les gens : c'est déjà un bon point de départ. Ils mettent beaucoup de temps et de soin à préparer chacun de leurs voyages et à trouver l'endroit (ou les endroits) où ils séjourneront.



Petit matin à Fuengirola, Espagne

Jean-Paul a eu tôt la piqure du voyage. C'est d'abord un échange d'étudiants, qui lui a fait découvrir l'Ouest canadien, puis la visite d'Expo '67, qui l'ont ouvert sur le monde et ont suscité son envie de le découvrir. Après son entrée dans un groupe vocal, quelques années plus tard, un autre échange lui a permis de faire un premier saut vers le vieux continent, en France, en Suisse et en Italie, et de connaître en même temps celle qui deviendrait sa femme, deux ans plus tard. Le retour aux études et la naissance de ses deux filles ont modifié le budget consacré aux voyages, mais le camping a vite permis à la jeune famille de reprendre la route pour visiter surtout le Québec et la côte est américaine.

Plus tard, un changement de cadre familial puis la retraite ont permis à Jean-Paul d'élargir son programme et son mode de voyage. C'est ainsi qu'il a échangé sa maison à trois reprises avec des Français, puis, avec une famille en Australie, expériences très gratifiantes au cours desquelles il a pu faire de belles rencontres et lier des amitiés encore bien vivantes. C'est ensuite la location d'appartements qui lui a permis de séjourner plus ou moins longuement à divers endroits, dont Hawaï, Bali, la Thaïlande et quelques pays européens, surtout, plus régulièrement, l'Espagne (la Costa del Sol et les îles Canaries), pour la facilité d'y faire du naturisme.



Intérieur de la villa louée à Mykonos

Yves s'est mis aux voyages quand il a rencontré Jean-Paul et, depuis, il a attrapé la piqûre! Les 2 amis étant naturistes (Jean-Paul, depuis toujours; Yves, graduellement, depuis plus récemment), cela a donné le ton au type de voyages qu'ils voulaient faire. Ils s'arrangent toujours pour séjourner pas très loin d'une plage naturiste et, comme ils bénéficient de l'intimité d'une maison privée, cela facilite la pratique de leur mode de vie habituel.



Jean-Paul sur la plage El muerto, d'Almuñecar, en Espagne

Les deux amis mettent beaucoup de temps à préparer leurs voyages : parfois jusqu'à un an d'avance. Cela leur permet de bénéficier souvent de prix avantageux et leur donne le temps de choisir avec soin le lieu de leur(s) séjour(s) et de peaufiner leur itinéraire. La durée de leurs voyages peut varier, mais, généralement, ils se posent quelques jours ou jusqu'à deux semaines au même endroit et ils rayonnent autour; ils étendent ensuite leur rayon d'action pour approfondir leur connaissance du coin de pays qu'ils ont décidé de visiter. En plus de la dimension naturiste, la découverte des environs et de la culture des gens qui l'habitent sont deux éléments essentiels de leurs voyages. Ils alternent donc randonnées en nature et visites de musées ou de monuments historiques. Le contact avec les gens au quotidien, enfin, est primordial pour la réussite de leurs voyages.



Balade dans la falaise de la plage d'Almuñecar



Yves et Jean-Paul en face du Parlement d'Athènes

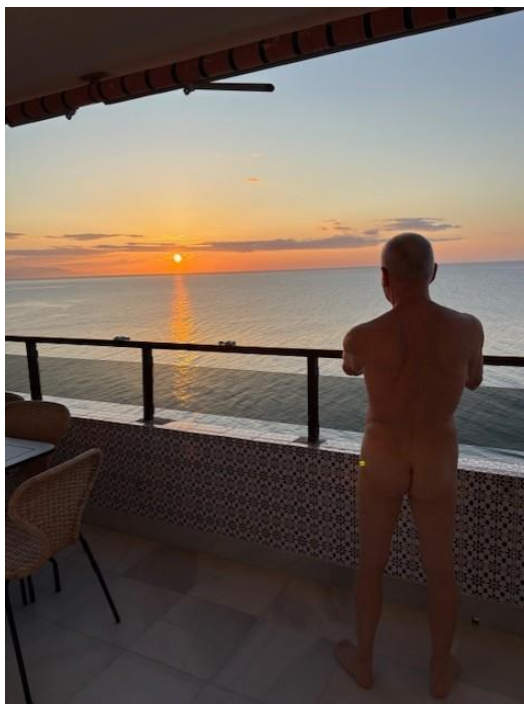


Yves en compagnie d'un ami français, à Toulon



Le marché de Toulon

Quand on écoute Jean-Paul et Yves parler de leurs projets de voyage, on comprend que c'est important pour eux afin de briser la routine, vivre de nouvelles expériences, rencontrer de nouvelles personnes, partager leur vécu, se découvrir dans le naturisme et explorer la nature, tout ça leur procurant de grandes émotions. Leur enthousiasme est contagieux : moi, ça me donne le goût de partir; pas vous?



Lever de soleil à Fuengirola, sur la Costa del So

LE COIN DU LECTEUR

Vous trouverez, ici, vos commentaires, vos questions et vos suggestions que nous avons reçus depuis notre dernier numéro

« Merci de l'infolettre... Nous, on adore lire l'infolettre. Merci! » *Cri Cri et Martin T.*

« Merci, très belle initiative, bravo! Bien sûr que je m'abonne 🧐 » *Pierre D.*

« Et Bravo pour votre revue! C'est très bien présenté. À la prochaine! » *Dan L.*

« Bravo pour le contenu de cette infolettre! » *Jean-Guy R.*



PROGRAMMATION DES ACTIVITÉS DE L'ANCN POUR L'ANNÉE 2025-2026, À QUÉBEC

SPA SOUS LES ÉTOILES :

le dimanche 19 octobre 2025

le samedi 15 novembre 2025

le dimanche 25 janvier 2026

le dimanche 8 février 2026

le samedi 21 mars 2026

le samedi 11 avril 2026

le samedi 23 mai 2026

le dimanche 7 juin 2026

BAIGNADE NATURISTE :

le samedi 11 octobre 2025

le samedi 1^{er} novembre 2025

le samedi 29 novembre 2025

SOIRÉES LUDIQUES :

le lundi 6 octobre 2025

le lundi 3 novembre 2025

le lundi 8 décembre 2025

YOGA NATURISTE : session d'automne (10 séances, les mercredis soir) commençant le 17 septembre et se terminant le 19 novembre 2025.

Veillez noter que des sessions d'hiver et de printemps sont aussi prévues. Les dates seront confirmées plus tard.

BRUNCH NATURISTE :

Les dates sont annoncées deux semaines avant l'activité.

BBQ NATURISTE :

Les dates sont annoncées deux semaines avant l'activité.

AUTRES ACTIVITÉS POSSIBLES :

Journées de ralliement dans les centres naturistes

Excursions dans Charlevoix

Pour plus de détails sur la programmation complète des activités de l'ANCN, n'hésitez pas à consulter son blogue : <https://ancn80.wordpress.com/>

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

N'oubliez pas : vous pouvez écrire votre propre article et nous l'envoyer pour révision et publication. Une autre solution possible, c'est que l'un de nos rédacteurs communique avec vous et fasse une entrevue avec vous dans le but de recueillir votre témoignage. Ce même rédacteur écrira un article pour vous après l'entrevue et vous le soumettra ensuite pour approbation. Avec votre accord, nous le publierons dans l'infolettre.

Les signes annonciateurs de la venue de l'automne!

