

Naturisme : le grand
hebdomadaire de culture
humaine / directeur : Dr André
Durville ; rédacteur en chef :
Dr Gaston [...]

. Naturisme : le grand hebdomadaire de culture humaine / directeur : Dr André Durville ; rédacteur en chef : Dr Gaston Durville. 1931-06-25.

1/ Les contenus accessibles sur le site Gallica sont pour la plupart des reproductions numériques d'oeuvres tombées dans le domaine public provenant des collections de la BnF. Leur réutilisation s'inscrit dans le cadre de la loi n°78-753 du 17 juillet 1978 :

- La réutilisation non commerciale de ces contenus ou dans le cadre d'une publication académique ou scientifique est libre et gratuite dans le respect de la législation en vigueur et notamment du maintien de la mention de source des contenus telle que précisée ci-après : « Source gallica.bnf.fr / Bibliothèque nationale de France » ou « Source gallica.bnf.fr / BnF ».
- La réutilisation commerciale de ces contenus est payante et fait l'objet d'une licence. Est entendue par réutilisation commerciale la revente de contenus sous forme de produits élaborés ou de fourniture de service ou toute autre réutilisation des contenus générant directement des revenus : publication vendue (à l'exception des ouvrages académiques ou scientifiques), une exposition, une production audiovisuelle, un service ou un produit payant, un support à vocation promotionnelle etc.

[CLIQUER ICI POUR ACCÉDER AUX TARIFS ET À LA LICENCE](#)

2/ Les contenus de Gallica sont la propriété de la BnF au sens de l'article L.2112-1 du code général de la propriété des personnes publiques.

3/ Quelques contenus sont soumis à un régime de réutilisation particulier. Il s'agit :

- des reproductions de documents protégés par un droit d'auteur appartenant à un tiers. Ces documents ne peuvent être réutilisés, sauf dans le cadre de la copie privée, sans l'autorisation préalable du titulaire des droits.
- des reproductions de documents conservés dans les bibliothèques ou autres institutions partenaires. Ceux-ci sont signalés par la mention Source gallica.BnF.fr / Bibliothèque municipale de ... (ou autre partenaire). L'utilisateur est invité à s'informer auprès de ces bibliothèques de leurs conditions de réutilisation.

4/ Gallica constitue une base de données, dont la BnF est le producteur, protégée au sens des articles L341-1 et suivants du code de la propriété intellectuelle.

5/ Les présentes conditions d'utilisation des contenus de Gallica sont régies par la loi française. En cas de réutilisation prévue dans un autre pays, il appartient à chaque utilisateur de vérifier la conformité de son projet avec le droit de ce pays.

6/ L'utilisateur s'engage à respecter les présentes conditions d'utilisation ainsi que la législation en vigueur, notamment en matière de propriété intellectuelle. En cas de non respect de ces dispositions, il est notamment passible d'une amende prévue par la loi du 17 juillet 1978.

7/ Pour obtenir un document de Gallica en haute définition, contacter utilisation.commerciale@bnf.fr.

NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE



PHOTO G.-L. MANUEL FRÈRES

M. CAMILLE BLAISOT
MINISTRE DE LA SANTÉ PUBLIQUE

QUI INAUGURERA, LE DIMANCHE 28 JUIN
L'ILE DES NATURISTES
DE VILLENNES-SUR-SEINE



JEUDI 25 JUIN 1931

SOMMAIRE

	Pages
La médecine de la nature, celle qui guérit.....	2
Quoique le beefsteak ait battu la banane, ceci ne prouve pas la supériorité du carnivorisme.....	2
Ce que nous dit M. Blaisot, ministre de la Santé Publique.....	3
Vos maladies, nos conseils.....	4
Filiales de la Société des Iles d'Or.....	4
On peut créer à Vincennes un grand parc naturiste.....	5
Bruits et potins.....	5
Inauguration officielle de Physiopolis.....	5
Blanchir, mutiler, stériliser, appauvrir.....	6
Notre grande enquête : Que pensez vous du mouvement naturiste ?	7
La santé par la cure cutanée.....	8
Le cinéma.....	8
La musique enregistrée.....	8
Les légumes rerts, rouges et blancs.....	9
Un abus intolérable.....	9
Revue des revues.....	9
Petites annonces.....	10
Communiqué de Madolin.....	10
Les éditions de « Naturisme ».....	10

LA MÉDECINE DE LA NATURE CELLE QUI GUÉRIT

(Conférence du docteur André Durville, 13 janvier 1931)

LA THERAPEUTIQUE NATURISTE

(Voir les numéros 137 à 142, 153, 154, 155 et 156.)

De l'étude de ces différents principes, il résulte que, dans des cas en apparence très différents, un même traitement s'impose, et il se trouve encore ceci — que peuvent seuls comprendre ceux qui ont fait du naturisme depuis longtemps et qui ont bien compris la méthode — c'est que le même traitement fait maigrir tels individus et fait grossir tels autres, que le même traitement donne de la fièvre à l'un et calme la fièvre de l'autre ! Et il en est obligatoirement ainsi, si le traitement naturiste, bien conduit, laisse à l'organisme le soin de faire ses réactions à son gré, dans le sens d'une guérison qui ne demande qu'à se produire d'elle-même, tout naturellement, si l'on veut bien ne pas l'entraver.

Quels sont maintenant les grands principes du traitement naturiste ? Ils sont au nombre de quatre :

1° Dans toute maladie, quelle qu'elle soit, qu'elle se manifeste par un processus aigu ou chronique, vous devez toujours étudier de très près le régime alimentaire ;

2° Vous devez favoriser les évacuations ;

3° Vous devez faire fonctionner judicieusement l'appareil musculaire ;

4° Vous devez enfin adapter votre traitement à l'individu.

LA CURE NATURISTE DES MALADIES AIGUES

Etudions maintenant comment on peut appliquer ces différents principes au traitement d'une maladie quelconque, parasitaire, infectieuse ou autre, à allure aiguë et accompagnée de fièvre.

Supposons que nous ayons affaire à un malade qui est au lit, et dont la température atteint 39 à 40°.

(A suivre.)

Docteur ANDRÉ DURVILLE.

NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE

Le plus fort tirage des revues naturistes mondiales

Organe officiel de la Société Naturiste et de l'Île des Naturistes

PUBLIE LES INFORMATIONS NATURISTES DU MONDE ENTIER

PARAIT LE JEUDI SUR DOUZE A SEIZE PAGES

Peut être mis entre toutes les mains

Directeur :

Rédacteur en chef :

Dr ANDRÉ DURVILLE

Dr GASTON DURVILLE

Secrétaire général : PIERRE AUDEBERT

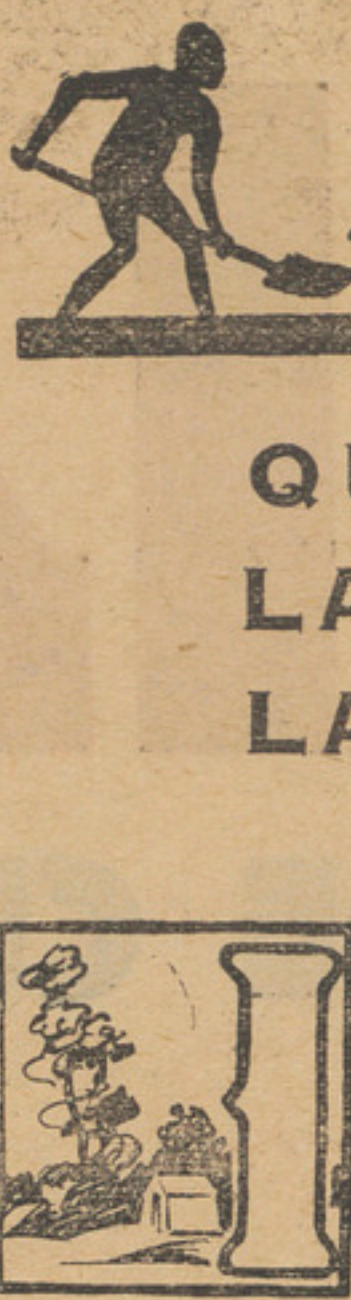
Direction-Administration :

15 bis, rue Cimarosa, PARIS (16^e) — Téléphone : Passy 77-95

Imprimerie-Ateliers :

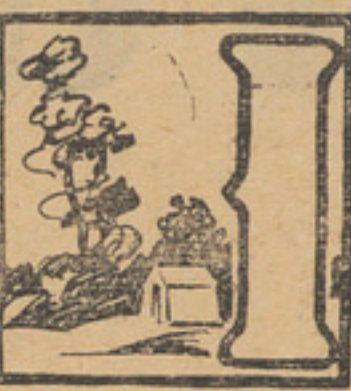
24, rue d'Alleray, PARIS (15^e) — Téléphone : Vaugirard 06-83

« NATURISME » EST EN VENTE CHEZ TOUS LES MARCHANDS DE JOURNAUX



AU CRIBLE, LEZ IDÉES!

QUOIQUE LE BEEFTEAK AIT BATTU LA BANANE, CECI NE PROUVE PAS LA SUPÉRIORITÉ DU CARNIVORISME



Il y a quelques semaines, ici même, le vétérinaire naturiste et presque végétarien que je suis s'offrait à concourir, sur le grand stade de l'Île des Naturistes, en un match pédestre avec le docteur belge

Fafner, partisan convaincu de la viande. En attendant que mon confrère relève le gant que je lui jette, voici que mon procédé fait école, pas en France, d'ailleurs : au Danemark.

L'histoire danoise nous est contée par l'Auto, en un article intitulé : « Le beefsteak a battu la banane », avec le sous-titre suivant : « Le carnivore danois Randrup a défait le végétarien Madsen ». Laissons la parole à l'Auto :

« ... Un différend a surgi entre M. Randrup, président de la corporation des maîtres-bouchers danois, et le docteur Hinkede, apôtre du végétarisme. Le premier avait terminé une conférence en conseillant de manger beaucoup de légumes, tout en réservant toujours, dans le menu, une place importante à la viande, seule capable, disait-il, de donner à l'homme la force nécessaire pour le travail et la pratique sportive.

« Le docteur Hinkede partit en guerre contre de telles paroles.

« Pour répondre à cette contre-attaque, M. Randrup défia son contradicteur et lui proposa un match à bicyclette. S'estimant handicapé par l'âge, le docteur Hinkede confia la défense originale de sa thèse à M. Madsen, végétarien.

« Et le match a eu lieu, qu'on avait surnommé « Beefsteak contre Banane », au Danemark.

« Devant une foule considérable de spectateurs, MM. Randrup et Madsen prirent le départ d'une course de 54 kilomètres, suivis de milliers de cyclistes et d'automobilistes.

« Madsen (la Banane) menait le train, devant Randrup (le Beefsteak), que tous les bouchers de Copenhague encourageaient. A 1 km. 500 avant Copenhague, Randrup-le-Beefsteak passa en tête ; Madsen-la-Banane fut victime d'une chute à trois cents mètres du but, et alors qu'il avait partie perdue. Le Beefsteak parcourut les 54 kilomètres en 1 h. 58 et battit la Banane de 11 secondes. Les deux concurrents furent frénétiquement acclamés. »



Avant toute chose, je féliciterai les gens de Copenhague de la jeunesse d'idée dont ils font preuve en se passionnant pour une toute petite aventure sportive. Je suis, hélas ! bien sûr que les cyclistes et automobilistes de Paris ne se seraient pas, eux, dérangés par milliers, pour voir lutter, dans la côte de Picardie, un Beefsteak montmartrois contre une Banane de Belleville. Je me souviens qu'un certain dimanche d'il y a deux ou trois ans, quand nous primes le départ, à la Porte d'Italie, pour courir pédestrement le Marathon pré-olympique, rude épreuve, qui réunissait soixante-quinze coureurs de grand fond sélectionnés de France, il n'y avait pas vingt spectateurs.

Mais revenons à notre histoire. Si vous avez bien lu l'article de l'Auto, vous avez remarqué que le végétarien Madsen n'a mis, somme toute, que

onze secondes de plus que son adversaire carnivore pour couvrir ses 54 kilomètres. Onze secondes, c'est peu ; d'ailleurs, si l'on voulait être tout à fait juste, il faudrait bien déduire des onze secondes en question le temps qu'a mis notre homme à frotter à terre les cailloux ; on ne saurait trop, alors, où serait la victoire. Et puis, où qu'elle soit, la victoire, ça n'a pas d'importance ; une performance sportive ne peut jamais prouver la valeur d'un système particulier et unilatéral comme est le régime alimentaire : elle dépend de trop de facteurs dont nous ne tenons pas toujours les ficelles, l'hérédité par exemple ; elle ne prouve même pas que le champion a plus de résistance que n'importe quel être moyen ; elle n'est une garantie ni de résistance à la maladie, ni de résistance à la mort.

Il faut, néanmoins, des performances sportives, et les compétitions sont utiles : elles sont le stimulant des jeunes, elles créent et entretiennent l'intérêt chez la foule.

Que les maîtres-bouchers de Copenhague continuent donc de lancer des défis aux végétariens. Qu'ils n'aient pas croire, d'ailleurs, ces maîtres-bouchers, qu'une victoire « à la Randrup » peut augmenter la vente des prétendus dynamogènes que seraient les gigots : les témoins de la course ont vu qu'à une pelle près un végétarien est aussi fort qu'un carnivore. Et, fait complémentaire que n'a pas montré la course cycliste, mais que vingt ans de pratique médicale naturiste m'ont copieusement prouvé : à mesure que vieillira le carnivore, il scléroses ses artères ; le végétarien, lui, tiendra, jeune et sain, si son régime a été physiologiquement établi. Il est d'ailleurs exceptionnel, disons-le, qu'un régime végétal soit physiologiquement conçu ; c'est la raison qui fait que nombre de végétariens sont étiés et délicats ; mais ceci est une autre affaire.

Gens qui croyez que l'aliment carné fait la force, mamans qui suralimentez vos enfants à la viande, ouvriers qui dilapidez un tiers de vos salaires pour manger grillades et rôtis, malades qui vous dyspeptisez par excès d'albumines animales, méditez sur la façon piteuse dont le Beefsteak a battu la Banane.

Mangeons moins de viande, nous n'en pédalerons pas plus mal sur les routes de la vie.

Docteur GASTON DURVILLE.

NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE

Le Numéro : 1 fr. 25

ABONNEMENTS

	France	Etranger
1 an	40 fr.	51 fr.
6 mois	22 fr.	28 fr.
3 mois	12 fr.	16 fr.

Les abonnements partent du 1^{er} de chaque mois

« NATURISME » a succédé à « LA VIE SAGE », qui a paru pendant sept ans.

Prix des années antérieures de « La Vie Sage » (quelques numéros sont épuisés) :

Quatre premières années (chaque)..... 15 fr.

(la cinquième année est épuisée)

Sixième année..... 25 fr. Septième année..... 40 fr.

LES ABONNEMENTS SONT REÇUS A LA DIRECTION
15 bis, rue Cimarosa, PARIS — Compte Ch. Post. : Paris 236-69

NO. 1 INTERVIEW

ENQUÊTE
REPORTAGE

LA METHODE NATURISTE ET LE GOUVERNEMENT

CE QUE NOUS DIT M. CAMILLE BLAISOT, MINISTRE DE LA SANTÉ PUBLIQUE

L'INAUGURATION DE L'ILE DES NATURISTES DE VILLENES



Il parfoi il est des ministères qui, après la chute d'un gouvernement, permettent d'engendrer des regrets quant au choix de leurs nouveaux dirigeants et de leurs collaborateurs, du fait même d'une différence sensible des qualités de leurs prédécesseurs, notons de suite qu'il n'en est rien en ce qui concerne le ministère de la Santé publique, dans le gouvernement que préside, avec talent, M. Pierre Laval.

Dans la précédente interview du ministre de la Santé publique, à l'époque M. Désiré Ferry, nous félicitons ce dernier de l'heureux choix de ses collaborateurs. Aujourd'hui, avec la même sincérité, nous applaudissons au choix de M. Camille Blaisot. Si les « hommes » ont changé, leurs qualités restent égales. Nous retrouvons en ce même ministère le bienveillant accueil que nous y rencontrâmes voici un an.

En pénétrant dans le bureau du directeur du cabinet du ministre, nous croyons reconnaître, un instant, M. Bourdila. Notre erreur provient de ce que son aimable successeur, M. Feret du Longbois, orne son menton d'une barbe à l'heureux effet, la même, semble-t-il, que celle de M. Bourdila. Mais la nature, pour parfaire la ressemblance, n'a pas manqué de doter M. Feret du Longbois de sentiments et qualités quelque peu démodés, il est vrai, mais cependant certains : l'amour du travail, l'obligeance, la finesse, et les mille autres « riens » qui rendent un homme précieux à son pays. De cette visite au ministère, j'emporte un problème impossible à résoudre, quant à moi : lequel, du ministre ou de son directeur, en dehors des titres, a droit au plus d'admiration ? Je désespère de ne jamais pouvoir un jour en publier la solution !

M. Camille Blaisot est né à Valognes. Avocat, il est depuis 1914 député du Calvados, inscrit au

groupe de l'Union Républicaine Démocratique. De nombreuses et utiles interventions au Parlement le désignèrent à l'attention de M. Pierre Laval, qui en fit notre actuel ministre de la Santé publique, alors qu'il siégeait comme commissaire à la Commission d'enquête sur l'affaire Oustric.



PHOTO G.-L. MANUEL FRÈRES

M. FERET DU LONGBOIS

Directeur du Cabinet du Ministre de la Santé Publique.

Grâce à M. Feret du Longbois, nous voici dans le salon de travail ministériel :

— Que pensez-vous du programme naturiste, monsieur le Ministre ?

— Je dois reconnaître avec vous que le naturisme affirme et prouve qu'on peut, d'une part, conserver sa santé, et, d'autre part, guérir de ses lésions, même profondes, sans se droguer le moins du monde, si l'on veut bien se conformer avec persévérance aux règles naturelles d'existence qui nous ont été imposées par la nature, et que, du fait de notre civilisation, nous avons violées.

— Que pensez-vous aussi, monsieur le Ministre, des Cités naturistes ?

— Avant de vous répondre, je désire rendre visite à votre Cité de l'île de Médan, à Villennes-sur-Seine...

— Monsieur le Ministre, nous vous remercions bien sincèrement de devancer une invitation que nous comptons vous faire avant de prendre congé de vous. En effet, nous serions très heureux que le Gouvernement inaugure officiellement notre Cité de Villennes...

— Ah ! le voilà bien, le danger terrible : le journaliste ! On parle d'une visite, d'une petite visite incognito, et aussitôt vous transposez : remerciements anticipés d'une visite, mieux même : d'une inauguration officielle ! Soit, je vous prends au mot, cher ami, mais je vous impose une date ! N'ayez point cette mine anxieuse, dont je devine la raison... Non ! La date ne sera pas lointaine : le dimanche 28 juin. Pour être précis, j'ajoute : de l'an 1931. Et enfin, sachez que, si mes obligations ministérielles m'empêchent de me rendre, en

ce dimanche, à Villennes, le directeur de mon cabinet, M. Feret du Longbois, me représentera.

— Monsieur le Ministre, votre bienveillance à notre égard, nous n'aurons garde de l'oublier... Une question encore, monsieur le Ministre : n'est-il pas question de créer une Ecole internationale des hautes études d'hygiène ? Pouvez-vous nous parler de cette création ?

— Volontiers !... La pensée du Gouvernement français a été d'assurer entre les nations, dans le domaine de l'hygiène, un contact étroit, susceptible de provoquer un échange constant d'idées, de méthodes et de personnes, aussi bien que de faciliter la formation du personnel sanitaire supérieur de chaque pays, en lui fournissant la possibilité de se tenir facilement et immédiatement au courant des progrès accomplis ailleurs. D'où la définition proposée par le projet :

« L'Ecole a pour objet de poursuivre, sous les auspices de l'Organisation d'hygiène de la Société des Nations, les fins suivantes : compléter par une institution permanente d'enseignement et d'étude le système des stages, missions et cours organisés par la Société des Nations en matière d'hygiène ; prolonger l'enseignement des écoles nationales d'hygiène par un enseignement international de perfectionnement théorique et pratique ; fournir des facilités d'études et de perfectionnement aux hygiénistes, administrateurs et fonctionnaires sanitaires, par un enseignement destiné à la préparation des dirigeants des écoles nationales ou des services nationaux d'hygiène des pays qui désireraient l'utiliser. »

« Ce projet, en définitive, est la réalisation d'une œuvre scientifique et sociale de haute portée, qui, contribuant au bien de l'humanité et au rayonnement moral de notre pays, apportera au monde une nouvelle preuve de l'esprit de coopération pacifique entre les peuples dont sont animés le Parlement et le Gouvernement français », ajouta M. Camille Blaisot, ministre de la Santé publique, en nous reconduisant jusqu'au seuil de son cabinet.

Puis, en nous tendant la main, il nous donna à nouveau rendez-vous pour le 28 juin, à Villennes.

RENÉ-JEAN MAXY.



ETIRONS-NOUS...

Que font le chat et le chien, en s'éveillant ? Ils s'étirent.



...ETIREZ-VOUS

La gymnastique par étirement fera travailler tous vos muscles.



LA PAGE DU MALADE



POUR VOUS GUERIR

VOS MALADIES -- NOS CONSEILS

UN APERITIF TRES NATURISTE : L'EAU

Demande. — M. Bertrand, rue Marie-Debos, Montrouge. — Voyez les bienfaits de votre formidable campagne naturiste : j'étais rhumatisant, très sédentaire, parce que coiffeur, astreint à douze et quatorze heures de présence en mon magasin ; j'allais très mal. Depuis six mois, je ne bois plus d'alcool, je ne mange presque plus de viande, je bois de l'eau ; j'ai maigri, mais je me porte bien. Je me lève à 6 h. 30, toilette, nudité, gymnastique ; à 7 h. 30, ouverture du salon. Travail sans arrêter dans les mauvaises odeurs. A 9 heures du soir, fermeture, coucher. Nous conseillez-vous d'aller sur la route si tard, respirer ?

Quand des amis nous invitent chez eux, à la brasserie, c'est difficile d'être naturiste. Et il y a encore des gens qui n'ont pas voulu sortir avec moi parce que je sors tête nue et en chemise ouverte. Quel apéritif naturiste peut-on prendre ?

Réponse. — Nous sommes heureux d'apprendre que le régime alimentaire naturiste, joint aux bains d'air et à la gymnastique, ont guéri vos rhumatismes. C'est normal. Mais vous travaillez trop. La formule américaine : huit heures de travail, huit heures de distraction (entendons distractions à l'air), huit heures de sommeil, nous apparaît la bonne. Hélas ! trop peu de gens peuvent l'appliquer ; tendez-y. Sans hésiter, allez marcher, le soir, une heure, quand votre magasin sera fermé. Allez vous ensoleiller le dimanche à Villennes. Un jour par semaine, passé tout entier sur nos stades, la peau nue, vous reposera de trois jours de calfeutrement et fera progresser encore votre santé.

A la brasserie, dites-vous, c'est difficile d'être naturiste. Eh, oui ! Alors, n'y allez pas souvent, et, quand vous y allez, profitez de l'occasion pour faire — modestement — l'escapade alimentaire que nous recommandons, et qui empêche qu'on devienne un maniaque.

Il y a des gens qui n'ont pas voulu sortir avec vous parce que vous avez tête nue et col ouvert ! Très simple : changez d'amis, trouvez-en qui soient intelli-

gents. Moi, je n'ai pas de chapeau et je n'ai de cols que fort bas, et l'on sort très bien avec moi.

Vous voulez un apéritif naturiste ? Je vous recommande le mien : un verre d'eau.

LE REMEDE NATURISTE DE LA CALVITIE

Demande. — M. B..., instituteur, en traitement à Vichy. — Existe-t-il un traitement naturiste de la calvitie ? Si oui, lequel ? Certaines affections, digestives par exemple, provoquent-elles la chute des cheveux ?

Réponse. — Puisque le naturisme traite, non pas telle ou telle maladie, mais le terrain sur lequel germent toutes nos maladies, il traite nécessairement la calvitie. La calvitie, maladie spéciale à l'homme jeune, et qu'on a dit causée par l'hypersécrétion testiculaire, est, en fait, une maladie d'arthritisme, autrement dit une maladie digestive (gastro-hépatique). Ses causes : le ralentissement de la nutrition et l'intoxication générale par sédentarité, surmenage et alimentation mal comprise.

Le remède ? Il est double : général et local. Général : musclez-vous, faites-vous une belle anatomie d'athlète. Quel que soit votre âge, c'est toujours plus ou moins possible. Aérez votre peau (bains d'air en nudité totale), ensoleillez-la ; faites-vous un épiderme de bronze. Disons-le en passant : on fait mieux cela à l'Île des Naturistes qu'à Vichy.

Localement : supprimez définitivement le chapeau. Ne lavez pas la tête pour ne pas décaper les cheveux de leur graisse, aliment naturel et normal ; au besoin, graissez, chaque soir, votre cuir plus ou moins chevelu à la lanoline. Peigne électrique ? Peut-être ; ça pourrait bien stimuler les bulbes pileux moribonds, et faites de la cure mentale. Nous avons écrit un livre qui porte ce titre : « La Cure mentale » ; vous y trouveriez deux cas de guérison de calvitie : les nôtres.

QUESTIONS DIVERSES

Demande. — Naturiste-nudiste, à Paris. — J'admire votre œuvre ; je l'admire plus encore si vous arriviez à convaincre M. Chiappe que le cache-sexe est un cache-rien, autrement dit qu'il est inutile ; ceci dit, laissez-moi vous poser quelques questions que vous ne manquerez pas de trouver saugrenues :

Un nudiste doit-il boire des tisanes ? J'ai lu dans un de vos livres que vous recommandez la craie pour blanchir les dents ; laquelle ? Quel est le meilleur tue-punaises ?

Réponse. — Votre cache-sexe, cher monsieur, ne cache peut-être rien ; il n'en est pas de même de tout le monde. Mais, au fait, le mot n'est pas de vous, vous l'avez lu, sans doute, dans le dernier livre qu'a écrit notre ami Salardenne (dans ce livre, d'ailleurs, il nous éreinte un peu, mais ceci est une autre histoire).

Pour ce qui est de boire des tisanes, en quoi votre nudité intégrale vous gênerait-elle ? Buvez donc des tisanes. Si vous condescendez — ô horreur — à faire comme nos adeptes à cache-sexe, buvez vos tisanes loin des repas (pour ne pas troubler vos digestions), évitez de les faire trop bouillir (car l'eau bouillie est dévitalisée, dégazéifiée, donc peu digestible), et n'en buvez pas de grosses masses.

Quelle craie pour blanchir vos dents ? Celle de toutes les carrières, celle qu'on trouve sur les chemins, celle qui sert à écrire au tableau noir ; ne demandez pas ça au pharmacien.

Le meilleur tue-punaises, enfin ? Rien ne vaut le soufrage pour l'opération qui vous intéresse ; enfermez tous vos vêtements, toute votre literie, etc., dans la pièce infestée, calfeutrez portes et fenêtres ; allumez des canons de soufre dans une casserole que vous placerez à terre, sur une grande plaque de tôle (la plaque de tôle pour éviter l'incendie : le soufre en fusion peut déborder et enflammer le plancher).

HELIOPOLIS

FILIALES DE LA SOCIÉTÉ DES ÎLES D'OR ÉMISSION DE 5.750 ACTIONS DE 100 FRANCS (1)

LES PREMIERS RESULTATS

La souscription aux actions des filiales de la Société des Îles d'Or s'annonce déjà comme un succès sensationnel. Notre appel auprès des naturistes français a été entendu. De toutes parts, les souscriptions affluent : par lettres, par téléphone, par télégrammes, des centaines d'actions nous sont retenues chaque jour. Il est malheureusement certain que tous les naturistes qui s'intéressent à notre grande œuvre de l'Île du Levant, et en général à toutes nos réalisations, ne pourront pas avoir leur part des titres émis. Nos amis ont compris, en effet, que si le fait de souscrire à ces actions constituait, de toute évidence, un placement de premier ordre, il était aussi un puissant effort en vue de la plus grande diffusion de l'idée qui nous est chère.

Placer ses disponibilités à un taux d'intérêt élevé, tout en servant la cause d'un louable idéal, voilà ce qui explique l'empressement de nos premiers souscripteurs. Si les souscriptions continuent pendant quelques semaines au rythme endiablé des premiers jours, nous aurons incessamment la joie d'annoncer la clôture de l'émission.

Naturistes de tous les milieux, ouvriers ou bourgeois, riches ou pauvres, qui représentez le capital moral de notre pays, vous devez à la cause naturiste de contribuer dans une mesure — si faible soit-elle — à la réalisation d'Héliopolis.

Tout naturiste peut et doit souscrire.

Les actions, émises aujourd'hui au cours de 100 francs, doubleront rapidement de prix. Grâce à l'énorme diffusion de notre revue, elles changeront aisément de mains, en laissant, à chaque fois, un bénéfice intéressant entre les mains du vendeur. Dans quelques mois, elles commenceront à se partager des dividendes que les prévisions les plus pessimistes permettent déjà d'estimer aux environs de 11 % du capital.

Adeptes du naturisme, amis ou sympathisants de l'idée, usagers ou non de l'Île du Levant, propriétaires dans les Arbousiers, artisans ou simples campeurs, remplissez le bulletin ci-joint et

Souscrivez aujourd'hui même.

(1) Voir *Naturisme* des 23 avril et 18 juin.

FILIALES

DE LA SOCIÉTÉ IMMOBILIERE DES ÎLES D'OR
ENTREPRISE GÉNÉRALE DES ÎLES D'OR
SOCIÉTÉ D'EXPLOITATION AGRICOLE, FORESTIÈRE ET MINIÈRE
MAGASINS GÉNÉRAUX
MESSAGERIES GÉNÉRALES

Sociétés anonymes en formation au capital global de 575.000 francs. Statuts déposés chez M^e Picard, notaire à Paris, 85, rue de Richelieu. Publication faite au Bulletin Annexe du Journal Officiel, le 8 juin 1931.

Emission de 5.750 actions de 100 francs

BULLETIN D'ADHESION DE PRINCIPE

à remplir et à retourner, accompagné du montant de la souscription, au D^r André Durville, 15 bis, rue Cimarosa, Paris (16^e)

Je soussigné (noms, prénoms, adresse complète),.....

....., vous prie de me réserver :

..... actions de 100 fr. de la Société d'Entre-	 fr.
prise, pour un total de	
..... actions de 100 fr. de la Société d'Exploi-	 fr.
tation, pour un total de	
..... actions de 100 fr. de la Société des Maga-	 fr.
sins généraux, pour un total de	
..... actions de 100 fr. de la Société des Mes-	 fr.
sageries Générales, pour un total de	

Frais de timbres. 5 fr.

Total fr.

dont je vous adresse ci-joint (1) le montant (toutes les valeurs doivent être rédigées au nom du docteur André Durville).
dont j'adresse le montant (1) à votre compte de chèques postaux : Paris 236-69.

Je vous prie de bien vouloir m'adresser en échange, pour signature, le bulletin de souscription sur papier timbré, exigé par la loi.

(1) Rayer la mention inutile.

COMMENT SOUSCRIRE ?

Une filiale pouvant distribuer moins de dividendes que ses sœurs, sans que cette éventualité puisse être actuellement prévue pour telle ou telle société, nous engageons très vivement les souscripteurs, afin de répartir plus uniformément leurs chances de profit, à procéder de l'une des manières suivantes :

1^o Souscrire à 1 action de 100 francs de chaque filiale, soit, au total, 400 francs ;
2^o Souscrire à 5 actions de 100 francs de chaque filiale, soit, au total, 2.000 francs ;
3^o Souscrire à 10 actions de 100 francs de chaque filiale, soit, au total, 4.000 francs.

Et ainsi de suite, par multiple de 5, pour chaque filiale.

Le mode de souscription N° 1 présente l'inconvénient de ne pas donner droit aux parts de fondateur. Le mode de souscription N° 2 donne droit à 4 parts de fondateur (1 part par filiale). Le mode de souscription N° 3 donne droit à 8 parts de fondateur (2 part par filiale), et ainsi de suite. Tous les autres modes de souscription sont intéressants, du moment où ils procèdent par multiple de 5, pour chaque société.

Si le souscripteur a une confiance plus grande dans la Société d'Entreprise, par exemple, il peut concentrer sur elle son principal effort, et se faire réserver : 30 actions de la Société d'Entreprise (avec 6 parts de fondateur), soit 3.000 francs ; 10 actions de chacune des autres filiales (avec 2 parts de fondateur pour chacune), soit 3.000 francs.

Le naturiste qui ne dispose que de faibles disponibilités pourra ne souscrire qu'à une seule action d'une seule filiale (100 francs). Il portera de préférence son choix sur les sociétés ayant le plus gros capital social (Entreprise Générale ou Société d'Exploitation).

POUR SOUSCRIRE

Remplir le bulletin ci-contre et le retourner : 15 bis, rue Cimarosa, Paris (16^e), en même temps que les fonds. Le docteur André Durville reçoit les souscriptions à « *Naturisme* », 24, rue d'Alleray, Paris (15^e), tous les jours non fériés, de 10 heures à midi.



ORGANISONS-NOUS



APRES L'EXPOSITION COLONIALE...

ON PEUT CRÉER A VINCENNES UN GRAND PARC NATURISTE



NE Association qui ne poursuivrait aucun but commercial et qui serait constituée suivant la loi de 1901 ne pourrait-elle obtenir la concession des terrains de l'Exposition pour transformer celle-ci en un grand parc naturiste ? On comblerait ainsi une lacune. On ferait quelque chose de nouveau, d'utile et de sensationnel, et Paris retirerait de l'Exposition Coloniale un avantage durable — considérable, aussi. La collectivité n'y perdrait rien. Au contraire. Un parc naturiste est indispensable à Paris.

Il est impossible d'envisager la transformation du Luxembourg et des Tuileries en parcs naturistes. La jeunesse de Paris n'aura-t-elle donc jamais un centre de semi-nudisme et d'entraînement naturiste ? Ceci est parfaitement réalisable à Vincennes, et, grâce aux nouveaux moyens d'accès, la réussite est certaine.

A première vue, et, bien entendu, sans étude approfondie d'un projet, voici ce que je conçois :

1° La conservation de toutes les plates-formes et charpentes en ciment armé, ainsi que des canalisations d'eau et d'électricité ;

2° La transformation de la Cité des Informations en un vaste établissement de culture physique, où l'enfance pauvre serait admise gratuitement (solarium, salle des fêtes, etc.) ;

3° L'aménagement, pour les bains de soleil,

des terrasses de béton sur lesquelles est construit le palais d'Angkor ;

4° L'utilisation de la grande fontaine pour un poste de douches froides en plein air ;

5° L'installation, à l'endroit où se trouve la Section Métropolitaine, d'un restaurant populaire, végétarien et de régime, qui rendrait aux populations ouvrières de l'Est parisien des services considérables ;

6° La création d'une piscine froide, utilisable même en hiver, dans le lac Daumesnil, et l'aménagement de plages pour enfants sur divers points du lac ;

7° L'établissement d'un centre de canotage sur une rive du lac, et le camping en permanence dans les îles — ces dernières pouvant servir à des expositions commerciales de matériel (canoës et camping, canots pliants, etc.), pendant certaines périodes ;

8° La réserve de certaines pelouses et de certaines allées pour la marche et les jeux pieds nus, par tous les temps ;

9° Aux emplacements qui conviendraient le mieux, des stades et terrains de jeux, avec vestiaires et douches ;

10° Enfin, des fêtes sportives seraient données dans le parc, et, le soir, on se servirait des canalisations d'électricité installées pour l'Exposition Coloniale.

Le point essentiel, pour l'instant, serait d'obtenir, avec l'adhésion de principe de la Ville de

Paris, que tout ce qui est utilisable pour le parc naturiste et sportif soit conservé, ce premier fonds de travaux pouvant permettre une réalisation rapide et sûre, à des conditions exceptionnelles et qui ne se retrouveront jamais. Il serait regrettable qu'on assiste, dans quelques mois, à la destruction d'un capital-matériel valant à lui seul des millions.

Quant à l'argent, l'entreprise serait si belle, si profitable, et appelée à un tel retentissement, qu'on trouverait certainement de généreux donateurs. Les architectes de l'Exposition donneraient assurément leur concours, pour cette transformation utilitaire et de grand intérêt général, en se contentant d'honoraires très modestes.

Comme toute la jeunesse parisienne et celle des localités qui touchent au bois de Vincennes profiteraient gratuitement du parc naturiste, il n'y aurait ni amputation ni privilège. Le bois de Vincennes, avec ces terrains réservés, contribuerait plus que jamais à la santé publique et à l'amélioration de la race humaine. Les enfants de Paris trouveraient enfin, pour s'ébattre à leur aise, en slip ou en maillot de bain, la Terre Promise que Le Nôtre et ses successeurs, avec leurs quinconces, leurs pelouses clôturées, leurs bassins défendus, ne peuvent pas leur donner.

Le parc de Vincennes jouerait un rôle considérable dans l'histoire de l'éducation physique. On en parlerait dans le monde entier.

RENÉ MATHIEU.

BRUITS...

UNE RÉVOLUTION DANS LA CHAUSSURE

Cinq mille habitants de Vienne, nous disent les journaux, se sont promenés pieds nus, l'autre jour, à travers la ville, portant des pancartes condamnant le port des chaussures, qui empêchent le corps humain de profiter des « rayons de santé » émanant de la terre.

Les photographies nous les montrent vêtus de culottes de sport, de chemises au col largement ouvert, et foulant sans chaussures le pavé viennois. Des agents les escortent. « Et ces promeneurs, nous dit-on, excitent à peine la curiosité publique. »

Bien qu'il nous paraisse peu désirable de se déchausser sur... la chaussée, la propreté des rues d'une grande ville étant trop souvent illusoire, nous sommes heureux de constater que, dans tous les pays du monde, l'idée naturiste fait son petit bonhomme de chemin...



— Remonte vite, Simone !... Il pleut et tu vas être toute trempée !

...ET POTINS

IL FALLAIT Y PENSER

Il y a quelque temps, avenue d'Orléans, à Paris, un monsieur imperturbable distribuait des billets de cent francs aux passants, qui d'ailleurs s'empressaient de les jeter, croyant à une mystification. Le monsieur imperturbable n'a été ni décoré, ni félicité. Il a été dirigé vers le Dépôt.

Le surlendemain, à l'angle de la rue du Sentier et des boulevards, une pluie de billets de cinq francs (celui-ci devait être moins riche) descendait des étages supérieurs d'un immeuble. Le généreux donateur est resté anonyme.

« Ce sont des fous », pense-t-on. Eh ! eh ! Peut-être pas tant que ça... Sans doute, un jour, tout le monde étant végétarien, nul n'aura plus besoin de « gagner son bifteck » ; et l'argent, alors, deviendra quantité négligeable... Quand je vous dis que ce sont des précurseurs !

DIMANCHE 28 JUIN, A 15 HEURES, A L'ILE DES NATURISTES DE VILLENES

INAUGURATION OFFICIELLE DE PHYSIOPOLIS

PAR M. CAMILLE BLAISOT, MINISTRE DE LA SANTÉ PUBLIQUE

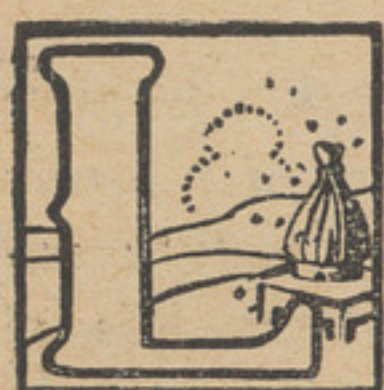
M. Camille Blaisot, ministre de la Santé publique, a bien voulu accepter d'inaugurer officiellement, le dimanche 28 juin prochain, l'Île des Naturistes de Villennes. Assisté ou représenté par le directeur de son cabinet, M. Feret du Longbois, escorté de plusieurs députés et sénateurs de la région parisienne, de représentants du Préfet de Seine-et-Oise et de la municipalité de Villennes, il consacra l'existence officielle de cette Île des Naturistes, dont on a tant médité, et dont on commence à entrevoir enfin la haute portée sociale. C'est là un honneur dont nous avons le droit d'être fiers et qui nous récompense largement des efforts que nous avons fournis sans compter pour le bien de la santé publique. Les adeptes de l'Île des Naturistes auront à cœur de s'associer à nous pour le juste hommage qu'il convient de rendre dimanche prochain aux représentants du gouvernement français. Naturistes, quel que soit le temps, venez en foule à la fête que nous organisons dimanche sur le grand stade. Pavoisez vos tentes. Que des rubans aux trois couleurs de la France ornent les slips, les cache-seins, les maillots de bain. Que la joie soit dans tous les cœurs et les sourires sur tous les visages.

DOCTEURS CASTON ET ANDRÉ DURVILLE.

DE TOUT... DE PARTOUT

LA SANTE PAR L'ALIMENTATION

BLANCHIR, MUTILER, STÉRILISER, APPAUVRIR



Le bonheur de l'homme est fonction de l'intégrité des liens qui le rattachent à la Nature. »

Cette maxime concrétise l'esprit même du naturisme. Elle est un thème à réflexions et une lumière qui doit éclairer nos voies dans la recherche de la santé.

Ne soyons pas surpris qu'elle trouve sa place dans le chapitre de notre alimentation. Nos aliments sont un « nous-même » en puissance ; ils représentent l'énergie du monde extérieur qui doit réparer celle que consume notre vie. Toutefois,



LE CAGE-BALL

Quoi qu'en pensent les néophytes, il se lance aussi avec les pieds !

cette énergie ne pourra s'identifier avec nous-mêmes que par un travail d'assimilation qui constitue l'acte vital. Nous sommes effectivement composés des aliments que nous avons assimilés.

Il existe un accord naturel, confirmé par de nombreuses générations, entre nos organes et les aliments dits « humains » qui ont assuré l'entretien et la perpétuité de notre espèce. Cet accord est une chose précieuse, puisqu'il apparaît comme la condition qui régit notre état de santé. Le sauvegarder est le but du naturisme alimentaire.

En effet, ce n'est pas sans raison que la Nature nous offre toute la végétation pourvue de tout ce qui lui faut pour évoluer ; car c'est là le propre de la vie. Nous devons être extrêmement prudents lorsque nous nous proposons de toucher à l'équilibre moléculaire de nos aliments, tels que la Nature nous les présente. La Nature est un guide que nous devons essayer de comprendre, mais que, en tous cas, nous devons suivre. La Création est un tout, logique, dont les lois sont universelles et inévitables. Lorsque nous voulons les corriger, nous faisons le premier pas sur la planche savonneuse où nous ne manquerons pas de tomber.

Respecter l'intégrité de la cellule naturelle procédée de la même sagesse naturiste que respecter celle des liens qui nous rattachent à la Nature.

Notre soi-disant civilisation a commis de graves fautes en voulant dicter ses lois à la Nature. En fait, elle s'est trouvée effroyablement punie là où elle avait péché. En appauvrissant nos aliments, nous nous sommes appauvris nous-mêmes, et l'état de dépérissement dans lequel est tombée notre société n'est probablement rien encore, comparé à ce qui l'attend, si elle continue dans la mauvaise voie.

Une fausse science est apparue, qui n'a voulu juger l'aliment qu'au seul point de vue de sa valeur calorifique. Sous le couvert de cette théorie s'est constituée une industrie alimentaire qui ne s'est souciée que des partis lucratifs qu'elle en pourrait tirer. La révélation que fut la découverte

et l'étude des vitamines a définitivement enterré ces erreurs passées. Le grand malheur est que l'industrie et nos mauvaises habitudes restent ; il faut un mouvement comme le naturisme pour remettre enfin un peu d'ordre et de logique dans la maison.

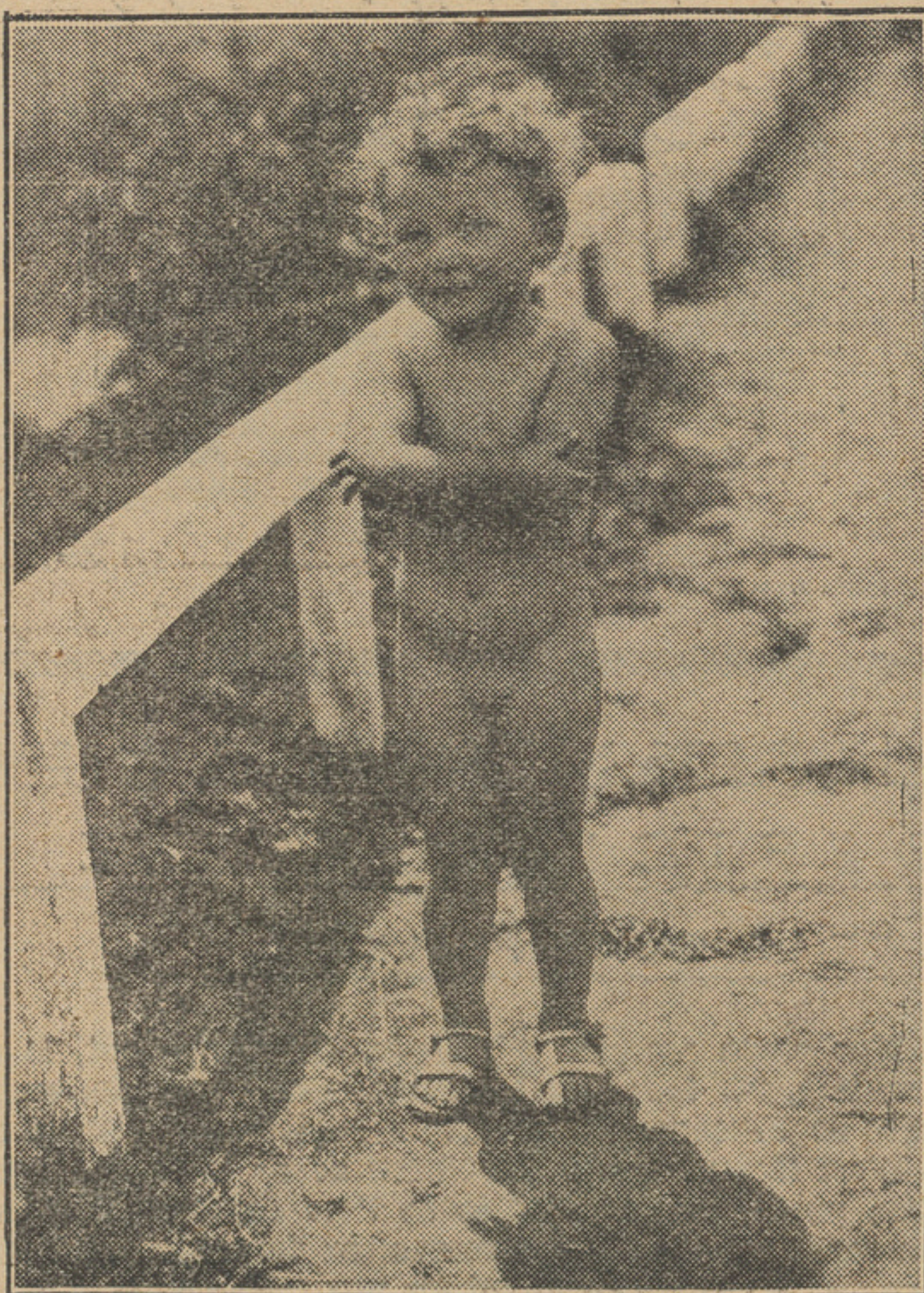
Nous devons donc impérieusement reprendre tous nos aliments un par un et les défendre vigoureusement contre les hérésies auxquelles ils sont soumis. Il ne suffit pas de critiquer, il faut réaliser ; c'est le but de notre mouvement et des généreuses entreprises des docteurs Durville.

Si nous jetons un coup d'œil général sur nos aliments de base, nous constatons qu'il n'en est pour ainsi dire pas un qui échappe à ce besoin de corruption de nos mœurs alimentaires. Nous pourrions croire que c'est à plaisir que la Nature se trouve déformée.

Blanchir, mutiler, stériliser, bref, appauvrir sous toutes les formes possibles et imaginables, est le résultat pratique auquel est arrivée notre malheureuse époque.

Le mythe de l'aliment blanc provient d'un sentiment fantaisiste qui, par nature, ne connaît pas de bornes. Pour se marier avec la blancheur immaculée d'une nappe, l'éclat des cristaux ou de l'argenterie, il fallait que tout aliment qui se rapprochât du blanc devînt d'une candeur qui fût à l'unisson. Pour cela, tous les procédés sont employés, sans en excepter un seul. Voyez, par exemple : le pain est naturellement bis, presque brun ; il est devenu blanc comme l'amidon, dont il est presque entièrement composé. Le sel marin, gris, déliquescant, est devenu une poudre immaculée, sèche et lisse. Le riz est, non décortiqué, gris, rouge, jaune et même noir. On l'a glacé comme un plastron de chemise, quitte à le castrer de son germe.

Le sucre, au sortir de la canne, s'accompagne de nombreuses gommes colorées et de liqueurs sucrées incristallisables. On en a fait une pierre sèche, blanche comme neige. Nos pâtes alimentaires, qui constituent, pendant les mauvais mois, un ali-

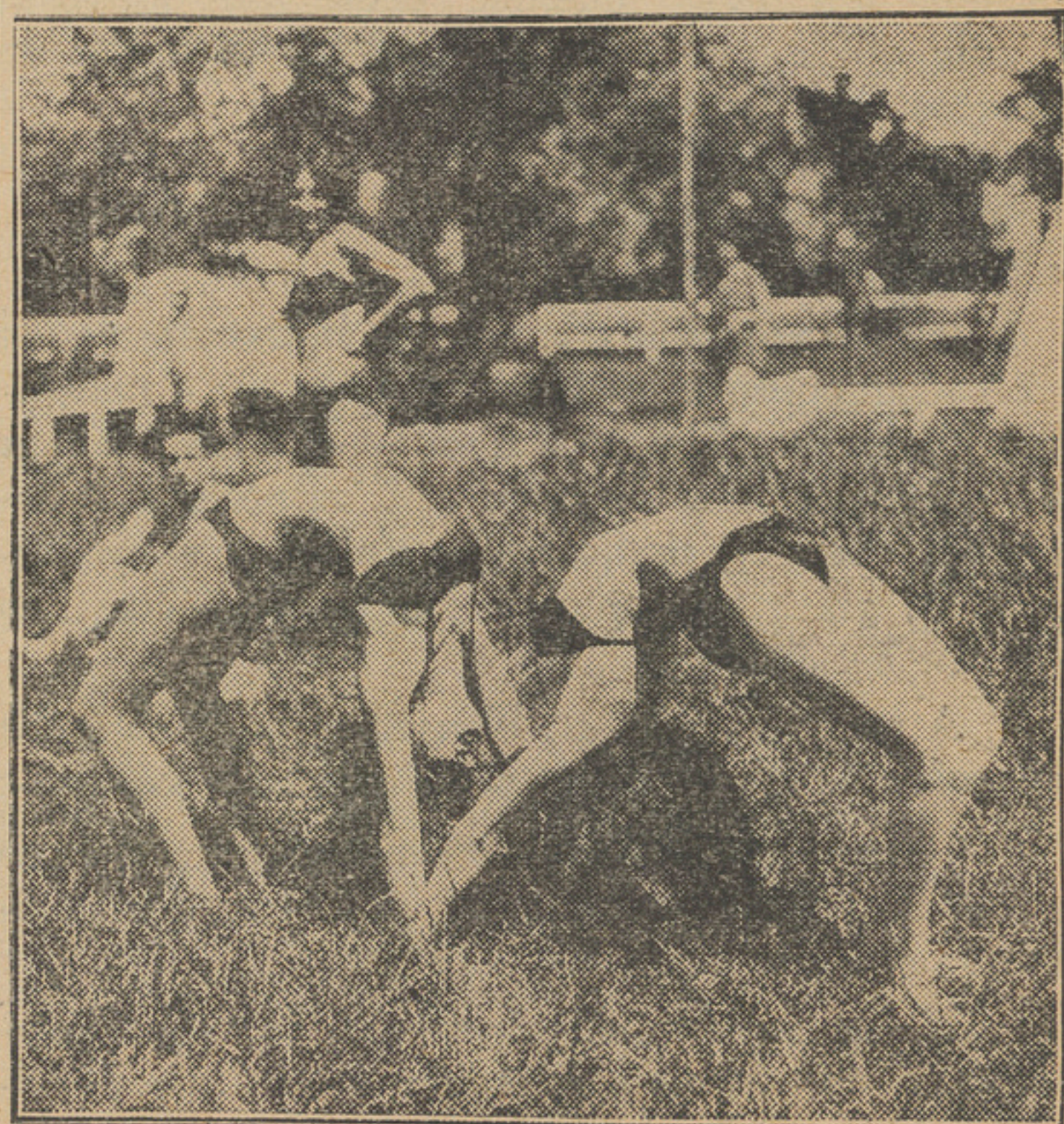


GRACIEUSE ET PHOTOGENIQUE...

Offrira-t-elle un bouquet au ministre de la Santé Publique ?

ment d'épargne et de repos, n'ont d'autre ambition que d'être parfaitement blanches. Il a fallu que le naturisme imposât le retour au blé intégral pour remettre cette industrie dans la bonne voie.

L'huile, qui doit être faite d'olives mûres, contient normalement en suspension des cellules de chlorophylle verte, qui lui donnent une colora-



FAITES-EN AUTANT !

Entretenir la souplesse du corps, c'est s'assurer une longue jeunesse

tion verdâtre et un arôme de fruit. On ne la juge plus maintenant que sur sa transparence.

L'erreur ne se limite malheureusement pas au trompe-l'œil qu'est la simple apparence d'un aliment. Notre société moderne ne recherche que les plaisirs compliqués et factices du palais. C'est ainsi qu'on en arrive à aimer les venaisons très faisaillées, les fromages que la fermentation a fini par décomposer, et les sauces compliquées, essentiellement indigestes. L'alcool, sous ses présentations quasi-infinies, est un autre exemple du même genre. La vie est « liquide » et aussi « sucre ». Le jus de raisin frais est l'aliment vitalisant par excellence, parce qu'il est lui-même liquide et sucre. L'alcool est une dégénérescence, un appauvrissement qui est l'image même de la mort. Le micro-organisme qui le sécrète finit, lui aussi, par mourir, lorsque la provision de sucre naturel est épuisée.

Ces quelques exemples, pris au hasard de notre table, jettent une lueur sur la portée pratique du naturisme, sur les réformes qui sont déjà faites et sur celles, plus nombreuses, qui restent encore à exécuter.

N'attendons pas la vie d'aliments infirmes, mutilés, anémiés, et encore moins d'aliments morts, tués par l'alcool, la stérilisation, l'excès de chaleur, ou de salure, ou de confiserie. Attendons la vie, au contraire, d'aliments intégraux, respectés dans toutes les parties de leurs organes, et dans leur équilibre moléculaire.

Notre santé, et, par conséquent, notre bonheur, sont à ce prix. L'un comme l'autre dépendent étroitement de l'intégrité des liens qui nous relient à la Nature.

Le naturisme se présente donc non pas seulement comme une école théorique, mais comme un programme de réalisations pratiques. Après avoir compris l'idée, sachons maintenant saisir la réalité.

ADAM, L'HOMME NOUVEAU.



POUR ET CONTRE LE NATURISME

L'OPINION
DE L'ÉLITE

NOTRE GRANDE ENQUÊTE

QUE PENSEZ-VOUS DU MOUVEMENT NATURISTE ?

DÉSIREUX de connaître — et de faire connaître à nos lecteurs — l'opinion de l'élite intellectuelle, artistique et sportive sur le mouvement naturiste, nous venons d'ouvrir une vaste enquête : « Pour et contre le naturisme, et pourquoi ? ». Les premières réponses que nous avons reçues émanent d'hommes de lettres. Les voici.



ANDRÉ DE FOUQUIERES

Que peut bien penser des « hommes demi-nus » un arbitre des élégances ? Ceci :



Photo Maurice Boussus

Je prêche le naturisme parce que j'aime la beauté !

Je parle du naturisme qui embellit l'esthétique humaine.

Bien compris, le naturisme est l'école de la décence et de la pudeur.

Il a, d'autre part, pour effet de permettre à l'être humain de porter le costume plus harmonieusement.

Le naturisme est la meilleure école de l'art vestimentaire !

André de Fouquieres

ANDRÉ DAHL

L'auteur de tant de facéties cocasses se devait de nous faire une réponse spirituelle. Il n'y a pas manqué :

Il m'est assez difficile de vous donner des impressions personnelles sur le naturisme (ou nudisme, pour employer le terme populaire) que je n'ai pratiqué que tout petit, lorsqu'on changeait mes langes. C'est vous dire que mes souvenirs sont vagues.

Il me semble que ce massage par l'air, si je puis dire, ou ce sport immobile doit être excellent à la santé. Le vêtement est une hypocrisie et la consécration des distances sociales ; c'en est assez pour que je souhaite sa disparition, qui serait en même temps celle des factures de couturières et modistes.

Cependant, quand tout le monde sera nu, quel costume prendra la Vérité, pour se faire remarquer quand elle sort de son puits ?

■ ■ ■

MAURICE DEKOBRA

Le romancier de « La Madone des Sleepings » ne badine pas, lui :

Je suis partisan du naturisme parce que tout ce qui pourra améliorer la race humaine doit être tenté. Voilà près d'un siècle que les bookmakers, les paris-mutuels et les turfistes s'efforcent d'améliorer la race chevaline. Il est grand temps qu'on



Photo Henri Manuel

s'occupe un peu de l'homme, qui est la plus noble conquête du cheval.

Le naturisme sérieux est sain et recommandable. Je ne parle pas, naturellement, du nudisme, qui parfois dégénère en pantalonnades sans pantalon ou en orgies latines parées d'un nom scientifique.

Le véritable naturisme doit donc rassembler les sympathies de tous ceux qui ont à cœur le perfectionnement physique et par conséquent moral de la race humaine.



Photo Henri Manuel

ANDRÉ BARDE

Ecrivain et librettiste de talent, André Barde est aussi un admirateur du naturisme :



Photo G.-L. Manuel Frères

J'ai été, et je demeure, un adepte convaincu des doctrines que vous exposez dans votre revue *Naturisme*, c'est-à-dire l'abstention de boissons alcooliques, le régime végétarien, la pratique de la culture physique et le contrôle mental ; ce sont les seuls moyens pour rétablir l'équilibre dans l'existence absurde qu'est obligé de mener l'écrivain, intoxiqué par son

manque d'exercice et sa dépense nerveuse excessive ; c'est en outre la meilleure méthode pour conserver la santé et la jeunesse.

André Barde

■ ■ ■

EMMANUEL BOURCIER

Le distingué journaliste Emmanuel Bourcier reconnaît les bienfaits de la cure de soleil :

Mon impression sur le mouvement naturiste ?

Comme toutes les initiatives audacieuses, il oblige des tas de gens à penser que si, l'été, d'immenses foules se portent vers les plages pour s'insoler, il se pourrait bien qu'il y eût avantage à ne pas réserver pour l'été seul cette tonification de la chair.

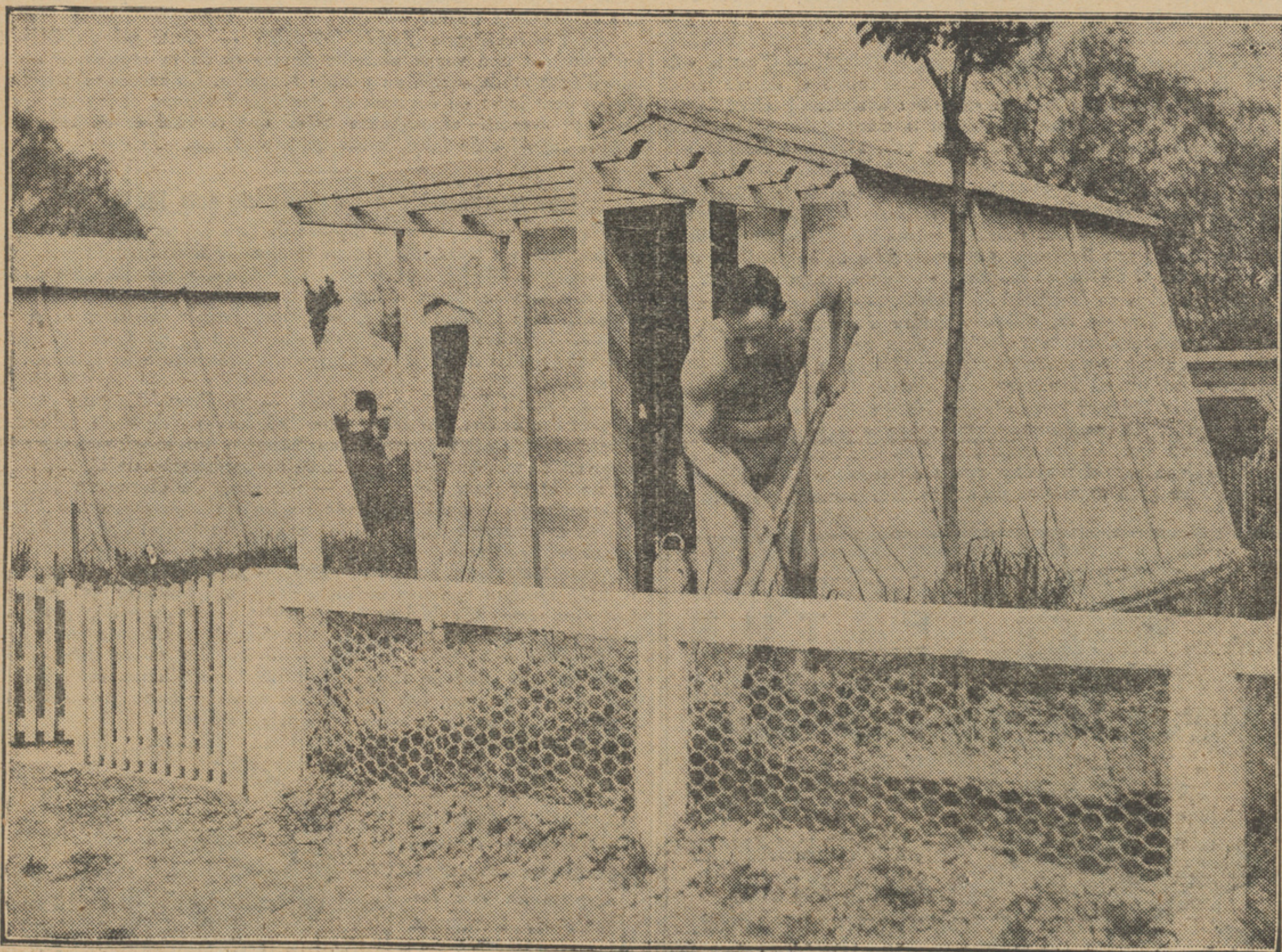
C'est, du moins, la réflexion qu'il m'a inspirée.



Photo Henri Manuel

Emmanuel Bourcier

L'enquêteur : PIERRE AUDEBERT.



Chaque dimanche, à l'île de Médan, les naturistes viennent cultiver leur jardinier ; loin des poussières malsaines de la ville, ils se fabriquent une solide musculature et font provision de santé, tout en rendant leur petite habitation toujours plus gaie et plus fleurie.

Nous publierons la semaine prochaine les réponses de Paul Reboux, Albert Acremant, Alfred Machard, Albert-Jean, Léon Frapié, etc.



LE CONFÉRENCE STENOGRAPHIÉE

FAISONS CESSER LE MARTYRE DE NOTRE PEAU

LA SANTÉ PAR LA CURE CUTANÉE (1)

(CONFÉRENCE DU 24 FEVRIER 1931)



Il n'y a pas besoin de suivre des cours spéciaux pour apprendre à frictionner sa peau. Il convient, toutefois, de se mettre à l'abri de certaines erreurs, à l'abri du préjugé de la friction à l'alcool. On assassine bien des enfants en leur faisant des frictions à l'alcool. On les assassine également en leur faisant des frictions à l'eau de Cologne. Si étrange que cela puisse paraître, je suis contraint de faire une différence entre les deux. Ces jours-ci, en effet, une brave mère me dit : « Mais moi, je ne fais pas de frictions à l'alcool, je les fais à l'eau de Cologne ! ». Sans commentaires...

La main nue suffit pour faire une friction. Avec la main nue, on crée sur la peau une réaction admissible.

LA QUESTION DU SAVONNAGE

Pour ce qui me concerne, je trouve que la friction matinale vaut mieux que le lavage avec savonnage.

Oh ! je sais... On va dire : « C'est effrayant ce que ces naturistes sont rétrogrades ! Maintenant, voilà qu'ils nous proposent de ne pas nous savonner ! ».

N'exagérons pas. Je dis que le savon n'est pas typiquement fait pour notre peau et que la friction sèche, avec la main nue, est parfaitement suffisante ; elle décape admirablement. Elle a l'avantage de ne pas enlever, ou du moins de n'enlever que l'excédent de la couche grasse qui est sur la peau. Celui qui, constamment, se décape la peau au savon, lui rend incontestablement un mauvais service.

Je crois qu'il serait sage de réserver le décapage au savon, bi-quotidiennement, pour les pieds et les mains, les endroits exposés à la poussière des grandes

villes, comme le cou, le visage ; mais savonner deux fois par jour le thorax et le dos est un non-sens.

GRAISSONS NOTRE PEAU

A mon avis, il est plus rationnel, ayant lavé la peau du thorax à l'eau, l'ayant frottée à la main, de la graisser, que de la décaper au savon. Quand, ayant pris un nombre suffisant de bains atmosphériques, vous remarquez que votre peau est insuffisamment lubrifiée — on s'en rend compte très vite — n'hésitez pas : joignez à votre main un corps huileux, et votre peau en bénéficiera considérablement ; vous le constaterez à l'air et à la sensation éprouvée. Il est normal de graisser une peau, puisque nous, arthritiques que nous sommes, nous ne sommes pas capables de la lubrifier nous-mêmes.

Les noirs, mieux portants que nous, ont la lubrification normale de leur peau. Ils ont des glandes qui sécrètent. Mais nous, civilisés, nous ne sommes pas capables d'avoir un foie qui sécrète. Nous sommes atteints d'insuffisance glandulaire. C'est cette insuffisance glandulaire cutanée qui fait que notre peau est laide, soufflée. Suppléons à cet état de choses en massant et en graissant.

Quelle graisse choisir ? Nous avons le choix !

Il y a trois sortes de corps gras à notre disposition : les graisses minérales, genre huile de paraffine, huile de vaseline, les graisses végétales, comme l'huile d'olive ou d'arachide, et enfin les graisses animales, graisses de mouton, etc.

LES GRAISSES MINÉRALES

Pour obtenir une peau souple et lisse, il faut une lubrification en profondeur et non en surface.

Au moment d'aller travailler, pour lubrifier votre peau en profondeur, ne prenez pas l'huile minérale : elle ne pénétrerait pas et salirait votre chemise. Par contre, vous venez à Villennes pour la première fois ; il fait chaud ce jour-là ; vous ne voulez pas avoir un coup de soleil. Alors, je n'hésiterai pas : lubrifiez votre peau avec de l'huile minérale. Il faut que le corps gras reste sur votre épiderme. L'huile de paraffine remplit très bien ce but.

LES GRAISSES VÉGÉTALES

Que valent les huiles végétales ? Elles sont excellentes pour lubrifier la peau en profondeur. Les Anciens en faisaient un très large usage. On sait par tous les écrivains, au sujet des jeux olympiques de Sparte, d'Athènes, de Rome, que tous les athlètes, avant d'entrer sur le stade, s'enduisaient d'huile d'olive, qu'ils faisaient entrer ensuite dans leur peau par une friction énergique. Excellente idée, principe d'hygiène cutanée remarquable.

La religion catholique a repris d'ailleurs la bonne méthode des athlètes de l'antiquité ; cette pratique a été baptisée d'un nom charmant : l'onction. Elle est devenue un acte religieux sacré.

LES GRAISSES ANIMALES

Il est une graisse qui m'apparaît comme ayant une activité particulière pour la peau humaine, une qualité spéciale, c'est la graisse de la peau du mouton, ou lanoline. Cette graisse, faite pour entretenir l'épiderme de cet animal, lui réussit parfaitement, si l'on en juge par la croissance de ses poils ! Elle constitue la meilleure graisse animale.

(A suivre.)

(1) Voir *Naturisme* des 4, 11 et 18 juin 1931.

LE CINÉMA

REACHING FOR THE MOON

Si les firmes françaises nous montrent un peu trop de théâtre filmé, les maisons américaines ne s'en privent pas non plus, et *Reaching for the Moon* appartient au genre précité. Ni mieux, ni plus mauvais que *Le Blanc et le Noir*, par exemple.

L'action se déroule entièrement en studio, et c'est, naturellement, le plus gros défaut du film, car, hélas ! la mise en scène est d'une qualité bien quelconque. On pourrait peut-être demander aux metteurs en scène un minimum d'efforts en les obligeant à tourner les fragments se déroulant au clair de lune, à bord d'un transatlantique, ailleurs que devant une toile peinte ressemblant furieusement à ces « fonds photographiques » que l'on peut admirer dans les fêtes foraines, alors qu'un bonimenteur inhabile vous engage à vous faire « tirer » en avion ou sur le pont d'un paquebot.

Par ailleurs, la bande n'est pas désagréable et l'idée du scénario, quoique passablement usagée, assez amusante. Le gros intérêt réside dans l'interprétation. Pour la première fois, nous avons l'occasion de voir Fairbanks « en civil » ; entendons par là que le héros du *Voleur de Bagdad* et du *Signe de Zorro* ne nous avait point accoutumés à cette silhouette de businessman. Le résultat est satisfaisant : Douglas s'exprime avec infiniment plus d'aisance que dans *La Mégère apprivoisée*. On pouvait craindre de le voir interpréter ce rôle de jeune financier impétueux, et peut-être paraît-il un peu plus âgé qu'il ne conviendrait, mais il reste toujours aussi extraordinaire de jeunesse et de souplesse, plastique impeccable — d'ailleurs, une exhibition voulue vient confirmer nos idées à ce sujet, comme une série de sautés et de bondissements un peu inopportuns nous démontre sa forme — le plus splendide exemple à proposer lorsqu'il s'agit de convaincre un néophyte des bienfaits de la culture physique ; le visage même, à peine marqué, nous permet d'apprécier les avantages d'exercices musculaires raisonnés.

Bebe Daniels nous apparaît également sous un aspect inattendu et joue bien son rôle de sportswoman élégante — quoique nous la préférons dans ses interprétations de personnages comiques. Mais le meilleur est indiscutablement Edward Everett Horton, tout à fait remarquable dans un rôle assez drôle de valet de chambre — fidèle — donneur de conseils.

Certaines scènes conservent un peu du mouvement cinématographique ; elles sont, toutefois, la minorité.

La seule idée amusante de la bande est celle d'un cocktail-dynamite — préparation savante du valet confident — qui augmente le coefficient d'agressivité des consommateurs au point que ceux-ci font figure d'énergumènes. Enfin, on peut considérer qu'un spectacle où l'on ne s'ennuie point n'est pas un mauvais spectacle.

JEAN FAUREZ.

LA MUSIQUE ENREGISTRÉE

Les nouveautés « Pathé »

Le Beau Danube Bleu (Pathé X 98.013). — Le violoniste Rode et son orchestre sont les rivaux nouveaux venus de l'illustre Dajos Bela. Entre ces deux groupes de musiciens tzigane, une rivalité sportive se développe. C'est un beau match dont nous allons être témoins. L'orchestre Rode semble marquer un point cette fois-ci, grâce à son exécution rythmée et mordante du *Beau Danube Bleu*, où Johann Strauss a si bien exprimé la morbidité, la galanterie, la volupté et la gentillesse qui caractérisaient l'Autriche d'il y a quarante ans.

Les Affaires sont les Affaires (Pathé X 93.004). — C'est la voix même de Féraudy ! Les gestes de ses bras courts et de ses mains intelligentes. La rondeur qu'il a su prêter à Isidore Lechat, la variété de son débit et ce naturel qui est la marque des grands artistes, le disque évoque et reproduit tout cela avec une fidélité surprenante.

Les Prunes (Pathé X 93.011). — L'ironie tendre, la grâce juvénile et la sentimentalité délicatement nuancée qu'Alphonse Daudet a su mettre dans ce poème, velouté comme les prunes elles-mêmes, sont traduites ici par Signoret. Aucune syllabe ne se perd. Et c'est tant mieux, car il a bien de la grâce, ce poème un peu désuet.

Sérénade Espagnole (Pathé X 98.002). — Chaminade ne fut pas seulement l'auteur du célèbre *Anneau d'argent*. Nous lui devons un grand nombre de mélodies, dont celle-ci, qui fut transcrite pour le violon par Kreisler. Manuel Quiroga a fait paraître, en l'exécutant, cet art qu'il a pour faire chanter l'âme de son violon.

Antonin et Baby au cirque (Pathé X 94.013). — Ces deux célèbres clowns du Cirque Médrano dialoguent avec tant de vie et de bonne humeur, en les entendant faire des facéties sur le cheval, la belle-mère, et sur une course de taureaux, on croirait se trouver sur les gradins mêmes du cirque. Les enfants, qui rient aux

éclats en voyant cabrioler les clowns, retrouveront la même joie en écoutant le disque que voici.

Treizième Mazurka (Pathé X 9.987). — Bien des pianistes se sont efforcés de réussir au phonographe. Mais des lois encore mystérieuses régissent la phonogénie. Tel virtuose n'obtient qu'un enregistrement brutal et cuivré. Par contre, Jacques Dupont peut être donné comme un modèle de réussite. La puissance et la souplesse de son jeu, la délicatesse de ses traits, sa profonde intelligence musicale de l'art de Chopin sont fixées par la machine parlante avec une surprenante fidélité.

La Vie Parisienne (Pathé X 96.022). — Cette pièce d'Offenbach connaît une vogue nouvelle depuis qu'on la représente avec tant d'éclat et de succès au théâtre Mogador. Ce succès se justifie. On en peut juger en écoutant ce quadrille fougueux et joyeux, que Godfrey Andolfi accompagne avec une autorité et un sens du rythme capables de faire danser un paralytique.

Les nouveautés « La Voix de son Maître »

Parmi le grand choix de disques de tous genres que « La Voix de son Maître » nous offre ce mois-ci, nous remarquons :

Namouna (W 1.172 et W 1.173). — Cette admirable suite d'orchestre d'Edouard Lalo occupe deux grands disques et comporte quatre parties : *Thème varié, Sérénade, Parade de Foire et Fête foraine*. L'orchestre de la Société des Concerts du Conservatoire, sous la direction de M. Piero Coppola, l'interprète avec sa maîtrise habituelle.

La Valse (W 1.107 et W 1.108). — M. Pierre Monteux dirige avec art l'exécution, par l'Orchestre Symphonique de Paris, de cette belle œuvre du célèbre compositeur Maurice Ravel, qui est, par ailleurs, en ce moment même, affichée au programme de l'Opéra.

Le Petit Poucet (W 1.108). — Au verso du disque sur lequel est enregistrée la troisième partie de *La Valse* se trouve *Le Petit Poucet*, charmante composition extraite de *Ma Mère l'Oye*, de Maurice Ravel également.

More Melodious Memories (L 858). — Jack Hylton et son orchestre nous révèlent une fois de plus, dans cette fantaisie de Finck, toutes les ressources de leur interprétation tantôt échelonnée et éclatante, tantôt triste et larmoyante, douce et sentimentale.

Espanita et Sérénade (L 859). — Le premier de ces deux morceaux est une valse de Rosey, fort bien nuancée par le Victoria Orchestra, qui nous fait par ailleurs savourer toute la « couleur locale » de *Sérénade*, la valse espagnole de Métra.



LES PORTATIFS PATHÉ

(de 300 à 975 fr.)

se recommandent de leur QUALITÉ

et de leur ELEGANCE

Catalogues, appareils et disques franco : PATHÉ, 30, bd. des Italiens, Paris

Les disques analysés dans cette rubrique sont spécialement recommandés aux lecteurs de *NATURISME*.

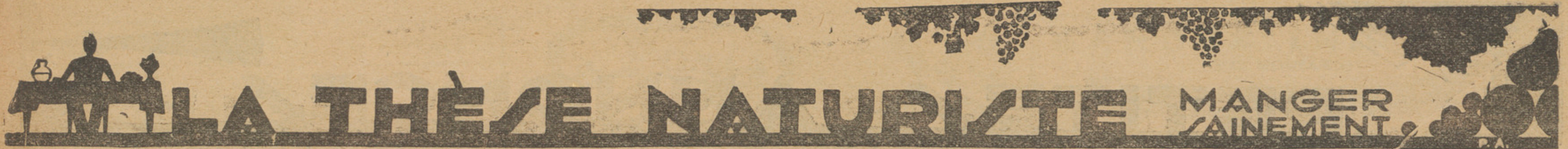


« NATURISME » VOUS INTERESSE ?

ABONNEZ-VOUS

3 mois : 12 francs

1 an : 40 francs



LA CUISINE SAINES

LES LÉGUMES VERTS, ROUGES ET BLANCS

ASPERGES A L'EAU, A L'HUILE
A LA SAUCE BLANCHE

Choisir des asperges très fraîches ; les gratter, les laver, les botteler. Cuire dans beaucoup d'eau salée. Il est bon, dès que l'asperge est cuite, de la repasser dans l'eau ; cette manœuvre supprime, ou du moins diminue l'âcreté de certaines espèces.

Sel, huile (sans vinaigre). Pour plat plus nourrissant, on peut hacher finement un jaune d'œuf cuit dur et le verser dans la saucière. L'asperge sauce blanche est excellente.

ASPERGES PARMESAN-BECHAMEL

Les asperges étant cuites à l'eau salée, les étaler par rangs. Recouvrir chaque rang (surtout du côté des pointes) de sauce Béchamel, et saupoudrer de parmesan râpé. Passer au four et servir très chaud.

ASPERGES A LA MILANAISE

Les asperges sont cuites, égouttées ; on les dispose sur un plat beurré, ou, mieux, huilé, saupoudré de parmesan râpé, par rangs, l'un sur l'autre ; on saupoudre du même parmesan les pointes des asperges de chaque rang. Juste en servant, on arrose les pointes de beurre très frais, tout juste fondu (non cuit), et l'on sert.

ASPERGES A LA POLONAISE
(modifiées pour naturistes)

Les asperges sont cuites et bien égouttées ; les dresser sur un plat, par rangs. Saupoudrer les pointes avec un mélange de jaunes d'œufs durs et de persil hachés. Verser de l'huile sur le tout (pas trop) en servant.

ASPERGES A LA CREME

Les asperges seront cuites à l'eau, égouttées, comme ci-dessus. Servir avec crème fraîche, séparément, dans une saucière.

POINTES D'ASPERGES EN OMELETTE

Il suffit d'ajouter aux œufs quelques cuillerées de pointes d'asperges blanchies (c'est-à-dire à demi-cuites, au préalable, à grande eau, pour supprimer l'acidité possible). On peut aussi, l'omelette étant sur le plat, la fendre par le milieu, étaler dessus un beau faisceau de pointes d'asperges blanchies, et refermer.

AUBERGINES

L'aubergine ne doit pas être mangée crue, car elle a une saveur âcre, amère, désagréable ; en outre, il est vraisemblable qu'elle est nocive par la substance toxique qu'elle contient : la *solanine*. Cuite, elle est souvent de digestion difficile, mais il ne semble pas qu'elle soit dangereuse. Nous n'avons jamais constaté qu'elle ait provoqué des malaises à nos malades. Pour excès de prudence, les tubes digestifs très délicats s'abstiendront ou n'useront qu'avec grand ménagement.

AUBERGINES AU JAMBON

Faites macérer vos aubergines pendant quelques minutes à l'eau salée, puis coupez-les en tranches minces ; posez sur ces tranches une mince couche de jambon d'York ; recouvrez encore d'aubergines.

Mettez un peu de beurre dans une sauteuse, passez les sandwiches ainsi préparés ; cuisez à point ; servez chaud.

AUBERGINES SUR LE GRIL

Coupez en deux et en long vos aubergines ; enlevez les graines. Salez. Fendez un peu la chair sans couper la peau. Arrosez d'un peu de bonne huile et laissez mariner vingt minutes. Posez sur le grill, la peau du côté du feu ; arrosez, s'il faut, d'un filet d'huile, pendant la cuisson ; ajoutez un peu de persil ; servez chaud.

AUBERGINES FARCIES

Fendez-les en deux ; retirez les graines et un peu de chair pour faire de la place ; hachez la chair retirée avec des champignons, une échalotte et du persil. Salez, égouttez, garnissez avec la farce, couvrez de chapelure ; faites cuire avec feu dessus et feu dessous.

AUBERGINES AU GRATIN

Même préparation, mais, avant de mettre la chapelure, mettez une cuillerée de fromage râpé que vous étalez sur la farce.

AUBERGINES FRITES

Pelez les aubergines. Coupez-les en tranches à la façon des pommes de terre. Roulez-les dans la farine. Mettez dans l'huile (olive de préférence) très chaude ; égouttez ; salez.

(A suivre.) D^r GASTON et ANDRÉ DURVILLE.

LA VIE
DU MONDE NATURELLE

UN ABUS INTOLÉRABLE

L'autre dimanche, l'affluence ayant été particulièrement nombreuse à l'Île de Médan, le restaurant naturiste se trouvait dans l'impossibilité, à huit heures du soir, de servir un seul repas.

Plusieurs adeptes parisiens résolurent alors, avant de regagner la capitale, d'aller se restaurer à Villennes. Après avoir attendu une demi-heure dans un établissement où, finalement, on leur déclara qu'il n'y avait plus rien à manger, ils s'en furent dans un second restaurant, près de la Gare, et, là, eurent un instant l'espoir que leurs tribulations étaient terminées, des douzaines d'assiettes de légumes et de fruits passant sous leurs narines avides. Il faut avouer que, jusque là, c'était vraiment bon... signe.

Hélas ! Le patron lui-même arriva bientôt, annonçant sèchement qu'il ne lui restait plus que des hors-d'œuvre et du fromage, dont ils durent, bon gré mal gré, se contenter. Mais il faut croire que les additions — à l'encontre des salades — étaient cultivées avec succès par le restaurateur, car celle qui fut présentée à nos amis était d'une vigueur sans pareille. Jugez-en : « Bière (2 litres), 5 fr. 50 ; couvert, 11 fr. 25 ; cinq hors-d'œuvre, 8 fr. 75 ; cinq re-hors-d'œuvre, 8 fr. 75 ; cinq fromages, 8 fr. 75. Total : 43 francs. »

L'heure du dernier train étant arrivée, il ne restait plus aux cinq naturistes qu'à payer leur rançon, sans essayer d'entamer une discussion qui eût risqué de se prolonger. Cependant, nos lecteurs seront complètement édifiés lorsqu'ils sauront que les « hors-d'œuvre » étaient servis avec une parcimonie sordide, et que les « cinq fromages » consistaient, au total, en une moitié d'un camembert que chaque ménagère peut se procurer, entier, pour quatre francs.

Nous protestons contre ces procédés inqualifiables. Si c'est de cette façon que les commerçants de Villennes pensent attirer à eux les naturistes — qui amènent pourtant dans leur village, chaque dimanche, plusieurs milliers de visiteurs, donc de clients possibles — ils se trompent lourdement.

Naturistes, attention !

P. A.

REVUE
DE REVUE

L'AVVENIRE SANITARIO, journal hebdomadaire d'hygiène sociale. Directeur : Docteur Enrico Villa, 34, Corso Porta Nuova, Milan (Italie). — 11 JUIN : Politique sanitaire ; La lutte contre la tuberculose ; L'organisation de la médecine, etc., etc.

L'IDEA NATURISTA, revue mensuelle, organe officiel de l'Union Naturiste Italienne, Via Procopio, 2, Milan (Italie). — JUIN : L'esprit naturiste ; Illusions alimentaires ; Marc-Aurèle ; Le bain d'air, facteur de vie ; Le naturisme en Allemagne ; La réforme du vêtement masculin ; La neurasthénie, etc., etc.

HESPERIS, revue de culture humaine, d'hygiène et d'alimentation, Salmeron, 224, pral. Barcelone (Espagne). — JUIN : L'alimentation rationnelle de l'homme ; Naturisme ; L'obésité ; Quelques exercices de gymnastique suédoise, etc., etc.

MENSAJERO DE SALUD, revue mensuelle végétarienne et naturiste, Calle 58, N° 819, La Plata (République Argentine). — MAI : Notre banquet végétarien ; La grippe, ses causes, son traitement, sa guérison ; Recettes culinaires, etc., etc.

HIGIENE Y SALUD, revue mensuelle, A. Valeta, Calle Colombia 1294, Montevideo (Uruguay). — AVRIL : Ce qui se fait à Montevideo ; L'eau et la vie ; Le mouvement naturiste mondial, etc., etc.

PRO VIDA, revue mensuelle, A.-L. Lopez, Zenea 57, La Havane (Cuba). — MARS-AVRIL : Travaillons ; La pneumonie ; Naturisme médical ? Entendons-nous ; L'alimentation naturiste pour entretenir la vigueur du sang, etc., etc.

SONNIGES LAND, organe des Reichsbundes für Freikorperkultur, 5, Regensburgerstrasse, Berlin W 50. — JUIN : Nous voulons la lumière ; Nudité et joie de vivre, etc., etc. — Nombreuses photographies.

FIGARO, revue bi-mensuelle de politique et de culture humaine, Haberlandstrasse, 7, Berlin W 30 (Allemagne). — 15 JUIN : Le journal de Figaro ; Les « vapeurs » ; Mariage, etc., etc. — Belles illustrations.

DAS FREIBAD, revue mensuelle de Libre Culture, Haberlandstrasse, 7, Berlin W 30 (Allemagne). — JUIN : Peuple ou noblesse ? La nudité et les adversaires de la libre-culture ; A la recherche d'une Vénus, etc., etc.

VIENT DE PARAITRE

LE TOME 2 DE

LA CUISINE SAINES

par les

DOCTEURS GASTON ET ANDRÉ DURVILLE

Ce qu'il faut manger pour conserver sa santé et pour se guérir

Le Tome I est paru fin avril. Le Tome II étudie les viandes, les œufs, les laitages, les sauces, les entremets, les pâtisseries et les fruits.

PRIX : 15 FRANCS

LE CENTRE NATURELLE DU LAC SERVIERES
(PUY-DE-DOME)

Situé à une altitude de 1.050 mètres entre le Mont-Dore et Clermont, le lac Servières est entouré d'une magnifique forêt.

Les naturistes du groupe de Clermont et ceux des environs peuvent aller y pratiquer le bain d'air et le bain de soleil. Le propriétaire, un adhérent, le docteur Madeuf, leur en donne l'autorisation.

Espérons que l'idée se développera parmi les nombreuses personnes qui, allant de Vichy au Mont-Dore et à la Bourboule, ont l'occasion de visiter le lac situé à 300 mètres de la route.

L'INSTITUT NATURELLE

15 BIS, RUE CIMAROSA, PARIS-16^e

VIENT DE CREER

UN SERVICE ULTRA-MODERNE DE

RADIOGRAPHIE

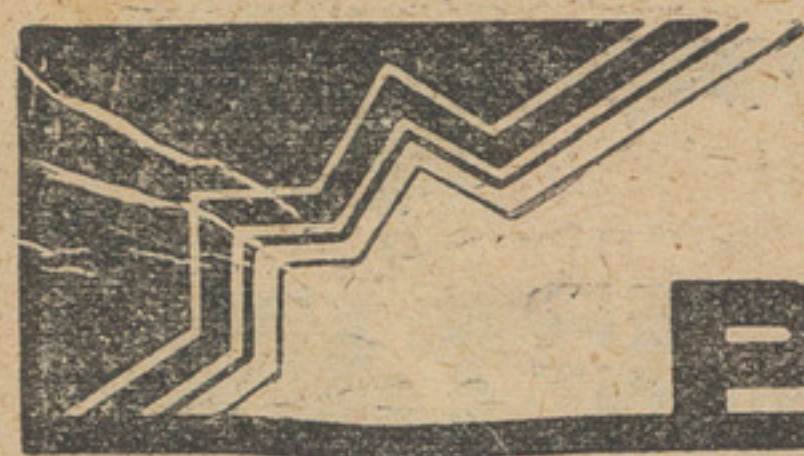
ET DE

RADIOSCOPIE

Examen radioscopique : 110 fr.

Radiographie : 120 à 150 fr.

Le service fonctionne tous les jours de 10 heures à midi et de 14 à 19 heures



PETITES ANNONCES

Les « Petites Annonces » sont reçues à la direction de *Naturisme*, 15 bis, rue Cimarosa, Paris (16^e), et à l'imprimerie, 24, rue d'Alleray, Paris (15^e). Elles sont rigoureusement payables d'avance.

LA LIGNE D'ENVIRON 60 SIGNES OU ESPACES... 5 fr.

La direction se réserve de refuser ou de modifier toute annonce qui ne cadrerait pas avec le programme de la revue.

Toute petite annonce, pour paraître le jeudi suivant, doit nous parvenir, accompagnée du montant de l'insertion, au plus tard le vendredi, à midi.

PENSIONS NATURISTES

FAMILLE naturiste, habitant jolis environs Paris, reçoit enfants depuis 6 ans. Prix modérés. — Ecrire à *Naturisme*, N° 495.

INSTITUTRICE, 35 ans, désire chambre avec ou sans pension, Caen ou environs, pendant le mois d'août. — *Naturisme*, N° 499.

LE « PROVENCE », hôtel de premier ordre, au Lavandou, entre la poste et la plage. L'hôtel-relais de la Cité Naturiste d'Héliopolis. Chambres de 25 à 50 fr. ; repas, 25 fr. ou à la carte. Arrangements spéciaux pour les naturistes de l'île du Levant. Renseignements gratuits. — *Elisée Argaud, propriétaire-directeur*, téléph. permanent (nuit et jour) N° 2, Lavandou. Adr. télégr. : Provence, Le Lavandou.

INSTITUTRICE, 22 ans, soignant desc. estom. à l'Institut Naturiste, cherche chambre et pension modeste dans famille naturiste, préférence 16^e ou environs, séjours répétés. — *Naturisme*, N° 500.

JUAN-LES-PINS — PENSION VEGETARIENNE VILLA « LES PASSIFLORES ». — Jardins. — Depuis 32 francs.

FAMILLE NATURISTE PREND PENSIONNAIRES *Martin-Philippart, 36, boulevard Joseph-Garnier, Nice.*

MEDECIN NATURISTE reçoit chez lui, campagne, à 36 km. de Paris (forêt de Crécy), enfants de 7 à 13 ans. 25 francs par jour. Ecrire à *Naturisme*, N° 501.

VACANCES à la mer, 15 juillet-30 septembre, chez professeur lycée et institutrice. Vie naturiste, études. — Ecr. à *Naturisme*, N° 492.

Naturistes de pass. au Lavandou, venez chez Rossi, cuisin. natur. Cuis. d'ap. principes Dr Durville. Rep. 12 f. Chamb. 12 f. Hôtel-Rest. de la Marine, Le Lavandou, face les Iles, près Embarquement.

OFFRES D'EMPLOIS

JEUNE MEDECIN, campagne à 1 heure Paris, demande pour le second gouvernante maîtresse de maison aimant les enfants. Avenir assuré si sérieuse et dévouée. Ecrire à *Naturisme*, N° 502, qui transmettra.

DEMANDES D'EMPLOIS

J. H., 18 a., sér., conn. vie des champs, dem. place préf. chez nat. Aimerait déb. dans apic., hort., vitic. ou élevage. *Naturisme*, 503.

DAME tr. sér. cherche emploi chez docteur ou dentiste pr-assister. Ecrire : *Mme Lebigo, 4, rue de la Glacière, Paris (13^e).*

MASSEUR diplômé, naturiste, cherche emploi aide-masseur auprès naturiste, région Midi préférence. *Roger Theillet, 3, place de la Couronne, Marmande (Lot-et-Gar.).*

ETABLISSEMENTS NATURISTES

RESTAURANT DU FOYER VEGETALIEN

40, rue Mathis (Métro : Crimée), fondé en 1923. Le premier établissement naturiste existant à Paris.

Vous y trouverez la cuisine la plus simple et les plats les plus abondants (service à discrétion).

Les plus bas prix

(3 fr. 75 par repas, dames : 4 francs, hommes).

BELGIQUE. Traitement de toutes les maladies par la médecine naturiste. — Ecr. pr rendez-vous : *Dr Basin, 16, rue Bara, Bruxelles.*

GROUPEMENTS NATURISTES

MARSEILLE. Une société naturiste, sous le patronage des docteurs G. et A. Durville, est en formation à Marseille. Les personnes désirant collaborer à sa création sont priées d'adresser leurs noms, profession et adresse au *Dr Casabianca, 9, cours Lieutaud, Marseille.*

LE HAVRE. Le groupe naturiste « Vivre naturellement » est formé. S'adresser : *Abot, 1 bis, place des Halles. Pour cult. phys. et natation, cabanes de plage la Favorite et Vivre naturellement (3^e rang).*

POUR CAMPING août sur plages d'Algérie, avec auto, remorque-camping, canot, désire trouver jeunes camarades hommes, non végétariens. Matériel prêt, frais très réduits. Ecr. *Naturisme*, N° 496.

Quelques BONS et HARDIS camarades recherchés pr camping gymnique Alpes, août proch. *Darmor, 18, r. du Grand-Prieuré, Paris.*

LOCATIONS

JEUNE HOMME DESIRE LOUER POUR UNE SEMAINE à partir du 2 juillet, une tente avec nécessaire, dans l'île des Naturistes. — Ecrire avec prétentions : *M. Xenarios, 28, rue de Rotterdam, Anvers (Belgique).*

VENTES

NATURISTE échangerait terrain 250 mètres à Villennes, av. grande tente impériale, contre petit terrain av. tente ordinaire. Pour renseignements et pour le prix à payer, s'adresser au docteur Durville, 24, rue d'Alleray, Paris (15^e), tous les jours, de 10 heures à midi.

HABITUÉS DE VILLENES, vous pouvez acquérir, pr 8.400 fr. au lieu de 11.000 fr., terrain Physiopolis, bien situé bordure Seine, dont propriété donne en outre droit utilis. import. matér. canot., gratis à perpétuité. Ecr. d'urgence : *Pesseaud, 114, r. de Rennes, Paris (6^e).*

PHYSIOPOLIS, à vendre lot de terrain 250 m., bordure de Seine, prix intéressant. Ecr. : *Tréhel, 103, rue Olivier-de-Serres, Paris (15^e).*

A VENDRE, à Physiopolis, terrain de 250 mètres carrés. Prix : 9.000 fr. au lieu de 11.000 fr. Ecrire à *Naturisme*, N° 504.

MARIAGES

Gd INVALIDE, 15.000, natur. cathol., épous. campagnarde, 34-39 ans, forte, dévouée, b. ménag., très sérieuse. — *Naturisme*, N° 498.

NATURISTE, 39 ans, désire connaître jeune fille naturiste, belle taille, bonne santé, en vue mariage. — *Naturisme*, N° 497.

MONS., 35 ans, nat. sinc., vould. conn. j. fille ou j. femme, phys. agr., mêmes idées, pr corresp. en vue mariage. *Naturisme*, N° 505.

M. gd, 45 a., aisé, d. gde, 25-40, trav. abs. libre, conn. mus. et chant libre ven. mer acôt, hab.ch.lui, mar. poss. *Ray, 74, r. Myrha, Paris.*

DIVERS

MONS. aim. cult. phys., sports, dés. corresp. j. fille seule, mêmes goûts. *Pierre Dupuy, p. rest., bur. 118, r. d'Amsterdam, Paris (8^e).*

JEUNE HOMME, 32 ans, désire faire connaissance avec demoiselle ou dame seule, naturiste, aimant les affaires. *Deroin, poste restante, bureau 55, Paris.*

LE LAVANDOU. Mons. nat., goûts simples, en vacances jusqu'au 15 juillet, désire connaître jeune fille ou femme pour canotage, natation et excursions. — Ecrire : *F. Bernard, restaurant La Cigale.*

NATURISTE, 28 ans, espère rencontrer jeune homme sérieux pour canotage, distr. sport. *Mlle Gévas, P.O.P., 88, bd St-Michel, Paris.*

MADAME ! pr Villennes, pr la mer, une indéfectible est indispensable. Adressez-vous toujours à un bon spécialiste. Le naturiste Maxime, coiffeur pr dames, 15, r. Cardinet, vs assurera ent. satisfaction. Prix très modérés. Métro : *Courcelles ou Wagram. Carnot 77-11.*

INFORMATION DIVERSE

COMMUNIQUÉ DE MADOLIN

Salicornes. — Madolin informe sa clientèle naturiste de Paris et de la banlieue que, depuis le 15 juin, il reçoit régulièrement de la salicorne, qu'il offre au prix de 5 francs le kilogramme.

Les premiers arrivages sont très beaux ; les pousses de l'année sont très tendres et très charnues. Plus la saison avancera et plus les jeunes rameaux seront développés.

Pendant les chaleurs de l'été, la salicorne constitue un excellent aliment qui apportera un peu des bienfaits de la mer à ceux qui habitent en ville. Ce légume se consomme cuit comme des haricots verts et se prépare de même, ou bien cru, c'est-à-dire épluché et arrosé d'huile d'olive. La salicorne se présente donc comme un excellent hors-d'œuvre au début du repas, ou comme salade pour remplacer le plat de verdure terrestre. Crue, la salicorne a un goût qui lui est particulier, et qui doit plaire au grand nombre des consommateurs ; elle sera, en tout cas, beaucoup plus active dans cet état, que cuite. Madolin prépare d'avance de la salicorne crue, confite à l'huile d'olive, qui peut être achetée à la livre, et consommée comme des olives noires, par exemple.

Madolin ne fera pas d'expédition de salicorne en province ; une telle réexpédition est impraticable : il a déjà bien du mal à se faire assurer sur Paris le produit d'une pêche qui lui donne satisfaction au point de vue de la qualité. Madolin reçoit chaque jour de la salicorne fraîche, qui, comme toute verdure, tend à se faner dès qu'elle perd sa saturation d'eau de végétation. Il faut profiter de la saison, qui est courte, pour consommer ce légume et le faire consommer autour de soi.

A ce sujet, Madolin rappelle aux lecteurs de « *Naturisme* » que l'année dernière, à pareille époque, une étude avait paru exposant l'intérêt de ce genre d'alimentation végétale et marine.

une nouvelle adaptation du phonographe : LA PHONO-PSYCHOTHERAPIE LE DISQUE QUI GUÉRIT

LE SERUM MORAL - LA JOIE DE VIVRE - CONSEILS AUX NERVEUX Suggestions du Docteur P. VACHET

Trois disques, avec notice, en pochette : 60 francs (port en sus : 15 %)

En vente : **LIBRAIRIE UNIVERSUM, 33, rue Mazarine, Paris**

POUR VOTRE

A MEUBLEMENT

NATURISTES, ADRESSEZ-VOUS A UN FABRICANT NATURISTE

RENÉ AXLER

CHAMBRES A COUCHER

174, avenue du Maine

PARIS (14^e)

SALLES A MANGER

Téléph. : Ségur

MEUBLES DE BUREAU MEUBLES DE CUISINE

65-64

SIEGES, DIVANS, COSY-CORNERS

INSTALLATIONS COMPLETES

DEVIS SUR DEMANDE

RENÉ AXLER SE TIENT EGALEMENT A VOTRE DISPOSITION POUR MEUBLER VOTRE TENTE A PHYSIOPOLIS

LIBRAIRIE NATURISTE

FRANÇAISE ET ÉTRANGÈRE

Vente et abonnements. Publicité des revues naturistes

Collection d'échantillons pour 50 frs — Catalogue sur demande

LIBRAIRIE UNIVERSUM

33, RUE MAZARINE - PARIS-ODEON

LE ÉDITION DE «NATURISME»

La Cuisine Saine (Tomes 1 et 2 : 15 francs chaque).

Deuxième édition. Vingtième mille.

Ce qu'il faut manger pour conserver sa santé et pour se guérir. Le Tome I étudie les potages, les hors-d'œuvre, les pâtes et légumes. Le Tome II étudie les viandes, les œufs, les laitages, les sauces, les entremets, les pâtisseries et les fruits.

L'Art de vivre longtemps, 1 vol. à 8 fr.

Quatrième édition. Cinquantième mille.

Comment prolonger la vie par le naturisme. Ouvrage orné d'une belle couverture en trois couleurs.

La Cure Mentale.

Un fort volume de 260 pages, abondamment illustré de hors-texte. Prix : 30 francs.

Pour guérir les maladies sans médicaments, par l'emploi raisonné des forces naturelles qui sont en chacun de nous. Le traitement, par la volonté, de toutes les maladies, physiques et mentales.

A l'« Ile des Naturistes », ou la Santé par la Vie Saine, 1 vol. à 8 fr.

Bel ouvrage de 144 pages, abondamment illustré, résumant les grands principes du Naturisme et donnant des détails inédits sur la grande réalisation des docteurs Durville : l'île des Naturistes.

L'Art d'être heureux, 1 vol. à 15 fr.

La seule base solide d'où il faille partir à la conquête du bonheur, c'est la santé : santé du corps, santé de l'âme. Comment obtenir l'une et l'autre ?

Le problème de la douleur. Celui de l'émotion. Rôle de la fonction génitale.

La Cure Naturiste (Tome 2 : 25 fr., broché).

Le Tome 1 est épuisé. — Troisième édition. — Vingt-huitième mille.

La Cure d'eau. — La Cure de mouvement. — La Cure morale. — Nombreuses illustrations.

Port en sus : 10 % (France) et 20 % (Étranger)

En vente à « *NATURISME* » et dans toutes les librairies

ABONNEZ VOS AMIS A « *NATURISME* »

TOUS LES ARTICLES DE SPORT NECESSAIRES A LA PRATIQUE DU NATURISME

se trouvent, aux meilleures conditions, chez

ALLEN

42, rue Etienne-Marcel — Téléphone : Louvre 14-19

TOUJOURS EN STOCK :

SLIPS, MAILLOTS, INSIGNES BRODES, CEINTURES
AUX COULEURS DE LA SOCIÉTÉ NATURISTE
CHAUSSURES DE CROSS, DE SAUT, ETC., ETC.
TOUS JEUX DE PLEIN AIR
TOUS MODELES DE BALLONS

ALLEN fournit tous les jeux utilisés
— dans l'ILE DES NATURISTES —

Catalogue sur demande

FABRIQUE DE MEUBLES MODERNES

Chambres
à coucher

THUYA, ACAJOU ET BRONZE
TRAVAIL SOIGNÉ SUR DEVIS

Salles
à manger

G. SPERANZA

EBÉNISTE NATURISTE
5, Impasse Rolleboise
PARIS (XX^e)

22, rue des Vignoles — Métro : Avron
R.C. Seine 128.522

SÉJOUR HEUREUX

Passez à Royan des vacances heureuses ou faites-y un séjour idéal de repos dans le confort pour réparer votre santé ou entretenir votre vigueur. Vous trouverez à la pension « Glaneuse », rue de la Paix, à Royan, une nourriture saine, agréable, de premier choix, ou le régime que vous voudrez. Possibilité de pratiquer hydrothérapie et culture physique sous une direction scientifique, de prendre des bains de soleil et de suivre toute l'hygiène naturiste. Tennis et plage de sable fin à cent mètres. Vue splendide sur la mer. Renseignements sur demande

Imprimerie de « Naturisme », 24, rue d'Alleray, Paris (15^e)

à Paris
15^{bis}, RUE CIMAROSA (16^e)
Téléphone : PASSY 77-95

Consultations de 14 à 17 heures. Traitement de 10 à 12 heures et de 14 à 19 heures.

TOUS LES JOURS
NON FÉRIÉS, SUR
RENDEZ-VOUS

Institut naturiste
DES DOCTEURS GASTON ET ANDRÉ DURVILLE

quelle
que
soit
votre
maladie
la
médecine
naturiste
peut
quelque
chose
pour
vous

ou à Caen
200, RUE CAPONIERE
Téléphone : 12-77

CONSULTATIONS PAR LES
DR^s DURVILLE LES 2^e ET
4^e LUNDIS DE CHAQUE
MOIS DE 12 H. A 16 H.

Traitement tous les jours
non fériés, de 10 à 12
heures et de 14 à
18 heures.

ON CONSTITUERA
VOTRE DOSSIER
MÉDICAL

ON ÉTABLIRA
VOTRE RÉGIME

ON VOUS
TRAITERA SANS
MÉDICAMENTS

Toute demande de changement d'adresse
doit être accompagnée de 1 fr. 50 en timbres-poste

CANOËS INDIENS (DIX MODELES)

Les plus en vogue — Fabrication française irréprochable
CHAUVIÈRE-NAVAL 40, av. de la République
PARIS

**CULTURE
PHYSIQUE
RATIONNELLE**

PROFESSEUR L. ROGER
41, RUE DU DOCTEUR-HEULIN
PARIS-17^e - MÉTRO : LA FOURCHE

BULLETIN D'ABONNEMENT A NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE

A adresser 15 bis, rue Cimarosa, Paris (16^e)
(Compte de chèques postaux : Paris 236-69)

Abonnez-moi pour un an, six mois, trois mois (1) à partir
du premier numéro du mois de _____

Nom : _____

Adresse : _____

— Je vous adresse le montant ci-joint ou par chèque postal.
— Je vous prie de faire encaisser chez moi le montant de
l'abonnement (1).

		France	Etranger
ABONNEMENTS	Un an	40 fr.	51 fr.
	Six mois	22 fr.	28 fr.
	Trois mois	12 fr.	16 fr.

Les abonnements partent obligatoirement
du premier numéro d'un mois, au choix

(1) Rayer les mentions inutiles.

Le gérant : AUGUSTE CHAUVETON

Madolin
172, RUE MARCADET MARCADET 06-47

FABRIQUE ET LIVRE FRANCO A DOMICILE DANS PARIS
(POUR LA PROVINCE, PORT EN PLUS)

LES PRODUITS ALIMENTAIRES NATURISTES

des docteurs G. et A. Durville

AMANDES Se consomment au naturel. Amandes douces, grosses, triées.....Les 500 gr. 20 » AROMATES Aromatisez vos légumes dans votre assiette. Mélange étudié de plantes aromatiques. Le sachet de 30 gr. 3 60 » Saupoudreuse en verre moulé, bouchon métal.....10 » BAGUETTES NATURISTES AU FROMAGE Farine complète, gruyère râpé.....Le sachet de 100 gr. 2 » BISCOTTES NATURISTES Farine complète.....Le paquet de 500 gr. 5 » BISCOTTES NATURISTES AU PICARDAN Fines, légères, levées au ferment de raisin. Les 500 gr. 12 » BISCUITS NATURISTES AUX RAISINS Farine complète, raisins secs, pâte sablée par l'emploi du « Naturiste », corps gras végétal. Biscuit tendre et friable.....Les 500 gr. 6 » BLE GERME EN FLOCONS Blé germé et éclaté, amandes, farine complète, pour le petit déjeuner du matin.....Les 500 gr. 8 » CONFIT NATURISTE AUX AMANDES Raisins secs, amandes, noisettes, miel. Aliment puissant quotidien pour tous.....Le petit pot repas 2 » COUSCOUS NATURISTE Semoule de blé dur d'Algérie. Se cuit à la vapeur en deux fois. Ajouter en dernier lieu du « Naturiste », corps gras végétal.....Les 500 gr. 5 » CORPS GRAS VÉGÉTAL « LE NATURISTE » Pur, simple, neutre (sans acidité), à l'exclusion de toute graisse animale. Pour la cuisine.....Les 500 gr. 6 » FLOCONS D'AVOINE Pour le petit déjeuner du matin, convient à tous les âges.....Les 500 gr. 3 50 »	GALETTES DE BLE GERME Le biscuit essentiellement naturiste.....Les 500 gr. 6 » GERMOIR En tôle étamée, pour faire germer le blé à domicile, et le consommer cru.....L'appareil 25 » HUILE D'OLIVE Fait de fruits mûrs à l'arbre, et écrasés au naturel. Transparence verte à cause des cellules de chlorophylle.....Les 500 gr. 2 » JUS DE POMME Jus frais au naturel, non fermenté.....La bouteille 6 » JUS DE RAISIN FRAIS « Picardan Doré, Réserve Naturiste ». La cure de raisin mûrs et sucrés. Jusqu'au 1^{er} septembre, une seule couleur : rouge.....Le litre 10 » La demi-bouteille 6 »	MALT NATURISTE Mélange étudié de malt d'orge et de malt de riz. Farine très diastasée à saupoudrer sur tous les aliments, notamment les féculents, dans l'assiette. Les 250 gr. 5 » Saupoudreuse, verre moulé, bouchon plastique et hermétique, étudié pour l'emploi du malt.....L'unité 14 » MARMITE NATURISTE Pour la cuisson des légumes. Premier modèle.....115 » Deuxième modèle, plus grand.....145 » MIEL AROMATIQUE NATURISTE Garanti pur aux aromates (lavandes).....Les 500 gr. 10 » MIEL BLANC DU LOIRET Miel de plaine.....Les 500 gr. 6 » OLIVES NOIRES DE LA DROME Les 500 gr. 9 » PAIN NATURISTE INTEGRAL Fait de l'intégralité d'un blé donnant W 115. Aliment de grand feu.....Le pain 2 » PAIN NATURISTE COMPLET Comme ci-dessus, mais étendu de son poids de farine blutée. Aliment des citadins.....Le pain 2 » PATES ALIMENTAIRES NATURISTES Faites de farine complète. Nouilles, macaronis, coquillettes.....Le kilog 9 » RIZ NATURISTE Non décortiqué, avec la totalité du péricarpe. Les 500 gr. 3 » SUCRE DE CANNE Avec ses gommes et la partie incristallisable du sucre. Importation directe.....Les 500 gr. 2 90 » SOLEILS NATURISTES Noix de coco, amandes, miel, farine complète. Dessert, et aliment de toute heure.....Les 500 gr. 8 »
--	---	--

EN VENTE
au siège, 172, rue Marcadet, Paris (18^e)
et 3, rue des Petites-Ecuries, Paris (10^e)

LIVRAISON FRANCO A DOMICILE DANS PARIS
Les lundi, mercredi et vendredi, dans les 1^{er}, 2^e, 3^e, 4^e, 5^e, 6^e, 7^e, 8^e, 12^e, 13^e, 16^e arrondissements, et à Boulogne-sur-Seine.
Les mardi, jeudi et samedi, dans les 9^e, 10^e, 11^e, 14^e, 15^e, 17^e, 18^e, 19^e, 20^e arrondissements, et à Neuilly, Levallois et Clichy.
Le mercredi, à Asnières, Bécon-les-Bruyères, Courbevoie, Bois-Colombes et Colombes.
Le samedi, à Bezons, Sartrouville, Maisons-Laffitte, Poissy, Villennes, Saint-Germain, Le Vésinet, Chatou, Rueil, Nanterre.

POUR FAIRE PROVISION DE SANTÉ
FRÉQUENTEZ LES CENTRES NATURISTES
DES DOCTEURS GASTON ET ANDRÉ DURVILLE

PHYSIOPOLIS

L'ILE DE MÉDAN

à Villennes-sur-Seine (Seine-et-Oise)

LA CITÉ DE WEEK-END

REUNION DES NATURISTES TOUS LES DIMANCHES ET JOURS FÉRIÉS
SUR DE VASTES STADES, DANS UN CADRE CHARMANT DE VERDURE

LE CENTRE NATURISTE

CONDITIONS GÉNÉRALES D'ADMISSION

La pratique des jeux et sports dans l'île de Médan est réservée aux membres de la Société Naturiste.

COTISATION ANNUELLE (valable de janvier à décembre)

Le chef de famille..... 100 »
La femme et les enfants âgés de plus de 8 ans.. 50 »
Insigne 1931 (couleur bleue), à porter obligatoirement sur le vêtement de sport..... 5 »

VISITEURS

L'usage des terrains de jeux est strictement réservé aux sociétaires portant ostensiblement, sur le vêtement de sport, l'insigne en étoffe (1931) de la Société Naturiste. Les visiteurs ne sont pas autorisés à se dévêtir ; ils doivent rester sur les chemins et conserver une attitude correcte, sous peine d'expulsion immédiate. Une carte spéciale leur est remise au débarcadère. Cette carte doit être épinglée sur le vêtement de ville.

PASSEUR

En quittant la gare de Villennes, aller jusqu'aux grands restaurants de la rive. Cinquante mètres après le Restaurant Didier, on trouve l'embarcadère de l'île des Naturistes, indiqué par une pancarte : « Physiopolis, Ile des Naturistes », et on aperçoit, en face, le débarcadère de la Société. Appeler le passeur.

DROITS DE PASSAGE

Sociétaires (sur présentation de la carte)..... 1 fr.
Visiteurs, invités, etc. 2 fr.

TENUE

La pratique du nu intégral est formellement interdite. La tenue minima est la suivante sur les stades et dans tous les endroits inaccessibles à la vue, de la rive :

Pour l'homme : Slip couvrant complètement les parties sexuelles et les fesses ;

Pour la femme : Même slip, avec, en plus, cache-seins obligatoire.

Tous les autres costumes sont autorisés.

Tous les jeux et sports de plein vent
Cure d'air — Cure de soleil — Cure de mouvement
Canotage — Natation — Camping gratuit
pour les sociétaires apportant leur tente

Départ : Paris, Gare Saint-Lazare
Arrivée : Gare de Villennes-sur-Seine

HORAIRE DES TRAINS (Service d'Été 1931)

Départ St-Lazare	Arrivée Villennes	Départ Villennes	Arrivée St-Lazare
4 10	5 21	4 13	5 10
S 5 43	6 47	S 5 17	6 8
D 6 12	6 52	S 6 14	6 54
6 54	7 45	D 6 16	7 7
S 9 12	9 51	S 7 1	7 40
D 9 14	9 53	D 7 3	7 52
D 10 14	11 2	S 7 47	8 28
D 10 46	11 28	D 7 52	8 41
11 2	11 52	8 41	9 29
12 2	12 48	D 9 8	9 57
Sam. 12 27	13 10	S 9 10	9 54
13 54	14 44	10 57	11 48
D 14 15	15	s. SD 13	13 43
16 40	17 30	SD 13 4	13 54
D 17 39	18 29	15 5	15 53
S 17 59	18 37	16 48	17 38
S 18 31	19 8	D 18 37	19 29
D 18 33	19 20	S 18 44	19 37
S 19 7	19 45	D 18 51	19 37
20 5	20 45	20 17	21 6
22 57	23 47	D 20 31	21 23
0 36	1 26	21 48	22 28
		D 21 55	22 35

Abréviations. — D. Dimanches et fêtes seulement ; Sam. Samedis non fériés seulement ; S. Semaine seulement ; s. SD Sauf samedis, dimanches et fêtes ; SD. Samedis, dimanches et fêtes seulement.

Pour renseignements, s'adresser :
Dimanches et jours fériés : DANS L'ILE, aux docteurs Durville (tente du Comité d'Organisation, Grand Stade, façade Est) ;
Semaine : INSTITUT NATURISTE, 15 bis, rue Cimarosa, Paris (16^e), ou IMPRIMERIE DE Naturisme, 24, rue d'Alleray, Paris (15^e).

PHYSIOPOLIS

Autour des vastes stades et parcs naturistes organisés par la Société Naturiste dans l'île de Médan s'élèvent déjà les premières constructions de PHYSIOPOLIS.

PHYSIOPOLIS, œuvre humanitaire, puissant instrument de lutte contre l'alcoolisme et la tuberculose, contre l'arthritisme et le cancer, n'est pas une affaire immobilière. PHYSIOPOLIS cède des lopins de terre aux naturistes, pour récupérer le prix des vastes stades qu'il leur offre.

Naturistes qui n'avez pas le moyen d'acheter votre terrain, adhérez simplement à la SOCIÉTÉ NATURISTE, et, pour une somme annuelle modique, venez vous régénérer au soleil.

Naturistes qui pouvez collaborer à notre œuvre, achetez votre terrain dans PHYSIOPOLIS, et faites construire votre tente pour passer agréablement et économiquement vos week-end ou vos vacances.

TERRAINS

TERRAINS DE CAMPING (à proximité des terrains de jeux)
Superficie : 42 à 56 m.c.

Prix (clôtures et arbres compris)..... 2.500 fr.

GRANDS TERRAINS (en bordure de Seine)

Superficie : 250 m.c., berges comprises

Prix (clôtures et arbres compris)..... 11.000 fr.

CONSTRUCTIONS

TENTES EN FIBRO-CIMENT (modèle 1931)

Véritable petite maison, de 3 mètres sur 3 m. 65, claire, aérée, confortable. Idéale pour le camping et le week-end.

Complète avec double-toit, 2 armoires. 3.200 fr.

Surél. de 0 m. 65, parquet, 4 marches. 5.200 fr.

Bungalow-tente (6 m. x 4 m.), deux pièces, sous-sol..... 11.000 fr.

HÉLIOPOLIS

L'ILE DU LEVANT

par Le Lavandou (Var)

LA CITÉ DE VACANCES

EN TOUTES SAISONS, UN SEJOUR IDEAL DANS UN SITE ENCHANTEUR
MILLE HECTARES DE NATURE SAUVAGE, DE VEGETATION LUXURIANTE

LE CENTRE NATURISTE

Le Centre Naturiste de l'île du Levant est ouvert en toute saison à toute personne ayant acquitté la cotisation de la Société Naturiste.

COTISATION ANNUELLE (valable de janvier à décembre)

Par personne..... 20 francs

DROITS DE SEJOUR

Les touristes abordant l'île en visiteurs peuvent y prendre leur repas sans autre formalité. S'ils désirent camper, ils doivent prévoir, comme les naturistes, outre la cotisation à la Société Naturiste, les menus frais suivants :

Par jour 1 mois 3 mois 1 an
Le chef de famille..... 5 » 100 » 150 » 200 »
La femme 2 50 50 » 75 » 100 »
Chaque enfant non marié
âgé de plus de 8 ans. 1 75 30 » 45 » 60 »
Chaque enfant âgé de
moins de 8 ans..... Néant Néant Néant Néant

La carte de séjour permet au sociétaire qui apporte avec lui son matériel de camping de s'installer dans le domaine sans aucun autre frais.

Les propriétaires sont dispensés de tout droit de séjour pour eux-mêmes et leur famille immédiate.

LOCATION DE MATERIEL DE CAMPING

Par jour
Tente coloniale avec double-toit..... 5 fr.
— garnie d'un lit avec sa literie (matelas, traversin, sac de couchage, deux couvertures). 6 fr.
— garnie de deux lits..... 7 fr.

RETENEZ DES AUJOURD'HUI VOTRE TENTE
POUR LES VACANCES

Pour se rendre à l'île du Levant, deux combinaisons sont possibles : 1^o Descendre à Marseille et se rendre au Lavandou par l'auto-car (on peut prendre le billet de car et retenir sa place, la veille du départ, en même temps qu'on prend le billet de chemin de fer) ; 2^o Descendre à Toulon et se rendre au Lavandou soit par l'auto-car (impossibilité de retenir sa place), soit par le chemin de fer local (trajet économique, mais long).

HORAIRE

CHEMIN DE FER

RÉSEAU DU P.-L.-M.				RÉS. DE PROVENCE	
	Paris Départ	Marseille Arrivée	Toulon Départ	Toulon Arrivée	Lavandou Départ
1 ^{re} 2 ^e cl.	11	22 45	0 55	2 13	6 55
1 ^{re} 2 ^e 3 ^e cl.	14 8	6 35	8 15	9 27	9 15
1 ^{re} 2 ^e cl.	17 5	5 58	6 22	7 32	11 40
1 ^{re} w. lits	19 30	7 41	7 50	8 48	
1 ^{re} cl.	19 40	7 52	8 5	9 16	
1 ^{re} 2 ^e 3 ^e cl.	20 50	8 28			

AUTO-CAR

Marseille P.L.M.	Toulon	Le Lavandou
Départ	Arrivée	Départ
8 15	10 50	10 55
		12

BATEAU

Le Lavandou	Ile du Levant	Le Lavandou
Départ	Arrivée	Départ
9	10	16 45
		17 45

Trafic rég. par le « Ben-Hur » les mardi, jeudi, samedi, dimanche
Trafic irrégulier les autres jours (se renseigner à l'Agence)

Prix du billet pour la traversée : Aller seul ou aller et retour dans la même journée : Naturistes, 22 fr. ; Touristes, 25 fr. — Retour : Naturistes, 10 fr. ; Touristes, 10 fr. — Bagages : 1 fr. par colis.

Pour s'inscrire et pour tous renseignements, s'adresser :
A Paris : Au docteur André Durville, Imprimerie de Naturisme, 24, rue d'Alleray (15^e), de 10 heures à 12 heures.

Au Lavandou : A l'Agence Touristique, sur la plage, face au port.

Dans l'île : A M. Bastier du Vignaud, directeur général du Centre, Auberge du Grand-Avis.

HELIOPOLIS

Sur le domaine de 70 hectares de l'île du Levant dit des « Arbousiers » est en voie de création la Cité du Soleil, HELIOPOLIS. Dans le cadre splendide de cette nature admirable, sous le ciel toujours bleu de la côte des Maures, une cité rustique va sortir de terre, sans cheminées d'usines, sans autos, sans dancings, sans palaces...

En maillot toute la journée, on y trouvera le vrai repos, la paix, la sérénité. Déjà, plus de cent soixante naturistes se sont assurés leur lopin de terre. De nombreux bungalows sont en voie de construction. A pas de géants, l'île du Levant, déserte depuis dix siècles, se meuble de routes, de chemins. Des hectares se défrichent. On plante, on sème, sous la vigoureuse impulsion du dévoué directeur du Centre Naturiste, M. Bastier du Vignaud.

La Société des Iles d'Or, nouvellement administrée par les docteurs G. et A. Durville, se prépare à enfanter cinq sociétés filiales : Compagnie d'Electricité, Société d'Entreprise, Magasins Généraux, Messageries, Société d'Exploitation, qui se partageront le travail de titans que représente la création d'une ville, même rustique.

Dans quelques mois, les quelques terrains disponibles seront vendus, et il sera trop tard pour avoir droit de cité dans la première ville naturiste du monde.

RESERVEZ IMMEDIATEMENT VOTRE PARCELLE

Terrains de 500 m2 (situation merveilleuse, vue imprenable, en bordure de la mer, ou à proximité immédiate)..... 5.000 »

Terrains de 100 m2 (pour construction des bungalows de camping, petite culture, édification de tentes)..... 1.800 »

(Contribution à l'installation de l'électricité, à l'évacuation des eaux, etc. Prix forfaitaire : 12,5 % du prix du terrain.)

RAVITAILLEMENT ASSURE
RESTAURANT OUVERT TOUTE L'ANNEE