

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. 1931-10-29.

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**](mailto:utilisation.commerciale@bnf.fr).

NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE



BnF
DEP

ÉCHO ET NOUVELLE

BRUITS ET POTINS

LES VACHES ET LA VIANDE

A l'Ecole technique d'élevage de bétail de Disbury (Canada), on expérimente un nouveau mode de nourriture pour les vaches laitières : on a ajouté, à l'herbe et au foin, de la viande hachée très fin.

On estime que les vaches soumises à ce régime donneront un lait abondant et de qualité supérieure. Voire !

L'homme est décidément possédé par la manie de tout chambarder. Il ne lui reste plus qu'à faire manger des carottes aux lions du parc zoologique, à apprendre à fumer la pipe aux canards, et à saouler les serpents sacrés, non pas à l'aide de flots d'harmonie, mais avec un bon demi-setier de « gros rouge »...

Mais, au fait, quelle sorte de viande donne-t-on aux vaches, à Disbury ? Du veau, sans doute. C'est une bonne idée. Ainsi, dans quelques années, il n'y aura plus aucune vache à nourrir. Comme ça...

»»»»»

UNE BONNE NOUVELLE

De récentes statistiques viennent de révéler que les jeunes filles d'aujourd'hui mesurent de trois à quatre centimètres de plus que les jeunes filles d'il y a trente ans, et que leur poids a augmenté de deux à trois kilogrammes. Les Japonaises de dix-huit ans, entre autres, mesurent, en moyenne, quatre centimètres de plus que celles de 1907. Chez les étudiantes de l'Université de Harvard, aux Etats-Unis, l'accroissement de la taille atteint trois centimètres. Une constatation analogue a été faite en Allemagne.

Les hommes de science de ces pays voient là le premier résultat de l'intense pratique des sports et de la vie plus libre dont jouit la femme contemporaine. Se consacrant jadis, toujours confinée entre quatre murs, à de seuls travaux d'« intérieur », elle se libère peu à peu de ses entraves. Les coutumes vestimentaires elles-mêmes se sont indiscutablement améliorées.

Vivant dans des conditions physiques plus favorables, la femme, déjà, connaît les heureuses conséquences de ce nouvel état de choses.

0000

LA FIN DES PARASITES

Non, il ne s'agit pas de T. S. F. : un savant du Musée zoologique de Berlin a entrepris de rechercher les causes de la mortalité chez les puces, qui, paraît-il, est considérable depuis quelques années. Après de longs travaux (?), il a pu conclure que l'hygiène et surtout la grande faveur dont jouissent les sports étaient, pour une part importante, les auteurs de cette victoire sur les ennuyeux parasites.

Nous nous en doutions un peu.

Quand tout le monde aura pris le goût du soleil, de l'air et de l'eau, on peut être assuré, en effet, que le dernier représentant de la gent sautillante aura passé de vie à trépas.

Mais il restera quand même quelques originaux pour regretter « le bon vieux temps », avec son calfeutrement, sa crasse et ses puces...

PIERRE AUDEBERT.

NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE

Le plus fort tirage des revues naturistes mondiales
Organe officiel de la Société Naturiste et de l'Ille des Naturistes

PUBLIE LES INFORMATIONS NATURISTES DU MONDE ENTIER
PARAIT LE JEUDI SUR DOUZE A SEIZE PAGES

Peut être mis entre toutes les mains

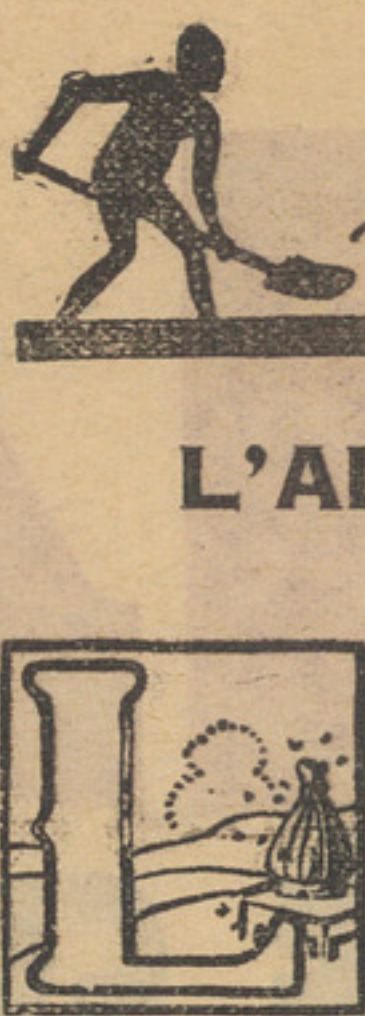
Directeur : D^r ANDRÉ DURVILLE Rédacteur en chef : D^r GASTON DURVILLE

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, LE/ IDÉE/!

L'ALIMENTATION DANS LA SECONDE ENFANCE

A Vie Médicale, journal pour médecins, a publié un article intitulé : « L'alimentation dans la seconde enfance ». J'y ai lu ceci :

« ... Le régime alimentaire de la seconde enfance doit être établi avec d'autant plus de soin qu'il est destiné à parer aux dépenses énergétiques de la période de croissance... En précisant dans le moindre détail le régime des enfants, le médecin contribuera à renforcer la résistance naturelle de leur organisme ; il mettra l'enfant en état de lutter contre les maladies... L'hygiène alimentaire de l'enfance est un des éléments essentiels de la médecine prophylactique... »

■ ■ ■

Bravo, pensai-je, le corps médical commence donc à comprendre que la gabegie qui a, jusqu'ici, présidé à la confection des menus de l'enfant, doit cesser. Est-ce que nous serions enfin à l'aube du jour où l'enfant, désormais protégé de l'empirique bourrage gastrique, producteur de rachitisme et de tuberculose, va pouvoir devenir un homme sain, grâce à l'application d'une science alimentaire rationnelle ?

Je suis obligé de constater que, si nous sommes à l'aube de ce jour-là, ce n'est pas la Vie Médicale qui montre aux parents la bonne voie à suivre. Signé d'une femme-médecin, spécialiste d'hygiène infantile, et s'étayant sur l'autorité du savant de premier ordre qu'est Charles Richet, l'article auquel je fais allusion propose à nos enfants une alimentation de massacre.

Voici comment l'auteur combine les repas pour la seconde enfance :

Petit déjeuner. — Jusqu'à 4 ans, bouillie épaisse au lait. Après 4 ans, lait aromatisé de thé ou de café avec pain, beurre, confiture, fruits crus. Vers 8 ou 9 ans, porridge, jaune d'œuf ou jambon qu'on ajoute au précédent repas.

Vers 10 heures. — A l'âge scolaire, pour les enfants qui partent hâtivement de chez eux pour aller au travail, pain beurré ou sandwich au jambon, et un fruit.

A midi. — Avant 3 ans, un plat de viande ou de poisson ou un œuf, deux plats de légumes (dont un féculent et un légume vert), et un fruit. Après 3 ans, on ajoutera au menu précédent ou bien un œuf, ou bien du fromage, ou un plat sucré.

Goûter. — Tartine de pain et beurre, quelques biscuits, un verre d'eau.

Dîner. — Avant 3 ans, potage (bouillon de légumes ou bouillon gras), avec légumes écrasés et compote. Après 4 ans, on ajoute des légumes ou un entremets. Après 7 ans, on ajoute encore viande ou œuf.

■ ■ ■

Ce régime m'apparaît spécialement étudié pour rendre les enfants malades ; il contient tout ce qu'il faut pour pléthoriser, arthritiser, congeler, intoxiquer. Est-ce là le but poursuivi par la Pédiatrie moderne ?

Tous les partisans, sans exception, de l'idée naturiste protestent contre l'usage — même très peu fréquent — de la viande chez l'enfant âgé de moins de trois ans. Or, le régime que nous venons de citer conseille auxdits enfants de moins de trois ans non seulement viande ou poisson, à midi, mais aussi, à l'occasion, bouillon gras, autrement dit bouillon de viande, le soir.

S'il est dangereux pour un enfant de moins de 3 ans d'absorber de la viande une fois par jour, et à plus forte raison deux, il est dangereux aussi pour un enfant de 8 ou 9 ans d'en manger au petit déjeuner sous forme de sandwich, à 10 heures

sous forme d'un autre sandwich, à midi encore, et encore au dîner. Quatre rations de viande par jour pour un enfant de 8 ans sont un moyen radical de l'envoyer souvent fort vite au tombeau. Les petits entéritiques, maigres, nerveux, verdâtres, à l'estomac descendu, à cœcum clapotant, candidats proches ou lointains à l'appendicite et à toutes les misères de l'hépatisme, ainsi que nombre de gros joufflus aux chairs flasques, au foie gros, prédisposés aux troubles ganglionnaires et aux rhumatismes, sont à peu près toujours de ces enfants qu'en vertu d'une théorie médicale lamentablement fautive on a surchargés de viande (albumine animale).

Cette théorie lamentablement fautive est la suivante :

L'albumine, aliment de base, qui assure la création des nouveaux protoplasmes de l'enfant, autrement dit qui préside surtout à sa croissance, donne un meilleur rendement si elle est d'origine animale que si elle est d'origine végétale ; ainsi, il faut deux rations d'albumine végétale pour équivaloir à une d'albumine animale ; l'assimilation des albumines animales est plus aisée que celle des albumines végétales ; d'autre part, alors que l'adulte consomme quotidiennement 1 gr. 40 d'albumine par kilogramme de son poids, l'enfant, à la fin de sa période de croissance, en consomme 2 gr. 75. Et la théorie conclut : un enfant de 13 à 16 ans, pour disposer de la quantité d'albumine qui lui est nécessaire, doit manger, proportionnellement à son poids, deux fois plus de viande qu'un adulte, faute de quoi il maigrit, ne se développe pas et risque de devenir tuberculeux.

■ ■ ■

Discutons :

Charles Richet, auteur de la théorie, a un mérite : celui d'avoir prouvé que l'enfant de 13 ans élimine par l'urine sensiblement le double de la quantité d'albumine qu'élimine un adulte ; ceci prouve simplement que l'enfant de 13 ans doit absorber, en principe, proportionnellement à son poids, sensiblement le double de la quantité qu'absorbe l'adulte. Ceci ne prouve pas du tout qu'il faille que cette albumine soit de la viande. Si l'on veut employer la viande, sous prétexte que l'albumine animale a meilleur rendement que l'albumine végétale, autrement dit sous prétexte qu'elle est un surcarburant, j'objecte que les surcarburants des mécaniques industrielles sont des agents d'usure... La viande, albumine aux effets violents, « calamine » le moteur humain ; elle crée l'acide urique, l'urée ; elle use le foie ; elle favorise l'infection intestinale ; elle écourt l'existence.

Si l'on établit correctement le régime de l'enfant, on peut le faire absolument sans viande, à la condition de conserver œufs et fromages ; mon fils Jacques, athlète de 13 ans, ne mange on peut dire jamais de viande.

Docteur GASTON DURVILLE.

JEUDI 29 OCTOBRE 1931

SOMMAIRE

	Pages
Bruits et potins.....	2
L'alimentation dans la seconde enfance.....	2
Aliments à molécules simples.....	3
Vos maladies, nos conseils.....	4
Le temps qu'il fait à l'Ille du Levant.....	4
La survivance des inaptitudes.....	5
Paysage d'Automne (poésie).....	5
Comment fut créée l'œuvre de Villennes.....	6 et 7
Les œufs : quelques bonnes recettes.....	8
Communiqué de Madolin.....	8
Les éditions de « Naturisme ».....	8
Le cinéma.....	9
La musique enregistrée.....	9
Revue des revues.....	9
Héliopolis.....	9
Petites annonces.....	10



MÉDECINE NATURISTE



LA SANTÉ PAR L'ALIMENTATION

ALIMENTS A MOLECULES SIMPLES



NOTRE organisme est une éponge salée que brasse constamment la force osmotique, c'est-à-dire un jeu continu d'échanges à l'intérieur d'une multiplicité de liquides divers. Cette force est excitée par toutes les influences extérieures, qu'enregistrent nos nerfs sensoriels, et dont les répercussions se font sentir aussi loin que s'épanouit le réseau nerveux. Il n'est pas d'influence aussi prépondérante sur le mécanisme de l'osmose que le fait de notre alimentation, car elle est la principale cause de cette élaboration incessante de molécules vers un nouveau groupement, tantôt plus, et tantôt moins complexe.

Veiller à son alimentation est donc la base de la vie sage, surtout aux époques de l'année et aux âges délicats où la vie osmotique se ralentit. L'aliment très assimilable et surtout très près de sa vie naturelle, riche en vitamines, ferments et sels, devra, avant tout autre, avoir notre choix, et entrer pour une bonne part dans notre ration journalière.

De cette remarque générale doit résulter une classification qui nous guidera dans l'arrangement de nos menus.

En insistant sur les fruits et sur les jus de fruits sucrés et frais, naturels, sans alcool et sans concentration, nous répondons par avance à la nécessité de cette classification. Un tout petit peu de chimie organique nous aidera à saisir les raisons de cette préférence :

Tous nos aliments se rangent, suivant leurs constituants essentiels, en quatre groupes principaux : les hydrates de carbone, les graisses, les albuminoïdes et enfin les sels minéraux associés avec l'eau qui est le véritable plasma universel.

Comme leur nom l'indique, les hydrates de carbone sont des groupements moléculaires divers de carbone avec l'eau. Malgré l'énorme variété des

formes que revêt cette combinaison, elle demeure, de toutes la plus simple.

Les hexoses, soit six atomes de carbone et six molécules d'eau, représentent la constitution type



HARMONIE

Après un bond fantastique, Mlle Karla Suschitzky retombe en beauté (Voir en page 5 le programme de ses cours de gymnastique)

des sucres de fruits. Les sucres de betterave et de canne sont représentés par douze atomes de carbone et onze molécules d'eau. Les amidons, les féculs et les gommes, par six atomes de carbone et cinq molécules d'eau.

Il résulte de cette remarque que les hydrates de carbone sont et doivent être, à cause de leur composition, à la base de notre alimentation. Toutefois, leur bonne utilisation par nos organes est strictement soumise à la présence de ferments qui leur permettent d'évoluer vers une qualité de sucre de même nature que nos tissus. Le foie, à la suite du repas, est chargé de glycogène, c'est-à-dire de cette qualité de sucre dont nos tissus font directement leur affaire. C'est ce glycogène qui entre dans le torrent de la circulation au fur et à mesure de la dépense musculaire, pour remplacer les déchets d'usage.

Cette question de sucre est donc de toute première importance dans l'alimentation, et c'est malheureusement celle qui enregistre le plus grand nombre d'erreurs. Ce travail d'intervention des sucres, qui est une des principales fonctions du foie, devient facilement épuisant à cause de l'énorme quantité d'hydrates de carbone que nous arrivons à consommer, et du manque de ferments qui est la caractéristique des sucres industriels. C'est principalement à leur sujet que l'on doit faire ressortir la souveraine importance de l'aliment vivant, opposé à l'aliment mort. Un foie usé signifie un intestin infecté, et il n'est point de maladie qui n'ait un point d'attache avec l'intestin. La cause profonde d'un retour à la santé tient pour une part, non pas à la quantité, mais à la qualité des hydrates de carbone dont nous vivons. Aussi n'est-il pas étonnant que l'alimentation naturiste doive porter ses prin-

cipaux efforts vers la réalisation pratique d'hydrates de carbone qui nous parviennent, non pas morts, mais exubérants de vie. Par leur teneur en sucres organiques directement assimilables, deviennent donc aliments de choix : le jus de raisin frais, qui est un corps vivant inaltéré, le miel, le pain naturiste, dont les amidons sont déjà dextrinisés, le riz non décortiqué, qui n'a pas été châtré de sa partie vivante, etc., puis tous les fruits, et surtout les fruits sucrés, même secs, comme les figues, les dattes. Restent encore à venir les fruits coloniaux, qui sont non seulement abondants en sucre, mais en ferments d'autant plus précieux qu'ils sont rares sous nos climats. Enfin, une réforme essentielle consiste à utiliser le malt, et notamment le malt d'orge, le plus diastasé de tous, d'une façon qui est encore complètement inconnue en France. A l'état de farine, il contribue grandement à l'intervention de tous nos féculents, en une qualité de sucre, rendant ainsi leur digestion facile et profitable. Des réalisations doivent encore être cherchées vers un vrai sucre d'orge — sans jeu de mots — qui soit l'aboutissement complet des matières féculentes de la céréale sous l'influence des diastases, vers un sucre vivant qui n'aura pas été stérilisé par l'industrie.

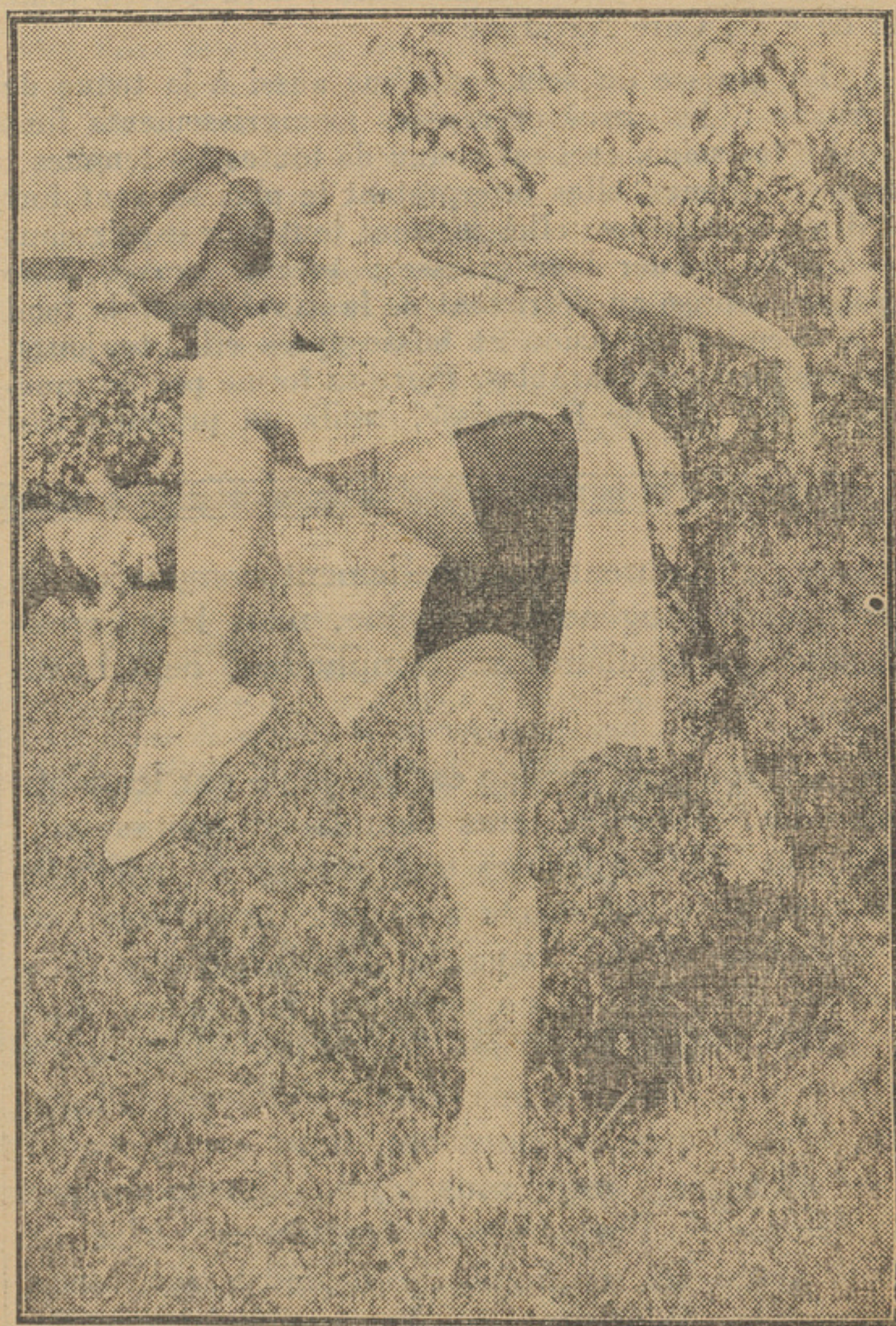
Mais c'est là un gros chapitre qui ne peut tenir en quelques lignes, d'autant plus qu'il est de première importance.

Après les hydrates de carbone viennent les graisses, dans notre classification générale. Les graisses sont des éthers-sels de glycérine, c'est-à-dire le résultat de la combinaison d'une molécule de glycérine avec trois molécules d'un acide de la série grasse, avec élimination d'eau. La même combinaison, mais en sens inverse, avec absorption d'eau, constitue la saponification. Nous touchons là un point délicat, auquel nous aurons à revenir un jour, car étherification d'une part, et saponification, d'une autre, étant des phénomènes réversibles, les éthers sels sont des états instables. Les



EN FAMILLE

A Saint-Priest-la-Roche (Loire), à deux pas des troupeaux...



LOIN DE LA VILLE

On pratique avec ferveur, en plein soleil, en pleine nature.



VOS MALADIES --- NOS CONSEILS

POUR VOUS GUERIR

LES SEINS TOMBANTS

Demande. — Mme Gharbia, *naturiste, au Maroc.* — Si une femme de trente ans a des seins tombants — déplorable état pour faire du naturisme et du nudisme — quels sont les moyens que vous recommandez pour y parer ? Les muscles trop mous sont-ils responsables ? La graisse trop abondante ? La glande trop lourde ?

Réponse. — Pour faire du nudisme intégral en commun, certainement, madame, le sein tombant a des inconvénients esthétiques ; mais, vous savez, les Allemands n'y regardent pas de si près. Pourquoi les Françaises feraient-elles autrement ? Avoir le courage de son corps tel qu'il est est un beau patriotisme ; c'est une rude école de modestie, de loyauté ; c'est aussi un stimulant solide qui aide à faire l'effort de culture physique nécessaire au rajeunissement. Pourquoi sommes-nous si laids ? C'est en partie parce que nous n'avons guère à nous montrer nus ; le nudisme oblige les êtres à être beaux, donc à devenir sains, puisque santé et beauté sont deux faces d'une même médaille.

Mais, au fait, madame, si vous êtes préoccupée de la descente de vos seins, faites donc du naturisme, au lieu de faire du nudisme, ainsi vous tirerez tout le bénéfice du dévêtissement et vous cacherez vos seins. Le cache-seins est, vous le savez, de rigueur, à Villennes.

Quelles sont les causes de la mollesse des seins ? demandez-vous. Elles sont multiples. D'abord, la forme elle-même du sein est la cause première qui le fait tenir ou tomber : les seins « courts » tiennent naturellement ; les seins « longs » tendent à descendre ; c'est là une question de pure anatomie, souvent c'est une question de race ; le sein en pomme des Européennes descend moins que le sein allongé des négresses. Le muscle a de l'importance dans la tenue du sein : la glande est accrochée sur le muscle pectoral ; si le muscle pectoral est flasque, le sein flotte ; d'autre part, le muscle peaussier du cou (qui descend du bord libre du maxillaire inférieur vers le sein) soutient incontestablement les seins s'il a une bonne tonicité. Les sportives à thorax bien musclé ont, toutes proportions gardées, des seins qui tiennent mieux que les paresseuses du muscle, d'où la nécessité pour vous, madame, de faire de la gymnastique thoracique ; tout mouvement faisant travailler les pectoraux est recommandable ; je vous signale que le physiologiste Du Bois-Raymond a montré que les muscles pectoraux étendent les bras dans l'attitude du prédicateur qui bénit les fidèles ; c'est donc ce geste de « bénédiction » qui peut vous être utile particulièrement. Il y en a beaucoup d'autres, vous n'en doutez pas ; si vous venez à Villennes, on vous les montrera ; en attendant, lisez donc le tome II de « La Cure Naturiste ».

La graisse du sein contribue aussi à la tenue de l'organe ; les gros et rapides amaigrissements font pendre les seins, ceci est connu de toutes les femmes ; mais, d'ailleurs, elles interprètent le plus souvent fort mal le phénomène ; elles mettent tout leur espoir dans le fait de garder leur graisse : erreur grave. Une graisse acquise au détriment de la santé générale fond à la première occasion et laisse après elle, toujours, des mollesse irréparables. Faire sa forme par du muscle et non par de la graisse, voilà un principe très

naturiste, grâce auquel la beauté tient pendant toute la vie.

L'allaitement prolongé, les altérations pathologiques des tissus mêmes de la glande mammaire entrent en jeu dans nombre de ptoses du sein ; le naturisme ne dit pas aux femmes de ne pas allaiter pour que les seins se conservent fermes ; il leur dit : vivez en sportives, à l'air, à l'eau, au soleil, et allaitez normalement, vos seins demeureront beaux ; aidez, d'ailleurs, à leur conservation par un traitement local : claquement du sein à la main, lavages à l'eau froide chaque matin dans la cuvette, et gymnastique thoracique. Quand le mamelon d'un sein est abaissé de 4 centimètres, il ne revient jamais complètement à sa place normale.



DIMINUTION PROGRESSIVE DE L'USAGE DE LA VIANDE

Demande. — Mme A. G..., *naturiste, abonnée, à Paris.* — Je voudrais bien, conformément à vos recommandations, arriver à ne plus manger de viande ; j'en mange, actuellement, trois fois par semaine. Voulez-vous me dire comment procéder. J'aimerais savoir si je peux supprimer viande et œufs ; d'autre part, les légumes verts deviennent rares ; comment peut-on, à l'occasion, les remplacer ?

Réponse. — C'est bien d'essayer de supprimer la viande de votre régime, mais encore faut-il que vous procédiez avec une extrême lenteur et une rigoureuse méthode. Nous voyons souvent des gens, en clientèle, qui, mis brutalement au végétarisme intégral par un certain médecin de la banlieue parisienne qui se dit naturiste, font des accidents graves. De même qu'on doit sevrer progressivement de morphine ou d'alcool un être intoxiqué par ces poisons, de même on doit ne

supprimer le poison viande que très doucement. Vous consommez des quantités décroissantes de viande pendant encore un an ou deux que cela serait fort bien. Rien ne presse. Un naturiste doit, en matière d'évolution vers la santé, savoir attendre. Mangez donc de la viande deux fois par semaine pendant cinq à six mois, puis, à mesure que ses fumets tenteront moins votre palais, arrivez à n'en prendre plus qu'une seule fois.

Certains médecins, partisans d'un naturisme extrémiste, défendent les œufs ; nous estimons qu'ils ont tort. L'œuf est aliment admirable — quand il est frais, bien sûr — pour suppléer à la diminution carnée. Il constitue, avec les fromages de fermentation moyenne, la seule albumine animale qu'il faille à peu près nécessairement donner aux naturistes végétariens. Si votre foie ne tolère pas l'œuf, c'est que vous faites des erreurs alimentaires, ou alors, c'est que l'organe en question (le foie) est atrocement insuffisant. Dans ce cas, ce n'est guère que dans trois ou quatre ans que vous pourriez devenir totalement végétarienne, et, d'ici là, il faudrait vous entraîner progressivement à la culture physique, seul moyen rationnel d'aider à la régénérescence hépatique. Allez-vous à Villennes ?

Quelle étrange idée vous pousse à vouloir remplacer les légumes verts par autre chose ? Les légumes verts sont indispensables à l'organisme humain ; ils lui apportent du soleil vivant (sous forme de chlorophylle), des sels minéraux de premier ordre et la cellulose, balai de l'intestin. En cette saison-ci, comme en toute saison d'ailleurs, il y a toujours une saine verdure que la bonne nature a fait pousser exprès pour vous. Votre foie étant insuffisant, ne vous bourrez pas de grosses masses de verdure, mais consommez-en, en petite quantité, au moins une fois par jour, de préférence au dîner ; consommez surtout les légumes crus ; ainsi, vous en absorberez moins, et, sous cette forme, elles sont plus vivantes et moins « ballonnantes ».

Station météorologique privée d'Héliopolis (Alt. : 45 mètres)

LE TEMPS QU'IL FAIT A L'ILE DU LEVANT

du jeudi 15 au mercredi 21 octobre

Dates	Pres- sions moyenn. (1)	Températures				Durée de l'in- solation	Vent	Ciel	Mer	Pluie		Observations
		Max.	Min.	Moyennes						Durée	m/m	
				Diurne	Nocturne							
Jeudi	761 h.	22	14	18	16	Totale	Moy. E	Beau	Lég.houl	Néant	Néant	
Vendredi ..	765 b.	20	12	18	14	8 h.	Lég. E	qq. nuag	Lég.houl	»	»	
Samedi	764 b.	19	8	17	12	Totale	Lég. E	Beau	Calme	»	»	
Dimanche ..	763 h.	22	10	19	13	Totale	Lég. E	Beau	Calme	»	»	
Lundi	764 b.	18	15	17	16	Totale	Lég. S-E	Beau	Calme	»	»	
Mardi	762 b.	18	14	16	15	Totale	SE à SO	Beau	Belle	»	»	
Mercredi ...	756 h.	17	12	15	14	Totale	Moy. O	Beau	Houle	»	»	

(1) Abréviations : b. en baisse ; h. en hausse.

graisses demeurent essentiellement composées de carbone, hydrogène et oxygène, mais leurs groupements moléculaires se compliquent déjà beaucoup.

Le troisième groupe est constitué par les albuminoïdes. Tous les êtres vivants en contiennent. Ce sont des molécules très grosses et instables, ajoutant le facteur azote aux jeux du carbone, de l'hydrogène et de l'oxygène. Ils sont d'une combustion difficile, et ne devraient pas entrer dans notre organisme dans une proportion supérieure à celle que la Nature a mis dans les plantes. L'homme, n'étant pas un carnivore, n'est pas constitué pour éliminer l'azote sous forme d'ammoniaque. La défense de l'organisme consiste à en nicher les excès dans les endroits de moindre résistance, comme les jointures, ou les boursofflures des chairs, et de les localiser sous forme de cristaux d'urée. L'urée est d'une molécule lourde et très

complexe, qui représente l'opposé extrême du but que nous devons atteindre.

Enfin, le quatrième groupe se rapporte à l'eau et aux sels minéraux, qui constituent le milieu organique universel. L'alimentation naturiste fera encore œuvre de pionnier en amenant les algues marines à la pratique de la vie courante. Plus de la moitié, en poids, de la nature vivante, animale ou végétale, est eau salée. La flore des océans constitue des trésors insoupçonnés, auxquels nous conduiront notre vie simple et notre recherche de l'aliment vivant.

Car c'est bien sur ce dernier mot que doit porter notre attention : la vie est évolution, et il n'est pas d'évolution sans ferments et sans potentiel électrique. Nous aurons à nos pieds toutes les richesses du monde, sans moyens de les transformer ou de les utiliser, que nous serions pauvres. Les ferments sont des transformateurs ; ils accompagnent la vie.

Les hydrates de carbone sont à la base de notre alimentation, mais seuls comptent ceux qui n'ont pas été écartés des Lois de la Nature.

Le naturisme suit la Nature et ne veut pas d'autre guide, car, seule, elle est logique et ne se contredit pas. L'homme est un fruito-végétarien ; il ne trouvera de paix qu'en revenant à la diète pour laquelle il a été constitué.

ADAM, L'HOMME NOUVEAU.

CONFÉRENCES ET RÉUNIONS

AU CLUB DU FAUBOURG

Jeudi 29 octobre, Salle des Sociétés Savantes, à 20 h. 30 : l'ingénieur Archer sur Pourquoi je veux entrer au Parlement. Et débat sur Où va la France ? Les Elections de 1932. — Samedi 31, Salle des Fêtes, 16, rue Cadet, à 14 heures, M. Pierre Varenne sur Police et prostitution. Les auditions discutées, avec le compositeur Carcel. Et débat sensationnel sur Les Resquilleurs, avec René Pujol et Milton, le Roi des Resquilleurs.

POUR ET CONTRE LE NATURISME

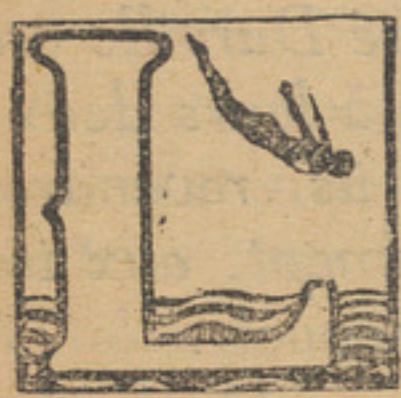
REVUE DE
LA PRESSE

« AMELIORER LA RACE HUMAINE »...

LA SURVIVANCE DES INAPTES

Comme l'a dit excellemment le docteur Gaston Durville, le 28 juin dernier, au représentant du Gouvernement de la République, le naturisme a pour but de former de beaux gars. Le lendemain, le Daily Mail publiait l'article dont nos lecteurs trouveront ci-dessous la traduction. Il s'agit de démontrer que, contrairement à ce que certains ont prétendu depuis longtemps, et après le retentissement en Angleterre d'une déclaration de Sir Arthur Keith, la guerre n'est pas un instrument de sélection naturelle. Nous pensons ici que c'est seulement par notre action commune volontaire, par nos efforts constants et conjugués, que la race humaine deviendra plus belle et plus forte, et qu'il n'y a pas d'autre moyen pour arriver à obtenir ce magnifique résultat.

■ ■ ■



LES millions de lecteurs qui ont lu, de Sir Arthur Keith, cette déconcertante déclaration que la guerre est le croissant à élaguer de la Nature pour le traitement du verger humain, ont dû être effrayés.

Cette doctrine, qui inspire la répulsion, de l'aveu même de celui qui l'expose, m'apparaît comme un des plus dangereux propos qui aient jamais été tenus en public par un homme de science.

Si la guerre est vraiment le moyen dont se sert la Nature pour élaguer le verger humain, on peut alors discuter si nous avons raison d'employer cette méthode pour régler les querelles internationales.

Je pense que cette doctrine demande à être réfutée. Je pense qu'elle est dangereuse non pas tant par ses effets inévitables sur les gens à l'esprit militaire que parce qu'elle est contraire aux faits réels.

En un mot, sir Arthur nous invite à croire que la Nature a tramé la guerre dans le but d'améliorer la race humaine en lui enlevant le superflu.

S'il en était vraiment ainsi, nous pourrions alors attendre que toutes les guerres qui viendront montreront une amélioration subséquente de la masse humaine.

Voyons ce qui se passe dans le procédé actuel d'élagage. Le jardinier à la recherche de bons fruits soumet la luxuriante nature à sa serpe tranchante, et il en résulte que l'arbre est soutenu et fortifié par cette opération.

Est-ce que la guerre fait cela pour le verger humain ? Non ! C'est tout à fait évident.

La guerre prive les peuples qui s'y engagent de leurs plus beaux spécimens, laissant aux hommes d'âge moyen, aux vieux et aux individus défaillants au point de vue physique, le soin de perpétuer la race. Le résultat inévitable de la dernière guerre, par exemple, fut la désolante destruction de nos plus magnifiques jeunes gens, et, par suite, des générations non mises au monde qu'ils auraient produites.

Si nous regardions en arrière vers la dévastation et les ravages des années de guerre, et que nous nous consolions à la pensée que, quoi que nous ayons souffert, la race en ait retiré un bénéfice, nous pourrions trouver en cela un baume aux cœurs endoloris. Mais nous ne le pouvons pas.

On pourrait prétendre que la guerre résout la question de la suprématie raciale, et ainsi, par la défaite du type humain inférieur, laisse le champ au meilleur. Mais ceci est un argument spécieux, qui ne tient pas debout devant les faits.

Dans les conditions modernes de la guerre, ce que nous pouvons tous manifester finalement, c'est la supériorité en ressources matérielles, et chaque nation combattante aboutit à la perte commune de ses meilleurs échantillons humains.

Laissez-moi illustrer ce point. Les puissances centrales ont perdu la guerre. Jusqu'à l'acceptation des conditions de paix qui leur ont été imposées, cela est vrai. Eh bien, est-ce que notre supériorité raciale a été démontrée comme résultat de la victoire ? Pourrions-nous logiquement nous trouver en présence d'une Allemagne moderne dévitalisée, d'une Angleterre moderne dynamique ?

Eh bien, mais vous n'avez qu'à regarder la jeunesse allemande aujourd'hui, avec son culte pour l'ap-

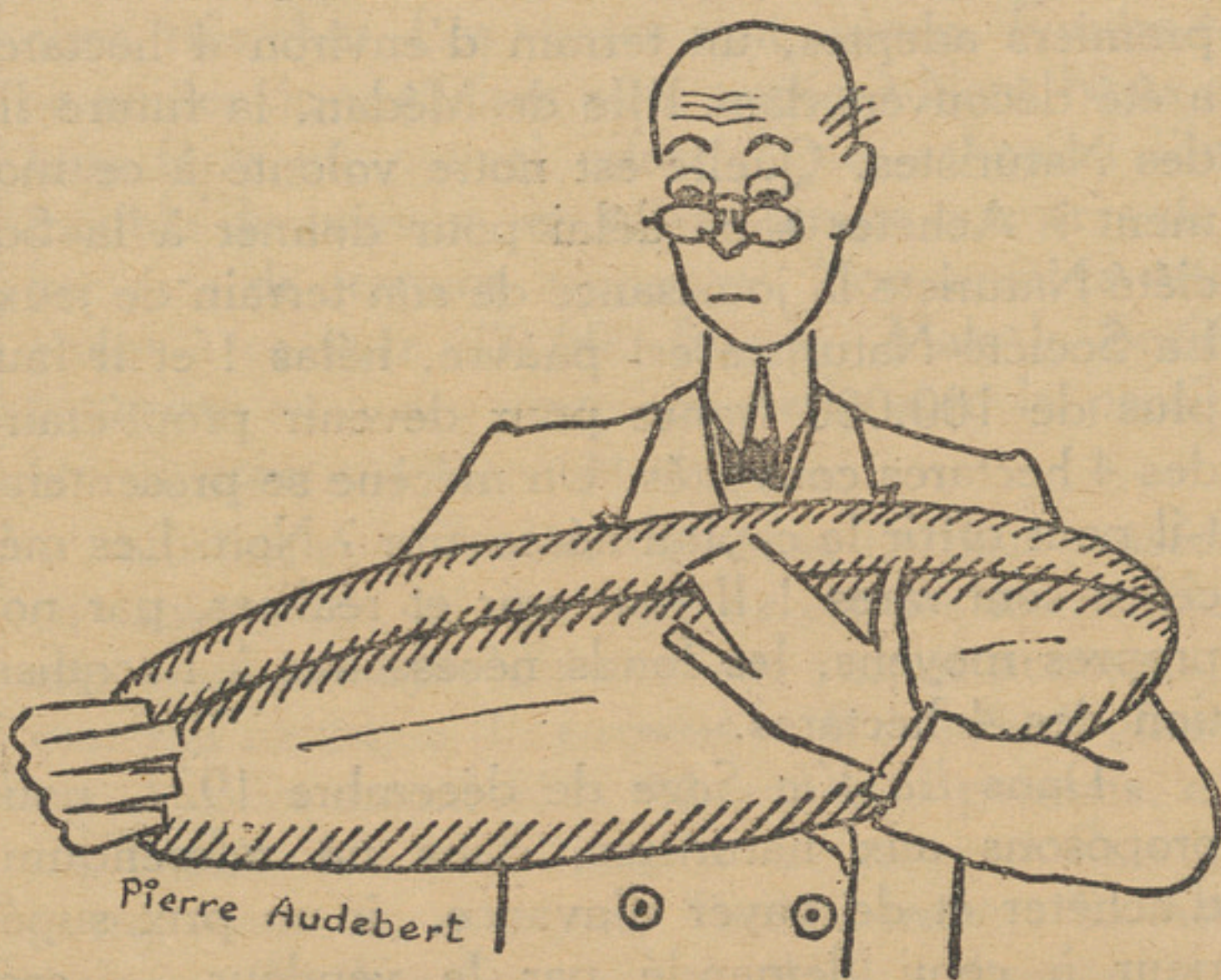
titude physique, et ensuite étudier le peuple dans nos cités à nous, pour recevoir un rude choc.

La guerre, aux conditions modernes, ne peut améliorer la masse humaine ni déterminer la supériorité raciale d'un peuple sur un autre.

Par conséquent, il me semble que c'est s'opposer diamétralement aux faits évidents que de proclamer que la guerre est l'alliée du progrès biologique.

La Nature manie un croissant à élaguer dans un but. Mais cet outil n'est pas la guerre. La méthode de la Nature est de tuer l'être faible au début de son

DROLE DE REGIME !



— Le docteur m'a pourtant bien ordonné le pain « complet »...

La première leçon des COURS DE GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

de
M^{me} KARLA SUSCHITZKY

professeur diplômé, aura lieu

en présence du docteur Gaston Durville

le

MARDI 3 NOVEMBRE 1931, A 18 HEURES
au Studio Wacker, 67-69, rue de Douai, Paris
(Place Clichy).

A cette occasion, les visiteurs pourront prendre part gratuitement à la leçon, afin de se rendre compte de la méthode. Ils pourront également, et sans engagement de leur part, obtenir tous les renseignements désirables. A partir du 3 novembre, les cours auront lieu tous les mardis et jeudis, de 18 heures à 19 heures et de 20 heures à 21 heures (2 leçons par semaine : 100 francs par mois). Le programme des leçons comprendra notamment : assouplissement, correction des défauts de tenue, développement harmonieux du corps, éducation du sens du mouvement et du rythme, traitement individuel.

Pour se renseigner
et pour s'inscrire,
s'adresser à
« Naturisme »,
rue d'Al-
lay, 24,
Paris.



avènement à la vie. Cela peut être un procédé sévère, mais c'est réellement efficace. Et c'est un procédé opposé à la guerre, la guerre qui emporte les plus beaux et les meilleurs.

L'autre jour, causant avec un docteur en médecine, je fus désolé de lui entendre dire :

— Je suis accablé par le sentiment que j'éprouve de l'inanité de mon travail.

Lorsque je lui demandai pourquoi, il répondit :

— Je dépense beaucoup de mon temps à conserver la vie à de pauvres petites créatures humaines qui seraient mieux hors de ce monde. Nous les entretenons vivantes par des moyens scientifiques. Elles arrivent à maturité à l'état inférieur, ressemblant à un champ plein de mauvaises herbes. Mais elles engendrent — elles engendrent de façon prolifique !

« Pour des raisons humanitaires, bonne part de notre travail médical moderne consiste précisément à exercer la lutte scientifique contre la Nature armée de sa faux à élaguer.

« Les dégénérés, les anormaux, les nerveux, ont la permission de vivre, sont secourus, comme si la destinée de la race dépendait de leur conservation. »

Que pouvais-je dire pour réconforter ce médecin qui est mon ami ? Rien, rien du tout. Il avait exprimé la vérité.

Aujourd'hui, nous sommes les témoins de la multiplication de nos masses inférieures aux dépens de nos masses supérieures. Un visiteur qui viendrait de Mars pourrait penser que nous sommes fous.

Notre sollicitude pour les erreurs de la Nature peut être belle quand on l'envisage comme un geste d'humanité, mais elle est, comme tant de bonnes intentions humaines, rarement justifiée par ses résultats.

J'émetts la suggestion que la destruction implacable de ses erreurs par la méthode qu'emploie la Nature soit celle qui permette d'élaguer le verger humain. A cette méthode nous contrevenons. Nous y contrevenons en conservant, par nos connaissances scientifiques, la vie dans ce qui n'est pas apte à vivre. Nous y contrevenons en obligeant les forts à porter les faibles sur leur dos.

Est-ce que cela va durer longtemps ? Allons-nous dégénérer avec une certitude mathématique ?

Nous ne devons pas prendre au sérieux la doctrine effroyable du bienfait final de la guerre. La guerre nous dérobe ce que nous avons de meilleur.

Nous n'avons pas besoin d'en savoir davantage. La guerre nous laisse, pour perpétuer la race, ce que nous avons de mieux, mais au deuxième et au troisième degré. Dire que c'est là la méthode naturelle d'élaguer le verger humain, c'est certainement une dénaturation des faits brutaux n'admettant pas la controverse.

Sir Arthur Keith a énoncé cette doctrine sombre. Si, dans son cœur, git quelque explication secrète, qu'il nous la donne. Mais, jusqu'à ce que cette explication soit fournie, je suggère que nous refusions de prendre Sir Arthur au sérieux. De brillantes épées trouvent des occasions de scintiller du haut des tribunes rectorales. Nous devons faire attention à ne pas être trop éblouis par leur éclat.

Sir HERBERT BARKER.

(Daily Mail, 29 juin 1931.)

Traduit de l'anglais par M. Urbain M6

■ ■ ■

N. D. L. R. — Sir Herbert Barker n'a certainement pas songé que, si les hommes continuent à violer les lois physiologiques les plus élémentaires, comme le font trop souvent nos contemporains, les « êtres faibles » deviendront de plus en plus nombreux, à tel point qu'il arrivera un moment où il serait impossible d'« élaguer », sous peine de détruire la race humaine tout entière. Inversement, par la pratique du naturisme, les « êtres faibles », peu à peu, deviendront forts, et engendreront des êtres « aptes à vivre » que nul n'envisagera d'« élaguer ». En effet, contrairement à ce qu'avance Sir Herbert Barker, les inaptes, les faibles ne sont pas une « erreur de la Nature », mais le résultat d'une erreur de l'homme lui-même, qui, en s'écartant de ses destinées naturelles, a organisé leur déchéance. Il n'y a pas d'inaptes ni de faibles chez les animaux qui vivent dans des conditions normales.

PAYSAGE D'AUTOMNE, par Suzanne PICQ

Dans le val où l'Automne étend négligemment
Son voile qu'elle accroche aux collines lointaines,
Le fleuve à l'infini coule nonchalamment
Et baigne avec amour ses rives incertaines.

L'horizon vaporeux se couche dans ses flots ;
Son lit est tacheté de sombres silhouettes
Que forment les bosquets ombrageant ses îlots ;
Sur ses bords ensablés s'ébattent les mouettes.

Les arbres jaunissants se mirent dans ses eaux
Où voguent lentement leurs feuilles envolées.
L'Astre-Roi resplendit à travers les rameaux,
Inondant de clarté la mousse des allées.

[moissons ;

Les prés n'ont plus de fleurs ; les champs, plus de
Le cep est dépouillé de sa grappe vermeille ;
L'églantier de ses fruits orne encor les buissons,
Avec la clématite, à de l'ouate pareille.

Mais l'Automne s'attarde et ne veut pas mourir.
Au baiser du soleil, son sein tressaille encore.
La brume qu'elle exhale est son tendre soupir,
Comme un regret d'amour qui meurt avec l'aurore.

Le Soir, à l'Orient, monte avec majesté ;
La Nature s'endort. De sa douce harmonie
Se dégagent la paix et la sérénité ;
L'Automne va périr, c'est son chant d'agonie...



POUR MÉMOIRE...

UN APERÇU HISTORIQUE : COMMENT FUT CRÉÉE L'ŒUVRE DE VILLENNES

Au XX^e siècle, les hommes qui osent s'intéresser encore à la recherche de formules permettant d'améliorer le sort de leurs semblables, de les guider vers le domaine du bonheur terrestre, doivent posséder une qualité peu commune : la patience. Un vieil axiome en donne caution : « Bien faire et laisser dire ». Cependant, il est bon, parfois, de ne pas l'appliquer à la lettre. En effet, si savoir se taire est la force même des âmes hautes, il est des circonstances où le silence obstiné peut être interprété, par le spectateur non averti, comme une faiblesse. Il peut alors en résulter, par répercussion, un retard notable à la réalisation d'une œuvre précieuse à la collectivité, et dont d'aucuns pourraient momentanément être détournés par des descriptions fantaisistes et mensongères de la réalité, habilement exploitées par ceux que hanie la jalousie. Chose curieuse, cette action marque généralement la phase dernière des luttes précédant le succès définitif. Il en est ainsi en ce qui concerne le mouvement naturiste français. Que faire en pareil cas ? Se placer sur le terrain de la polémique ? Non point. Présenter historiquement l'effort de deux hommes : les docteurs G. et A. Durville. Simplement.

NATURISME

1927

En septembre 1927, par l'intermédiaire de notre organe *La Vie Sage* (5^e année, N^o 5-6), nous lançons un appel au monde naturiste en vue de la fondation de la Société Naturiste, et nous publions in extenso les statuts que nous venons d'élaborer. L'article premier stipule notamment (paragraphe E) qu'un des buts de la Société sera « d'acquiescer ou de louer un vaste terrain où ses membres pourront

à volonté venir camper, faire la cure de soleil, la cure de mouvement, pratiquer en général tous les sports sains, à l'abri des curieux ».

En novembre 1927, la Société tient sa première assemblée générale constitutive, élit son bureau, vote ses statuts et se met au travail. Toute son activité est alors concentrée sur la recherche d'un terrain de jeux. L'idée de la « Cité Naturiste » s'est incrustée dans notre esprit, et nous allons travailler sans répit à sa réalisation.

Décembre 1927. — Grâce à l'activité de nos premiers adeptes, un terrain d'environ 4 hectares a été découvert dans l'île de Médan, la future île des Naturistes. Quelle est notre volonté à ce moment ? Acheter sans délai pour donner à la Société Naturiste la jouissance de son terrain de jeux. La Société Naturiste est pauvre, hélas ! et il faut plus de 100.000 francs pour devenir propriétaire des 4 hectares convoités. Un mécène se présentera-t-il pour offrir le capital nécessaire ? Non. Les mécènes sont rares ! Il faut agir et réaliser, par nos propres moyens, les fonds nécessaires à l'acquisition des 4 hectares.

Dans *La Vie Sage* de décembre 1927, nous proposons aux naturistes, dans un referendum, d'acheter et de payer d'avance, à un prix supérieur à celui demandé par le vendeur — ceci afin de pouvoir payer les terrains de jeux — des parcelles que nous traçons en bordure de Seine (environ une soixantaine). Le centre du terrain restera libre et constituera le grand stade.

Notre idée, à cette époque ? Doter la Société d'un terrain de jeux qui sera sa propriété, mettre l'île en valeur, créer en un mot l'embryon de la Cité Naturiste.

1928

Les réponses affluent, favorables. En quelques jours, nous sommes en possession du capital nécessaire à l'acquisition.

Janvier. — L'achat du terrain de 4 hectares est réalisé en l'étude de M^e Papillon, notaire à Triel, le 28 janvier. Nous publions à ce moment (*La Vie Sage*, janvier 1928) :

« Afin d'éviter des doubles frais de mutation, nous espérons pouvoir acheter directement au nom de tous les acquéreurs qui nous avaient passé ordre d'achat. Le vendeur s'y est opposé. Il n'a voulu traiter qu'avec deux personnes au maximum.

« Les docteurs Gaston et André Durville ont donc fait établir ce premier acte de vente à leurs deux noms. Dès que la vente sera régularisée, ils revendront les lots, selon les plans de leur lotissement, aux trente et un acquéreurs qui leur ont donné pouvoir.

« Il n'y a donc rien de changé pour les acquéreurs, qui recevront bientôt leur titre de propriété. Les frais, un peu plus élevés en raison de cette double vente, ne seront en aucune façon à la charge des acquéreurs. Ils seront prélevés sur l'excédent de la somme qui a été réunie pour l'achat du stade.

« D'autre part, la Société Naturiste étant, au point de vue légal, une association, et n'ayant pas la personnalité civile, ne pouvant, par conséquent, acheter en son nom, ne sera pas propriétaire du stade. Pour la régularité des comptes, les docteurs G. et A. Durville le loueront à la Société Naturiste pour la somme annuelle de 1 franc. Ils s'engageront, dans les statuts, à vendre le stade en cas de dissolution, et à partager le produit de la vente entre les membres propriétaires de lots, au prorata de la superficie de ceux-ci.

« Chaque acquéreur aura donc, de ce fait, en plus de la propriété de son lot, une part à lui revenir sur le produit de la vente du stade, en cas de dissolution de la Société Naturiste. »

La situation est donc parfaitement nette. Nous avons été contraints d'acheter en notre nom personnel ; c'est nous qui aurons donc la charge de revendre aux naturistes les petits lots promis ; c'est nous qui louerons le stade à la Société Naturiste, pour le prix de 1 franc par an.

Pour nous mettre en règle avec la loi, nous spécifions dans le même numéro :

« Conformément à la loi de 1924 sur les lotissements, le terrain faisant l'objet de la présente acquisition ne réunissant pas les conditions de viabilité exigées par ladite loi, et chaque lot devant être considéré comme un lot-jardin, il est entendu que l'acquéreur s'oblige à ne pas édifier sur son terrain de maison à usage d'habitation. Les docteurs Gaston et André Durville dégaient formellement leur responsabilité personnelle par la présente clause au cas où l'acquéreur entendrait, sous sa propre responsabilité, ne pas en tenir compte. La présente clause ne concerne pas l'installation sur le terrain de cabanes de camping, de tentes, ou, en général, d'abris non destinés à l'habitation. »

Nous publions dans le même numéro la liste des acquéreurs (notons qu'elle contient nos noms personnels pour une somme de 15.000 francs).

Il va falloir maintenant aménager le stade. Il faut de l'argent. Nous allons nous trouver contraints de continuer à vendre.

Un projet d'extension de la Cité Naturiste est déjà à l'étude. Nous envisageons de nouveaux achats.

Mars. — Le plan d'extension se précise. Ce n'est plus un stade que nous voulons créer, mais une série de stades. Ce n'est plus 100.000 francs qu'il faudra, mais 7 à 800.000 francs. La vente des terrains est insuffisante pour réaliser le capital nécessaire. Que faire ? Abandonner la grande idée pour laquelle nous avons peiné des jours et des nuits ? Non. Il faut des capitaux ! Nous fournirons ces capitaux. Dans *La Vie Sage* de mars 1928, nous précisons :

« L'œuvre à réaliser est grandiose. Le docteur Gaston Durville, président de la Société Naturiste, et le docteur André Durville, secrétaire perpétuel, ont à cœur d'assurer, pour le profit de tous, sa pleine réalisation. Depuis des mois déjà ils consacrent à cette œuvre leur temps, leur activité, leurs capitaux. Ils sont fiers d'ailleurs des importants résultats qu'ils ont déjà pu obtenir, grâce à l'aide puissante et désintéressée qui leur a été prodiguée dans tous les milieux naturistes. Mais l'œuvre commence à peine... »

A cette époque, par conséquent, soucieux de voir vivre et s'étendre l'œuvre que nous avons créée, nous consentons tous les sacrifices nécessaires : personnellement, nous achetons ; personnellement, nous revendons ; personnellement, nous faisons profiter la Société Naturiste de notre effort. La tâche est rude. Toutes nos disponibilités s'engagent dans l'affaire. Peu importe : l'idée est belle ; elle vivra.

Mai. — Nous avons pu acquiescer deux nouvelles parcelles dans l'île. La cession s'est faite comme pour la première parcelle. Nous avons acheté en notre nom, mais cette fois avec nos seules ressources, le montant des ventes précédemment faites n'ayant pas été intégralement versé (85.000 francs restent à découvrir). Cela, d'ailleurs, n'a pas d'importance : le but est atteint. La Société Naturiste voit s'agrandir ses terrains de jeux. Notre découvert personnel ? Bah ! Nous le récupérerons dans quelques semaines, dans quelques mois, au fur et à mesure des rentrées. A ce moment, nous n'aurons, quant à nous, rien gagné matériellement. Mais l'idée qui nous est chère aura progressé, et notre récompense sera suffisante.

Juin. — Le prix de vente des terrains a dû être élevé en raison des prix nouveaux auxquels nous venons d'acheter. Les parcelles de 250 mètres sont chères pour beaucoup d'adeptes. L'un de nous propose à la réunion administrative de la Société Naturiste, en date du 8 juin, de créer des petits lots de 50 m², dits « lots de camping », dont le prix démocratique doit séduire. La proposition est approuvée.

Novembre. — La situation n'a pas beaucoup changé. Nous n'avons pas acquis de nouveaux terrains. Nous possédons environ 6 hectares. L'époque des vacances s'est révélée peu favorable aux ventes. Les sommes dues pour terrains vendus s'élèvent à 45.000 francs (au lieu de 85.000 francs en mai). 40.000 francs environ ont donc été récupérés, sur lesquels 19.000 francs restent en caisse. Notre découvert personnel n'a pas été beaucoup amorti. Tant pis, nous attendrons. Les lots nouvellement créés constituent un avoir de 150.000 fr. environ. La situation n'est pas mauvaise pour l'avenir.

Nous signalons à la Société qu'au cours de l'année qui va suivre, si les ventes se font normalement, et si nous n'achetons pas de terrains nouveaux, nous disposerons de près de 200.000 francs pour les travaux à réaliser dans l'île.

Décembre. — La situation devient pressante. La renommée de l'île des Naturistes franchit déjà les frontières. Ce n'est plus à 2 ou 3 francs qu'on accepte de nous vendre des terrains dans l'île, c'est à 6, 8 ou 10 francs.

Il faut cependant faire d'urgence un effort. Dans le mois, nous réalisons un nombre important d'achats nouveaux. Près de 4 hectares s'ajoutent aux 6 hectares précédents (*La Vie Sage*, décembre 1928). MAIS PLUS DE 200.000 FRANCS SORTENT DE NOTRE CAISSE PERSONNELLE ET PORTENT NOS DÉBOURS À 270.000 FRANCS ENVIRON.

Cependant, malgré cette dernière particularité, la situation de la Société Naturiste ne subit aucun changement. Elle aura la jouissance non seulement du stade actuel, mais encore de tous les stades à créer sur les terrains nouvellement acquis. Nous nous rembourserons

notre découvert au fur et à mesure des prochaines ventes de terrains. Nous nous efforcerons même de ne pas nous rembourser trop tôt, pour que la Société Naturiste puisse construire l'immeuble qu'elle désire et dont nous publions les plans en février.

1929

Avril. — La belle saison approche. L'immeuble dont la construction était envisagée coûtera cher, très cher. Les ventes sont calmes. Faudra-t-il se passer de vestiaires cette année ? Non. Nous allons faire un nouvel effort. Nous achetons l'immeuble du passeur, en même temps que près de 2 hectares de terrains nouveaux. Nos avances atteignent à ce jour 500.000 francs. Mais la Société Naturiste aura des vestiaires ; elle aura la possibilité de créer un nouveau stade.

Enfin, si la Société Naturiste ne peut posséder en toute propriété des terrains ou des immeubles, elle peut posséder du matériel ; nous achetons le matériel nautique du passeur : 18 canoës à glissières, 1 canot automobile, 4 barques, 3 pontons, etc. La Société n'a pas d'argent en caisse ? Peu importe, nous lui avançons 50.000 francs. Et nous écrivons (*La Vie Sage*, avril 1929) : « Immeuble et matériel seront à la disposition de la Société dès le 1^{er} mai. »

Juin. — L'île est maintenant lancée. Son succès est assuré. On commence la construction des premières tentes en fibro-ciment. Et, sous l'égide de la Société Naturiste, que nous avons soutenue sans relâche de nos deniers, la première Cité Naturiste prend corps.

Mais une œuvre n'est jamais parfaite, surtout aux environs de la date de sa création. Dans notre conception, il y a une faute, et elle est grande. En cas de dissolution de la Société Naturiste, le stade et tous les bâtiments communs seront vendus au

profit des naturistes propriétaires de petits lots ! Que la Société vienne à disparaître, et c'est la fin du rêve, le morcellement, la dispersion, le néant... Il faut supprimer cette faute. Nous décidons d'insérer dans chaque acte de vente particulier une clause par laquelle, en cas de dissolution de la Société, nous nous engageons soit à reprendre la gestion des stades et à en continuer l'entretien et l'aménagement à notre compte personnel, soit à confier ce soin à une nouvelle Société ou à un syndicat constitué par tous les propriétaires, soit enfin à céder nos droits à une municipalité. Ainsi, les stades, chemins et immeuble constitueront à perpétuité un bien inaliénable et insaisissable dont les naturistes propriétaires conserveront la jouissance.

1930-1931

Notre effort continue. De nouveaux achats de terrains portent notre découvert à plus de 600.000 francs, malgré les ventes réalisées en contre-partie. Nous récupérerons ces sommes en 8 ou 10 ans, par la vente des terrains actuellement prévus. La Société Naturiste elle-même, malgré le nombre imposant de ses membres, n'a pu suffire à ses besoins : elle est, aujourd'hui, notre débitrice de plus de 80.000 francs. Elle nous remboursera au fur et à mesure de ses disponibilités.

Tel est le bilan de quatre années d'efforts. La mémoire de l'homme est parfois chancelante ; aussi est-il bon de l'aider à se ressouvenir des choses du passé, afin de mieux lui faire comprendre le présent et de lui permettre d'entrevoir l'avenir tel qu'il s'annonce — avec confiance.

Docteurs G. et A. DURVILLE.

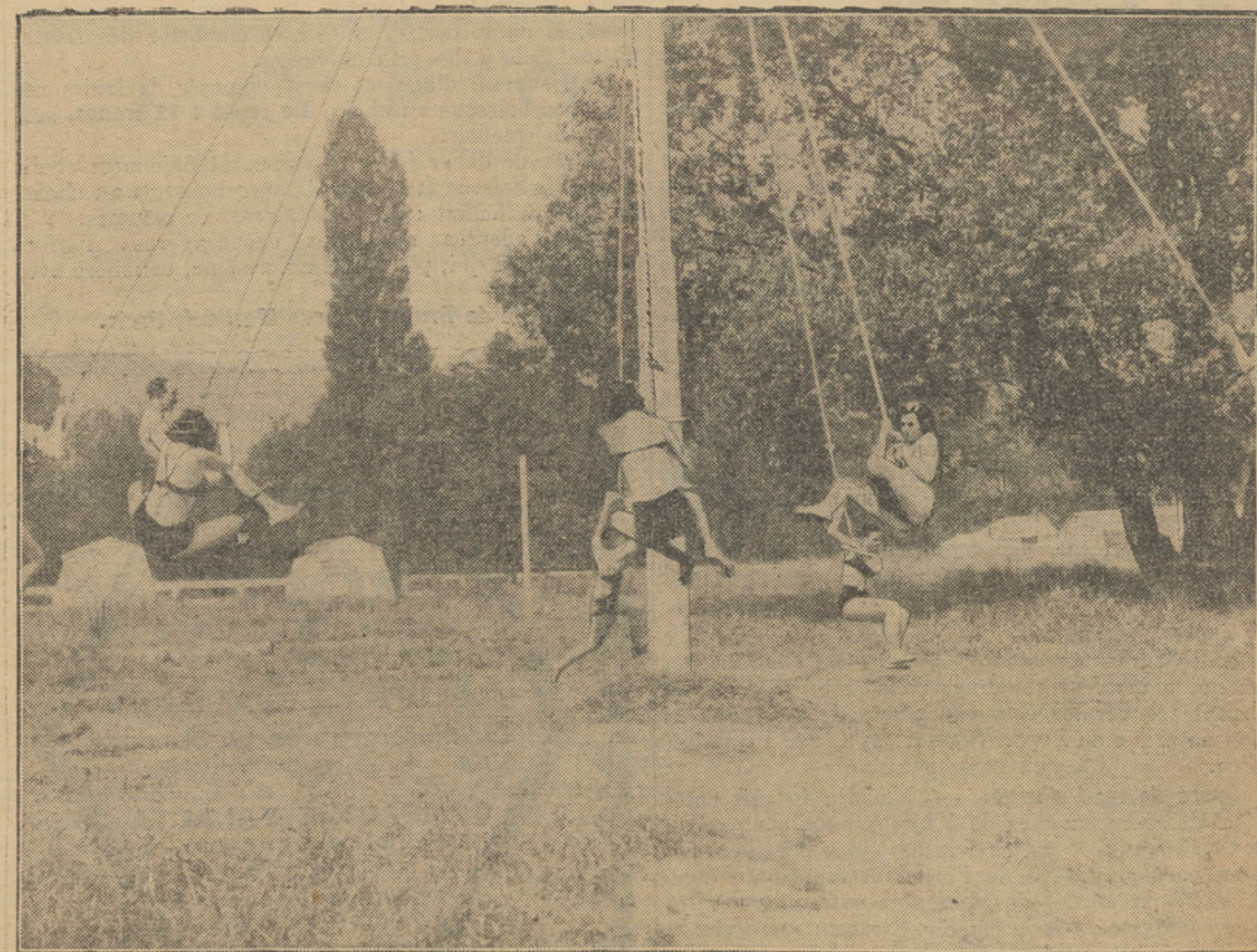
Les docteurs Durville convoquent les propriétaires de terrains à Physiopolis à une réunion générale qui aura lieu, 15 bis, rue Cimmarosa, Paris (16^e), le jeudi 29 octobre, à 21 heures.

Ordre du jour : Rédaction et signature d'un cahier des charges.



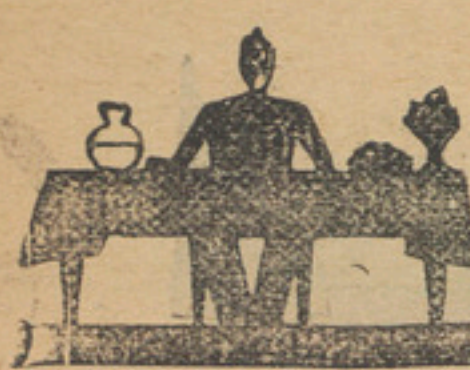
LES ENFANTS S'AMUSENT...

Plus nombreux que jamais, cette année, ils évoluent sur le grand stade, accompagnant leurs jeux de cris stridents et joyeux



...LES PARENTS ÉGALEMENT

Tourner au « pas de géant » constitue un entraînement complet. On s'y fait de solides poutres... et des jambes agiles

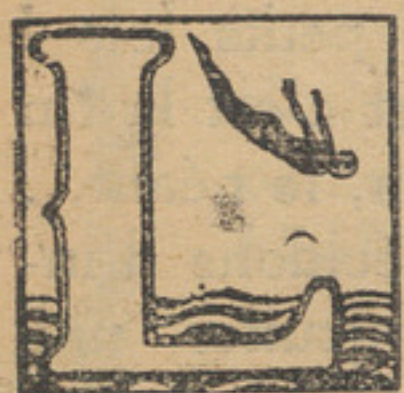


LA THÈSE NATURELISTE

MANGER
SAINEMENT.

LA CUISINE SAINES

LES ŒUFS --- QUELQUES BONNES RECETTES



L'ŒUF est un des aliments sur lesquels on a le plus discuté. Certains l'ont conseillé à outrance, en le considérant comme le fortifiant idéal ; ils en ont bourré les anémiques, les intoxiqués, les tuberculeux ; d'autres l'ont sévèrement prohibé, l'accusant d'empoisonner le foie et de provoquer l'entérite. Il ne mérite, en réalité, ni d'être considéré comme la panacée qui guérit tout, ni comme le poison-type de la nutrition. Consommé frais, et en quantité modérée (un à deux par jour), il est un bon aliment. Nous dirons même qu'il n'est guère possible d'établir un régime alimentaire correctement naturiste, si l'on supprime absolument les œufs de tous les menus. En effet, où trouverait-on une suffisante ration albuminoïde, dans un menu qui ne comporterait ni plat carné, ni œuf ? Est-ce dans les céréales et leurs dérivés (pâtes, pain, etc.) ? Non : le blé, céréale la plus riche en substances azotées, ne contient que 12 à 17 % seulement de celles-ci (voir Chapitre VI : *Les produits de céréales*) ; est-ce dans les légumineuses (haricots, fèves, pois secs, lentilles, etc.) ? Non, ces aliments, du moins quand ils sont secs, ne devant être consommés qu'avec la plus grande prudence par les naturistes, ou devant même être tout à fait délaissés (voir Chapitre VII : *Les légumes farineux*, et *La Cure Naturiste*) ; est-ce dans les champignons ? Non, ceux-ci n'étant qu'un aliment accessoire ; est-ce dans le lait et ses dérivés ? Non, parce que le lait n'est pas un aliment fondamental pour l'adulte et que, au moins en nature, il est souvent mal toléré par lui (voir Chapitre XII : *Le lait*),

et ses dérivés albumineux (fromages) sont plutôt pour nous un dessert, complémentaire de la ration, qu'un aliment de charpente du repas. On ne peut donc que difficilement se passer d'œufs.

Il faut savoir — la pratique du naturisme nous le démontre chaque jour — que si beaucoup de gens ne tolèrent pas les œufs, c'est, ou bien qu'ils en abusent, ou bien qu'ils l'associent mal au cours de leurs repas. Manger chaque jour, comme on le fait souvent, quatre, cinq, six œufs est brutaliser son foie ; c'est obliger celui-ci à jeter l'excédent dehors sous forme d'urticaire, d'entérite, de rhumatisme, de migraines... En manger dix ou douze, comme le font encore certains tuberculeux mal conseillés, est aller, à bref délai, à des accidents graves (crachements de sang, poussées de fièvre, aggravation des lésions pulmonaires). D'autre part, *consommer, dans un même repas, des œufs et de la viande est commettre une erreur alimentaire*. Les œufs ajoutés à de la viande font deux rations richement albuminisées, c'est-à-dire intoxicantes. On se suralimente, on surmène ses voies digestives en consommant double ration albumineuse au même repas. Donc, conseil formel aux cuisinières : *tout repas contenant de la viande ne doit pas contenir d'œufs*.

Et ne pas oublier qu'un repas qui ne contient pas de plat richement albuminisé (plat carné, fromage riche, légumineuses, champignons) doit contenir un œuf, en nature ou dilué dans ce qu'on

voudra (en entremets, par exemple). Si l'on ne commet pas d'erreurs d'association alimentaire, on peut dire que l'œuf frais est presque toujours bien toléré. Les quelques tarés de la nutrition qui ne tolèrent pas l'œuf, même bien associé, arrivent rapidement à le supporter quand nous avons quelque peu stimulé la fonction de leur foie par le massage.

ŒUFS A LA COQUE

On peut les cuire vite ou doucement : vite, par immersion, pendant trois minutes, dans de l'eau bouillante ; doucement, en amenant de l'eau à l'ébullition, puis, *celle-ci étant retirée du feu, en y plongeant les œufs, et en attendant dix minutes*. Le procédé lent est de beaucoup le plus recommandable ; si, en effet, on saisit l'œuf par le premier procédé (procédé rapide), on décompose les substances sulfurées de celui-ci en produits sulfhydriques, malodorants et irritants pour les voies digestives ; au contraire, l'œuf, cuit par le second procédé (procédé lent) a ses substances sulfurées intactes, et son blanc est plus digestible.

ŒUFS SUR LE PLAT

Ne pas casser les œufs au-dessus du plat où ils doivent cuire, et ne pas les y verser directement ; l'un d'eux, s'il était de mauvaise qualité, détériorerait tout l'ensemble. Casser les œufs un à un dans une assiette, et, après s'être assuré de la fraîcheur (jaune non crevé), les glisser dans le plat. Il est plus sain de cuire les œufs à l'huile qu'au beurre. Sel. Soulever les blancs à la fourchette, plusieurs fois en cours de cuisson.

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

INFORMATION DIVERSE

COMMUNIQUÉ DE MADOLIN

Riz non décortiqué. Baisse de prix. — Madolin a le plaisir d'informer ses clients qu'il est en position d'offrir le riz naturiste non décortiqué au prix de 2 fr. 25 les 500 grammes, au lieu de 3 francs comme précédemment. Cette baisse est due aux cours qui suivent la récolte et aux dispositions commerciales que Madolin a prises en vue de la nouvelle saison, et grâce aux achats substantiels qu'il a pu faire à l'étranger.

Champignons secs. — Madolin s'est constitué une réserve de champignons secs. Il offre présentement des cèpes secs, cueillis dans les prairies au cours de l'été, au prix de 11 fr. 50 les 125 grammes. D'autres espèces de champignons secs seront successivement offertes aux consommateurs au fur et à mesure des saisons, et une fois que les champignons auront eu le temps de sécher. Madolin rappelle que les champignons secs constituent une marchandise d'un poids infime, et que 125 grammes représentent une quantité substantielle.

Foyer Végétarien. — Madolin informe les consommateurs naturistes de Nice et des environs, ou ceux qui pourraient séjourner dans cette ville, qu'ils pourront trouver les éléments essentiels de l'alimentation naturiste au Foyer Végétarien, 4, rue Paganini, à Nice.

Sucre de malt d'orge. — Madolin fournit cette qualité de sucre, en pots de 1 kilogramme chaque, au prix de 13 francs le pot de 1 kilogramme. Ce sucre est obtenu par le maltage de l'orge, et représente donc l'efficacité du travail des diastases naturelles sur les matières amylacées de la céréale. C'est un sucre vivant qui s'oppose au sucre stérile. On l'emploie comme du sucre ordinaire, notamment pour sucrer les infusions. Mélangé à du miel, au gré du consommateur, il est très agréable au goût.

LA CURE DE FRUITS

Le naturisme comporte un régime approprié ; or, il n'y a pas de meilleure alimentation que celle composée de fruits naturels ; c'est celle recommandée par les plus hautes sommités médicales, qui préconisent la « cure de fruits ».

Pour la première fois, à Paris, s'est ouvert un établissement où l'on ne trouve que des fruits, fruits de premier choix, fruits variés et que l'on déguste sur place, véritable restaurant du naturisme ; on peut aussi, si on le désire, choisir et emporter des fruits. Et tout cela à des prix modiques.

Déjeuners, dîners et thés composés de fruits variés avec boissons au choix. **Le repas : 12 francs**, service non compris.

Cure de douze jours, comprenant déjeuners et dîners composés de fruits variés avec boissons au choix. **La cure, à forfait : 300 francs**, service compris.

Les adeptes naturistes encourageront l'effort d'une maison qui, par sa formule même, collabore avec leur but.

La Cure de Fruits, 11, rue Marbeuf, Paris.

**LE
YAOURT
CHEZ SOI
AU PRIX DU LAIT**
Brochure gratuite sur demande

COMPAGNIE YALACTA
Siège: 26 Rue Caulaincourt
PARIS-18^e
ou
4, Galerie Montpensier
(Palais Royal), PARIS-1^{er}

LE ÉDITION DE "NATURISME"

La Cuisine Saine (Un seul volume. Prix : 30 francs).

Deuxième édition. Vingt-trois mille.

Ce qu'il faut manger pour conserver sa santé et pour se guérir. Cet important ouvrage de plus de 400 pages étudie les potages, les hors-d'œuvre, les pâtes, les légumes, les viandes, les œufs, les laitages, les sauces, les entremets, les pâtisseries et les fruits. Tout être soucieux de sa santé doit le posséder.

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

Quatrième édition. Cinquante 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.

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.

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

En vente à « NATURISME » et dans toutes les librairies

■ ■ ■

A VALENCIENNES. — *Naturisme* et ses éditions sont en vente à la Librairie des Arcades, 67, rue de Famars. Nos amis y trouveront tous les ouvrages sur le psychisme, la théosophie, le végétarisme, le naturisme, la culture physique et mentale, etc. Librairie comptable, d'organisation commerciale, technique.

« NATURISME » VOUS INTERESSE ?

ABONNEZ-VOUS

3 mois : 12 francs

1 an : 40 francs

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

LE NATURISME ET LE ART

LE CINÉMA

LA DERNIERE COMPAGNIE

Le Studio des Agriculteurs nous offre, pour sa réouverture, un programme où voisinent le meilleur et le pire. Débarrassons-nous du pire, en citant le titre de cette comédie, heureusement « sans prétentions », comme nous l'annonce gentiment un sous-titre : *Quand tu voudras*, dont la vedette, Lilian Harvey, est le seul élément agréable, et passons, sans plus tarder, au premier film parlant de Conrad Veidt, *La dernière Compagnie*, qui constitue la plus grande partie du spectacle.

Un film de guerre, oui, mais de guerre sous l'Empire ; un film dont le thème est de toutes les époques, de tous les climats. Avec des moyens simples, le réalisateur, Joé May, a su évoquer admirablement l'héroïsme des grenadiers prussiens, leur abnégation dans un sacrifice obscur, sans grands mots, sans tirades, illuminé des seuls langage et chants quotidiens ; sacrifice, à peine teinté d'amertume, de l'homme pour l'homme.

Avions-nous jamais vu démonstration plus éloquente et plus dépouillée de l'horreur, de l'absurdité de la guerre ? Parmi les œuvres gravitant autour du Premier Empire, nous réservons à *La dernière Compagnie* une place de choix. Sa supériorité provient, en grande partie, de ce qu'elle ne met pas en scène de personnages historiques, sur lesquels nous avons tous, plus ou moins, des idées préconçues. Rien ne vient diminuer la vraisemblance de l'anecdote, rendue plus intéressante encore par l'exactitude des détails et de la mise en scène. La presque totalité de la bande a été tournée en studio, et pourtant nous ne pouvons en faire grief à l'auteur — il est vrai que les Allemands, à ce point de vue, poussent assez loin le réalisme et le souci de la vérité. Les photographies sont pour la plupart fort belles, un peu trop brumeuses peut-être, mais en tous cas éminemment propices à la création de l'atmosphère. L'interprétation est hors de pair ; Conrad Veidt donne du capitaine Burks une image saisissante ; Karin Evans lui donne la réplique avec une naïveté touchante, et les grenadiers sont tous des acteurs remarquables.

Voici l'histoire : 1806, Iéna ; la Grande Armée s'avance, victorieuse ; sur le champ de bataille où croissent les corbeaux, un homme se relève, blessé : capitaine Burks, commandant une compagnie de grenadiers prussiens. Rassemblés, les survivants se comptent : ils sont treize, de tous poils, de tous âges. Que faire ? Reculer ? Une estafette arrive ; l'ordre est simple : tenir pour protéger la retraite de l'armée en déroute, tenir dans un vieux moulin, planté en plein marais. Sans hésitation, Burks et sa troupe se dirigent vers l'endroit assigné. Renforts demandés, aussitôt refusés ; le capitaine comprend quel rôle leur est dévolu. Le meunier habite encore là avec sa femme et une jeune parente ; chargés de leurs objets les plus précieux, ils partent, inconsolables, mais, poussée par un sentiment obscur, la jeune fille revient, et, malgré les adjurations du capitaine Burks, refuse de le quitter. Les heures de la nuit s'égrenent lentement ; la peur tenaille un homme ; avec des chants, une guitare, ses compagnons l'arrachent à son angoisse — la plus admirable des scènes. Dernier incident de cette nuit poignante, le benjamin de la compagnie, blessé mortellement par une patrouille, rentre pour expirer, et trouve cependant la force de prévenir de l'imminence de l'attaque. Au matin, les Français surviennent ; le moulin est là, silencieux ; la boue attend, traîtresse, prête à happer les êtres qui l'effleureront. Un siège rapide, la mort passe, mais le pont qui a permis la retraite de l'armée prussienne saute. Plus rien qu'un bicorné pour saluer les grenadiers anonymes. — JEAN FAUREZ.

AU PALAIS DES ARTS, 325, rue Saint-Martin, Paris. — Du 30 octobre au 5 novembre : Rez-de-chaussée, *La Fine Combinaison*, *Le Million* ; Premier étage, *Echec à la Dame*, *Le Petit Café*.

LA MUSIQUE ENREGISTRÉE

Les nouveautés « Pathé »

Beaumarchais (X 92.012). — Quelle ravissante musique Rossini a composée pour ce petit opéra-comique ! On eût aimé entendre du Mozart. Et c'est plaisir que d'écouter la voix d'André Bauge, cet artiste toujours si sûr de lui, et qui inspire à ses auditeurs une pleine sécurité, tant par la justesse de ses intonations que par la puissance de son souffle.

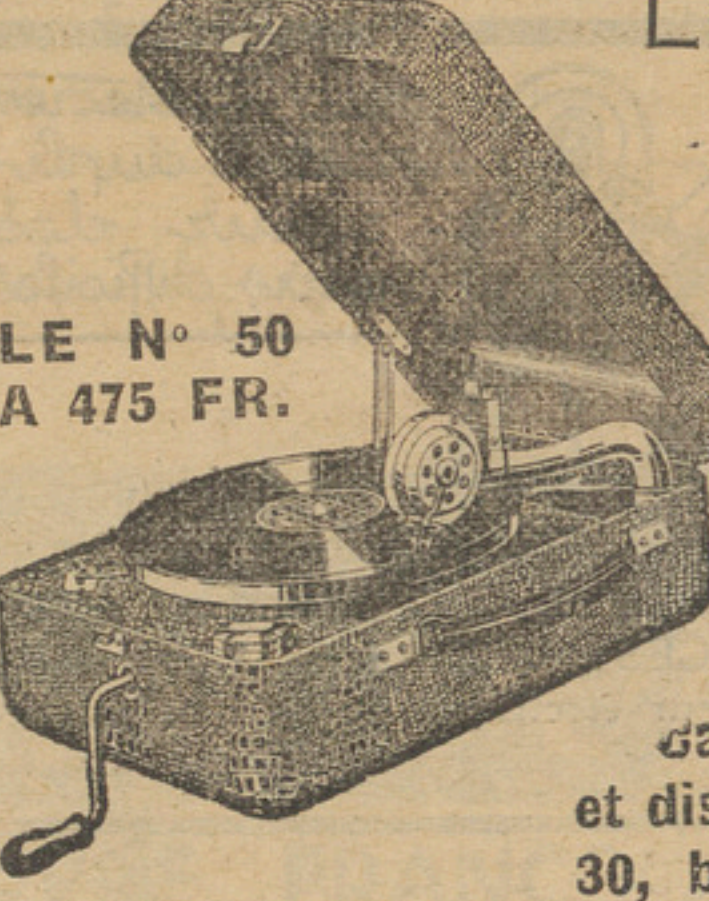
Evocations Arabes (X 96.020). — Sur des thèmes arabes authentiques, M. Armand Abité a composé un poème symphonique qui mérite un succès égal à celui du fameux *Marché Persan* ou à celui des *Jardins du Monastère*. On ne saurait mieux évoquer musicalement l'atmosphère d'un café maure, où des Arabes sont accroupis et écoutent une chanson bizarre. On ne saurait mieux faire surgir dans l'imagination des silhouettes de musiciens jouant dans l'ombre claire, et de danseuses vêtues d'étoffes soyeuses et parées de bijoux bruisants.

Le Tambour-Major amoureux (X 3.951). — Charlus, ce vétéran des enregistrements, a toujours sa voix forte et son articulation impeccable. Aussi a-t-il été chargé d'interpréter ces deux vieilles chansons légères : *La Levrette de la Marquise* et *Le Tambour-Major amoureux*, pour qu'elles figurent dans la brochure des nouveautés de Pathé. Le contraste entre l'ingéniosité et le modernisme de cette publication, et le caractère traditionnel de ces deux chansonsnettes, est comme un symbole de l'art phonographique français, qui fut l'un des premiers au monde à prendre du développement, et qui, aujourd'hui, s'engage, d'un élan toujours accéléré, sur la voie du progrès et des innovations.

Pourquoi nous dire adieu ? (X 94.073). — Ces couplets, dont la musique est fort agréable, ne sont pas mal rimés. Et M. Max Rogé les a chantés avec autant d'émotion qu'on en peut avoir pour exprimer les peines de son cœur sur un air de tango.

Primerose (X 93.016). — Tous les spectateurs qui ont admiré la grâce, la sensibilité, le charme et l'esprit de Marie Leconte ont éprouvé de la tristesse lorsque cette comédienne éminente a quitté la Comédie-Française. Ils ont été bien heureux d'apprendre que, grâce à des disques, on retrouverait le plaisir qu'on lui avait dû. Marie Leconte et Maurice de Féraudy, voilà deux Sociétaires qui ont fait longtemps la gloire du Théâtre Français. Nulle interprétation ne saurait être plus brillante pour cette scène de *Primerose*, si souvent acclamée, et où s'attestent l'esprit et le cœur de l'irremplaçable Robert de Flers.

Les petits dialogues de la Correctionnelle (X 94.077). — Marguerite Deval a été bien longue à se décider. Enfin, elle a consenti à laisser enregistrer sa voix. On doit s'en féliciter. Les disques de Marguerite Deval ont ceci de particulier qu'ils sont évocateurs des gestes. On voit vivre et remuer, avec son esprit habituel, cette incomparable diseuse, à laquelle M. Carol donne la réplique très spirituellement.



**LES PORTATIFS
P A T H É**

(de 300 à 975 fr.)

se recommandent
de leur QUALITE
et de
leur ELEGANCE

catalogues, appareils
et disques franco : PATHE,
30, bd. des Italiens, Paris

REVUE DE REVUE

ESTUDIOS, revue mensuelle, Apartado 158, Valence (Espagne). — OCTOBRE : *Richesse et misère* ; *L'enfant d'aujourd'hui* ; *Nécessité de l'initiation sexuelle* ; *La science et la religion* ; *Dépopulation et civilisation*, etc., etc.

L'AVVENIRE SANITARIO, journal hebdomadaire d'hygiène sociale. Directeur : Docteur Enrico Villa, 34, Corso Porta Nuova, Milan (Italie). — 15 OCTOBRE : *La tuberculose en diminution en Italie* ; *Illusion et désillusion* ; *Les troubles psychiques et le sport*, etc., etc.

EDUCAZIONE ALIMENTARE, revue bimestrielle de tempérance et d'hygiène, Correggio (Italie). — OCTOBRE : *Littérature naturaliste* ; *Végétarisme ou naturisme ? Le monde est inquiet* ; *A propos du nudisme*, etc., etc.

L'IDEA NATURISTA, revue mensuelle, organe officiel de l'Union Naturaliste Italienne, Via Procopio, 2, Milan (Italie). — OCTOBRE : *Le retour à la terre* ; *La réforme du vêtement masculin* ; *L'auto-intoxication* ; *Le naturisme et le bonheur*, etc., etc.

PRO VIDA, revue mensuelle. A.-L. Lopez, Zenea 57, La Havane (Cuba). — *Le régime pour les maladies gastro-intestinales* ; *Le ciel* ; *La santé par le soleil* ; *Le naturisme est la base de toutes les réformes* ; *Le nudisme*, etc., etc.

FIGARO, revue bi-mensuelle de politique et de libre-culture, Haberlandstrasse, 7, Berlin W 30 (Allemagne). — 15 OCTOBRE : *Le journal de Figaro* ; *Le sixième Kalife*, etc. — Nombreuses illustrations.

LACHENDES LEBEN, revue mensuelle. Robert Laurer Verlag, Egestorf, Bezirk Hamburg (Allemagne). — OCTOBRE : *La renommée du soleil* ; *Une franche réponse à nos adversaires* ; *Les Danubiens à Vienne* ; *Deux sortes d'épidermes* ; *L'éternelle mesure de la beauté*, etc., etc.

LICHT-LAND, revue bi-mensuelle, organe de la Ligue pour la Formation de la Vie Libre. E. Wachtler, Friedensallee, 124, Altona-Elbe (Allemagne). — 15 OCTOBRE : *La nature et l'homme* ; *La signification de la libre-culture dans la crise économique actuelle*, etc., etc.

FREIKORPERKULTUR UND LEBENSREFORM, revue mensuelle pour la Libre Culture et la Réforme de la Vie, docteur Hans Fuchs, Rheinstr. 8, Darmstadt (Allemagne). — OCTOBRE : *La culture physique et la cure de mouvement* ; *Différentes méthodes de gymnastique* ; *L'alimentation en voyage*, etc., etc.

L'ASTROLOGIE ET LA VIE

Un numéro spécimen de cette revue, consacrée aux études d'astrologie scientifique, ou cosmobiologie, est envoyé gracieusement, avec le tarif des consultations particulières, sur demande, aux lecteurs de *Naturisme*. Moyennant 1 franc en timbres, il sera joint le Graphique des Lunaisons pour l'année 1932, d'un usage journalier, sur beau bristol coloré (extrait des Ephémérides de Talloires).

L'abonnement de six mois (15 fr.) ou d'un an (24 fr.) donne droit à un horoscope scientifique détaillé gratuit, de 4 à 5 pages.

Au sommaire du numéro de novembre (franco 2 fr.) : *De la Comédie-Française au couvent* ; horoscope de Mlle Yvonne Hautin ; *Horoscope d'Alain Gerbault* ; *Un raid dans la stratosphère* ; *Horoscope du professeur Piccard* ; *Phénomènes psychiques et influences astrales* ; *Rectification de l'heure d'une naissance d'après les événements survenus, confirmée par l'Etat-Civil* ; *Le crime sadique de Saint-Mars-d'Outille* ; *L'avenir imminent et les prophéties de Nostradamus*, etc.

Ecrire : Institut Astrologique de Paris. Adresse provisoire : Anzin (Nord). Chèques postaux : Paris 620-19.

H É L I O P O L I S



Le défaut de place et aussi le manque de temps nous obligent à résumer seulement en quelques lignes la situation de notre Centre Naturaliste. Nous nous en excusons auprès de nos lecteurs. Disons tout de suite notre profonde satisfaction des superbes résultats obtenus par quelques mois d'efforts, et dont nous faisons juges nos lecteurs.

LES TRAVAUX

Les travaux ont fait de considérables progrès.

La route reliant le port du Grand-Avis au rond-point du Fort est terminée. Pour la première fois depuis des siècles, l'île du Levant est dotée d'une belle voie carrossable sur laquelle circulent auto-chenille, camionnette, voiture à âne, bicyclettes, etc. Des tonnes de matériaux s'accumulent dans le domaine de l'Ayguade, à pied-d'œuvre pour la construction des bungalows que nous allons commencer incessamment.

L'équipe de nos ouvriers a été scindée en deux groupes : le premier travaille au dessouchage et à l'élargissement des chemins du domaine ; le second est en train de forer le puits de la cote 85, à proximité immédiate du vieux fort.

TRAVAUX A L'ETUDE

Nous sommes en possession des devis relatifs à l'élévation des eaux au point culminant du domaine, en vue de leur répartition ultérieure, sous pression, dans toutes les habitations. Sauf impossibilité matérielle que révélerait notre bureau d'études, nous traite-

rons incessamment et commencerons les travaux en vue de leur achèvement pour le printemps.

ACHAT DU DOMAINE DE L'AYGUADE

Conformément aux prévisions annoncées ici même il y a quelques semaines, la Société des Iles d'Or vient de vendre aux docteurs Durville les 25 hectares du domaine de l'Ayguade. L'acte notarié a été signé le 20 octobre dernier. La constitution de la Société Héliopolis, à laquelle les docteurs Durville feront apport du domaine, n'est donc plus qu'une question de quelques semaines.

TERRAINS

Il ne reste plus qu'une très petite quantité de parcelles à vendre dans le domaine. Nous engageons les amateurs retardataires à se hâter de retenir les dernières actions attributives de terrains (on peut consulter le plan, 24, rue d'Alleray, tous les jours, de 9 heures à midi et de 14 heures à 17 heures).

QUARTIER COMMERÇANT

Le quartier commerçant de l'Ayguade s'étend chaque jour. Nous allons commencer les constructions de la *Boulangerie-Pâtisserie*, du *Magasin Général d'Approvisionnement*, de la *Librairie-Papeterie*. Un *Hôtel-Restaurant*, une *Pension pour enfants* vont être créés. Nous sommes en pourparlers pour l'édification de l'école et du bureau de poste.

Il ne reste à occuper que les situations suivantes : *Restaurant Naturaliste* ; *Salon de Thé* (ce commerce a été abandonné par le premier titulaire, qui a choisi une situation plus importante).

Pour ces deux affaires, se mettre en rapport d'urgence avec le docteur André Durville.

Une cinquantaine de tentes en Célotex, véritables petits bungalows de 3 m. x 3 m., seront installés au printemps dans le domaine. Le problème du logement simple, mais confortable, de nos adeptes, est ainsi résolu.

CONSTRUCTIONS

Un nombre important de naturalistes ont passé commande de leurs constructions. Nous avons déjà reçu des acomptes pour une douzaine de bungalows. Nous rappelons que ne pourront être comprises dans la première série de travaux que les commandes pour lesquelles il nous aura été versé, avant le 20 novembre, au moins 25 % du montant du devis (se mettre en rapport, à ce sujet, d'extrême urgence avec le docteur André Durville).

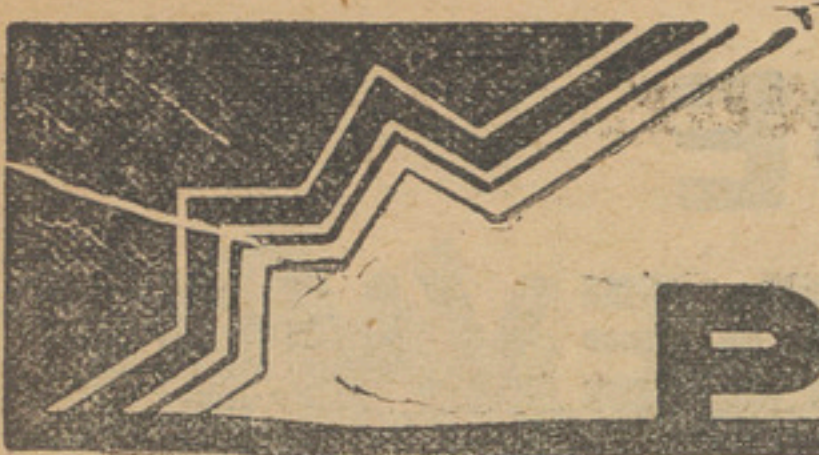
Les plans et devis sont dressés par M. Rippert, architecte. Les travaux ont lieu sous la direction générale de notre ingénieur, M. Bernier, et sous la responsabilité de notre société.

SOCIETE D'ENTREPRISE

L'émission est close. Le capital sera fixé aux environs de 110.000 francs. La Société sera constituée avant la fin de l'année.

Docteur A. D.

Le docteur André Durville se trouve à Paris du 16 au 31 de chaque mois et à l'île du Levant du 2 au 14.



PETITE ANNONCE

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

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

DEMANDES D'EMPLOIS

JEUNE HOMME, 25 ans, cherche emploi chez naturiste, aide-jardinier de préférence. — Ecrire : G. Borios, Hôtel des Alpes, Thorenc, par Grasse (Alpes-Maritimes).

VEGETALIEN accepte ts travaux défrichement et terrassement, ttes rég. Cond. à Dubos, 300, r. Eragny, Conflans-St-Honorine (S.-et-O.).

J. HOMME nat., 20 a., bon. famille, instruit, dem. occupat., même manuelle, au pair, ds fam. natur. Ile du Levant, *Naturisme*, N° 567.

JEUNE HOMME cherche emploi chez naturiste, manœuvre ou travail de la terre. Cuisine naturiste intégrale. Ecr. *Naturisme*, N° 565.

INGENIEUR, 49 a., 25 ans pratique métallurgie, ayant donné natur. preuves de dévouement les plus évidentes, cherche sit. France, Col. ou Etrang., même en dehors spécialité. — Ecr. à *Naturisme*, N° 561.

LOCATIONS

DEUX CHAMBRES CONTRE TRAVAIL, dans jolie banlieue proche l'une contre raccommodage, l'autre contre couture, qques jours p. sem. Ne pas venir, écr. : Marsa, 3, r. Amiral-Courbet, Paris (16°).

CELIBATAIRE, 30 ans, bonne éducation (références moralité), cherche chambre meublée avec facilité préparer repas naturistes. 15^e arrondissement si possible. Conditions intéressantes. Ecrire à *Naturisme*, N° 564.

JOLIE CHAMBRE meubl. ds appart. sur square, électricité, à 7 min. métro Champerret, pr mons. seul, libre de suite. *Naturisme*, N° 563.

MONSIEUR, 37 ans, cherche villa meublée à louer, région côte basque, avec facilité de trouver travail chez naturiste si possible et dans même rég. Ecr. : Charpiot, 10, av. Foucaud, Limoges (Hte-Vienne).

VENTES

RESTAURANT végétarien pleine prospérité, centre Nice, bail 7 ans 1/2, à céder, cause départ. *Foyer Végétarien*, 4, r. Paganini, Nice.

ARTISAN vendrait petite fabrication intéressante. Petite mécanique. Mettrait au courant. — Ecrire à *Naturisme*, N° 566.

PENSIONS NATURISTES

LE « PROVENCE », hôtel de premier ordre, au Lavandou, entre la poste et la plage. L'hôtel-relai 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'Ile du Levant. Renseignements gratuits. — *Elisée Argaud*, propriétaire-directeur, téléph. permanent (nuit et jour) N° 2, Lavandou. Adr. télégr. : Provence, Le Lavandou.

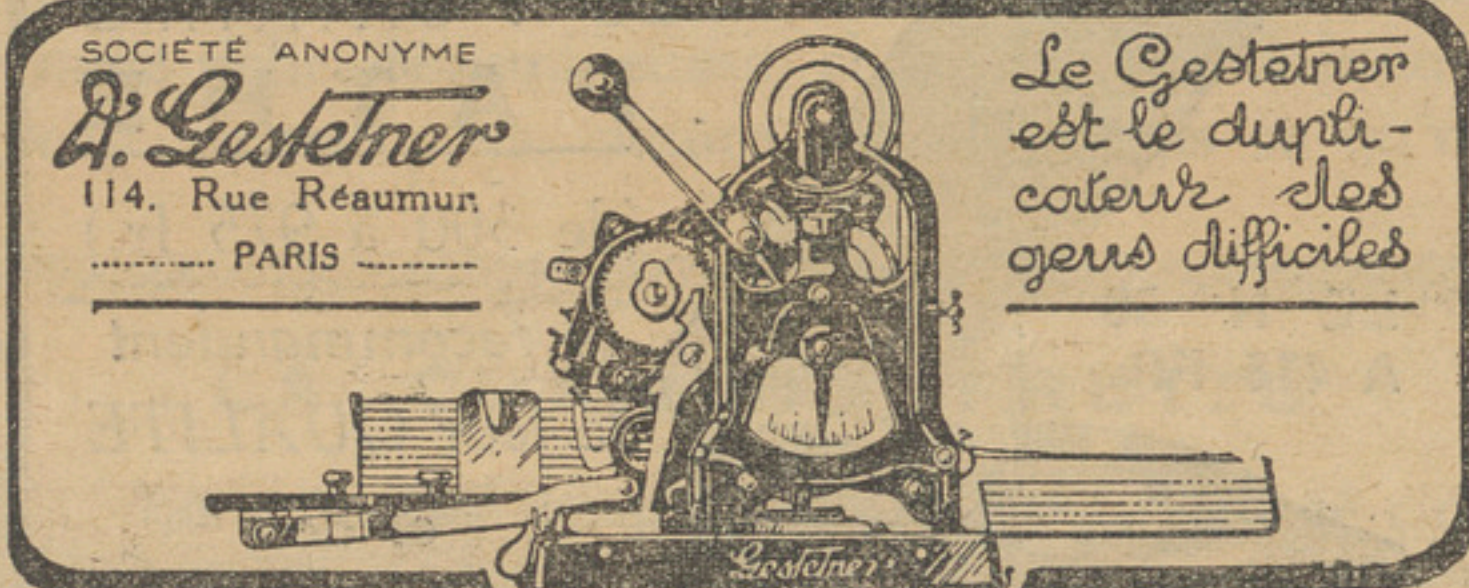
MARIAGES

CULTIVATEUR, poète mystique, 35 ans, atteint d'asthénie, bon aspect, désire relations avec demoiselle même maladie pour envisager avenir dans vie naturiste. *Raymond Campo*, Puichéric (Aude).

INGENIEUR, 45 a., nat. conv., ayant eu malh. et revers, dés. conn. pour essayer de ref. vie culture France ou Colonies, jeune f. très affect., sér., grande, sportive, nat. — Ecr. à *Naturisme*, N° 562.



CINQUANTAIRE GESTETNER (1881-1931)



Pour commémorer cette date, GESTETNER offre à 210 hôpitaux du monde entier un duplicateur électrique du dernier modèle.

ETABLISSEMENTS NATURISTES

STADE NATURISTE sportif, sous le patronage des D^{rs} Durville, dirigé pers. par M. Angel, prof. cult. phys., ouvert jeudis et dim. Cours culture physique gratuit aux naturistes dimanche après-midi. Pr ts renseign., s'adr. : 29, r. de Pontoise, à Montmorency (S.-et-O.).

AU RESTAURANT VEGETALIEN, 40, rue Mathis (métro Crimée), vous pouvez faire des repas revitalisants, sains et abondants, grâce à la « Basconnaise » (salades variées) et aux aliments naturels que l'on y sert, pour les prix de 3 fr. 75 (dames) et 4 francs (hommes).

DIVERS

NATURISTES, FAITES SOIGNER VOS DENTS chez M. J. Broutin, chirurgien-dentiste, membre de la Société Naturiste, 210, boulevard Raspail, Paris (14^e). Appareils modernes, bridges, couronnes, etc. Remise 20 % aux naturistes.

NATURISTES, confiez vos travaux photographiques à La Phototechnique, 91, rue de Rennes, Paris (VI^e), où le meilleur accueil vous est réservé. Discretion absolue. Spéc. d'agrandissements.

JEUNE HOMME allemand, 22 ans, bonne éducation, désire connaître jeune fille ou jeune homme français pour échange idées et excursions. — Ecr. : Karl Haux, 17, rue B.-Duprat, Bagneux (Seine).

ECHANGERAI contre auto 7-10 CV, bon état gén., sup. terrain 250 m², Ile Naturistes, bordure Seine, face grand stade. Ecrire : Heyd, 15 bis, rue Jobbé-Duval, Paris (15^e).

NATURISTE cherche associé av. 20.000 fr. pr pens. enfants sur la Côte d'Azur, ou emprunt. 20.000 fr. (pr intér., offre pens. compl. à une personne ou un enfant). *Foyer Végétarien*, 4, r. Paganini, Nice.

NATURISTES, vous aurez BIEN-ETRE, SANTE, en ne couchant que sur la LITERIE en DUVET-LIEGE (marque déposée), produit tiré de la pulpe saine du liège et stérilisé. Pas de poussière, ne se mite pas. Article léger et solide ; il en faut moins. Facilement transportable, élastique, isolant, imputrescible et bon marché. — S'adresser à : Léon Sénéquier, industriel, La Crau (Var).

Modes
Léontine Cluèbert
3, rue Jobbé-Duval, Paris (15^e)
(Métro: Convention)
la modiste des naturistes...

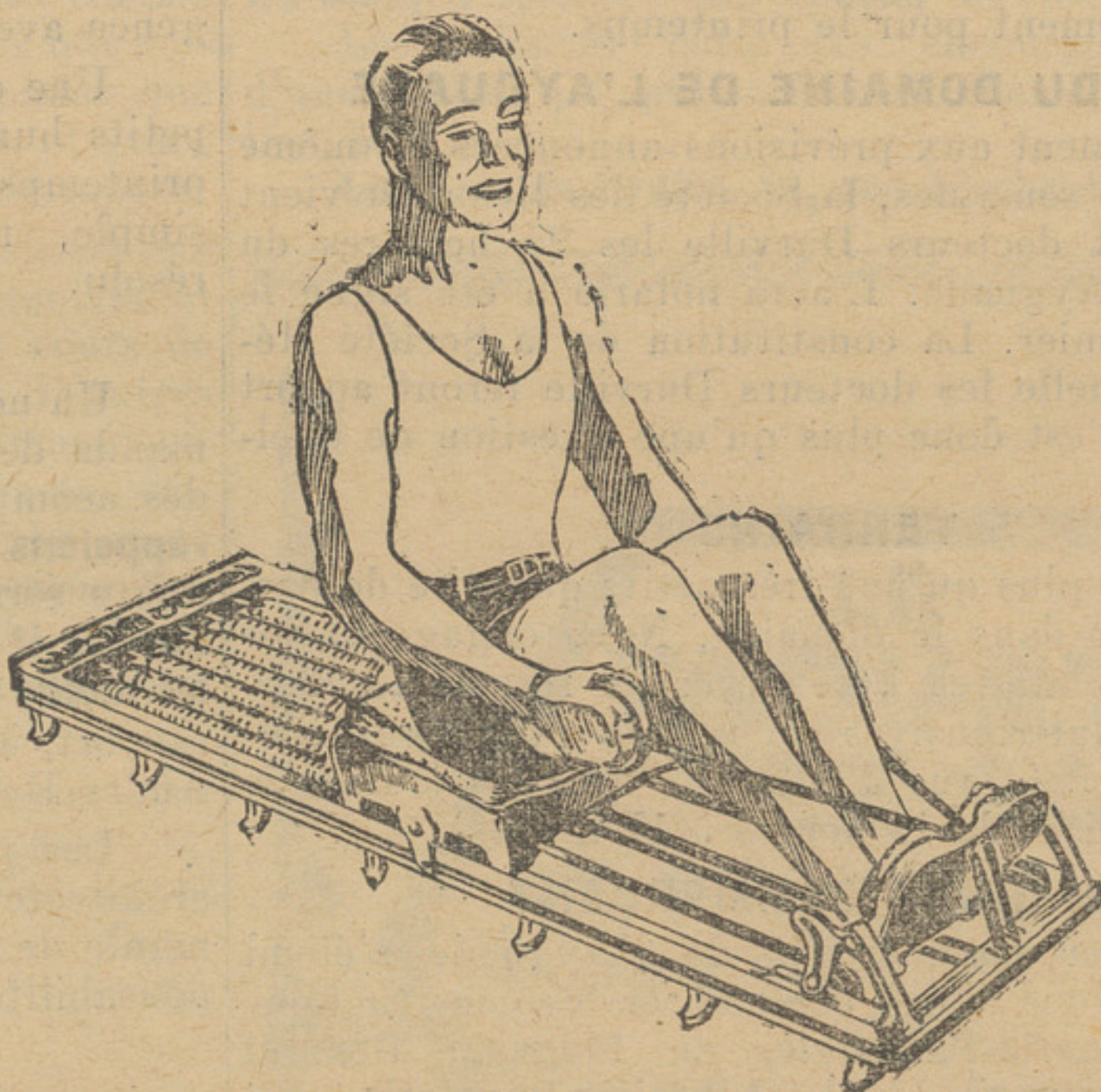


LE SIÈGE DE SANTÉ

CET APPAREIL EST DESTINÉ A VOUS, QUI PAR VOS OCCUPATIONS INTELLECTUELLES, N'AVEZ PAS L'OCCASION DE RÉTABLIR L'ÉQUILIBRE ENTRE LA DÉPENSE NERVEUSE ET LA DÉPENSE PHYSIQUE.

DÉFENDEZ VOTRE LIGNE COMME UNE FRONTIÈRE

LE SIÈGE DE SANTÉ OPÈRE PAR LE JEU DES MUSCLES UN SALUTAIRE MASSAGE DES ORGANES INTERNES ET, PAR SON TRAVAIL COMBINÉ DE TOUTS LES MEMBRES, AMÈNE UN DÉVELOPPEMENT HARMONIEUX DES PROPORTIONS.



BUSSOZ-SPORTS
"AUX ARCADES"

78, Champs-Élysées, Paris - Tél.: Élysées 86-46 99-90 et la suite

à Paris
15^e, RUE CIMAROSA (15^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 CASTON ET ANDRÉ DURVILLE
quelle que soit votre maladie la médecine naturiste peut quelque chose pour vous

ON CONSTITUERA VOTRE DOSSIER MÉDICAL
ON ÉTABLIRA VOTRE RÉGIME
ON VOUS TRAITERA SANS MÉDICAMENTS

ou à Caen
200, RUE CAPONNIÈRE
Téléphone: 12-77
CONSULTATIONS PAR LES D^{rs} 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.

La syphilis est curable. Et le malade ? Aussi.

IRENE JALABERT

LA CROIX HORIZONTALE
ROMAN DE DEUX GUÉRISONS

La magistrale réponse d'une femme à Baudelaire. Si le grand poète avait connu ces fruits du mal, il n'aurait jamais écrit ses « Fleurs du Mal ».

Un fort volume de 248 pages. — Prix : 20 francs

Dépôt général : LIBRAIRIE UNIVERSUM, 33, rue Mazarine, Paris

POUR VOTRE

A MEUBLEMENT

NATURISTES. ADRESSEZ-VOUS
A UN FABRICANT NATURISTE**RENÉ AXLER**174, avenue du Maine
PARIS (14^e)Téléph. : Ségur
65-64CHAMBRES
A COUCHER

SALLES A MANGER

MEUBLES DE BUREAU
MEUBLES DE CUISINE

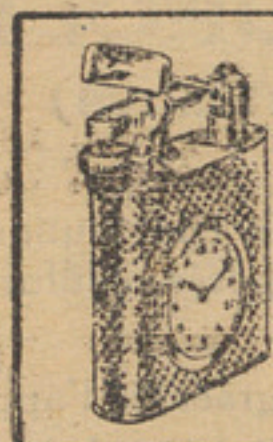
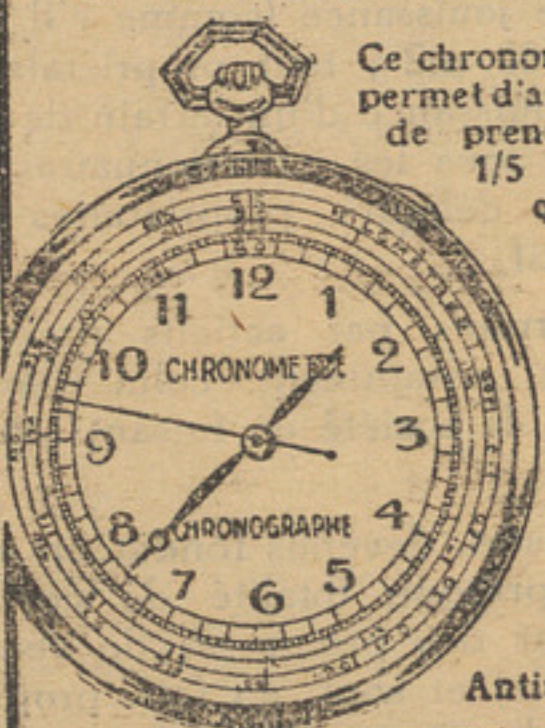
SIEGES, DIVANS, COSY-CORNERS

INSTALLATIONS COMPLETES

DEVIS SUR DEMANDE

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

ABONNEZ VOS AMIS A « NATURISME »

**SOYONS PRATIQUES**
MONTRE-BRIQUET
estampillé semi-automatique
garanti 10 ans
envoi contre
remboursement 50
Fabrique B. C. Lynda
Morteau (Doubs)**SPORTIFS!**
UN CHRONOMETRE POUR VOUS**FABRIQUE LYLYNDA**
MORTEAU BESANCONCe chronomètre élégant vous
permet d'avoir l'heure exacte,
de prendre le temps au
1/5 de seconde ainsi
que la vitesse en
auto, etc. Garanti
6 ans. — Prime
à tout acheteur :
superbe briquet
semi-automati-
que, valeur com-
merciale 20 fr.
ENVOI CONTRE
REMBOURSEMENT
30 FR.
Antimagnétique 35 frsSi vous désirez le
goûter, un échan-
tillon gratuit
vous sera adres-
sé contre envoi
de cette annonce
accompagnée de
1 fr. en timbres-
poste pour frais
d'expédition.**Tel cœur, tel nageur..**Over arm, trudgeon, crawl, bras-
se, water-polo, exigent un effort
cardiaque d'autant plus intense
que la respiration est contenue.
On ne devient un as dans ces
sports qu'en ménageant son cœur.
Nageurs, ne buvez que du café
Sanka, sans caféine, le café des
sportifs soucieux de leur forme.**Café SANKA** sans
caféine
Boulogne - Paris**BULLETIN D'ABONNEMENT A**
NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE

A adresser 15 bis, rue Cimara, 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
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.

Imprimerie de « Naturisme », 24, rue d'Alleray, Paris (15^e)
Le gérant : AUGUSTE CHAUVETON.**CANOËS INDIENS**
(DIX MODELES)Les plus en vogue — Fabrication française irréprochable
40, av. de la République
CHAUVIÈRE-NAVAL PARIS**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 BRODÉS, CEINTURES
AUX COULEURS DE LA SOCIÉTÉ NATURISTE
CHAUSSURES DE CROSS, DE SAUT, ETC., ETC.
TOUS JEUX DE PLEIN AIR
TOUS MODELES DE BALLONSALLEN fournit tous les jeux utilisés
— dans l'ILE DES NATURISTES —
Catalogue sur demande**Madolin**
472, RUE MARCADET
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 700 gr. 7 »

BISCOTTES NATURISTES AU PICARDAN

Fines, légères, levées au ferment de raisin. Les 500 gr. 12 »

BISCUITS NATURISTES AUX RAISINSFarine 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 puis-
sant 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 VEGETAL « 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 »

GERMOIREn 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 chloro-
phyllé.....Les 500 gr. 9 »**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 »**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.**MALT NATURISTE**Mélange étudié de malt d'orge et de malt de riz. Farine
très diastasée à saupoudrer sur tous les aliments, no-
tamment les féculents, dans l'assiette. Les 250 gr. 5 »
Saupoudreuse, verre moulé, bouchon plastique et hermé-
tique, 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 INTEGRALFait 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, coquil-
lettes.....Le kilog 9 »**RIZ NATURISTE**

Non décortiqué, avec la totalité du péricarpe. Les 500 gr. 2 25

SUCRE DE CANNEAvec 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 »

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

Dans la sauvage Ile du Levant, une des ravissantes îles d'Hyères, qui dressent leurs falaises face à la Côte des Maures, est en train de s'organiser, sous la direction personnelle des docteurs G. et A. Durville le plus formidable Centre Naturiste du monde : HÉLIOPOLIS.

L'Ile du Levant, avec ses nombreuses plages, son maquis souvent impénétrable, son climat idéal, ses sites d'une beauté grandiose, est vraiment la terre d'élection des naturistes. En maillot toute la journée, on y trouve le vrai repos, la paix, la sérénité.

Les naturistes ont, actuellement, la jouissance de la totalité de l'île : ils peuvent s'y promener en toute liberté, y camper, y vivre même. Dans la partie N.-O., sur un domaine d'environ 70 hect., est en train de naître, face à l'île de Port-Cros et à la côte, une véritable Cité rustique : Héliopolis, où s'installent les naturistes désireux de construire une habitation modeste qui leur permettra de passer, en toute saison, des vacances agréables, ou même de se fixer définitivement, loin de la civilisation artificielle des cités modernes. Déjà, plus de 170 adeptes y sont devenus acquéreurs de terrains. Les premiers bungalows sortent de terre. Les sources se captent ; les puits se forment ; les routes se tracent. Dans cette île, abandonnée des humains depuis des siècles, la vie commence à renaître. L'organisation est rustique encore, certes, mais elle se perfectionne sans cesse. La mise en valeur du domaine se fait avec méthode et la prospérité s'annonce, qui va sortir du néant.

Aux pionniers de l'idéal naturiste qui nous est cher, à ceux qui ont à cœur de compter parmi les fondateurs de l'œuvre sociale de grande envergure que nous entreprenons, nous demandons leur part d'effort : ils peuvent nous aider utilement, soit en venant camper dans l'île, soit en devenant souscripteurs d'une parcelle de terrain et en y construisant un bungalow rustique, soit en participant à l'émission de nos actions.

Voici les éléments de l'organisation générale d'Héliopolis, confiée à trois sociétés anonymes placées sous la direction des docteurs Durville :

SOCIÉTÉ DES ILES D'OR

(Société anonyme au capital de 50.000 fr.)

La Société des Iles d'Or, qui possède, en toute propriété, une partie de l'île du Levant et qui est locataire du reste du domaine, s'occupe, plus spécialement, de l'organisation du camp naturiste, de la location des tentes (et ultérieurement des bungalows), de la création des hôtels et restaurants, de la traversée maritime, des transports en général, etc., et, provisoirement, du problème des constructions.

VISITEURS - TOURISTES

Les touristes sont cordialement admis dans l'île du Levant, sans frais ni formalité. Ils peuvent prendre leurs repas dans un des restaurants existants. S'ils désirent camper, ils sont soumis aux conditions exposées ci-après :

CAMPING

Tout campeur est tenu :

1° De faire partie de la Société Naturiste ;

COTISATION ANNUELLE (valable de janvier à décembre)

Par personne..... 20 francs

2° D'acquiescer, par jour, un droit fixe de :

Première personne..... 5 fr.

Les suivantes..... 2 fr. 50

Les enfants âgés de moins de 8 ans, ainsi que les propriétaires et leurs familles sont exonérés de tous droits de séjour.

Il est préférable de retenir sa tente avant le départ.

CHEMIN DE FER

Pour se rendre à l'île du Levant, deux combinaisons sont possibles : 1° 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° 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). Consulter l'horaire à la gare.

TRAVERSEE PAR LE « SAINT-HILAIRE »

Sauf le cas de force majeure, le Saint-Hilaire accomplit la traversée deux fois par jour, s'il se présente à l'embarcadere au moins deux passagers payant le prix normal de 32 ou 35 francs par personne (aller et retour), ou une personne acceptant de payer pour deux (64 ou 70 francs).

HORAIRE

Le matin Départ du Lavandou... 9 h. précises
Arrivée à Héliopolis... 10 h. environ
Départ d'Héliopolis... 11 h. précises
Arrivée au Lavandou... 12 h. environ

L'après-midi Départ du Lavandou... 14 h. précises
Arrivée à Héliopolis... 15 h. environ
Départ d'Héliopolis... 16 h. précises
Arrivée au Lavandou... 17 h. environ

PRIX (ALLER ET RETOUR)

Naturistes (sur présentation de la carte de séjour), billets oranges..... 32 fr.
Touristes, billets verts..... 35 fr.
Enfants, jusqu'à 6 ans..... Néant
— de 6 à 10 ans..... 1/2 place
— au-dessus de 10 ans..... Pl. entière
Colis (suivant encombrement)..... de 1 à 2 fr.

Les billets sont délivrés sur le bateau, au départ du Lavandou, ou, le cas échéant, à l'arrivée audit port. Ils ne sont valables que s'ils sont détachés d'un carnet à souches, en présence du passager ; ils doivent porter le prix perçu, écrit de la main de l'agent de la Société (refuser rigoureusement tout billet qui ne remplit pas ces conditions).

Les billets donnent droit au retour sans autres frais. Le retour est utilisable à volonté, sans limitation de validité.

Un registre de réclamations est tenu, à bord, à la disposition des passagers.

SOCIÉTÉ D'ENTREPRISE

Société anonyme en formation au capital de 150.000 fr.

La Société d'Entreprise, dès sa constitution, prendra à charge le problème des constructions, fera la viabilité du domaine pour le compte des deux autres sociétés, et absorbera, en général, toutes les opérations commerciales qui ne seront pas du ressort de la Société des Iles d'Or. Elle placera, ultérieurement, ses disponibilités en bungalows ou tentes fixes, qu'elle louera ou revendra.

La Société d'Entreprise procède actuellement à la constitution de son capital. Ses affaires seront florissantes, et nous ne saurions trop engager les naturistes qui disposent de quelques disponibilités à les lui confier.

Ses actions sont de 100 fr. chacune. Une part de fondateur devant être remise à tout propriétaire de 5 actions, nous engageons à souscrire par 5 actions ou multiples de 5, de la manière suivante :

5 actions (et 1 part de fondateur)	500 fr.
10 actions (et 2 parts de fondateur)	1.000 fr.
20 actions (et 4 parts de fondateur)	2.000 fr.
et ainsi de suite.	

Le capital de la Société d'Entreprise est, à l'heure actuelle, presque intégralement réuni. Nous recommandons donc très vivement aux naturistes désireux de devenir actionnaires, de souscrire sans retard, en utilisant le bulletin ci-dessous.

SOCIÉTÉ D'ENTREPRISE GÉNÉRALE DES ILES D'OR

(Filiale de la Société Héliopolis)

Société anonyme en formation au capital de 150.000 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 1.500 actions de 100 francs

BULLETIN D'ADHESION DE PRINCIPE

à remplir et à retourner, accompagné du montant de la souscription, au Dr 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'Entreprise, prise, pour un total de fr.
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.

SOCIÉTÉ HÉLIOPOLIS

(Société anonyme en formation)

La Société Héliopolis est en cours de constitution et ses statuts seront incessamment publiés et déposés, conformément à la loi.

Cette société, qui sera propriétaire, grâce à l'apport des docteurs Durville, de la partie de l'île du Levant où se concentre actuellement le Centre naturiste (domaine de l'Aygade), sera uniquement « immobilière » et ne prendra part à aucune opération commerciale. Son seul rôle consistera à attribuer à ses actionnaires une partie de son capital « terrain » : tout propriétaire d'une action A aura, pendant la durée de la société, droit de jouissance (comme s'il en était locataire), d'un terrain de 500 m² ; tout propriétaire d'une action B aura, de même, la jouissance d'un terrain de 100 m². A l'expiration de la société, tous les ex-actionnaires deviendront définitivement et sans débours, propriétaires de leur parcelle, par partage de l'actif.

Cette attribution de terrains par actions présente de très nombreux avantages, et, notamment, celui d'éviter de nombreux frais à l'acquéreur, la société en faisant son affaire lors même de sa constitution.

Près de deux cents naturistes, devenus fondateurs d'Héliopolis, ont déjà retenu la presque totalité de ces actions (actuellement représentées par des promesses de vente délivrées par les docteurs Durville) et sont, en fait, propriétaires de la plus grande partie du domaine.

Dès la constitution de la Société, ces actions prendront une valeur largement supérieure à leur prix de vente actuel, valeur justifiée par la mise en œuvre systématique du Centre naturiste, et par la plus-value consécutive des terrains.

Nous ne saurions trop engager les naturistes qui désirent établir leurs droits sur une parcelle de terrain d'Héliopolis, en vue d'y établir un bungalow ou une tente fixe pour leurs vacances, ou simplement en vue de faire un placement rémunérateur de leurs disponibilités, à retenir d'extrême urgence une ou plusieurs des rares actions qui restent à placer et à profiter des nombreux avantages actuellement consentis aux souscripteurs (part de fondateur, etc.).

Envoi sur demande des conditions de souscription, plans, renseignements détaillés, cahier des charges, etc., etc.



RESTAURANTS

Pendant la saison d'hiver, un restaurant assure en permanence le ravitaillement des campeurs. Il est provisoirement campé dans les ruines du vieux village du Grand-Avis, en attendant l'ouverture (le 1^{er} mars prochain) des restaurants du domaine de l'Aygade.

RESTAURANT « LA PAILLOTTE »

Petit déjeuner	3 fr.
Déjeuner	11 fr.
Dîner	11 fr.
Pension complète	23 fr.
Service : 5 %	

Viande, vin, infusion en supplément

Pour renseignements complémentaires, locations de tentes, achats de terrains, souscription aux émissions, commande de bungalows, etc., etc., s'adresser exclusivement au docteur André Durville. Du 16 au 30 de chaque mois : à l'imprimerie de « Naturisme », 24, rue d'Alleray, Paris (15^e). Du 2 au 14 de chaque mois : à l'île du Levant.

En son absence de l'île du Levant, sont accrédités pour le représenter :

M. Petit, directeur-adjoint du Centre naturiste, chargé de l'expédition des affaires courantes ;

M. Bernier, ingénieur-géomètre, chargé de faire visiter le domaine et choisir les terrains ;

M. Rippert, architecte, chargé de tout ce qui concerne les constructions.

Sur la côte, pour tous renseignements, s'adresser à Mlle Mercier, Agence Principale Immobilière, avenue Charles-Gazin, Le Lavandou (en face les Ecoles).