BnF Gallica

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

Source gallica.bnf.fr / Bibliothèque nationale de France

{BnF Gallica

. Naturisme : le grand hebdomadaire de culture humaine / directeur : Dr André Durville ; rédacteur en chef : Dr Gaston Durville. 1931-12-10.

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**.

NEUVIÈME ANNÉE (*Nouvelle Série*) N° 181 — TOUS LES JEUDIS — **1 fr. 25** — *Douze pages* — JEUDI 10 DÉCEMBRE 1931

NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE

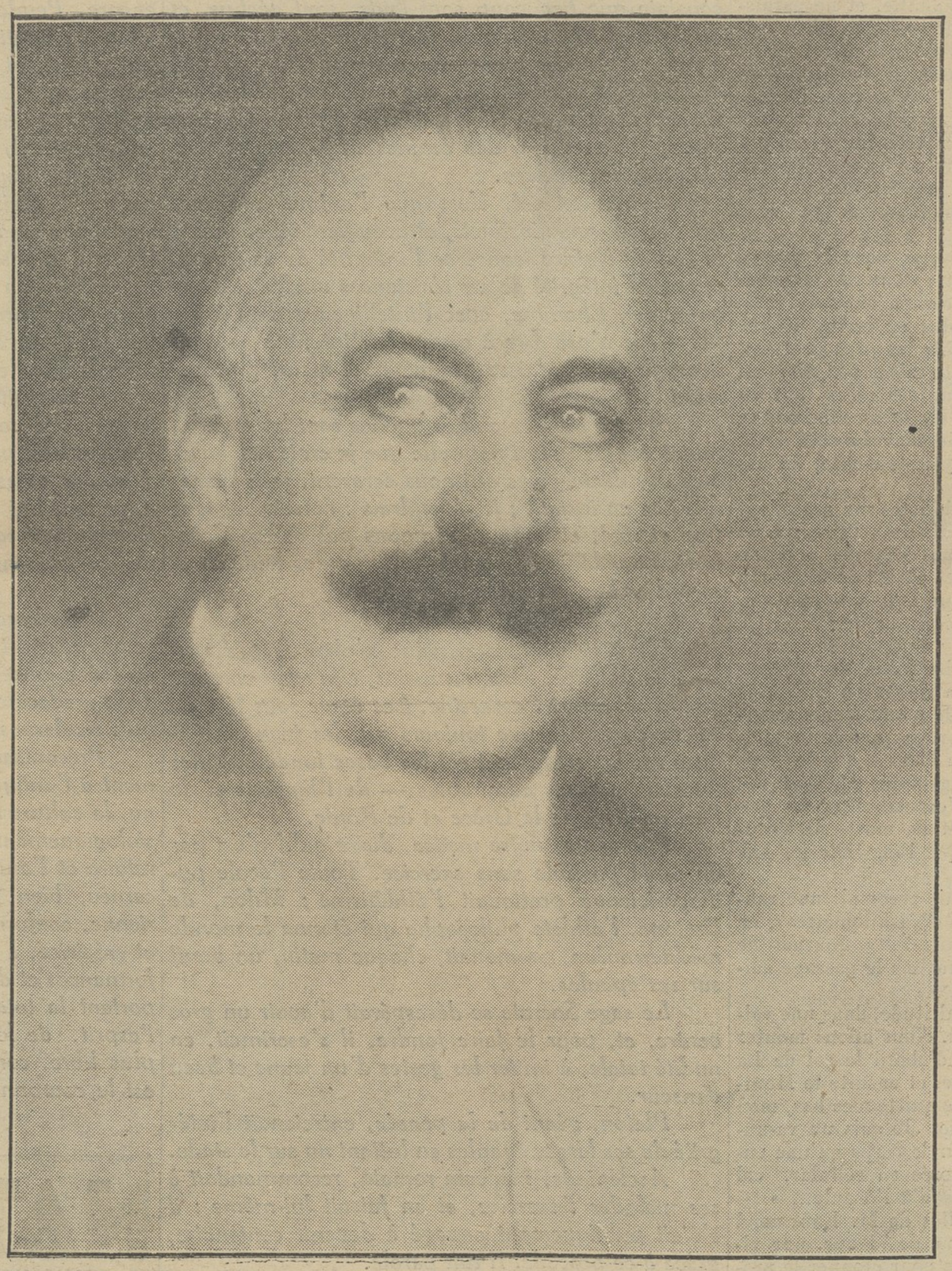


PHOTO G.-L. MANUEL FRÈRES

M. ÉMILE MORINAUD

SOUS-SECRÉTAIRE D'ÉTAT
A L'ÉDUCATION PHYSIQUE

QUI VISITERA OFFICIELLEMENT
LE DIMANCHE 13 DÉCEMBRE
L'ILE DES NATURISTES
DE VILLENNES-SUR-SEINE

BnF DEP

Source gallica.bnf.fr / Bibliothèque nationale de France

ÉCHOS ET NOUVELLES

BRUITS ET POTINS

JEUNES GENS, PRENEZ-EN DE LA GRAINE !

M. Ennemond Bougain, qui a 71 ans, puisqu'il est né le 21 septembre 1860, est, en même temps que le vice-président des « Cyclo-Touristes Roannais », un apôtre du cyclisme.

Dans l'article plein d'esprit qu'il a écrit dernièrement pour le « Mémorial de la Loire », ce vétéran raconte son dernier exploit : le voyage de Roanne à Paris (400 kilomètres), à bicyclette, naturellement, en deux étapes, pour aller visiter, tranquillement, l'Exposition Coloniale...

« Depuis le matin, dit-il notamment, je vois dans les grands pâturages, le long de la route, des troupeaux de bêtes à cornes. Par le froid vif du matin et souvent dans le brouillard, ces bêtes sont parfois couchées sur le « plancher des vaches », tout mouillé, et ne paraissent pas en souffrir. L'on pourrait croire qu'elles doivent ainsi prendre des « douleurs ». Il n'en est rien ; elles sont au contraire resplendissantes de santé et n'ont besoin ni de vétérinaires, ni d'aucune drogue. Elles ont été parquées là pendant la belle saison, dans la belle nature, à l'air, au soleil, à tous les vents, exposées à la pluie et aux orages, qui sont pour elles des douches bienfaisantes. Elles ont acquis ainsi une endurance et une résistance aux intempéries qui sont vraiment frappantes !

« N'y a-t-il pas là une indication pour la pauvre humanité qui, en été, se calfeutre dans des appartements bien fermés, et qui se carapaçonne de vêtements ? Aussi, l'homme est-il plus ou moins atteint d'arthritisme et sujet aux maladies les plus diverses, et il attrape un rhume, quand ce n'est pas pis, au moindre courant d'air. Je rumine ces idées tout en pédalant et je pense qu'elle est vraiment minime, la petite phalange de ceux qui s'orientent du côté de la vie au grand air, en faisant du cyclo-tourisme, du naturisme, du camping, etc...

« ... Quelquefois, les automobilistes me regardent d'un air de compassion, et ont l'air de se dire : « Le pauvre vieux, il doit avoir beaucoup de peine. » Ils ne savent pas que, de mon côté, je les plains de tout mon cœur d'être ainsi immobiles dans leur « bagnole ». Tandis que moi, par ma gymnastique au grand air, je fais de la santé et de la vigueur ; eux, par leur inaction, font de la graisse, de l'arthritisme, des rhumatismes, etc. Nous vivons dans un temps où il semble que l'idéal est de faire le moins de mouvements possible, tout en faisant d'aussi bons repas que le permettent les moyens. A ce régime, les toxines que les trop bons repas accumulent dans l'organisme ne sont pas éliminées par l'exercice. Aussi n'entend-on parler que de gens malades, d'opérations et de morts prématurées. Ce n'est pas impunément que l'on viole les lois de la Nature... »

Auparavant, M. Bougain avait accompli une randonnée de Roanne à Saint-Claude (224 kilomètres), en une étape. Il en avait fait, dans le « Journal de Roanne », un récit dont nous extrayons le passage suivant :

« La ville est à 441 mètres d'altitude, dans une vallée entourée de hautes montagnes. Nous allons monter sur la plus haute pour atteindre d'abord le col de La Faucille, à 1.310 mètres d'altitude, et ensuite le Montron, à 1.540. Au pied de la côte, je quitte mes bas, mon pull-over ; je les mets dans le sac. Je suis un va-nu-pieds et un va-nu-tête ; je n'ai sur le corps qu'une culotte légère et une chemise perforée en cellular, col ouvert et manches retroussées jusqu'à l'épaule... »

Des performances comme celles de M. Ennemond Bougain dénotent, chez cet homme de 71 ans, une vitalité et une robustesse bien faites pour étonner le profane. Mais voilà : c'est un naturiste !

Et ceci explique cela...

P. A.

JEUDI 10 DECEMBRE 1931

SOMMAIRE

	Pages
Bruits et potins	2
De l'athlétisme antique à la culture humaine d'aujourd'hui	2
Les véritables causes de la crise mondiale	3
Vos maladies, nos conseils	4
L'enfant de dix à quatorze ans	4
Le Championnat des Naturistes	5
Anticipation funèbre et végétarienne (poésie)	5
Création d'un foyer naturiste	5
M. Morinaud nous dit ce qu'il pense de l'effort naturiste	6 et 7
Les nouveaux statuts de la Société Naturiste	8
Le lait et ses dérivés	9
Le cinéma	9
Conférences, causeries, réunions	9
Communiqué de Madolin	9
Petites annonces	10
Les éditions de « Naturisme »	10

AU CRIBLE LES IDÉES !...

DE L'ATHLÉTISME ANTIQUE A LA CULTURE HUMAINE D'AUJOURD'HUI

On me demande de résumer ici la conférence que j'ai faite le 1er décembre à l'Hôtel des Sociétés Savantes, sous le titre : « Culture physique pour tous les âges ». Voici, brièvement :

Si l'on compare entre eux les animaux d'une même espèce, vivant à l'état naturel, spécialement à l'état sauvage, on constate qu'ils sont tous beaux, tous sains, tous vigoureux et tous pareils. Par contre, si l'on compare entre eux les humains, on constate que beaucoup sont laids, sont déchus, et qu'ils sont très différents les uns des autres : il y a des grands, des petits, des maigres et des dodus, des pâles, des rougeauds, des verdâtres ; il y a des thorax évasés du bas, des seins trop mous, des fesses débordantes, des échines trop longues, des cintrées, des tordues.

Autrement dit, alors que l'animal sauvage, mû par ses seuls instincts, et aveuglément soumis à la Loi de Nature, conserve l'intégrité de sa forme, et aussi l'intégrité de ses résistances vitales et de sa longévité, l'homme, avec l'intelligence dont il est fier — je n'ose dire à cause de l'intelligence dont il est fier — se laisse dégénérer et meurt précocement...

Si vous me demandiez quelles sont les grandes fautes envers la Loi naturelle que je crois responsables des déchéances qui nous écrasent, je n'hésiterais pas un instant ; je répondrais : nous mangeons trop et mal, et nous ne remuons pas assez. Goinfrerie et sédentarité sont à l'origine des laideurs et maladies humaines.

■ ■ ■

L'antiquité gréco-romaine n'observa pas toujours la sobriété, mais, au moins, elle avait compris que la sédentarité assassine. Les ébats sous le clair soleil, corps presque toujours nu, les jeux athlétiques sur les stades ont été les bases fondamentales — quelles bases admirables — de l'hygiène et de l'art médical de la Grèce et de Rome.

Pythagore, notre maître, disait qu'il n'est pas de santé possible sans exercice. Toute l'école pythagoricienne pratiquait l'athlétisme ; Milon, de Crotone, l'athlète philosophe qui étonna le monde méditerranéen, promenait, chaque matin, un bœuf sur ses épaules.

Le sage Socrate se désespérait d'avoir un gros ventre, et, pour le faire fondre, il s'escrimait, en nudité totale, à imiter les gestes d'un jeune et beau danseur.

Platon, géant de la pensée, entretenait l'intégrité de ses larges épaules en luttant nu sur le stade.

Asclépiade, médecin romain, recommandait à ses malades l'exercice, et en faisait lui-même ; il s'était publiquement engagé à devenir centenaire, grâce à ce procédé. Il tint parole.

Et Galien, chirurgien des gladiateurs, vécut fort vieux grâce à l'athlétisme auquel il s'astreignait...

■ ■ ■

Savez-vous, mesdames et messieurs, pourquoi la santé humaine et l'art médical ont subi, depuis l'antiquité, un horrible recul ?...

C'est parce que l'empereur Théodose, vers 350 après Jésus-Christ, a supprimé les Jeux Olympiques.

Fermeture des stades de plein vent... Atrophie des épaules... Baisse des résistances...

Comme on ne multipliait plus les stades, il a fallu multiplier les hôpitaux. Les maîtres culturistes cédèrent la place aux apothicaires ; le règne de la drogue commença...

Pendant tout le moyen-âge, l'alchimiste triomphe, drogueur, étique et calfeutré : 1200, 1300, 1400, toujours des drogues et l'horreur du nu. Rabelais et Ambroise Paré, deux lumières médicales, paraissent enfin, qui préconisent l'exercice. Puis, de nouveau, potions, magie, pilules. Il faut arriver à 1723 pour trouver un médecin français, Audry, qui s'attache à la renaissance du sport. En Allemagne, Basedow (1771) essaie de recréer les Jeux Olympiques. Amoros et Ling, auteur de la gymnastique suédoise, suivirent.

Vous croyez peut-être que l'athlétisme antique, avec toutes ses beautés, allait renaître ? Pas encore. Pendant tout le début du dix-neuvième siècle, on fait du sport, mais sans méthode, sans préparation et sous vêtements.

Si nous jetons un coup d'œil sur un livre écrit en 1906 par un brave homme de médecin, le docteur Bonnard, livre intitulé La santé par le grand air, *nous y voyons garçons et filles des colonies de vacances courir en tricots de laine, robes longues et bas bien chauds ; sur une image qu'on pourrait intituler « la pesée de l'athlète », on voit, perché sur la bascule, un bambin vêtu de pied en cap : galoches, bas montants, pantalon, tricot de laine, veston, chapeau de paille ; je ne puis l'assurer, mais je crois que l'enfant a des gants.*

C'est cette fausse conception culturiste, non évadée des calfeutrements du moyen-âge, et pas évadée, non plus, de la chimère de la drogue, qui a donné naissance au sport actuel : les sportifs d'aujourd'hui n'ont pas l'hygiène cutanée ; ils s'alimentent sans règle ; ils se dopent *pour réaliser des performances.*

■ ■ ■

La culture humaine que nous préconisons fera ce que le sport moderne n'a su faire : elle réalise la synthèse entre les vérités sublimes de l'hygiène et de la médecine gréco-romaine et les découvertes les plus modernes de la science d'aujourd'hui.

Préconisant l'athlétisme pour tous, conformément à l'antique, l'amour de l'eau, du soleil et du nu, la culture naturiste y ajoute l'alimentation physiologiquement dosée, établie par l'étude de laboratoire et l'anatomie comparée, alimentation peu carnée, bien vivante, surtout végétale et fruitarienne, conforme aux vrais besoins de l'organisme, et créatrice, à la fois, de santé, de beauté, de performances et de longévité. La culture morale, comportant la totalité des moyens capables d'élever l'esprit, de le rendre plus équilibré, plus fort et plus libre, complète la culture humaine ; elle en est le couronnement.

Docteur GASTON DURVILLE.

NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE

Le plus fort tirage des revues naturistes mondiales

Organe officiel de la *Société Naturiste* et de l'*Ile 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 : Dr ANDRÉ DURVILLE — *Rédacteur en chef :* Dr GASTON DURVILLE

Secrétaire général : PIERRE AUDEBERT

Direction-Administration :

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

Imprimerie-Ateliers :

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

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

ABONNEZ-VOUS A « NATURISME »

DE TOUT... DE PARTOUT

PARADOXES ET VERITES

LES VÉRITABLES CAUSES DE LA CRISE MONDIALE (1)

L'HOMME a essayé de masquer son indigence morale sous de brillants dehors. Son imagination l'a bien servi en cela : elle a créé la scolastique, la métaphysique, la réthorique, la poésie, le romantisme, le formalisme, le savoir-vivre, les pâmoisons artistiques, les aspirations idéales de l'âme, le vague à l'âme, le mystère féminin, la philanthropie officielle, et bien d'autres choses idéales qui, au demeurant, n'ont pas empêché l'homme moderne d'être un barbare attaché au carnivorisme, aux luttes sanglantes, aux préjugés stupides d'une prétendue civilisation, fidèle à tout ce qui est violent et brutal, et en même temps terrorisé, comme un primitif, par les forces mystérieuses de la Nature.

La faiblesse de l'homme est bien caractérisée par le fait qu'il a préféré forger de toutes pièces des sciences occultes au lieu d'attendre simplement que le développement de la science, tout court, lui ait permis de comprendre ce qu'il ignore encore.

Et c'est avec raison que l'on a dit que la société est demeurée fidèle, sous le consulat de M. Doumer, aux habitudes qu'elle eut sous Louis-le-Hutin.

L'homme souffre de cet état de choses ; il se lamente, mais il persiste dans ses errements, prêt à défendre âprement les situations acquises et les principes qu'il a érigés en vérités absolues et intangibles.

Une des manifestations les plus apparentes de cet égoïsme stérilisant est le défaut de sensibilité. A force de ramener tout à soi, chacun ne voit plus dans les autres hommes des êtres identiques à lui-même, c'est-à-dire de pauvres et de fragiles créatures. On a fabriqué arbitrairement des entités, dont les caractères spécifiques, absolument conventionnels, diffèrent de ceux des éléments ou individus qui la composent. C'est ainsi que l'on a obtenu le Peuple (avec un grand *P*, entité idéale et supérieure) et le peuple (avec un petit *p* péjoratif, dont parlent avec mépris les gens du monde). On a également, de la même façon, fabriqué l'Elite, puis le contribuable, le justiciable, l'administré, etc.

Que fait un bébé de vingt mois lorsqu'il se trouve en pleine nature ? Comme celui que voici : il rit de « toutes » ses jeunes dents !

C'est ainsi qu'un chef militaire peut ne voir dans la « troupe » que du matériel humain, et non pas des enfants, des pères, des maris. Il ne voit pas des femmes et des mères qui souffrent et qui pleurent. La fiction « troupe » permet d'être inhumain.

C'est ainsi qu'un chirurgien voit un « cas » et non un lamentable malade, sur lequel il peut délibérément se livrer aux expériences les plus hasardeuses.

De même un juriste voit une « espèce » dans la situation la plus tragique.

De même le spéculateur et le producteur peuvent, sans scupules, l'un stocker et l'autre détruire ses denrées dans le même but : faire monter les prix. On ne pense pas que le consommateur est un être humain qui a besoin de manger. L'homme souffre, mais l'homme tient à ses principes !

Il vaut mieux que des millions d'individus périssent de misère et de faim, en Chine et ailleurs, pluutôt que toucher à une seule des règles économiques sacro-saintes qui régissent aujourd'hui le monde. Au surplus, beaucoup de gens ne conçoivent pas qu'il puisse en être autrement : chacun est fidèle à ses routines, à ses préjugés ; le monde, malgré tout, a toujours vécu ainsi ; pourquoi changer ?

Les sociétés révolues ont laissé des monuments magnifiques et impérissables : en Egypte, à Angkor, en Chine, en Grèce, à Rome, en France même (les châteaux, les cathédrales). Peu importe ce qu'ils ont coûté : les souffrances et les vies de centaines de milliers d'hommes. Ceux-ci ont disparu, leur œuvre reste.

Mais heureusement, et c'est l'honneur et la justification de l'intelligence humaine, quelques hommes ont protesté contre cet égoïsme destructeur d'hommes ; des voix sensibles à la misère humaine se sont élevées. Nous leur devons les quelques progrès réalisés par l'humanité. Je pense aux philosophes de l'antiquité, au Christ, à certains philosophes chinois et mahométans, aux précurseurs de la Révolution française, et aujourd'hui aux promoteurs de la belle idée qu'est la Société des Nations. Mais les belles idées émises ont été imparfaitement réalisées. L'égoïsme est trop profondément enraciné dans l'homme. En voici un exemple, tout proche de nous :

Les Etats-Unis d'Amérique semblaient, il y a très peu de temps, prendre la tête de l'humanité. Là-bas, on paraissait vouloir loyalement rechercher les moyens du progrès humain. En Europe, on comprenait mal ces efforts, ces hésitations, ces tâtonnements, que des écrivains prétendus psychologues qualifiaient de poursuite d'un mirage.

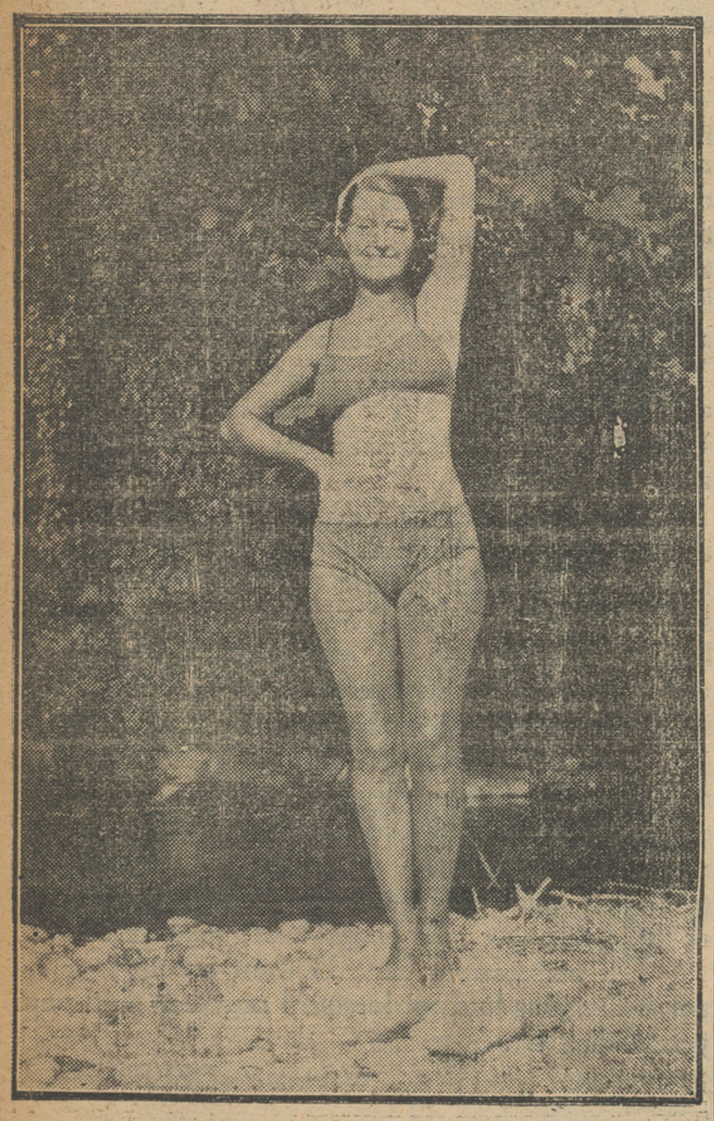
Hélas ! Cette bonne volonté n'a pas résisté à l'énorme poussée d'égoïsme universel, décorée du nom de « crise économique ». Comme les autres nations, plus que les autres, l'Amérique s'est repliée étroitement sur elle-même, elle s'est montrée âpre et dure envers les faibles. Ayant oublié le grand principe de solidarité humaine, elle a fait faillite comme grande nation civilisatrice.

Cet exemple est à retenir. Tous les systèmes économiques, toutes les doctrines politiques feront également faillite tant que l'humanité ne modifiera pas son tempérament et ses habitudes.

Si la guerre a provoqué quelques magnifiques exemples d'héroïsme, elle a cependant marqué l'apogée de l'égoïsme humain, dont la crise économique actuelle constitue une autre manifestation.

(A suivre.) POL.

(1) Voir *Naturisme* du 3 décembre 1931.



VERT FEUILLAGE

A Villeneuve-Loubet (Alpes-Maritimes), en vacances, l'été dernier...

RUISSEAU LIMPIDE

...des naturistes ont profité copieusement de l'air, de l'eau et du soleil.

LA PAGE DU MALADE

POUR VOUS GUERIR

VOS MALADIES --- NOS CONSEILS

MALADIE DES REINS ET NATURISME

Demande. — *Une lectrice de « Naturisme », à Belfort. — J'ai 54 ans. Il y a dix ans, j'ai eu des crises d'albuminurie avec baisse de la quantité urinaire et œdème. Je n'ai plus d'albumine, mais mes reins fonctionnent encore mal ; j'ai le sang trop épais, le cœur fatigué et de l'œdème aux membres inférieurs. Ma respiration est faible et courte ; parfois, l'inspiration est très longue, pénible. Depuis dix ans, je vis de lait, que j'aime beaucoup ; je le supporte bien, j'en prends un litre et demi par jour ; je prends aussi des potages à base de bouillon de légumes, des pommes de terre, des biscottes, des fruits. Je mange plutôt cru, depuis que je lis « Naturisme ». Le moindre écart de régime me donne des douleurs dans le bas-ventre et de l'enflure à la gorge. Les carottes râpées et les artichauts ne m'ont pas réussi. J'aère ma peau le matin et je fais quelques minutes de gymnastique. Je vis à l'air le plus possible, mais le moindre travail et la moindre promenade me fatiguent beaucoup. Que pourrais-je faire de plus pour améliorer mon état ?*

Réponse. — Vos reins ont été fort endommagés ; ainsi le prouvent vos crises d'albuminurie, la baisse de votre taux urinaire, les œdèmes, l'essoufflement (troubles cardio-pulmonaires). Certainement, non seulement vos reins ont été assez fortement touchés, mais aussi votre estomac, votre foie, votre cœur. Vous faites, ou avez fait du brightisme, autrement dit de la néphrite chronique ; pour faire de la néphrite chronique, il faut qu'antérieurement le foie ait cédé ; l'étape hépatique de votre maladie peut, d'ailleurs, avoir passé plus ou moins inaperçue.

Pour que vous guérissiez totalement, il y a un gros effort à faire, et pendant des années. Vous semblez avoir fort bien compris que la base de votre traitement est l'alimentation strictement naturiste ; c'est bien. Les brightiques ont, d'ailleurs, une grande sensibilité nutritive ; toute faute de régime les blesse rapidement : leur essoufflement augmente, leurs chevilles enflent, leur cœur s'agite. Observez avec soin la moindre augmentation de vos misères ; elle trahit toujours la faute alimentaire récente.

Vous vous aérez l'épiderme et faites de la culture physique, c'est bien. Mais nous attirons votre attention sur un point de première importance : vous ne marchez pas assez. Vous dites que la moindre promenade vous fatigue. Retenez bien ceci : tant qu'un cardio-rénal ne peut pas marcher, c'est qu'il y a des fautes dans son régime alimentaire ; ce sont les fautes de régime qui entretiennent la fatigue. Dès que nos cardio-rénaux ont un régime tout à fait correct, ils deviennent aptes à faire de la marche. Nous les mettons alors à ce qu'un médecin allemand, qui a imité notre façon de faire, appelle la « cure de terrain ». Le jour où vous pourrez, après l'entraînement lent et progressif nécessaire, supporter sans fatigue une heure de marche par jour, vous sentirez une amélioration formidable de vos forces ; le jour où vous en supporterez deux, alors vous serez tout près de la guérison. Pour guérir, il vous faut vivre un véritable rajeunissement du rein, du foie, du cœur.

Nous estimons que vous faites une grosse faute alimentaire : le lait. Vous n'êtes d'ailleurs pas responsable de cette faute ; les responsables, ce sont les médecins qui vous ont soignée. Tous les médecins conseillent le lait aux rénaux : très grosse erreur à notre point de vue ; le lait n'est pas un aliment d'adulte sain et normal (puisque l'adulte n'a pas, dans son estomac, de lab-ferment pour le digérer), à plus forte raison n'est-il pas un aliment d'adulte malade. Supprimez le lait ; vous aurez, de ce fait, en quelques semaines, un progrès appréciable ; l'essoufflement, en particulier, diminuera.

Mangez très peu. Abstenez-vous des biscottes industrielles ; on les drogue pour leur conserver une apparente fraîcheur. Le crudivorisme est une des clés de votre rétablissement ; il ne doit pas, bien entendu, être total ; votre estomac doit n'être gêné d'aucune manière ; l'entraînement au régime cru doit donc être très lent. Abstenez-vous de saler les aliments. Pain sans sel. Consommez les fruits avec la peau. Ne buvez pas du tout en mangeant. Faites un jour de jeûne par semaine.

Venez nous voir ; il nous apparaît indispensable de voir aux rayons X votre cœur, pour pouvoir doser l'effort musculaire dont vous êtes capable ; il conviendrait aussi de doser la perméabilité de vos reins ; vous ne pouvez faire cela vous-même. Ne vous droguez pas du tout. Les emmaillottements humides du torse, merveilleux moyen de désintoxication hépato-rénale, semblent devoir vous être utiles. Faites-les le soir, au lit. On plie un drap de manière à en faire une bande haute de 60 centimètres ; on trempe dans l'eau tiède, et, à nu, on s'enroule le torse dedans. Couverture de laine autour ; et on se couche là-dedans pendant une heure ou deux.

■ ■ ■

LAIT CONDENSÉ. BEBE AU VENTRE SAILLANT

Demande. — *M. Luc T..., naturiste. — Que faut-il penser du lait condensé sucré pour les bébés ? Est-il normal qu'une petite fille de trois ans, belle enfant, ait le ventre très saillant ?*

Réponse. — Le lait condensé sucré vaut beaucoup mieux que le lait condensé non sucré. Mais, pour les enfants, rien ne vaut le lait de leur mère, sauf contre-indications particulières.

S'il est normal qu'une fillette ait un gros ventre ? Ah, non ! Et encore moins un très gros ventre. Le ventre des bébés peut, sans que ce soit anormal, être plus rond que le ventre des grands, mais il ne doit, en aucune façon, être gonflé, tendu, à la façon d'un ballon ou d'une besace. Tout enfant dont les côtes inférieures s'évasent, s'élargissent, se soulèvent, est un enfant mal alimenté. Le gros ventre est un signe, ou bénin, ou grave, de rachitisme. Pour éviter à l'enfant d'être, plus tard, un dyspeptique, il faut lui éviter le gros ventre. Les ptosiques, entéritiques, constipés, hépatiques, appendiculaires, ont, d'ordinaire, été des enfants à ventre saillant. Pourquoi les nègres meurent-ils habituellement jeunes ? Parce que, mal alimentés pendant leur enfance, et victimes à cet âge du gros ventre, ils ont taré leurs rouages digestifs. Nourrissez votre bambine selon les règles naturistes. Faites-la mastiquer. Massez son ventre ; si vous êtes incompétent, amenez-nous l'enfant ; nous vous montrerons.

L'ENFANT DE DIX A QUATORZE ANS

AU PRINTEMPS DE LA VIE... (1)

UN enfant de cet âge est tout cœur : il faut savoir le toucher. Son cœur connaît encore la fraîcheur de sentiments : il n'a pas eu le temps d'être défraîchi ni endurci par les vilenies de la vie. A cet âge, l'adolescent trouve la vie belle : il est spontané ; une ombre, un rayon de soleil éveillent en lui une idée ; un mot échappé à un passant détermine un désir d'action ; dans ce cerveau en ébullition, un rien crée un acte ; un bruit peut engendrer une pensée, d'où découlera naturellement l'acte.

C'est ce qui rend si facile l'éducation à cet âge. L'enfant répond à l'appel de son maître, si ce maître sait s'y prendre, et s'il a su trouver le chemin de son cœur. L'enfant devient alors comme de l'argile entre ses mains, le suivant aveuglément, n'ayant pour lui qu'admiration et affection.

Il est parfois nécessaire de réprimander sévèrement, même durement, à cet époque, l'instinct animal étant très développé ; il faut que l'enfant apprenne à dominer ses mauvais instincts, à respecter les conventions qui réglementent nécessairement la vie. Mais ces dures réprimandes n'altéreront en rien l'affection de l'élève pour le maître, si ce dernier est à la hauteur de sa tâche ; au contraire, elles la fortifieront plutôt.

La punition, pour être sévère, doit être de courte durée ; elle ne doit laisser aucune trace de colère de part et d'autre, et les réprimandes doivent suivre immédiatement la faute.

L'enfant a une beaucoup plus grande sensibilité que l'homme ; ses peines, tout comme ses joies, sont plus intenses ; les unes et les autres prennent des proportions démesurées. Les grandes personnes ignorent trop souvent cette disproportion de sentiments chez l'enfant de cet âge. Pour eux, ces peines sont peu de chose : il ne s'agit pas de questions monétaires, donc ce n'est pas grave. Mais l'enfant ignore encore les soucis d'argent, et ses chagrins sont, pour cette raison même, beaucoup plus profonds pour lui. « Plaie d'argent n'est pas mortelle », a dit le sage ; elle est souvent facile à réparer, tandis que le chagrin de l'enfant découle de la vie elle-même, pour laquelle il est encore mal armé.

Ses affections, ses haines, ses souffrances, qu'il n'a pas encore appris à dominer ou à réfréner, sont, par conséquent, plus fortes que plus tard. Il ne voit pas d'autre solution que d'en souffrir en silence ; il peut être accablé de chagrin sans en laisser rien paraître ; ses pensées peuvent aller jusqu'à envisager le suicide, et il peut n'en être détourné que par les forces vives de sa nature. Les suicides d'enfant, tout en existant, sont heureusement rares : ceux qui y succombent sont surtout des êtres débiles, trop faibles pour lutter, ou que le chagrin a trop longtemps rongé.

La cause initiale de ce chagrin est très souvent une futilité, ce que nous appelons un enfantillage ; pour lui, ce ne sont ni futilité, ni enfantillage, mais un grand chagrin, et sa souffrance est d'autant plus tragique. Les chroniques de la presse nous démontrent que les hommes n'en sont pas indemnes. Un tel se tue pour l'amour d'une femme... C'est pourtant un enfantillage ! Cependant, il nous fait pitié, tout en nous inspirant aussi un peu de mépris.

Pourquoi le chagrin d'un enfant serait-il moins digne de cette pitié ? Il a au moins l'excuse d'être à l'âge où l'on ne raisonne pas, surtout lorsqu'il s'agit de chagrins.

C'est dans ces moments-là que ceux chargés de son éducation doivent tendre tous leurs efforts pour le comprendre, pour l'empêcher de se replier sur lui-même, ce qui engendrerait chez lui une mélancolie qui ferait de lui, plus tard, un homme aigri et sans ressort. On rencontre très souvent des hommes de trente à quarante ans n'ayant aucune joie de vivre, n'éprouvant aucun plaisir. Ces éternels mécontents sont peut-être victimes, depuis leur enfance, de cette incompréhension. On ne leur sourit pas parce qu'ils ne savent pas sourire ; ils ne projettent point de rayonnement sur leur chemin, et ils le trouvent, par conséquent, triste et morne.

Les impressions chez l'enfant auront leur répercusion plus tard, et lorsqu'il sera trop tard pour y remédier !...

(A suivre.) VIVIAN-F. DELBOS.

(1) Voir *Naturisme* des 13 août, 19, 26 novembre et 3 décembre 1931.

LECTEURS ! COMMUNIQUEZ-NOUS LES
PHOTOGRAPHIES
QUE VOUS POSSÉDEZ, CONCERNANT LE MOUVEMENT NATURISTE A PARIS, EN PROVINCE, AUX COLONIES ET A L'ÉTRANGER (NU INTÉGRAL EXCEPTÉ)
NATURISME
SE FERA UN PLAISIR DE LES PUBLIER

NOS GRANDS CONCOURS

COURSE A PIED

LE CHAMPIONNAT DES NATURISTES

Les docteurs G. et A. Durville créent un *Concours annuel de course à pied*, à disputer en décembre, sur la piste du grand stade Durville, de l'Ile des Naturistes, à Villennes, et dénommé *Championnat des Naturistes*. Pourront participer à ce concours les naturistes et les nudistes de France et de l'étranger, quel que soit le groupement auquel ils appartiennent, ou bien indépendants, et quel que soit leur âge, pourvu qu'ils aient plus de 16 ans.

Le concours comportera une épreuve féminine, une épreuve masculine. La durée de l'épreuve féminine est 15 minutes ; celle de l'épreuve masculine 30 minutes ; départ en même temps, femmes au premier rang.

La tenue obligatoire est le slip pour l'homme, slip et cache-seins pour la femme ; les chaussures de course à pied, avec ou sans pointes, sont autorisées, mais les concurrents qui auront couru pieds nus seront d'office classés avant les concurrents chaussés qui auraient jusqu'à deux tours d'avance sur eux.

Nul ne peut prendre part au *Championnat des Naturistes* s'il n'a été préalablement examiné et déclaré sain par une commission de médecins membres de la Société Naturiste, commission fonctionnant au plus tard une demi-heure avant le départ, et qui appréciera l'état des muscles, des veines, des poumons et du cœur. Les concurrents devront, en outre, présenter au départ un examen radiographique, ou un schéma radioscopique de leur cœur et de leurs poumons. Les docteurs Durville offrent gratuitement ledit examen radiologique à tous les concurrents ; ceux-ci pourront se présenter la veille du concours à l'Institut Naturiste, 15 *bis*, rue Cimarosa, Paris (l'après-midi, entre 2 heures et 7 heures), pour le faire exécuter.

Ce concours n'est pas seulement un concours de vitesse, comme les concours sportifs ordinaires ; il interdit le claquage. Tout concurrent doit finir en beauté, sans signes de fatigue. Le jury appréciera et mettra en compte pour le classement l'aisance de l'allure pendant la course, l'esthétique de la foulée, le degré de fatigue apparente. Une commission médicale examinera les coureurs à l'arrivée et appréciera au cardioscope l'état de leur cœur. Un coureur pourra être déclaré battu par un suivant qui aurait jusqu'à deux tours de piste de retard sur lui, mais qui serait beaucoup plus frais, et dont l'allure serait beaucoup plus belle.

Le plus vieil arrivant (homme) aura un prix spécial.

Le gagnant de chaque année aura le titre de Champion et Championne des Naturistes. Plusieurs médailles dans chaque catégorie. Le concours aura lieu même sous la pluie, et quel que soit l'état du terrain.

Le *premier Championnat des Naturistes* sera couru le dimanche 13 décembre, en présence de M. Emile Morinaud, sous-secrétaire d'Etat de l'Education Physique et des Sports, de son chef de cabinet et de membres du Parlement. Il est permis d'espérer que le ministre remettra lui-même les prix.

CONSOLATION A UN DEMOLISSEUR

ANTICIPATION FUNÈBRE ET VÉGÉTARIENNE

Lorsque dans la Vallée immense, à Josaphat,
Le clairon sonnera l'heure de l'Epouvante,
J'arriverai, tranquille et calme, sous la tente
Où l'Archange Fatal et Juste m'attendra.

Je n'aurai qu'à lui dire, à ce Juge Suprême,
Que j'ai vécu de miel, de figues et de lait ;
Et j'irai retrouver, magnifiquement laid,
Socrate, orné de ses vertus en diadème...

Nous monterons ensemble au Paradis des Bêtes,
Saluer les amis dont, jadis avocats,
Nous plaidâmes l'acquittement (bien mauvais cas,
Où nous perdîmes, nous du temps, elles la tête)...

Et je leur sourirai, à ces ex-condamnés
Dont l'œil compréhensif au défenseur pardonne.
Car on n'acquitte pas un accusé qui donne
Vingt kilos de boudins et quatre pieds pannés.

Et je m'endormirai, sans souci des Fanfares ;
Alors, l'Ane et le Bœuf, comme à l'enfant divin,
Tandis que le Grand Juge appelle, pèse et tare,
Penchés sur mon sommeil me lècheront les mains !...

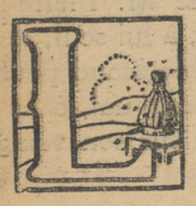
RENÉ SARTRE.

5 janvier 1929.

ORGANISONS-NOUS

POUR LA DIFFUSION DE NOTRE IDEAL

CRÉATION D'UN FOYER NATURISTE



Le 27 novembre dernier, l'Assemblée générale de la Société Naturiste, après une soirée bien remplie, n'a pas voulu se séparer sans voter d'enthousiasme la création du Foyer. Nous avons la certitude du succès, puisque c'est dans le cadre de la Société Naturiste, et en plein accord avec les docteurs Durville, qui eurent les premiers l'idée de l'aménagement, dans ce but, d'une péniche en ciment, que nous allons enfin passer à la réalisation de cette œuvre si nécessaire.

Disons à nouveau, pour ceux qui n'en auraient pas été informés, quelles sont les directives de ce Foyer, sa raison d'être.

Poursuivant l'œuvre des docteurs G. et A. Durville, et s'inspirant de leur directive morale, le Foyer doit être la réunion de la grande famille, et chacun trouvera dans la Cité non seulement un accueil fraternel, mais aussi aide et protection.

Il doit être aussi et surtout le centre du rayonnement intellectuel, avec, pour principe, le respect et l'amour du prochain, bannissant de cette action commune tout ce qui est égoïsme, ambition et profits personnels ; nous rappelons à ce sujet les articles publiés dans ce journal sous les signatures de Pol, Maurice Fuszka, Emile Bailly, Abdullah, dont les exposés tendent vers cet idéal.

Pour la réalisation pratique et pour amoindrir les difficutlés, nous avons jugé utile de prendre conseil de tous les naturistes que l'idée intéresse et de leur adresser un referendum leur soumettant les questions ci-après, auxquelles ils voudront bien nous répondre en adressant leur lettre à Emile Bailly, à *Naturisme*, 24, rue d'Alleray, Paris (15e) :

Etes-vous partisan de ce Foyer ?

Comment le concevez-vous ?

Seriez-vous adhérent possible ?

Quelle contribution morale et pécuniaire pouvez-vous apporter ?

Que tous ceux qui peuvent contribuer à l'œuvre nous apportent leurs suggestions, en nous indiquant surtout les moyens de réalisation pratique et économique ; enfin, qu'ils nous renseignent sur les locaux bien aérés et accessibles pour tous, utilisables pour des salles de réunion et de culture physique.

Envisageant la possibilité d'une réunion de préparation vers le 20 décembre, nous prions chacun de faire diligence, en rappelant que les promoteurs sont invités à apporter, comme il a été dit à l'assemblée générale, un projet très complet d'organisation devant le Conseil d'administration.

A l'œuvre, tous, et le Foyer sera bientôt chose faite.

E. BAILLY, M. FUSZKA,
71 JOURD'HEUIL.

CES BONS AMIS (Dessin de S. ALBA)

LUI. — *On n'a pas vu les Dupont-Durand, cet été. Il paraît qu'ils font du naturisme quelque part au bord de la Seine...*

ELLE. — *Quel bluff ! Dis donc plutôt qu'ils n'ont rien de propre à se mettre... Comme tous ceux qui ont lancé cette mode !...*

M. Morinaud est né à Philippeville, en Algérie, l'an 1865. Avocat, président du Conseil général, il est maire de Constantine. Il fut élu au Parlement, pour la première fois, le 8 mai 1898.

C'est la deuxième fois que M. Morinaud se trouve à la tête du sous-secrétariat d'Etat à l'Education Physique.

Ses travaux à la Chambre sont nombreux et de qualité. Les indigènes lui doivent beaucoup en ce qui concerne l'amélioration de leurs conditions d'existence. A ce sujet, et afin de confirmer ce que nous écrivons, on nous permettra de répéter les paroles prononcées par M. Lebrun, notre actuel et distingué président du Sénat, lors du Centenaire de l'Algérie et de la visite présidentielle, à Constantine :

— Mon cher Morinaud, déclara M. Lebrun, après avoir admiré la ville, à l'avenir, nous ne dirons plus « la méthode américaine », mais bien « la méthode constantinoise » ! Vous êtes une sorte de pro-consul romain...

Eloge auquel le maire de Constantine fut d'autant plus sensible qu'il sait, comme chacun, que M. Lebrun est un homme pondéré et sincère.

Au cours de la dernière visite que nous rendîmes à M. Morinaud, durant les vacances, ce dernier nous présenta un sien projet, qui vient d'être déposé sur le bureau de la Chambre, et qui permet la réalisation, dans le délai le plus bref, de toutes les propositions de stades, stands de tir, piscines, terrains de jeux, etc., qui font actuellement défaut dans toute la France.

Voici, en quelques mots, tout le précieux système : Des crédits seront accordés dans la limite possible, et avec la participation de l'Etat, sous forme de bonifications d'intérêt. Je précise : dans le plan d'outillage national — lentement réalisable en ce moment — l'Etat, pour un stade de 600.000 francs, aurait donné 180.000 francs de subventions, soit 30 %. Avec le projet de M. Morinaud, l'Etat pourra donner, pour les devis très élevés, une bonification d'intérêt de 3 % maxima.

L'avantage d'une telle combinaison ? Triple. Il permet, en effet :

1° La réalisation de tous les projets ; car M. Morinaud prélève sur son budget actuel les millions nécessaires pour assurer la contribution de l'Etat ;

2° Aux communes et sociétés agréées, d'agir par voie d'emprunt ;

3° Enfin, il assure l'exécution de tout le programme d'un coup ; tandis qu'avec la somme que le Parlement aurait pu lui accorder — 50 à 60 millions — il ne lui serait possible d'exécuter que la moitié du programme.

L'accueil qu'a réservé la Chambre au projet du sous-secrétaire d'Etat à l'Education Physique ? Dans les couloirs, lors des discussions à ce sujet, le projet, bien que non encore voté, prend déjà le qualificatif de « Loi Morinaud ». N'est-ce pas tout dire ?...

NOS INTERVIEWS

ENQUÊTE REPORTAGE

LA SANTÉ PAR LE SPORT RAISONNÉ

LE SOUS-SECRÉTAIRE D'ÉTAT A L'ÉDUCATION PHYSIQUE, M. ÉMILE MORINAUD, NOUS DIT CE QU'IL PENSE AU SUJET DE L'EFFORT NATURISTE

L'ART DE VIVRE LONGTEMPS — LA CULTURE HUMAINE
LES CITÉS NATURISTES — LA COMPÉTITION RAISONNÉE

UN REPORTAGE DE RENE-JEAN MAXY

APRÈS les opinions de Désiré Ferry et Camille Blaisot sur le mouvement naturiste en France, nous ne pouvions manquer de faire appel à la bienveillance de M. Emile Morinaud. Nous avons donc décidé de nous rendre en son ministère, afin d'obtenir de sa part une interview.

Nous voici au Champ-de-Mars ; c'est là, voisin de l'Ecole Militaire, que s'élève le bâtiment affecté au sous-secrétariat de l'Education Physique. C'est là, encore, que nous retrouvons un homme charmant de courtoisie, pour qui l'amitié n'est point un vain mot : M. Chérif-Mécheri, chef adjoint du cabinet du ministre et chef de son secrétariat particulier. A ce sujet, qu'on nous permette d'ajouter que M. Morinaud peut être fier des collaborateurs de son cabinet, comme de ses principaux directeurs, en qui l'art du travail, l'éducation « morale » aussi bien que « physique » trouvent des maîtres. Une sonnerie discrète, un signe, et M. Mécheri nous dit :

— C'est pour vous ! Le ministre vous attend, entre deux visites et de nombreuses signatures...

Nous passons tous deux dans le bureau du ministre.

M. CHERIF-MECHERI — PHOTO HENRI MANUEL
Chef adjoint du cabinet du Sous-Secrétaire d'Etat à l'Education Physique et chef de son secrétariat particulier

Dans le ministère que préside M. Pierre Laval, M. André Tardieu ne possède plus, à lui seul, le monopole de la « bonne humeur ». M. Morinaud peut, à cet effet, lui rendre des points. C'est pourquoi, sans doute, nous voyons un large sourire errer sur son visage, oubliant déjà notre indiscrétion.

— Vous voulez, sans doute, homme « curieux » par profession, que je vous accorde une interview ?

— Monsieur le ministre et ami, on ne peut rien vous taire ! Voici donc, puisque vous le permettez, ma première question : que pensez-vous, monsieur le ministre, des idées que nous défendons dans *Naturisme* ?

— Elles sont intéressantes et courageuses, les idées de *Naturisme*. Et, ayant entendu parler du but de votre visite, si je ne pensais pas ainsi, vous ne seriez pas dans mon bureau à l'heure présente...

— Alors, monsieur le ministre, vous n'êtes pas de ceux (il y en a encore quelques-uns) qui imaginent que les naturistes sont des espèces de toqués qui rêvent de se promener un jour dans le métro en costume préhistorique ?

M. Morinaud, en haussant les épaules, sourit, puis reprend :

— Je connais, dit-il, un des livres des docteurs Durville : *L'Art de vivre longtemps*. Vie humaine trop courte, parce que nous l'écourtons ; maladies par gourmandise et erreurs alimentaires ; usure précoce par calfeutrement et manque de soleil ; enlaidissement de l'espèce humaine par sédentarité. Pourquoi ne vivons-nous pas cent vingt ans ? Parce que nous avons perdu tout contact avec la Nature. Tout ceci est exact. A notre époque où tous les surmenages se multiplient, qui faussent tous nos rouages, un retour à une vie plus saine, plus simple, s'imposait ; le mouvement naturiste est venu à temps pour prêcher ce retour.

— Nous prêchons d'ailleurs, vous pouvez le constater, sans exaltation et sans extrémisme, monsieur le ministre.

— Oui, c'est encore exact : vous aérez l'organisme avec mesure, en respectant le sens moral.

— Et maintenant, que pensez-vous, monsieur le ministre, de l'alimentation préconisée par les docteurs Durville ?

— Avec eux, je pense que nous mangeons trop, que nous mangeons trop de viande, trop de conserves, trop d'aliments dévitalisés, morts. Nous mourons trop souvent par notre estomac !

— Qu'est-ce que vous pensez, monsieur le ministre, de la pratique des bains de soleil, second chapitre du programme naturiste ?

— Ceci simplement : les pâles couleurs de la peau ouvrent les portes de l'organisme à la tuberculose. L'homme vigoureux de l'avenir aura les épaules larges et la peau de bronze. Les cures de soleil doivent, d'ailleurs, être médicalement surveillées, pour que ne surviennent ni pneumonies, ni coups de soleil.

— La culture humaine scientifique, répondis-je, qui fera les beaux hommes de l'avenir, doit être, c'est bien là notre avis, l'œuvre des médecins ; seuls peuvent fabriquer l'anatomie ceux qui la connaissent avec art.

— Vous préconisez, poursuit M. Morinaud, le retour à la terre, le travail manuel au jardin, vous luttez contre le « taudis », contre l'abus de l'alcool ; vous voulez le soleil dans toutes les pièces de chaque demeure ; vous voulez une baignoire — instrument de nécessité et non de luxe, comme d'aucuns se l'imaginent — dans tous les appartements ; vous voulez l'école de plein air pour les petits. Programme de premier ordre, dont ne peut se désintéresser le ministère de l'Education Physique.

— Nous voulons aussi, monsieur le ministre, la culture physique pour tout le monde ; pour les petits, pour les adultes, pour les vieillards, pour la femme comme pour l'homme. Le naturisme estime que tout être humain doit essayer d'être sain, fort, beau, qu'à tout âge on doit faire de la culture musculaire rationnelle ; les femmes doivent se muscler comme les hommes.

— A Sparte, on ne faisait pas mieux, reprit M. Morinaud, et nous ne pouvons oublier que Rome eut l'hégémonie tant qu'elle resta fidèle aux principes qu'on peut appeler « pré-naturistes » du vieux Caton.

— Que pensez-vous encore, monsieur le ministre, en ce qui concerne notre façon de pratiquer le sport, dont nous éloignons l'idée de compétition telle qu'on l'applique à l'heure actuelle ?

— Je reste d'accord avec mon collègue Désiré Ferry, prédécesseur de M. Camille Blaisot au ministère de la Santé publique, en ce qui concerne ce qu'il vous déclarait à ce sujet, au cours de sa conversation avec vous, reproduite dans le numéro de *Naturisme* que vous m'avez montré :

« Dans l'éducation physique, le contrôle médical est presque toujours indispensable — d'accord avec les dirigeants des sociétés sportives, bien entendu — pour pratiquer utilement les sports.

« De plus, à mon avis, il ne suffit pas de s'occuper seulement des « as », mais aussi de développer la foule des « moyens » qui, souvent, abandonnent l'éducation physique parce qu'ils ont le sentiment qu'ils resteront toujours au second plan.

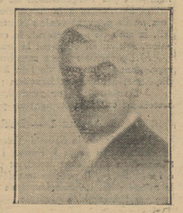
« J'estime que l'homme doit reste jeune toute sa vie, qu'il doit marcher, courir, s'assouplir jusqu'à la vieillesse. C'est autant une nécessité pour la femme que pour l'homme. De sa vigueur physique et de son entraînement dépend la qualité de la race dont elle a la garde.

« C'est pourquoi la Santé publique doit veiller tout particulièrement sur l'éducation physique. »

M. Désiré Ferry, ancien ministre de la Santé publique.

« Tout cela est d'une profonde exactitude. Maintenant, ajouta M. Morinaud avec ironie, à mon tour de vous interviewer : dites-moi donc un mot des « Cités de Nature » que vous créez...

— Nous voudrions, monsieur le ministre, que chaque grande ville eût, dans sa banlieue immédiate, une Cité de Nature : vastes stades herbeux, fleuris, boisés, entourés de tentes de camping. Après le travail, ou le samedi, ou le dimanche, les habitants — en un mot les familles entières — fuyant l'atmosphère asphyxiante de la grande ville, viendraient, en tenue sportive, s'aérer, s'ensoleiller, désintoxiquer leur organisme, faire de la culture physique sous surveillance. Vous savez, monsieur le ministre, que les docteurs Durville ont créé, à Villennes, la première Cité de Nature : Physiopolis. Une deuxième Cité est actuellement en voie de création dans la Méditerranée, à l'Ile du Levant.



M. Camille Blaisot, ministre de la Santé publique.

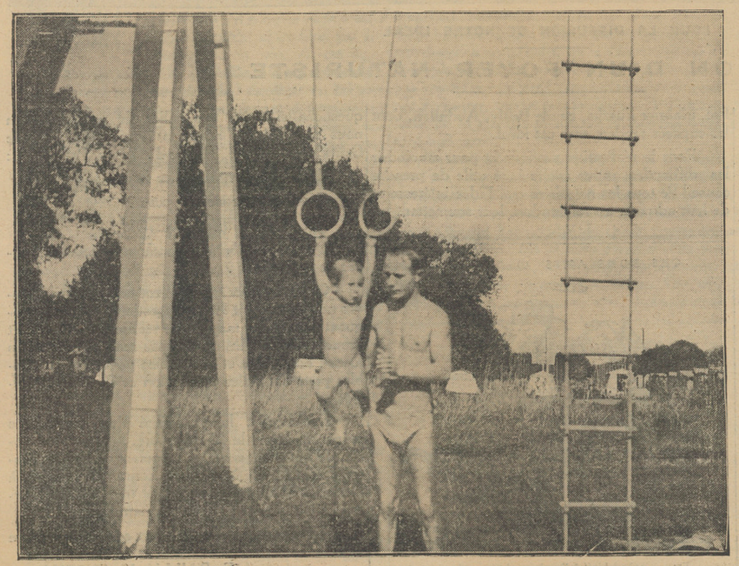
— Je sais ce qu'est l'Ile des Naturistes, nous dit M. Morinaud. Je sais la sympathie qu'a pour cette œuvre mon collègue Camille Blaisot, ministre de la Santé publique, et j'aurais été heureux d'assister à l'inauguration qu'en a faite son chef de cabinet, M. Féret du Longbois, remplaçant officiellement son ministre empêché par des travaux de gouvernement.

« Je veux aller voir vos stades, voir comment vos adeptes campent, jouent, s'aèrent ; je veux voir les athlètes que vous fabriquez...

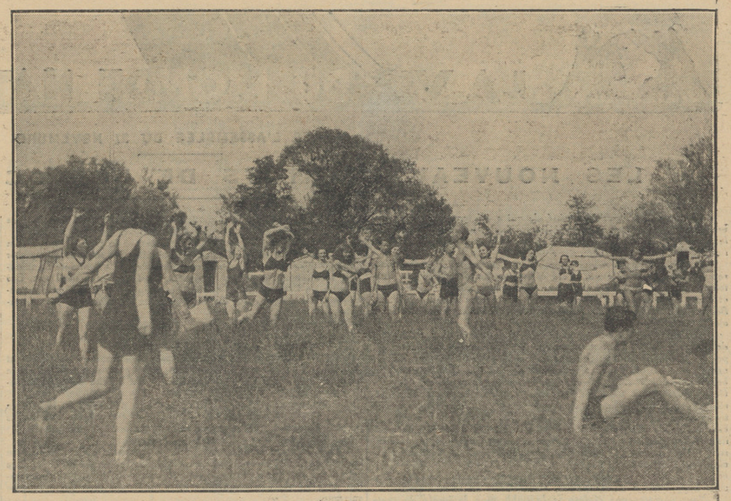
— Ils vous recevront avec émotion et reconnaissance, monsieur le ministre. Vous verrez de belles anatomies : gaillards, hommes et femmes, musclés en statues antiques ; vous en verrez aussi de laides : celles des novices, tout pâles, tout ronds, encore bedonnants ou trop maigres... Villennes, c'est l'usine humaine ; on y devient beau et solide.

— J'irai à Villennes, avec mon collaborateur, M. Chérif-Mécheri, le 13 décembre prochain, s'écria M. Morinaud, j'embrasserai vos bambins et je serrerai la main des docteurs Durville.

RENÉ-JEAN MAXY.



Ce jeune naturiste, pour ses débuts aux anneaux, fait preuve d'un sang-froid impressionnant. « J'embrasserai vos bambins », a dit M. Morinaud. Nul doute qu'il dépose sur les joues de celui-ci de sonores baisers.



Un coin du grand stade, à l'Ile des Naturistes de Villennes, que M. Emile Morinaud visitera officiellement dimanche prochain. Au second plan, la leçon de culture physique, dirigée par le docteur Gaston Durville.

LA VIE DU MONDE NATURISTE

APRES L'ASSEMBLEE DU 27 NOVEMBRE

LES NOUVEAUX STATUTS DE LA SOCIÉTÉ NATURISTE

Au cours de l'Assemblée générale qui a été tenue le 27 novembre dernier, les Statuts de la Société Naturiste, remaniés en vue de la demande en reconnaissance d'utilité publique, ont été votés à l'unanimité moins une voix.

A l'occasion de la même assemblée, un magnifique bronze d'art, représentant un athlète nu, a été offert par les naturistes aux docteurs Gaston et André Durville « en témoignage de reconnaissance » et aussi, n'est-ce pas, d'affection, selon les termes mêmes de M. E. Bailly, qui, parlant « au nom de ses camarades naturistes », a ajouté notamment :

« Si l'on pouvait comparer la Société Naturiste, il y a très peu de temps encore, à un nouveau-né, et plus récemment à une superbe jeune fille, nous pouvons aujourd'hui constater qu'elle est une femme admirable, resplendissante de santé et appelée aux plus belles espérances. Des personnalités officielles la regardent avec intérêt, et l'on nous parle de ses fiançailles et de son prochain mariage avec l'Etat. L'avenir s'annonce bien. Mettons-nous donc au travail, dans cette atmosphère de cordialité, de fraternité qui est la base même de nos principes, de notre idéal. Les naturistes ne sont-ils pas tous des amis ? Et c'est dans cet esprit qu'ensemble nous dirons : Vive la Société Naturiste, avec, à la tête, les docteurs Durville, qui l'ont créée et réalisée. ».

Les docteurs Durville, particulièrement touchés de cette nouvelle manifestation de sympathie, remercièrent en termes émus.

Nous commençons ci-dessous la publication intégrale du texte des nouveaux statuts.

ARTICLE 1. — BUT.

L'Association dite *Société Naturiste*, fondée en 1927, conformément à la loi du 1er juillet 1901, a pour but :

a) De grouper dans les liens d'une fraternelle amitié, sans distinction de classe, de parti ou de religion, les adeptes et amis du *naturisme*, c'est-à-dire ceux qui pensent que le meilleur moyen de guérir les maladies ou les tares physiques ou morales, d'acquérir une belle harmonie et, en général, de réaliser le meilleur développement humain, est de faire retour, tant que ce sera compatible avec les nécessités de l'existence moderne, avec les lois et règlements en vigueur, aux règles de simplicité vitale tracées par la Nature, que la civilisation nous fait souvent oublier ;

b) D'étudier plus à fond la physiologie et la psychologie humaines, pour mieux connaître les vrais besoins de l'homme et pour perfectionner les procédés déjà connus d'hygiène et de traitement naturistes qui permettent de vivre d'une façon plus rationnelle : alimentation sobre, peu ou pas carnée, usage rationnel de l'eau, de l'air et du soleil, culture bien comprise des muscles, développement des forces nerveuses, de la volonté, et évolution des idées vers un idéal progressivement plus large et plus noble ;

c) De vulgariser les saines idées naturistes dans tous les milieux, aussi bien parmi les savants que dans les masses, au moyen d'ouvrages, revues, conférences, et par exemple. Un naturiste, en effet, doit payer d'exemple : il doit devenir un jour un modèle — modeste — de santé, d'égalité d'âme et d'énergie. S'il n'est pas encore un modèle, il doit prouver, par le sérieux de sa vie, qu'il tend à le devenir ;

d) De créer des groupes de boys-scouts naturistes, au sein desquels s'enseigneront les idées d'obéissance consentie, de liberté, d'amour de la Nature et de vigueur physique, d'honneur, de goût du travail et de volonté ;

e) D'engager dans les concours et compétitions sportives les athlètes qu'elle aura créés, afin de prouver la valeur pratique des idées qu'elle défend ;

f) D'encourager les œuvres à caractère nettement naturiste, de donner son patronage et au besoin de subventionner les entreprises qui tendent à améliorer l'être humain, de créer l'émulation entre naturistes par l'organisation de concours ;

g) De mettre à la disposition de ses membres des terrains de jeux où ils peuvent venir s'ébattre, camper, pratiquer la cure de soleil, la cure de mouvement, la cure d'air, soit en en faisant l'acquisition, soit en en obtenant la jouissance ;

h) De faciliter à ses membres l'acquisition de tous ouvrages se rapportant de près ou de loin à la méthode naturiste, à l'éducation physique, à l'hygiène humaine ;

i) De participer, en général, à toute entreprise se rapportant directement ou indirectement au présent objet.

ARTICLE 2. — DUREE, SIEGE SOCIAL.

La durée de la *Société Naturiste* est illimitée.

Elle a son siège à Paris. Le Conseil d'Administration choisit l'immeuble où il s'est établi, et prend toutes dispositions nécessaires à l'installation. Il peut le transférer, par simple décision, mais dans la même ville. Le transfert dans une autre ville ne peut être décidé que par l'Assemblée générale.

ARTICLE 3. — MOYENS D'ACTION.

Les moyens d'action de l'association sont les suivants : organisation de réunions en plein air, de sorties, d'excursions, de causeries, de fêtes, de conférences, propagande par des études publiées dans les revues naturistes françaises, création de concours, de foyers, de bibliothèques, patronage des restaurants naturistes, organisation de filiales, de comités locaux, location ou achat de stades et terrains de jeux, constitution de caisses de secours, d'écoles, etc., etc.

ARTICLE 4. — COMPOSITION.

Pour obtenir le titre de sociétaire, il faut être présenté par deux membres de l'Association.

Toute demande d'adhésion à l'Association, formulée par écrit et signée du postulant, est soumise à la plus prochaine réunion du Conseil d'Administration, qui a le pouvoir de statuer souverainement. En aucun cas, il n'est tenu de faire connaître le motif de son refus.

L'Association se compose :

a) De *membres bienfaiteurs ;*

b) De *membres actifs ;*

c) De *membres adhérents.*

Le titre de *membre d'honneur* peut être accordé par le Conseil d'administration à toute personne ayant rendu des services particuliers à l'association et aux apôtres de l'idée naturiste. Les membres d'honneur sont dispensés de toute cotisation. Ils peuvent prendre part aux délibérations.

Le titre de *membre fondateur* peut être accordé par le Conseil d'administration à tout membre bienfaiteur ou actif participant ou ayant participé d'une façon particulièrement active à la création des Centres de plein air réalisés par l'Association.

Le titre de *pupille* peut être accordé par le Conseil, au besoin après senquête, à toute personne n'ayant pas les moyens d'acquitter une cotisation. Le même titre peut être accordé aux enfants de membres bienfaiteurs, actifs ou adhérents, âgés de moins de 7 ans. Les pupilles de l'Association jouissent des mêmes avantages que les autres membres, sauf celui de participer aux délibérations des assemblées.

ARTICLE 5. — COTISATIONS.

La cotisation annuelle minima est de :

a) 500 francs pour les membres bienfaiteurs (cette cotisation tient lieu de cotisation pour l'année. Les années suivantes, le membre peut cesser d'être bienfaiteur et s'inscrire en qualité de membre actif ou de membre adhérent) ;

b) 100 francs pour les membres actifs (la cotisation de 100 francs est exigée du chef de famille, la femme et les enfants non mariés peuvent acquitter seulement une demi-cotisation, soit 50 francs) ;

c) 20 francs pour les membres adhérents.

Toute cotisation versée avant le 1er octobre de chaque année confère la qualité de membre jusqu'à la fin de l'année en cours. Les cotisations perçues après le 1er octobre confèrent la qualité de membre pour les trois derniers mois de l'année, et pour toute l'année suivante.

Les cotisations de membres actifs ou adhérents peuvent être rachetées par un versement unique égal à *dix* fois le montant de la cotisation annuelle.

Un supplément annuel de cotisation de 300 francs est perçu de tout membre actif ou adhérent désirant s'inscrire à la *Section Nautique*, dont un règlement intérieur fixe les conditions de fonctionnement. Les membres bienfaiteurs, les membres d'honneur et les membres fondateurs sont dispensés de ce complément de cotisation.

ARTICLE 6. — DEMISSION, RADIATION, EXCLUSION

Cessent de faire partie de l'association, sans que leur départ puisse mettre fin à la Société :

1° Ceux qui donnent leur démission par lettre simple, adressée au président du Conseil d'administration ;

2° Ceux qui sont radiés pour non paiement de la cotisation au plus tard le 1er mars de chaque année ; le membre radié peut être à nouveau admis dans l'association, s'il se met en règle au sujet de sa cotisation, mais il doit être présenté à nouveau par deux membres du groupement et être agréé par le Conseil, comme s'il n'avait jamais fait partie de l'association ;

3° Ceux qui sont exclus par le Conseil d'administration pour infraction aux présents statuts ou aux règlements intérieurs, expulsion d'une assemblée par le président, faute grave envers un membre de l'association ou faute grave envers la loi naturiste. Le Conseil convoque le membre en instance d'exclusion par lettre recommandée, au moins quinze jours avant la date fixée pour la réunion. Le membre est invité à présenter sa défense. Notification lui est faite, par lettre recommandée, de la décision du Conseil. Cette décision est sans appel. Tous les délais qui ont pour point de départ l'envoi d'une lettre recommandée sont comptés à partir du jour qui suit le dépôt de cettre lettre à la poste, dépôt dont la date est constatée par le récépissé. L'exclusion n'entraîne, en aucun cas, le remboursement de la cotisation versée.

4° Les membres décédés.

ARTICLE 7. — CONSEIL D'ADMINISTRATION.

L'association est administrée par un Conseil composé de quinze membres, élus pour six ans par l'Assemblée générale.

Les membres du Conseil doivent être de nationalité française, jouir de leurs droits civils et politiques, et faire partie de l'association depuis un an au moins.

En cas de vacance, le Conseil pourvoit provisoirement au remplacement de ses membres. La plus prochaine assemblée générale procède à leur remplacement définitif. Les pouvoirs des membres ainsi élus prennent fin à l'époque où devrait normalement se terminer le mandat des membres remplacés.

Le conseil se renouvelle par tiers tous les deux ans. Les membres sortants sont indéfiniment rééligibles. Les membres à renouveler sont désignés par voie de tirage au sort.

ARTICLE 8. — BUREAU DU CONSEIL.

Le Conseil choisit parmi ses membres un bureau destiné à le représenter devant les assemblées générales. Ce bureau est composé de : 1 président, 2 vice-présidents, 1 secrétaire général, 1 trésorier, 1 secrétaire, 3 secrétaires adjoints.

Ce bureau est nommé pour un an à la majorité des membres présents du Conseil. Les membres sortants sont rééligibles.

Le président a la direction des débats de toutes les assemblées. Il est également chargé de la police des séances. Il a le droit d'expulser tout perturbateur, après trois rappels à l'ordre. L'expulsion pour trouble causé en séance entraîne l'exclusion de la société. En cas d'absence, le président est remplacé par le vice-président le plus âgé. Ce vice-président, en cas d'absence, est, à son tour, remplacé par le second vice-président ou, à défaut, par le membre le plus âgé du Conseil.

Le secrétaire général convoque les assemblées générales et les réunions du Conseil d'administration. Il représente l'association dans tous les actes de la vie civile et est investi de tous pouvoirs à cet effet. Il a, notamment, qualité pour ester en justice au nom de l'association, tant en demande qu'en défense, former tous appels ou pourvois et consentir toutes transactions. Il a la charge de toute la correspondance et la garde des archives et des registres de l'association. Les secrétaires accomplissent leurs mandats sous sa direction et sous sa surveillance.

Le secrétaire, assisté des secrétaires adjoints, rédige les procès-verbaux des réunions ou assemblées. Il tient à cet effet un registre réservé aux procès-verbaux des délibérations du Conseil et un autre registre réservé aux procès-verbaux des assemblées générales. Il tient, en outre, le registre spécial prévu par l'article 5 de la loi du 1er juillet 1901 et les articles 6 et 31 du décret du 16 août 1901. Il consigne sur ce registre toutes les modifications apportées aux statuts et dans la direction ou l'administration de la Société. Il assure, en général, l'exécution des formalités prescrites par la loi de 1901 et par l'article 21 des présents statuts.

Le trésorier est chargé de tout ce qui concerne la gestion du patrimoine de l'association : il effectue tous paiements et reçoit, sous la surveillance du Conseil d'administration, toutes sommes dues à l'association. Il tient comptabilité deniers, par recettes et dépenses, et, s'il y a lieu, une comptabilité matières. Le commissaire aux comptes, nommé par l'assemblée générale annuelle, soumet à l'assemblée générale suivante un résumé des opérations comptables effectuées au cours de l'exercice. L'Assemblée générale approuve, s'il y a lieu, la gestion du trésorier.

ARTICLE 9. — REUNIONS DU CONSEIL.

Le Conseil, convoqué verbalement ou par lettre simple, par les soins du secrétaire général, se réunit chaque fois qu'il est nécessaire sur la demande du quart au moins de ses membres et au minimum tous les deux mois. La présence d'au moins la moitié des membres est nécessaire pour la validité des délibérations.

Les décisions sont prises à la majorité absolue des membres présents. En cas d'égalité des voix, celle du président est prépondérante.

Le secrétaire rédige le procès-verbal des séances. Les procès-verbaux sont signés par le président et le secrétaire général. Ils sont transcrits sans blancs ni ratures sur un registre coté et paraphé par le préfet de la Seine ou son délégué.

ARTICLE 10. — POUVOIRS DU CONSEIL.

Le Conseil d'administration est investi des pouvoirs les plus étendus pour faire ou autoriser tous actes qui ne sont pas spécialement réservés à l'Assemblée générale.

Il surveille la gestion des membres du bureau et a toujours le droit de se faire rendre compte de leurs actes.

Il prononce souverainement sur toutes les admissions, radiations ou exclusions des membres de l'association, conformément à l'art. 6.

Il autorise le secrétaire général et le trésorier à faire toutes aliénations reconnues nécessaires des biens et valeurs appartenant à l'association.

Il fixe les sommes qui peuvent être dues au secrétaire général, au secrétaire et au trésorier pour leurs diligences, sans que ces allocations puissent avoir le caractère d'un traitement, toutes fonctions étant gratuites au sein de l'association.

Il fixe l'ordre du jour des assemblées générales.

Il choisit chaque année la revue naturiste dans laquelle seront publiées les convocations et, s'il y a lieu, les procès-verbaux des assemblées.

Il autorise la création de filiales.

Il établit tous règlements intérieurs nécessaires à la bonne marche de l'association. Il fixe, notamment, les conditions particulières d'admission des membres de l'association à la *Section nautique*, ainsi qu'aux *stades* et *terrains de jeux* de la Société. Les règlements intérieurs préparés par le Conseil d'administration doivent être soumis à l'approbation du ministre de l'Intérieur, et adressés au ministre de l'Education physique.

Il a pouvoir pour choisir chaque année, faire exécuter et fixer les conditions de vente des insignes qui peuvent être exigés par lui pour conférer aux membres le droit d'accès à certaines réunions.

Il rédige et soumet au vote de l'Assemblée générale les modifications qu'il juge utile d'apporter aux statuts, conformément à l'article 13 ci-après.

Les délibérations du Conseil d'administration relatives aux acquisitions, échanges et aliénations des immeubles nécessaires au but poursuivi par l'association, constitutions d'hypothèques sur lesdits immeubles, baux excédant neuf années, aliénations de biens rentrant dans la dotation et emprunts doivent être soumises également au vote de l'Assemblée générale.

Les délibérations relatives à l'acceptation des dons et legs ne sont valables qu'après l'approbation administrative donnée dans les conditions prévues par l'article 910 du Code civil et les articles 5 et 7 de la loi du 4 février 1901.

(A suivre.)

LE YAOURT CHEZ SOI AU PRIX DU LAIT
Brochure gratuite sur demande
COMPAGNIE YALACTA
Siège: 26 Rue Caulaincourt PARIS-18e
ou
4, Galerie Montpensier (Palais Royal). PARIS-1er

LIRE DANS LES PROCHAINS NUMEROS DE « NATURISME » :

LE PASSE, LE PRESENT ET L'AVENIR, par le Dr G. Simoens
LE MICROBE N'EST RIEN..., par Michel Binder
LE VERITABLE SURMENAGE SCOLAIRE, par Dab
BABEL, par Maurice Fuszka
LE NATURISME ET LA PAIX, par Pierre Audebert

LA THÈSE NATURISTE

MANGER SAINEMENT

LA CUISINE SAINE

LE LAIT ET SES DÉRIVÉS

FROMAGES

(*Suite*)

Il faut savoir que :

1° Les fromages à fermentation légère, encore appelés *fromages frais*, sont sans toxicité pour les voies digestives. Ils constituent, au contraire, de bons aliments nourrissants et vitalisés ; les bacilles lactiques qu'ils contiennent sont d'heureux nettoyeurs de nos intestins, par la faculté qu'ils ont de supplanter, en les dévorant, tous les autres microbes intestinaux, plus ou moins nocifs, alors qu'eux-mêmes ne le sont pas. Même les délicats des voies digestives peuvent consommer de ces fromages, parmi lesquels il convient de citer les *fromages blancs*, plus ou moins égouttés, les *yoghourts*, *képhyrs*. On ne perdra pas de vue qu'ils sont très nourrissants ; on n'en abusera pas dans les menus déjà chargés en substances albumineuses. Ne pas oublier que la fermentation acide peut devenir, à la longue, trop acidifiante, donc déminéralisante pour les arthritiques. Il faut ne pas prolonger au delà de dix à quinze jours une cure de fromage blanc, de yoghourt ou de képhyr. Les fromages de cette catégorie auxquels on a rajouté de la crème (petit-suisse, double-crème) sont plus nourrissants que les autres, mais aussi moins digestibles ; les dyspeptiques s'en méfieront, ou n'en useront qu'avec modération, et seulement au cours de repas peu riches en substances grasses.

2° Les fromages à fermentation douce, qu'ils soient crus ou cuits (Bondon ou Neufchâtel, Brie, Coulommiers, Camembert doux, Gruyère, Hollande, Port-Salut), sont d'excellents aliments pour tout le monde ; les diastases digestives (caséases, avons-nous dit déjà) qu'ils contiennent aident le suc gastrique à digérer les repas albumineux. Un repas a-t-il été trop copieux ? Un peu d'un de ces fromages, au dessert, apporte à l'estomac une aide sans laquelle il eût peiné pour faire son travail. Des arthritiques, insuffisants quant à leurs sécrétions digestives, peuvent voir disparaître leurs fermentations d'estomac et d'intestin par l'emploi modéré de fromages à fermentation douce.

3° Les fromages à fermentation forte (Camembert fort, Cantal, Chester, Gorgonzola, Munster, Mont-Dore, Livarot, Roquefort) sont des aliments très puissants, mais qui ne peuvent être tolérés que par les gens à nutrition très vigoureuse, capables de brûler les toxines (travailleurs de plein vent, sportifs vigoureux, etc.). Les arthritiques, les insuffisants du foie, les sédentaires doivent s'abstenir.

FROMAGE BLANC

C'est simplement du lait caillé, plus ou moins débarrassé de son petit lait. Les dyspeptiques peuvent en user avec modération ; ils n'y mettront de crème que dans la proportion où ils peuvent la digérer. Se méfier des formages blancs du commerce, ceux-ci étant d'ordinaire faits à la présure, produit malsain pour l'estomac. Pour avoir un bon fromage blanc, il faut que le lait caille spontanément ; ainsi, il subit la fermentation lactique (voir plus haut) ; le fromage ainsi fait est plus vitalisé et plus digestible.

BONDON

Fromage moyennement fermenté, qui n'est pas malsain.

BRIE

Bon fromage moyennement fermenté, qui peut utilement compléter un repas peu substantiel et apporter à l'estomac des diastases en supplément.

(*A suivre.*) Dr^s GASTON et ANDRÉ DURVILLE.

LE CINÉMA

LA CHIENNE

Après le roman, après la pièce, le film tiré de l'œuvre de La Fouchardière par Jean Renoir est assez émouvant pour rallier tous les suffrages. La présentation, adroite, enlèvera tout désir d'épiloguer à ceux qui seraient tentés d'y chercher une morale. Guignol les évince et nous présente les personnages : des hommes... de pauvres hommes, avec leurs défauts, leurs faiblesses ; nous allons voir un fragment de la vie de Legrand, caissier dans une maison de bonneterie. Précisément, le patron, Henriot, a réuni ses employés pour fêter sa décoration ; têtes bonasses ou sournoises, grasses plaisanteries, rien ne manque ; au bout de la table, pourtant, un homme silencieux : Legrand, supérieur à ceux qui l'entourent... mais ils ne le savent pas. Puis la rue, une jeune femme et son protecteur ivre, des taloches, Legrand intervient. Les jeux sont faits : désormais, rien n'empêchera plus la lente déchéance du caissier fidèle. Comment résisterait-il à ce rêve inouï qui l'emporte loin, si loin de sa compagne légitime, mégère acariâtre, éternelle admiratrice des vertus de son premier époux, l'adjudant disparu. Et Legrand, devenu l'amant de Lulu, prend les économies de sa femme, emprunte à la caisse de son patron. Dédé, le petit ami, trouvant ces revenus insuffisants, cherche un moyen de « faire de l'argent ». Des toiles de l'employé, peintre ingénu du dimanche, sont venues orner l'appartement de Lulu ; placées par les soins de Dédé dans une galerie de tableaux, elles permettent au marchand de lancer Lulu, artiste nouvelle, sous le nom de Clara Wood.

Mais, pour son malheur, l'adjudant n'est point tout à fait mort ; il surgit, espérant faire chanter Legrand ; ce dernier, machiavélique, le jette dans les bras de sa tendre moitié et parvient à s'éclipser, ravi de pouvoir sans crainte rejoindre son amie. Il la trouve couchée avec Dédé. Sa faiblesse est telle qu'il ne peut se résoudre à la perdre, et, le lendemain, revient repantant. Hélas ! Lulu l'accueille par des railleries ; désespéré de voir son beau rêve saccagé, Legrand la tue, s'enfuit et laisse accuser Dédé, innocente fripouille. Accablé par les faits, ce dernier est condamné à mort. Le caissier, chassé pour ses détournements, finira dans la peau d'un clochard optimiste, heureux de vivre encore.

Tel est le thème de *La Chienne*, réalisation heureuse, observation toujours juste. Parmi les fragments les plus remarquables, citons le banquet, l'assassinat de Lulu et le duel oratoire des deux maris d'Adèle. Cependant, le style nous a paru plus coulant, plus aisé dans la partie du film qui suit le meurtre ; le début est haché par des scènes un peu courtes. Autre reproche : sonorisation franchement quelconque ; pourquoi ne parvient-on pas à nous donner des enregistrements aussi bons que celui d'*An American Tragedy*, où les bruits gardent leur valeur réelle, où les acteurs parlent à mi-voix ? Enfin, il ne s'agit là que de points de détail.

Quelle excellente interprétation ! Michel Simon dépasse sa création de *Jean de la Lune*. Acclimaté définitivement au cinéma, il a fait de Legrand une figure inoubliable ; simple, naturel, il ne semble jamais jouer. Quel plus beau compliment peut-on lui faire ? Regrettons la disparition de Janie Marèse, remarquable elle aussi — une grosse perte pour le cinéma français. Georges Flamant nous donne un personnage bien observé. Toute la troupe est bonne, même les épisodiques. — JEAN FAUREZ.

AU PALAIS DES ARTS, 325, rue Saint-Martin, Paris. — Du 11 au 17 décembre. — Rez-de-chaussée : *La voie de sa maîtresse ; Le Monsieur de minuit.* — Premier étage : *Un soir de cocktail-bar ; Un soir de rafle.*

CONFÉRENCES. CAUSERIES. RÉUNIONS

ENSEIGNEMENT NATURISTE

CONFÉRENCES DE PROPAGANDE DES DOCTEURS G. ET A. DURVILLE (SAISON 1931-1932)

Comme chaque année, les docteurs G. et A. Durville reprennent leurs conférences de diffusion sur la méthode naturiste, avec clinique gratuite. Ces conférences ont lieu le premier et le troisième mardis de chaque mois (à partir du mardi 1er décembre), Grande Salle des Sociétés Savantes, 8, rue Danton, Paris-6e (Métro : Odéon ou St-Michel). Ouverture des portes à 20 heures. Séance à 20 h. 45 très précises.

Conférence du mardi 15 décembre

PROGRAMME

Première partie. — La culture musculaire pour tous les âges. La gymnastique des muscles. La gymnastique des organes. L'athlétisme, nécessité pour tous (suite).

Deuxième partie. — Clinique gratuite.

Troisième partie. — Contradicteurs.

COLLABORATION AUX FRAIS DE SALLE

Toute personne étrangère à la Société Naturiste.	5 francs
Membres de la Société Naturiste (sur présentation de la carte 1932.....	2 »
Malades s'inscrivant pour bénéficier de la Clinique gratuite.....	1 »

AU CLUB DU FAUBOURG

Jeudi 10 décembre, Salle des Sociétés Savantes, à 20 h. 30, le député Camille Planche sur *La France contre la guerre*. M. Jacques Kayser, vice-président du parti radical, sur *La paix en péril*. Et débat sur *Japon contre Chine*. — Samedi 12, Salle des Fêtes, 16, rue Cadet, à 14 heures, le fleuriste André Baumann sur *Femmes ou fleurs !* Procès du *Requin*, avec Mme Marcelle Vioux. Les pittoresques *Auditions discutées*, avec les chanteuses Régine Provence, Simone Lauret, Mary Delmary, les chanteurs André d'Orliapon, Notnac. Et débat sur *Le cinéma. Le public aime-t-il les films gais ou tristes ?* — Mardi 15, Salle Wagram, à 20 h. 30, Mme Andrée Lehmann, avocate à la Cour, répondra au professeur Charles Richet, sur *Les femmes ont le droit de travailler !* Procès des livres *Avocates, Au pays des femmes-soldats, Les guerrières*. Accusés : Fernand Corcos, Suzanne de Callias, Blanche Vogt, colonel Romain. Et l'orateur catholique l'abbé Candillon sur *La Femme et l'Eglise*. — Mercredi 16, à 19 heures, Restaurant Gillet, *Grand banquet du Faubourg*, présidé par le célèbre homme d'Etat, M. Albert Lebrun, président du Sénat, qui parlera sur *Après l'Exposition Coloniale. La conquête des cœurs*. Couvert : 40 francs. Adhésions d'urgence, le matin, 155, boulevard Péreire (Wagram 71-44).

JEUDI 10 DECEMBRE. — A 20 h. 30, à la Mairie du VIe Arrondissement, place Saint-Sulpice, Paris (Salle des Trophées) : *Les poisons alimentaires*, par M. Avias, membre du comité de la Société Végétarienne de France ; *Les émotifs et les anxieux, les causes du mal*, par le docteur Ch.-E. Lévy, vice-président de la S. V. de F.

VENDREDI 11 DECEMBRE. — A 21 heures, Salle d'Horticulture, 84, rue de Grenelle : *A la découverte du mouvement de l'homme*, par Raymond Duncan, ses amis et le public.

COMMUNIQUÉ DE MADOLIN

Bananes sèches. — Madolin a le plaisir d'annoncer qu'il est maintenant à même de fournir des bananes sèches. Ces bananes sont des fruits mûrs, cueillis mûrs à la touffe dans le pays d'origine lui-même. Sur place, ils sont séchés dans un courant d'air chaud, à l'abri du soleil et surtout des mouches, d'une façon progressive et en deçà des températures dangereuses, de façon à conserver leurs ferments naturels. Il s'agit donc de fruits mûrs, cueillis mûrs, et non de fruits verts qui ont plus ou moins bien mûri en route. Leur dessication progressive les met dans un état stable, car la présence de l'eau est indispensable pour faire évoluer le fruit. Ces bananes doivent être consommées comme des fruits secs, au même titre que des figues, des dattes, des pruneaux, des raisins, etc. Elles constituent une variété de fruits de plus, qui sera d'un précieux secours à une époque de l'année où les fruits sont rares ou peu variés. De plus, cette présentation naturiste d'un fruit aussi précieux que la banane lorsqu'elle est mûre, a l'avantage de le rendre économique. Les bananes sèches sont vendues au poids. Suivant leur grosseur, on peut en compter jusqu'à 40 au kilog. Madolin offre ce type de bananes au prix de 7 fr. 25 les 500 grammes. Madolin recevra prochainement un autre type de petites bananes, dites bananes figues, qui seront annoncées dans un prochain communiqué.

Dattes de Toulga. — Madolin vient de recevoir la première expédition de dattes sélectionnées de son correspondant indigène, de l'oasis de Toulga. Ces dattes sont des fruits de choix et ont été empaquetées pour Madolin sans aucune préparation au sirop. Leur aspect velouté tient justement à ce qu'elles sont entièrement naturelles et n'ont subi aucune préparation. La récolte a été tardive cette année, à cause de la sécheresse ; c'est pourquoi Madolin n'a pu les offrir plus tôt. Ces dattes sont vendues au prix de 8 francs les 500 grammes. Madolin rappelle que cet oasis est d'un terrain fortement magnésien, ce qui confère à ce genre de fruit sec une valeur toute particulière, surtout pendant les mois d'hiver. Ces fruits, qui viennent d'être récoltés, sont particulièrement frais.

« NATURISME » VOUS INTERESSE ?

ABONNEZ-VOUS

3 mois : 12 francs 1 an : 40 francs

PETITES ANNONCES

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

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

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

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

PENSIONS NATURISTES

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.

ETABLISSEMENTS NATURISTES

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).

NATURISME préventif et curatif par le prof. Vrocho, pl. Guynemer, Rocca Bella, Nice. Système prat. et rapide. Not. sur demande.

GROUPEMENTS NATURISTES

LES NATURISTES NANTAIS
désirant prendre part à excursions, pique-niques, le dimanche, et se réunir pour conférences, sont priés d'écrire à :
M. Pierre Maillard, 53, rue Fontaine-de-Barbin, Nantes.

DEMANDES D'EMPLOIS

STENO-DACTYLO, auxiliaire postes, cherche supplément de 19 h. à 21 h. — Ecrire : *Martin Renée, 9, rue de Bellièvre, Paris* (13e).

NATURISTE, 23 ans, cherche emploi, n'importe quel travail, en plein air de préférence. Ecr. : *P. Ribot, 23, rue de Reuilly, Paris* (12e).

Couturière nat. cherche journées cout. chez nat. *Naturisme,* N° 591.

J. homme nat., 20 a., bonne fam., instruit, demande occupat., même manuelle, au pair, ds famille nat. Côte d'Azur. *Naturisme,* N° 592.

J. H. 26 a., natur. espérant., gdes connaiss. mécaniq., commer., journal., dem. empl. chez natur. symp. Ouest, Sud-Ouest, *Nat.,* N° 595.

MARIAGES

J. homme, 32 a., commerçant, cultivé, naturiste, cherche jolie j. fille, cultivée, naturiste, à Marseille, en vue mariage. *Naturisme,* N° 590.

J. F., 28 ans, nat. Paris, dés. corr. avec Mons. nat., âge en rapport, vie plein air France ou colonie, en vue mariage. *Naturisme,* N° 593.

Dame nat., music., aim. sport, dés. conn. pr corresp. et sorties Mons. min. 38, sér. et libre, ay. mêmes goûts (poss. mariage). *Nat.* N° 594.

VENTES

Occasions : CANOTS PLIANTS ET DEMONTABLES de différentes dimens., en toile. Fac. de paiem. *R. Faure, r. Clemenceau, Troyes.*

DIVERS

ON DESIRE confier, au pair, j. fille, 15 a. 1/2, éduquée, intelligente, douce, affectueuse, distingu. hte moral. végétar. goûts artis. et aimant animaux, à dame honor. très sérieuse, instruite, aisée, simple, natur. mod., croyante sans fanatisme, affect. et bonne, à qui elle pourr. tenir comp., aider au ménage, couture, etc. Ecr. av. détails à *Nat.,* N° 589

AUX RUCHERS BEAUCERONS
MIEL gar. naturel, 1re réc. (prairies), 5, 10, 20 kg ; 60, 115, 215 fr. ; 2e réc. (ttes fleurs) : 53, 100, 190 fr. ; fco gare, dom. 2,50, remb. 3,50. *Mac Say, Luisant (E.-et-L.)* Ch.p. 541-02 Paris. Lect. *Naturisme* 8%.

JEUNE OUVRIER naturiste dés. conn. camarade débrouillard, tendance avancée, sorties sem. angl., frais minima. *Naturisme,* N° 597.

Sous le patronage des Drs Durville
Mlle KARLA SUSCHITZKY
professeur diplômé, donne des

COURS DE GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

dans une nouvelle salle spécialement aménagée, avec douches, 25, avenue de Lamballe, Paris-16e (Métro : Passy ou Muette).

Le programme des leçons comprend notamment : assouplissement, correction des défauts de tenue, développement harmonieux du corps, éducation du sens du mouvement et du rythme, traitement individuel.

Renseignements et inscriptions : le mardi et le vendredi, de 17 heures à 20 heures.

Leçons particulières. Cours séparés pour élèves débutants ou entraînés, pour enfants et adultes. Deux leçons par semaine : 100 francs par mois.

FREQUENTEZ LES CENTRES NATURISTES DES DOCTEURS G. ET A. DURVILLE
PHYSIOPOLIS : L'ILE DE MÉDAN — HÉLIOPOLIS : L'ILE DU LEVANT

LES ÉDITIONS DE "NATURISME"

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

Deuxième édition. Vingtième 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. Cinquantième mille.

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

La Cure Mentale.

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

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

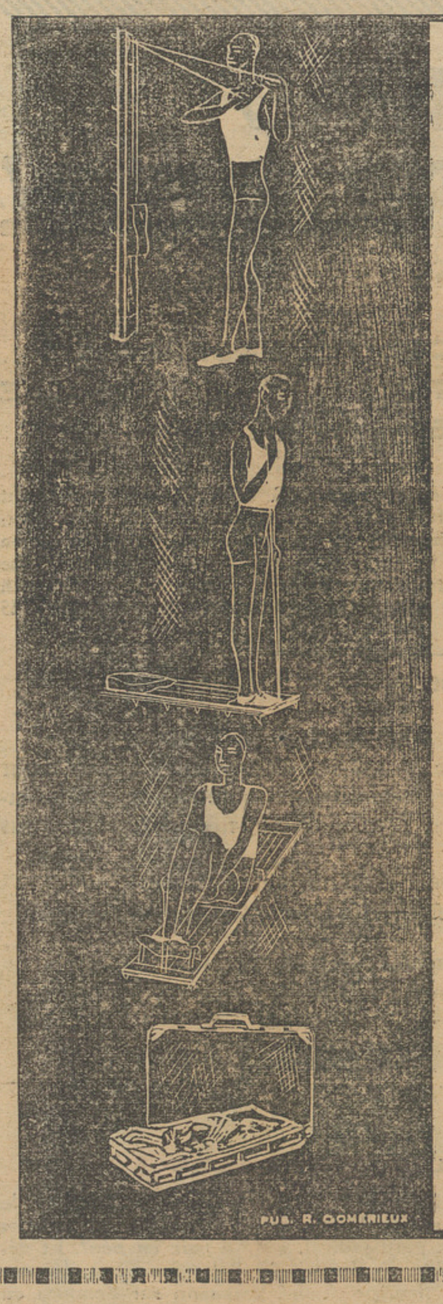
L'Art d'être heureux, 1 vol. à 15 fr.

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



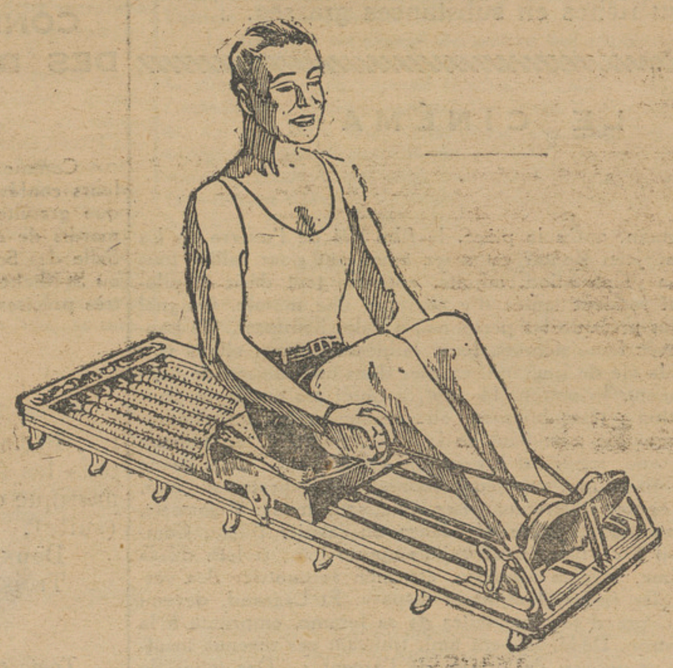
PUB. R. COMÉRIEUX

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 TOUS 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

---

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

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

du jeudi 26 novembre au mercredi 2 décembre

Dates	Pressions moyenn. (1)	Températures Max.	Min	Moyennes Diurne	Nocturne	Durée de l'insolation	Vent	Ciel	Mer	Pluie Durée	m/m	Observations
Jeudi	760 b.	16	9	14	2	4 h.	Lég. E	Nuageux	Belle	1/2 h.	0,6	
Vendredi ..	758 b.	14	11	13	12	Néant	E à N-O	Couvert	Grosse	2 h.	4,9	
Samedi	755 b.	14	10	12	11	Néant	Fort N-O	Couvert	Grosse	1 h.	1,5	
Dimanche ..	752 b.	13	5	12	9	Totale	N-O à O	Beau	Belle	Néant	Néant	
Lundi	758 h.	14	5	12	8	Totale	S-E lég.	Beau	Calme	»	»	
Mardi	763 h.	14	6	12	8	Totale	S-E lég.	Beau	»	»	»	
Mercredi ...	765 h.	13	4	11	6	Totale	S à O	Beau	»	»	»	

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

En vue de la création, à Héliopolis, d'un

CABINET DE LECTURE

nous serions particulièrement reconnaissants envers les naturistes qui voudraient faire don à notre œuvre d'ouvrages de toutes sortes, dont ils n'auraient plus l'emploi.

Les livres, en toutes langues, traités techniques ou documentaires, se rapportant à tous les corps de métier, traitant de tous sujets, ouvrages d'études classiques ou autres, revues, romans, publications, etc., etc., seront les bienvenus.

Faire exclusivement les envois au nom du docteur André Durville, Ile du Levant (Var), qui accusera réception.

PROPRIETAIRES A HELIOPOLIS FAITES DEFRICHER VOTRE TERRAIN

Nous engageons très vivement les propriétaires à Héliopolis à profiter de la saison d'hiver pour faire défricher et dessoucher leurs terrains, en laissant seulement les arbres, les belles bruyères et les arbousiers de belle venue.

Prix sur demande.

Passer directement les ordres au nom du docteur André Durville, Ile du Levant (Var).

POUR VOTRE
AMEUBLEMENT

NATURISTES, ADRESSEZ-VOUS
A UN FABRICANT NATURISTE

RENÉ AXLER
174, avenue du Maine
PARIS (14e)
Téléph. : Ségur 65-64

CHAMBRES 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

LE MEILLEUR DES CONDIMENTS
L'HUILE D'OLIVE
est aussi le plus efficace et le plus agréable remède pour le FOIE et l'INTESTIN
Dans l'intérêt même de votre santé, ne consommez que de l'HUILE D'OLIVE
L'huilerie BOYER, à Sainte-Cécile (Vaucluse)
vous livrera de l'HUILE D'OLIVE parfaite, aux meilleures conditions, par bidons de 5, 10, 15 et 20 litres, franco.
Demandez-lui son prix-courant et un échantillon.
Ils vous seront adressés aussitôt.

FAITES LIRE « NATURISME »
ABONNEZ VOS AMIS
6 mois : 22 francs
1 an : 40 francs

TOUS LES ARTICLES DE SPORT
NECESSAIRES A LA PRATIQUE DU NATURISME
se trouvent, aux meilleures conditions, chez
ALLEN
42, rue Etienne-Marcel — Téléphone : Louvre 14-19

TOUJOURS EN STOCK :
SLIPS, MAILLOTS, INSIGNES BRODES, CEINTURES
AUX COULEURS DE LA SOCIETE NATURISTE
CHAUSSURES DE CROSS, DE SAUT, ETC., ETC.
TOUS JEUX DE PLEIN AIR
TOUS MODELES DE BALLONS

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

CINQUANTENAIRE GESTETNER (1881-1931)

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

La syphilis est curable. Et le malade ? Aussi.
IRENE JALABERT
LA CROIX HORIZONTALE
ROMAN DE DEUX GUERISONS
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 243 pages. — Prix : 20 francs
Dépôt général : LIBRAIRIE UNIVERSUM, 33, rue Mazarine, Paris

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

172, RUE MARCADET
Madolin
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 RAISINS
Farine complète, raisins secs, pâte sablée par l'emploi du « Naturiste », corps gras végétal. Biscuit tendre et friable.....Les 500 gr. 6 »

BLE GERME EN FLOCONS
Blé germé et éclaté, amandes, farine complète, pour le petit déjeuner du matin.....Les 500 gr. 8 »

CONFIT NATURISTE AUX AMANDES
Raisins secs, amandes, noisettes, miel. Aliment puissant quotidien pour tous.....Le petit pot repas 2 »

COUSCOUS NATURISTE
Semoule de blé dur d'Algérie. Se cuit à la vapeur en deux fois. Ajouter en dernier lieu du « Naturiste », corps gras végétal.....Les 500 gr. 5 »

CORPS GRAS 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 »

GERMOIR
En tôle étamée, pour faire germer le blé à domicile, et le consommer cru.....L'appareil 25 »

HUILE D'OLIVE
Faite de fruits mûris à l'arbre, et écrasés au naturel. Transparence verte à cause des cellules de chlorophylle.....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. Blanc, rosé, rouge.....Le litre 10 »
La demi-bouteille 6 »

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

LIVRAISON FRANCO A DOMICILE DANS PARIS
Les *lundi, mercredi* et *vendredi*, dans les 1er, 2e, 3e, 4e, 5e, 6e, 7e, 8e, 12e, 13e, 16e arrondissements, et à Boulogne-sur-Seine.
Les *mardi, jeudi* et *samedi*, dans les 9e, 10e, 11e, 14e, 15e, 17e, 18e, 19e, 20e 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, notamment les féculents, dans l'assiette. Les 250 gr. 5 »
Saupoudreuse, verre moulé, bouchon plastique et hermétique, étudié pour l'emploi du malt.....L'unité 14 »

MARMITE NATURISTE
Pour la cuisson des légumes. Premier modèle..... 115 »
Deuxième modèle, plus grand..... 145 »

MIEL AROMATIQUE NATURISTE
Garanti pur aux aromates (lavandes).....Les 500 gr. 10 »

MIEL BLANC DU LOIRET
Miel de plaine.....Les 500 gr. 6 »

OLIVES NOIRES DE LA DROME
Les 500 gr. ..... 9 »

PAIN NATURISTE INTEGRAL
Fait de l'intégralité d'un blé donnant W 115. Aliment de grand feu.....Le pain 2 »

PAIN NATURISTE COMPLET
Comme ci-dessus, mais étendu de son poids de farine blutée. Aliment des citadins.....Le pain 2 »

PATES ALIMENTAIRES NATURISTES
Faites de farine complète. Nouilles, macaronis, coquillettes.....Le kilog 9 »

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

SUCRE DE CANNE
Avec ses gommes et la partie incristallisable du sucre. Importation directe.....Les 500 gr. 2 90

SOLEILS NATURISTES
Noix de coco, amandes, miel, farine complète. Dessert, et aliment de toute heure.....Les 500 gr. 8 »

Imprimerie de « *Naturisme* », 24, rue d'Alleray, Paris (15e)
Le gérant : AUGUSTE CHAUVETON

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 : HELIOPOLIS.

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 200 adeptes y sont devenus acquéreurs de terrains. Les premiers bungalows sortent de terre. Les sources se captent ; les puits se forent ; 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 quelques renseignements sur l'organisation générale d'Héliopolis :

VISITEURS — TOURISTES

Les touristes sont cordialement admis dans l'Ile 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 fr.) ;

2° D'acquitter, 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.

TRAVERSEE MARITIME

La traversée maritime est assurée par le *Saint-Hilaire*.

Sauf le cas de force majeure, le *Saint-Hilaire* accomplit deux traversées par jour, s'il se présente à l'embarcadère 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 d'Héliopolis....	7 h. précises
	Arrivée au Lavandou..	8 h. environ
	Départ du Lavandou...	9 h. précises
	Arrivée à Héliopolis...	10 h. environ
L'après-midi	Départ d'Héliopolis....	13 h. précises
	Arrivée au Lavandou..	14 h. environ
	Départ du Lavandou...	15 h. précises
	Arrivée à Héliopolis...	16 h. environ

TARIF (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 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.

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 1er mars prochain) des restaurants du domaine de l'Ayguade.

RESTAURANT « LA PAILLOTTE »

Petit déjeuner.....	3 fr.
Déjeuner	11 fr.
Dîner	11 fr.
Pension complète.....	23 fr.

Service : 5 %

Viande, vin, infusion en supplément

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'Ile du Levant où se concentre actuellement le Centre naturiste (domaine de l'Ayguade), 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.

Plus 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.

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

Pour renseignements complémentaires, locations de tentes, achats de terrains, 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 (15e) ; du 2 au 14 de chaque mois, à l'Ile du Levant. En son absence de l'Ile 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. Sur la côte, pour tous renseignements, s'adresser à Mlle Mercier, Agence Principale Immobilière, avenue Charles-Cazin, Le Lavandou (en face les Ecoles).

BULLETIN D'ABONNEMENT A

NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE

A adresser 15 *bis*, rue Cimarosa, Paris (16e)
(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).*

ABONNEMENTS		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.

Tel cœur, tel nageur...

Over arm, trudgeon, crawl, brasse, 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.

Si vous désirez le goûter, un échantillon gratuit vous sera adressé contre envoi de cette annonce accompagnée de 1 fr. en timbres-poste pour frais d'expédition.

Café SANKA *sans caféine*

Boulogne - Paris

COURS DE GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

ASSOUPLISSEMENT, LIGNE
-:- RYTHME, EXPRESSION -:-

Le mercredi et le samedi de 21 heures à 22 heures

TALENS

SALLE DU BOSTON-CLUB
14, rue du Faubourg-Saint-Honoré, Paris (Madeleine)

Pour renseignements et inscriptions, tous les jours, de 14 heures à 19 heures :
TALENS, 16, rue de la Tour-d'Auvergne, Paris (9e), ou Salle du BOSTON-CLUB, 14, rue du Faubourg-Saint-Honoré, Paris.