

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

. Naturisme : le grand hebdomadaire de culture humaine / directeur : Dr André Durville ; rédacteur en chef : Dr Gaston Durville. 1933-03-09.

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.

LIRE DANS CE NUMÉRO :
« L'HORMONE QUI FAIT GRANDIR »
PAR LE DOCTEUR GASTON DURVILLE

NATURISME



Photo procédé Akoba.

**LE GRAND
HEBDOMADAIRE
DE CULTURE
HUMAINE**

LA BOISSON IDÉALE

LE NATURISTE QUE NOUS VOYONS ICI SE DESALTERE AUPRÈS D'UNE SOURCE, DANS UN AIMABLE PAYSAGE, DES ALPES-MARITIMES. IL SAIT QUE LA BOISSON IDÉALE, LA BOISSON SAINE, LA BOISSON TYPE, C'EST L'EAU, L'EAU PURE. L'EAU EST LA SEULE BOISSON VRAIMENT VITALISANTE ; C'EST LA SEULE QUI PUISSE CORRECTEMENT ACCÉLÉRER LES ACTES DE LA DESASSIMILATION ET FAVORISER LES MÉTAMORPHOSES ORGANIQUES. ET CEPENDANT, PERSONNE NE BOIT PLUS AUJOURD'HUI D'EAU NATURELLE ; ON VEUT DES EAUX SPÉCIALES, MÉDICAMENTEUSES, CONSERVÉES EN BOUTEILLES, OU MÊME ON PRÉFÈRE S'ABREUVER D'ALCOOL, PRODUIT INCENDIAIRE, POISON DES POISONS, QUI BRÛLE LES ÊTRES ET FAIT DÉCHOIR LES RACES LES PLUS VIGOUREUSES. (VOIR DANS CE NUMÉRO NOTRE PAGE PHOTOGRAPHIQUE : BOIRE.)

DIXIÈME ANNÉE - N° 246

1 FR. 25

BnF
DEP

JEUDI 9 MARS 1928

Au crible, les idées !...

L'HORMONE QUI FAIT GRANDIR

UN de ces jours derniers, mon ami le docteur F..., qui n'est pas naturiste, mais qui ne cache pas sa sympathie pour nos idées, amenait à ma consultation son fils âgé de quinze ans.

L'enfant est nu devant nous :

Docteur F... — Je suis désolé de voir cet enfant si gras : excès de graisse localisée au tronc, au ventre, aux fesses, aux hanches, seins trop développés, féminins. Avec cela, volume très insuffisant des organes sexuels, et ceux-ci sont enfouis sous des plis de graisse. Quinze ans passés, aucun signe de puberté, pas un poil. Et une taille d'enfant de treize ans : 1 m. 42. Je suis très inquiet, dit le père.

Docteur G. D... — Et comment va l'esprit de l'enfant ?

Docteur F... — Très bien. Les places sont bonnes en classe : Jean est un latiniste ; l'an prochain, il passe son baccalauréat ; il travaille, intellectuellement, beaucoup ; il est pondéré, doux, sérieux, très calme ; il joue peu, estimant que ça lui perd du temps ; il ne court pas, parce qu'il n'est pas du tout sportif.

Docteur G. D... — Bon. A quel trouble avez-vous pensé ?

Docteur F... — J'ai peur que mon fils soit atteint d'un syndrome adiposo-génital : vous savez, tumeur du cerveau localisée au lobe antérieur de l'hypophyse...

Docteur G. D... — Oh !

Docteur F... — Vous n'y croyez pas ? Pourtant, la localisation graisseuse au tronc, les seins de femme, l'absence de développement des organes sexuels, la petite taille, l'absence totale de poils à 15 ans, et l'intégrité de l'esprit, tous les signes y sont.

Docteur G. D... — Tous les signes ! Non, puisque vous ne me parlez ni d'une baisse subite de la vue, ni d'une modification du champ visuel.

Docteur F... — Ah ! oui, la baisse de la vue par compression des nerfs optiques ou du chiasma optique sous l'action de la tumeur...

Docteur G. D... — Je crois que si l'enfant est trop gras et en retard sexuellement, et trop petit, c'est tout simplement parce qu'il ne remue pas (vous-même l'avez constaté), parce qu'il ne s'aère ni ne s'ensoleille pas (ça se voit à la teinte blême de sa peau), et parce qu'il mange de façon trop carnée, trop dévita-

lisée, insuffisamment vitaminée, autrement dit de façon antinaturiste. Il est pensionnaire au lycée, n'est-ce pas ?

Docteur F... — Evidemment.

Docteur G. D... — Les conditions sont parfaites pour réaliser une maladie grave ; heureusement, elle n'est encore qu'à demi grave...

Docteur F... — Mais si, quoique vous en pensiez, l'enfant était tout de même atteint de syndrome adiposo-génital, et avait une tumeur de l'hypophyse, qu'est-ce que vous proposeriez comme traitement ?

Docteur G. D... — Je pense que, quand on est atteint d'une tumeur, lorsque celle-ci est cancéreuse, il est bien tard pour devenir naturiste, et bien tard pour faire n'importe quel traitement.

Docteur F... — Alors, vous ne croyez pas à la chirurgie du cancer ?

Docteur G. D... — Pas à celle des tumeurs hypophysaires, en tout cas.

Docteur F... — Et si mon fils n'a pas de tumeur, mais seulement de l'insuffisance hypophysaire, ne pensez-vous pas qu'un traitement par les hormones extraits du lobe antérieur de l'hypophyse pourrait activer la croissance, guérir l'adipose et développer la puberté ?

J'ai répondu au docteur F... quelque chose comme ceci :

Je connais les travaux très curieux qui ont récemment amené un confrère à affirmer que la petite glande hypophyse, placée sous le cerveau, sécrète, par son lobe antérieur, un principe, encore inconnu dans sa nature, qui assure la croissance du corps, et un autre principe, un peu mieux connu, qui stimule les cellules génitales ; ces produits hypophysaires sont des hormones.

Je sais que, par ces hormones, on a fait très vite devenir géants de jeunes animaux qui, sans ce traitement miraculeux, restent petits ; je sais aussi que Adler et Allen ont obtenu par des produits hypophysaires une précipitation remarquable de la transformation du têtard en grenouille. Je sais aussi que, par le même procédé, on a déclenché presque instantanément la puberté chez des jeunes souriceaux. Et j'ai lu, il y a peu de temps, un article de Lièvre dans lequel l'auteur se laisse aller à l'espoir qu'un jour, qui n'est peut-être pas très loin, les humains se fabriqueront la taille qu'ils voudront, quand ils sauront utiliser l'hormone hypophysaire somatotrope.



Nos contemporains, calfeutrés sous leurs vêtements, ont la colonne vertébrale lamentablement raide. Pour assouplir la colonne vertébrale. Position de départ : jambes écartées, bras tendus latéralement, en croix. Tordre le corps vers la droite, puis vers la gauche, au maximum ; les bras doivent aider à la torsion. (Dessin de Mme David-Gell extrait du livre en préparation Fais ton Corps, par les docteurs G. et A. Duroille.) Voir en page 10 un autre dessin montrant un bon mouvement d'étirement.

Oui. Et par l'hormone gonadotrope on pourra rendre papas les bambins de douze ans. Et par le prolan A ou B, de maturation folliculaire, les petites filles pourront être mamans...

J'admire les progrès de la science ; j'admire les découvertes du laboratoire ; j'admire les noms ronflants dont s'enrichit chaque jour notre science médicale.

Quoi qu'il en soit, j'ai conseillé au docteur F... de ne pas trop compter sur l'hormone hypophysaire somatotrope, ni sur le principe gonadotropique, mais d'instituer d'abord à son fils un régime alimentaire sain, peu carné, bien végétal et fruitarien, riche en crudités et en vitamines, de lui faire faire, chez nous, une solide cure de massage pour brûler les masses graisseuses, de lui imposer la gymnastique en nudité totale chaque matin, suivie de lotion et friction, de lui apprendre l'amour du plein vent, du soleil et du sport, et puis de l'amener à Villennes.

Avec cela, on grandit, on fait du muscle, on devient un homme, et ça n'empêche pas, bien au contraire, de réussir le baccalauréat.

D^r Gaston DURVILLE.

L'influence des étoiles sur notre santé et sur notre destinée

L'ASTROLOGIE, qui a pour objet la prédiction des événements d'après l'inspection des astres, est une science qui n'est pas nouvelle, puisqu'elle existait dès la plus lointaine antiquité. Les Védas de l'Inde, l'un des plus authentiques échos des plus immémoriales traditions, les livres théologiques des Perses, les écrits de Thot ou de Manéthon, des Egyptiens, nous apprennent, en effet, que les peuples les plus reculés connaissaient l'astrologie.

Comment cette science est-elle née ? On n'en sait rien, et peut-être ne le saurons-nous jamais ; les documents sont muets à ce sujet.

On admet généralement qu'après avoir pris naissance en Chaldée, l'astrologie passa en Egypte, de là en Grèce, puis en Italie et dans toute l'Europe occidentale. Après avoir joui d'une grande faveur pendant tout le moyen âge, elle tomba dans le plus profond discrédit à partir du XVII^e siècle, et maintenant elle est considérée par la plupart des savants comme une science illusoire et chimérique.

Quel est le principe fondamental de l'astrologie ?

D'après les anciens astrologues, les étoiles exerceraient sur tout ce qui vit, et spécialement sur l'homme, une action bonne ou mauvaise, et cette influence serait particulièrement active au moment de la naissance.

La planète dont l'influx prédomine lorsqu'un être humain voit le jour déterminerait chez lui un tempérament particulier et des facultés intellectuelles spéciales qui orienteront ensuite sa destinée.

Il est curieux de constater que la plupart des grands astronomes ont été des astrologues : Copernic, Tycho-Brahé, Képler, Galilée, etc., ne se bornaient pas à étudier la physique du ciel, mais cherchaient aussi à connaître, si l'on peut dire, sa psychologie.

Cette remarque a intrigué quelques chercheurs contemporains qui se sont demandé si l'on ne pourrait pas donner une démonstration positive de la vanité ou du bien-fondé de la prétendue influence astrale. Ils ont pensé, avec juste raison, qu'il suffisait pour cela de rechercher s'il n'y avait pas une correspondance entre un phénomène cosmique particulier, ou un aspect du ciel, et certains événements significatifs de la vie d'un homme.

Les observations qui viennent d'être faites sont sans doute encore bien désordonnées, et il n'est pas possible de tirer de tous les matériaux qu'on nous présente quelques lois générales qui apporteraient de l'ordre et de la clarté, mais ce que nous pouvons retenir, c'est que, dès maintenant, ces recherches prouvent indubitablement la réalité d'une influence stellaire sur notre vie.

Dans son ouvrage : « Les Enigmes de la Science », l'abbé Moreux, directeur de l'observatoire de Bourges, consigne les observations qu'il a faites depuis plusieurs années déjà :

« Le flux électrique émané du soleil, écrit-il, exerce une action sur notre système nerveux, et j'ai souvent constaté que nombre de personnes, les enfants surtout, sont plus irritables au moment des phases de suractivité solaire. Le nombre des punitions dans les collèges est toujours plus élevé au moment des perturbations magnéti-

ques causées par les troubles des enveloppes solaires. Ces influences inconscientes se traduisent chez certains sujets par des accès de nervosité, exercent sur les tempéraments malades des effets complexes : oppression, accès de goutte ou de rhumatisme, migraines, névralgies, et même crises de colère. »

De son côté, M. Henri Durville, citant les travaux de différents auteurs, nous montre, dans son très remarquable ouvrage « La Science Secrète », que l'action du soleil se manifeste également sur les collectivités. Aux périodes où les taches solaires sont les plus nombreuses, nous constatons des violences de toutes sortes, révolutions, perturbations sociales : « Une sorte de fièvre semble prendre possession de l'humanité ; les querelles naissent, les guerres éclatent entre les peuples ; on dirait qu'un vent de folie agite en même temps tous les cerveaux. »

Au contraire, aux périodes d'activité solaire minima, correspondent des années de calme et de prospérité ; nous voyons « refluer les travaux de paix », le développement des arts, du commerce, de l'industrie.

D'autre part, le docteur Maurice Faure a présenté récemment à l'Académie de Médecine une communication du plus haut intérêt. Cet excellent observateur a relevé, jour pour jour, le nombre de cas de morts subites, et il a tracé la courbe de ce phénomène ; il a comparé ensuite cette courbe à celle qui traduit l'intensité des taches solaires, et il a vérifié que ces deux courbes épousaient à peu près la même forme. Il a constaté aussi que « l'accident aigu », ce qui, en terme médical, désigne souvent la mort, coïncide généralement avec le passage des taches au méridien central du soleil.

Les taches solaires exercent donc une action déterminante sur les phénomènes biologiques, ainsi que sur la psychologie des individus et des peuples.

Comment expliquer cette action ?

L'influence des taches solaires sur le monde physique et dans le domaine météorologique est connue depuis longtemps, et n'est plus à démontrer ; constituées par de véritables tourbillons orageux, ces taches donnent lieu à des décharges magnéto-électriques colossales qui produisent dans l'atmosphère terrestre des phénomènes variés : phénomènes magnétiques révélés par l'affolement des boussoles ; phénomènes électromagnétiques qui produisent des perturbations dans les émissions de T.S.F. ; phénomènes électro-lumineux qui constituent les aurores polaires.

Il apparaît assez évident que les taches solaires, qui jouent un rôle certain dans le déterminisme de beaucoup de phénomènes physiques, ne doivent pas rester sans action sur les phénomènes biologiques, qui sont étroitement liés aux précédents, et il serait peu raisonnable de croire que l'être humain puisse échapper à leur influence.

On peut donc admettre que le déséquilibre humoral qui caractérise l'irritabilité, la fatigue, la maladie et la mort, préparé de longue date par une vie anti-naturelle et par une hérédité fâcheuse, se réalise subitement par l'effet d'une brusque modification du champ électro-magnétique dans lequel se trouve plongé l'individu. Or, nous savons que ce brusque changement se produit pendant les périodes où l'activité solaire

est maximum, c'est-à-dire pendant les périodes des taches.

De la sorte s'expliquent les cas de morts subites signalés par le docteur Maurice Faure.

D'autre part, ce qui est vrai pour l'individu, au point de vue psychologique, l'est, à plus forte raison, pour les foules et les nations, car, dans ce cas, la volonté individuelle s'atténue considérablement et les influences extérieures agissent d'autant mieux.

Les remarques de M. H. Durville ne doivent donc pas nous étonner.

Puisque le soleil agit par ses taches sur l'être humain et sur les collectivités, on peut se demander si tout l'univers astral, par ses radiations multiples et interférentes, ne joue pas un rôle dans notre vie.

La réponse n'est pas douteuse, car la récente découverte des rayons X ultra-pénétrants met en évidence la solidarité profonde des êtres animés avec tout le milieu cosmique : les astres les plus lointains, les nébuleuses les plus éloignées, l'espace interstellaire lui-même nous envoient des rayons invisibles qui pénètrent à travers notre chair avec la plus grande facilité ; ils modifient continuellement nos organes, notre cœur, notre sang, nos nerfs, notre cerveau, et agissent ainsi sur notre physiologie et sur notre psychisme. Pour nous préserver de leur action, il faudrait interposer entre le ciel et nous une plaque de plomb de 2 mètres d'épaisseur ou une couche d'eau de 22 mètres, ou encore vivre à 10 mètres sous terre environ.

L'influence des rayons ultra-pénétrants est-elle bonne ou mauvaise ? Il est difficile de répondre à cette question ; en tout cas, lorsque pour une raison quelconque ces rayons s'affaiblissent ou au contraire deviennent plus intenses, nous devons en subir le contre-coup. Ainsi le réveil subit et simultané des maladies épidémiques, sur les points les plus éloignés de notre globe, n'aurait-il pas de la sorte une cause cosmique ?

Abordant le problème sous un autre aspect, plus spécialement astrologique, M. Paul Choismard, le rénovateur de l'astrologie scientifique, a pu tirer les conclusions suivantes de ses longues et minutieuses recherches :

« 1^o L'homme ne naît pas normalement sous n'importe quel ciel, mais sous un ciel présentant une certaine conformité avec celui de ses parents ; ce ciel a donc, en partie du moins, un caractère distinctif pour son innéité ; il indique par là certaines aptitudes fondamentales de l'individu ;

« 2^o Nos penchants sont en quelque sorte tonalisés et orientés d'après une influence exprimée par les astres à la naissance, ce qui permet de juger un homme, en partie du moins, d'après son ciel de naissance ;

« 3^o L'impression manifestée par les astres s'exerce sur nous au cours de la vie en raison de notre réceptivité innée ou acquise. Certains passages d'astres indiquent des périodes d'harmonie ou de dissonance au point de vue biologique. »

Voir en page 10 la suite de l'article de

R. TOCQUET.



« Boire : avaler un liquide », dit le dictionnaire. Mais l'être humain a perdu peu à peu la notion du vrai, et le mot « boire » a fini par dévier, en certains cas, de son sens primitif. Ainsi, lorsqu'on dit de quelqu'un : « Untel ? Il boit ! », cela signifie : « Untel est un ivrogne ». Pour beaucoup de gens hypnotisés par la fausse théorie des calories, il est nécessaire, en effet, d'ingurgiter des boissons alcoolisées. Il ne vient même plus à l'idée qu'il soit possible de boire autre chose. Pourtant, que de drames, que de maladies, que de morts sont imputables à l'alcool ! Même ingéré par petites doses, il tue d'une façon certaine. Pas un être ne peut dire qu'il est insensible au meurtrissant qu'est l'alcool. Il favorise l'apparition de toutes les déchéances, au corps aussi bien qu'à l'esprit. Et aucun jour ne se passe sans que les journaux relatent quelque crime commis par un pochard. Regardez-les, ces habitués du « zinc », et cet autre, qui déguste un ultime « apéro » à petites gorgées, pour s'affaler enfin devant sa pile de soucoupes. Sont-ils heureux ? Non : ils sont enchaînés au pesant boulet de leur funeste passion. Voyez, par contre, ces naturistes qui s'ébattent en pleine nature, loin des bistros enfumés : ils sont forts, sains et libres. Ils boivent, pourtant ; mais ils boivent de l'eau...

L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE LA SOCIÉTÉ NATURISTE

L'ASSEMBLÉE générale annuelle de la Société Naturiste a eu lieu le 24 février. En voici le compte rendu complet :

La séance est ouverte à 21 heures, aux Sociétés Savantes, salle D, 1^{er} étage, 28, rue Serpente, à Paris.

L'ordre du jour est le suivant : Rapport du commissaire aux comptes sur les opérations de l'exercice 1931-1932 ; Quitus au trésorier ; Démission du bureau ; Election du bureau pour 1933 ; Questions diverses.

Le docteur Gaston Durville ouvre la séance et fait le rapport moral de la Société Naturiste sur l'année qui vient de s'écouler. Il rappelle l'agitation des esprits qui régnait lors de la dernière Assemblée générale et constate avec plaisir l'ordre qui règne à présent. Il se félicite des résultats remarquables de l'année, puisque l'Ile des Naturistes de Médan jouit maintenant d'une vogue toujours grandissante. Le docteur Gaston Durville rappelle qu'il a promis, l'année dernière, de créer un prix d'athlétisme, à disputer à Villennes. La compétition ayant eu lieu il y a quelques mois, le docteur Gaston Durville distribue aux gagnants un certain nombre de médailles-souvenirs, aux applaudissements chaleureux de l'Assemblée.

M. Guicharel, secrétaire adjoint, donne lecture du procès-verbal de l'Assemblée générale du 27 novembre 1931. Ce procès-verbal est accepté à l'unanimité.

Le secrétaire général donne lecture du rapport du commissaire aux comptes, sur les opérations de l'exercice 1931-1932, aux lieux et place de M. Messerly, qui s'est excusé. A la suite de cette lecture, le secrétaire général met aux voix la résolution suivante :

PREMIÈRE RÉSOLUTION

L'Assemblée générale, après avoir entendu le rapport du commissaire aux comptes sur les opérations comptables de la Société Naturiste pour l'exercice 1931-1932, approuve la comptabilité de l'exercice écoulé et donne quitus au secrétaire général ayant exercé les fonctions de trésorier.

Cette résolution est adoptée à l'unanimité.

Le secrétaire général donne à l'Assemblée un résumé des décisions prises par le Conseil de la société au cours de l'année écoulée. Il met ensuite aux voix la résolution suivante :

DEUXIÈME RÉSOLUTION

L'Assemblée générale de la Société Naturiste, après avoir entendu lecture des principales résolutions prises par le Conseil d'Administration au cours de l'exercice écoulé, approuve la gestion du Conseil et en ratifie les résolutions. Il valide, notamment, la nomination :

- 1) de M. Haguenauer au poste d'administrateur général des Stades de Physiopolis ;
- 2) de M. Maxy, René-Jean, au poste de conseiller technique de la Société Naturiste, près le Conseil d'Administration ;
- 3) de M. Delaby, au poste de membre du Conseil, en remplacement de M. Bailly, démissionnaire.

Le bureau de la société déclarant poser la question de confiance sur la dite résolution, l'Assemblée demande la disjonction de ses différents articles.

La disjonction étant acceptée, le secrétaire général met aux voix l'article suivant :

L'Assemblée générale de la Société Naturiste, après avoir entendu lecture des principales résolutions prises



LE DOCTEUR GASTON DURVILLE
PRÉSIDENT DE LA SOCIÉTÉ NATURISTE
CARICATURE PAR M^{lle} BOURET

par le Conseil d'Administration au cours de l'exercice écoulé, approuve la gestion du Conseil et en ratifie les résolutions.

Cet article est voté à l'unanimité.

Le secrétaire général met aux voix l'article suivant :

Il valide, notamment, la nomination :

- 1) de M. Haguenauer au poste d'administrateur général des Stades de Physiopolis ;

Cet article est voté à l'unanimité.

Le secrétaire général met aux voix l'article suivant :

- 2) de M. Maxy au poste de conseiller technique de la Société Naturiste, près le Conseil d'Administration ;

Cet article est voté à l'unanimité moins 3 voix.

Le secrétaire général met aux voix l'article suivant :

- 3) de M. Delaby au poste de membre du Conseil, en remplacement de M. Bailly, démissionnaire.

Au sujet de cet article, un sociétaire, M. Coubart, demande la parole. Il donne lecture d'une lettre recommandée qu'il a adressée quelques jours auparavant au secrétaire général, d'où il résulte qu'une certaine majorité de la société croit le moment venu de créer une Commission sportive à Villennes, et que, pour que cette Commission sportive puisse agir utilement à l'Ile des Naturistes, il serait utile qu'elle soit représentée auprès du Conseil par un ou deux de ses membres. En conséquence, M. Coubart déclare poser sa candidature au poste de membre du Conseil laissé vacant par la démission de M. Bailly. Mlle Joiner, membre du Conseil, déclarant donner sa démission, M. Dupuy pose sa candidature à son poste.

On procède au vote pour le remplacement de M. Bailly au poste de membre du Conseil.

Le résultat en est le suivant :

M. Coubart	80 voix
M. Delaby	50 —
M. Dupuy	6 —

Le Conseil d'Administration, se considérant comme mis en minorité par ce vote, contraire à une de ses dernières résolutions, donne sa démission.

Le bureau quitte la salle, à l'exception du secrétaire général, qui s'offre à expédier les affaires courantes. Il signale à l'Assemblée que la Société Naturiste n'ayant plus de Conseil, a comme premier devoir d'en nommer un autre, et il se propose de recueillir les candidatures.

L'Assemblée demande aux docteurs Gaston et André Durville de poser à nouveau leurs candidatures. Ceux-ci déclarent qu'ils ne se représenteront que sur une liste comprenant la plus grande partie de leurs anciens collègues du Conseil.

L'Assemblée demandant aux docteurs Durville de lui fournir cette liste, l'ancien Conseil se réunit immédiatement. M. Delaby ayant déclaré se désister et Mlle Joiner maintenant sa démission, la liste suivante est proposée par le docteur André Durville et soumise en bloc au vote de l'Assemblée :

MM. Binder, Brun, Diet, docteur Gaston Durville, docteur André Durville, Gagé, Guicharel, Haguenauer, Jourdeuil, Kahn, Méry, Mollet, docteur Regnault, Coubart et Dupuy, ces deux derniers devant remplacer et suivre ultérieurement le sort de M. Bailly, pour le premier, et de Mlle Joiner, pour le second.

La liste est acceptée à l'unanimité et des applaudissements chaleureux éclatent quand l'ancien Conseil, complété de deux membres nouveaux, reprend sa place au bureau.

Le secrétaire général présente alors le nouveau bureau pour 1933. Ce bureau est ainsi constitué :

Président : Docteur Gaston Durville ;
Vice-présidents : MM. Jourdeuil, Méry ;
Secrétaire général exerçant les fonctions de trésorier pour 1933 : Docteur André Durville ;
Secrétaire : M. Brun ;
Secrétaires adjoints : MM. Guicharel, Gagé et Coubart.

Des applaudissements nourris saluent le nouveau bureau de la société pour 1933.

Le secrétaire général présente la candidature de M. Messerly au poste de commissaire aux comptes pour 1933. M. Messerly est élu à l'unanimité.

Au nom du Conseil, le secrétaire général soumet à l'Assemblée le budget suivant :

Recettes prévues	
Autorisations	20.000
Cotisations	85.000
Visiteurs	25.000
Locations diverses	10.000
	140.000
Dépenses prévues	
Travaux solde w.-c.	4.000
— acompte piscine	47.300
— plomberie w.-c.	5.300
— arbres, plant. div.	1.500
Travaux divers	9.900
Fête du Soleil	2.000
Frais généraux, personnel	25.000
Matériel divers	4.000
Rembours. Dr Durville	24.000
Construction vestiaire	17.000
	140.000

(Voir la suite en page 10)

Les acides aminés nobles

La « vitamination » de nos aliments hydro-carbonés usuels n'a pas comme seul effet d'assurer la présence certaine et adéquate des vitamines de nutrition, mais aussi celle des acides aminés dits « nobles » et de précieux sels minéraux, dont le phosphore, sous forme de phytine, et le magnésium. Ce faisant, elle répond à la nécessité de lutter contre les carences de valeur qualitative auxquelles mène l'industrie de l'alimentation, qui ne se soucie pas de biochimie.

Ces notions, peu connues, méritent d'être éclairées des résultats essentiels que l'expérimentation scientifique a maintenant obtenus.

Nos aliments, à l'état naturel, ne sont jamais simples. Le grain de blé, par exemple, n'est pas uniquement hydrate de carbone ; il contient, en outre, une notable proportion d'albumine végétale, ainsi que des matières grasses et salines. Nous mangerions notre blé, comme un cheval son avoine, nous aurions un aliment complet. Du moment même où nous détruisons son équilibre, et où, qui plus est, nous l'apurons mécaniquement, nous faisons une perte sèche, qui ne se limite pas aux vitamines. Nous voulons parler ici de la qualité de l'albumine végétale. Le cas du blé n'est qu'un exemple représentatif de toutes les céréales, et d'autant plus instructif que nous ne mangeons pas souvent notre pain sec, mais, dans le cours du repas, avec de nombreuses autres qualités d'albumines.

Nous ne répéterons pas toutes les expériences faites depuis Magendie au début du XIX^e siècle, qui démontrent la nécessité des albumines dans l'alimentation, ainsi que celle des hydrates de carbone, graisses et sels minéraux indispensables. Le noeud du problème a été de connaître la valeur quantitative et qualitative des albumines nécessaires à l'entretien de la vie, en insistant sur le phénomène de croissance qui leur paraît particulièrement lié.

L'albumine est une grosse molécule qui ne se clive, ne se dissocie que d'une façon lente et progressive. La pepsine de l'estomac la transforme en albumose ; la trypsine du pancréas, en peptone ; et enfin, l'érepsine, diastase du suc intestinal, la transformera progressivement en une très longue suite d'acides aminés. C'est là le point auquel nous voulons en venir. Le poids moléculaire global de certaines albumines atteint 6.000. Le poids moléculaire moyen des acides aminés qui en dérivent est de 140. Ainsi donc, une molécule d'albumine peut

contenir en puissance de 40 à 50 molécules d'acides aminés. L'expérience ayant montré d'une part la nécessité des albumines dans l'alimentation, notamment pour les fonctions d'équilibre et de croissance, et, d'autre part, des résultats très différents obtenus avec des natures très diverses d'albumine, un champ d'investigation immense s'offrait aux chercheurs en vue de classer et d'étudier l'action physiologique de ces acides aminés. Sans entrer dans l'historique de ces beaux travaux trop techniques, il est nécessaire d'en résumer les conclusions, qui intéressent directement la réforme de l'alimentation que nous nous efforçons d'exposer ici.

Après avoir fait l'hydrolise de l'énorme molécule « albumine », l'organisme sait la reconstruire pour ses besoins en se servant des acides aminés épars que l'intestin libère le long de son cours. Cette édification se fait aussi avec le concours d'autres éléments, tels que les graisses, que fournit une alimentation complète et diversifiée. Ce travail, toutefois, ne paraît pas influencé par la masse des autres matériaux en présence. Il dépend uniquement de l'individu, de sa race animale et de la fonction qu'il leur destine. Les acides aminés qui n'ont pas de rôle à jouer sont donc inutilisés, alors que ceux qui sont utiles sont vivement recherchés et occasionnent une carence grave s'ils ne sont pas présents en quantité adéquate.

C'est pourquoi les acides aminés ont une valeur biologique très inégale, qu'il était de la plus haute importance d'étudier de près.

A la suite de très longues recherches, il fut établi une liste d'acides aminés, appelés « nobles » parce que leur réunion est indispensable au maintien et au fonctionnement de l'organisme. Il est donc nécessaire que la réforme de l'alimentation veille à ce qu'il ne se produise pas de carence de l'un d'eux.

C'est ainsi qu'est apparue la loi dite « du minimum ». De ce qu'il a été dit plus haut, il est aisé de concevoir que les acides aminés n'agissent pas isolément, mais en liaison étroite les uns avec les autres, et s'il arrive qu'un seul d'entre eux manque, la réédification de la molécule devient impossible, la croissance de l'individu s'arrête et le trouble est porté dans l'organisme. Il est inexact de dire que l'organisme a besoin d'une quantité minimum « N » d'albumine, mais il faut dire : la dose alimentaire minimum d'une albumine déterminée doit contenir à la dose optimale la série des acides aminés indispensables.

Il est très rare qu'une albumine fournisse tous les acides aminés ; il est également rare que ceux-ci s'y trouvent dans la proportion même où l'organisme les réclame. Il en résulte que, pour avoir une quantité satisfaisante de certains d'entre eux, nous devons ingérer une quantité excessive des autres ; c'est le gaspillage qui commence. Ce n'est plus la quantité, mais la qualité de l'aliment qui compte. Si donc l'on prend soin d'associer entre elles les albumines de manière à compenser leurs insuffisances mutuelles, on fait œuvre utile en constituant l'aliment qui « tient entièrement sur ses pieds » sans laisser des carences derrière lui. Ainsi, nous saisissons la raison d'être et le but de la réforme nécessaire qu'il faut apporter à l'industrie alimentaire.

La vitamination a comme conséquence de compléter la gliadine et la gluténine, les deux albumines du blé, ou plutôt, pour être plus exact, de les remettre dans leur état naturel, tel qu'elles étaient à l'heure où le grain était encore attaché à la tige. C'est l'analyse biologique qui nous renseigne à ce sujet. Un aliment n'est physiologiquement complet qu'à la condition de pouvoir indéfiniment entretenir la vie, sans, naturellement, occasionner de carence. Nous ne serons pas, du reste, surpris d'apercevoir les liens naturels qui unissent entre eux vitamines, acides aminés nobles et certains sels minéraux. C'est pourquoi ces trois classes d'éléments méritent d'être étudiées en une succession logique.

Ces notions, généralement inconnues, sont pourtant celles qui commandent la réforme de l'alimentation. Il n'importe pas seulement de consommer en quantité suffisante des aliments très diversifiés ; encore faut-il que ceux qui sont les plus usuels tiennent sur leurs propres pieds, sans laisser de carences derrière eux.

ADAM, L'HOMME NOUVEAU.

NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE

Le plus fort tirage des revues naturistes mondiales
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 Cimara, PARIS (16 ^e)	
Téléphone : Passy 77-95	
IMPRIMERIE - ATELIERS : 24, rue d'Alleray, PARIS (15 ^e)	
Téléphone : Vaugirard 06-83	

« Naturisme » est en vente
chez tous les marchands de journaux

De ci, de là...

BRUITS ET POTINS

Il peut paraître étrange qu'on parle « mode » dans une revue consacrée au naturisme. Pourtant, l'accouplement de ces deux mots est loin de constituer une hérésie : la plupart de nos amis n'estiment-ils pas, en effet, que la nécessité s'impose de rendre l'habillement — l'habillement masculin surtout — plus pratique et plus hygiénique, c'est-à-dire, en somme, de créer une mode naturiste ?

Donc, parlons mode.

Je viens de dire que l'illogisme du vêtement masculin dépasse de beaucoup celui du vêtement féminin. Qu'y a-t-il de plus absurde qu'un faux-col empesé, de plus triste qu'un smoking, de plus ridicule qu'un « huit-reflets » ? Rien. Eh bien, malgré cela, les femmes nous envient ces comiques attributs de ce qu'on nomme « l'élégance ». Le mouvement a pris naissance aux Etats-Unis, à Hollywood ; il est en train de gagner le Vieux-Continent.

Et c'est ainsi que nos compagnes envisagent sans rire de s'habiller en hommes. Certains prétendent même qu'on en a vu dans les rues de Paris, ainsi travesties, en des jours qui n'étaient pas mardigras.

Voulez-vous mon avis ? Ça ne fera pas long feu. Elles en auront vite assez, les femmes ; elles abandonneront prestement les frusques masculines, et reverront avec plaisir leur cou dégagé, leurs jambes libres, leurs bras nus.

Et elles auront bien raison.

...Mais les hommes, que font-ils, pendant ce temps ?

Ah ! là, là ! Ne m'en parlez pas ! Il n'y a pas de quoi être fier, je vous l'assure. N'ai-je pas la dernière fois qu'un jeune homme, traîné devant les tribunaux par ses parents qui l'accusaient d'une trop grande prodigalité, avait payé quinze mille francs une simple, une pauvre petite paire de bretelles ?

Entre nous, voilà une chose qui ne serait pas arrivée si le jeune homme avait été naturiste. Non pas qu'il se fût alors promené en slip dans les rues ; nous ne l'avons jamais fait ni songé à le faire. Mais les naturistes, on le sait, ne portent pas de bretelles...

Au surplus, même si l'on tient absolument à porter des bretelles, le naturisme a du bon, car il donne à ses adeptes le sens de la simplicité. Et la simplicité s'oppose catégoriquement, je crois, à l'échange de quinze « billets » contre un mètre de tissu caoutchouté.

...Les académiciens italiens, parmi lesquels figure le futuriste Marinetti,

viennent de lancer un manifeste où ils engagent les chapeliers de leur pays à créer vingt types de nouveaux chapeaux pour hommes, « s'adaptant mieux, disent-ils, aux exigences de la vie moderne que les chapeaux actuellement en usage ».

« Ces chapeaux, ajoute le manifeste, devront être confectionnés en feutre, en velours, en paille, en liège, en métaux légers, en verre, en celluloïd, en peau, en éponge et jusqu'en tubes de néon, en employant les couleurs les plus gaies et les plus voyantes. »

Les académiciens italiens s'imaginent peut-être avoir fait une trouvaille. Ils ont tort : les chapeaux de verre, ça existe déjà. Ça s'appelle « cloche à melon ».

Mais les illustres personnages ne se contentent pas de cela. Parmi les vingt types de chapeaux, ils proposent le chapeau nocturne pour le soir, le chapeau rapide pour la vie quotidienne, le chapeau solaire, le chapeau lumineux-signalisateur, le chapeau défensif, le chapeau-phonographe, le chapeau radiotéléphonique et le chapeau thérapeutique.

Vous êtes tentés de crier au fou ? Nous ne sommes pas d'accord : moi, je crie au génie. Car enfin, voilà des gens qui se sont rendu compte qu'après tous ces chapeaux plus ou moins lumineux, sonores et parlants, il était indispensable d'y ajouter un chapeau « thérapeutique » !

Il est vrai qu'il existe un bon moyen de tourner la difficulté : c'est de ne pas mettre de chapeau du tout.

Et, en fait de thérapeutique, ce moyen-là ne craint pas la concurrence.

...N'importe : si j'étais chapelier italien, je m'efforcerais de fabriquer, pour en offrir aux académiciens romains, en témoignage d'admiration et de reconnaissance, des chapeaux thérapeutiques.

Ils les ont bien mérités.

Pierre AUDEBERT.

■■■■

LES CONSEILS DU CENTENAIRE

M. Neroby, qui vient de mourir à Blackpool à l'âge de cent un ans, déclare dans son testament qu'il a dû sa longévité au fait que ni la boisson, ni le tabac, le phonographe et la T.S.F. n'ont jamais pris pied dans son existence.

En ce qui concerne la boisson et le tabac, le renseignement n'est pas nouveau.

Quant au phonographe et à la T.S.F., contentons-nous de prendre... note.

ON MANGE PLUS DE FRUITS QU'AUTREFOIS

Nous lisons dans la *Revue des Fruits, légumes et primeurs* de janvier :

En même temps que la crise mondiale, se produit à l'heure actuelle un phénomène qui doit être signalé. C'est la transformation de la consommation. A la suite de la vulgarisation de l'étude des vitamines, la consommation alimentaire du monde a complètement changé.

Autrefois, on consommait surtout de la viande, qui était la base de l'alimentation. Aujourd'hui, la consommation de ces denrées a diminué et, au contraire, la consommation des fruits et des noix a augmenté considérablement.

Voici quelques chiffres :

Importations de fruits et noix de janvier à juin (en milliers de livres).

	1929	1931
Tchécoslovaquie	79.014	135.527
France	557.450	800.620
Allemagne	962.000	1.141.000
Angleterre	1.820.000	1.987.000

Ce petit tableau montre que dans ces quatre pays, de 1929 à 1931, les importations de fruits et de noix sont montées de 3.418 millions de livres à 4.068 millions de livres.

Voilà, du moins, une information dont nous ne pouvons que nous féliciter.

Ce qui, en dépit de notre bonne volonté, arrive, hélas, trop rarement.

■■■■

DE L'AIR ! DU SOLEIL !

D'après une communication faite dernièrement à l'Académie de Médecine par MM. G. Brouardel et J. Arnaud, la tuberculose tue en France 90.000 personnes par an. C'est le plus souvent entre 20 et 55 ans qu'elle frappe l'homme, et entre 16 et 35 ans qu'elle frappe la femme.

Voilà donc une statistique de plus. Tant mieux, tant mieux !

...Mais les statistiques sont impuissantes à éloigner le spectre de la tuberculose.

AU PAYS DES FAKIRS

(Dessin de Auguste Dif.)



Le Touriste. — Et quand je dirai que le naturisme a fait des adeptes jusqu'au fin fond de l'Inde, on ne me croira pas !

LA LUTTE CONTRE LES TAUDIS et contre la tuberculose

L'activité politique et sociale de M. Raoul Brandon, député de Paris



M. Raoul Brandon, député de Paris.
(Photo G.-L. Manuel Frères.)



Les travaux entrepris pour le percement d'une nouvelle rue, dans le quartier de Vaugivard, à Paris, ont révélé aux yeux des passants la façade crasseuse et les escaliers branlants de cette maison, qui donnait jadis sur une cour. Immédiatement derrière se dresse, contraste saisissant (il ne s'agit pas là, évidemment, d'un truquage photographique quelconque), un immeuble moderne qui fait mieux ressortir encore l'état lamentable dans lequel se trouve ce nid à punaises. Est-il possible que de pareils taudis existent dans la ville qui se flatte d'être la plus belle du monde ? Hélas !...

On se souvient de l'aide précieuse qu'apporta au mouvement naturaliste M. Raoul Brandon. Il fut l'un des parlementaires qui rehaussèrent de leur présence l'inauguration officielle de l'Île de Villennes par le ministre de la Santé publique.

Son activité en ce qui concerne les problèmes de l'hygiène sociale, dans notre pays, est des plus importantes. Technicien de la construction, Raoul Brandon ne pouvait qu'être naturellement porté à se préoccuper de la question du « taudis », source d'innombrables plaies sociales. Ses interventions, à l'Hôtel de Ville et à la Chambre, contre les mesures insuffisantes ou malhabiles prises en matière immobilière, formèrent une liste impressionnante, déclare E.-P. Dizard dans une récente et remarquable étude sur l'actif député de Paris.

M. Brandon, en effet, voit, à juste titre, dans les locaux insalubres, la cause principale de la tuberculose et des autres maladies contagieuses. Plus tard, nous étudierons son effort d'urbanisme, cependant qu'ici nous parlerons

de son action en faveur de la lutte contre la tuberculose. L'administration ayant accepté de créer des sanatoria, Raoul Brandon appuie en ces termes :

« Le nouveau programme va nous permettre d'avoir en plus : 1° pour les hommes, 350 à 400 lits au sanatorium de Franconville (Office de l'hygiène sociale), 300 lits dans le sanatorium de La Bruyère, dont la construction sera demandée au Conseil général ; 2° pour les femmes, 300 lits, dont 150 nouveaux au sanatorium d'Angicourt (Oise). »

Cette lutte commencée à l'Hôtel de Ville, il la continua sans répit à la Chambre des Députés. C'est à Brandon qu'on devra le premier village sanitaire français. Il obtint, lors du vote du budget du ministère des Pensions, le 22 novembre 1928, un relèvement de crédit de 500.000 francs au chapitre 20 : « Indemnités temporaires aux tuberculeux pensionnés à 100 % non hospitalisés. »

— Je suis persuadé, s'écrit-il alors, que sur tous les bancs de cette assemblée, à la Commission des finances comme au sein du

L'une des mesures auxquelles M. Raoul Brandon a attaché son nom, en outre de la lutte contre les taudis et contre la tuberculose, est la création de cours de natation dans les écoles primaires publiques de la Ville de Paris et des communes du département de la Seine. C'est également à M. Brandon que nous devons le projet de loi tendant à rendre obligatoire l'enseignement de la natation dans toutes les villes de France.



Murs lépreux, fenêtres disjointes, chaussée chaotique, ruisseau d'eau grasse longeant le trottoir... Où sommes-nous donc ? Dans une rue du quatorzième arrondissement, à Paris, tout simplement.

gouvernement, il y aura un mouvement unanime pour aider cette œuvre si utile, pour combattre ce fléau social : la tuberculose, qui a causé la perte de millions de vies humaines. »

Parmi les fléaux sociaux les plus dangereux pour le monde ouvrier et employé, Raoul Brandon dénonce l'insalubrité de certains locaux de travail :

— Est-il admissible que dans certains grands magasins, réalisant des bénéfices colossaux, des employés des deux sexes travaillent, pendant huit heures chaque jour ouvrable, dans un deuxième ou un troisième sous-sol ? Il faut sauvegarder le capital humain !

« Il est donc nécessaire de rendre salubres des locaux qui sont tellement malsains que l'on ne devrait pas permettre à des employés d'y travailler. »

Il ajoutait alors :

— Vous savez qu'à Paris les règlements de voirie interdisent aux constructeurs d'immeubles de s'étendre en hauteur, mais aucun moyen d'empêcher ceux qui, ne pouvant construire en hauteur, construisent en profondeur.

« Empêchez-les donc de superposer ces étages de sous-sols, et nous serons tout à fait d'accord. Mais il n'y a pour l'instant aucune loi, ni aucun règlement à ce sujet. Je ne peux pas seulement le regretter, je demande au gouvernement d'agir ! »

En maintes circonstances, Raoul Brandon réclama des écoles maternelles plus salubres, claires, saines et aérées.

La création de cours de pré-apprentissage lui sembla s'imposer pour le quartier de la Sorbonne.

Il fit adopter l'institution de cours de natation dans les écoles primaires publiques de la Ville de Paris et des communes du département de la Seine. En 1927, du reste, des essais concluants furent effectués, à la piscine Ledru-Rollin, pour l'enseignement collectif

Au cœur d'un des plus célèbres « îlots insalubres » de la capitale : la rue de Venise, dans le troisième arrondissement. Cette rue, dont la largeur, en certains endroits, ne dépasse pas un mètre cinquante, est bordée de maisons sordides où jamais un rayon de soleil n'a pénétré. Emprisonnons-nous d'ajouter que la démolition de cet « îlot », dangereux foyer de tuberculose, a été décidée récemment.



de la natation par groupes de 30 à 35 élèves, et démontrant la possibilité, pour les jeunes enfants, d'apprendre à nager en quelques séances.

Fort de ce résultat, M. Brandon déposa, sur le bureau de la Chambre des députés, une proposition de loi tendant à rendre obligatoire l'enseignement de la natation, par professeurs spéciaux, dans toutes les villes de France. Proposition votée à la Chambre et actuellement en instance devant le Sénat.

La création, dans toutes les villes, d'un centre de consultations et soins dentaires aux élèves des écoles a fait également l'objet d'une de ses propositions de loi, qui fut votée d'ailleurs par la Commission de l'enseignement et des beaux-arts.

Dans le centre de Paris, les terrains libres font défaut. Après avoir créé, face à Notre-Dame, l'admirable square René-Viviani, il fit édifier une annexe, place du Petit-Pont, réservée uniquement aux enfants et aux parents les accompagnant, et aménager pour le même but le petit square près de l'église Saint-Séverin, complété, du reste, par un autre, rue des Prêtres-Saint-Séverin.

Pour terminer, signalons les principaux domaines dans lesquels Brandon déploya sa prodigieuse activité, au mieux des intérêts du pays : protection de la femme-mère et de son enfant ; familles nombreuses ; mutilés, réformés et veuves de guerre ; le chômage et la protection de la main-d'œuvre nationale ; la lutte contre la misère et contre le taudis ; la question des loyers ; la lutte contre la vie chère ; questions économiques, enseignement, beaux-arts, sports ; enfin, la politique étrangère, la défense nationale, avec pour devise : la paix dans la sécurité.

Brandon rêve d'humanité meilleure, mais, à l'encontre de beaucoup de poètes, il sait, par une activité puissante, transporter souvent ce rêve dans le domaine de la réalité.

René-Jean MAXY.

Un peu de philosophie dentaire

VOILÀ quatre mois que de nombreux lecteurs me font l'honneur de suivre les chroniques dentaires que j'écris dans « *Naturisme* » toutes les semaines. Ils m'ont suivi d'abord dans les détails de l'anatomie dentaire, puis dans les exposés que je leur ai faits de la pathologie dentaire. Ils ont donc maintenant tous les éléments primaires qui leur permettront d'étudier le retentissement de l'état dentaire sur l'état général. Nous verrons ensuite les effets possibles d'un mauvais état général sur l'état dentaire, activant ainsi la perte de dents avec retentissement à nouveau, et augmenté, sur l'état général. Nous pouvons donc dire ainsi que ces deux états sont liés d'une façon intime.

Dans un prochain article, je vous montrerai, d'ailleurs, qu'en présence de nombreuses caries dentaires, il faut toujours rechercher une intoxication chronique intestinale.

Quel est l'état d'esprit de la grande majorité de ceux qui lisent ce journal et qui sont des adeptes du naturisme ?

Il me semble que ce sont des gens qui, avant tout, ont compris la vérité de l'adage latin : « *Mens sana in corpore sano* », un esprit sain dans un corps sain. Ils ont compris que, pour avoir un esprit clair, net, judicieux, il fallait que le corps soit sain.

Que faut-il pour que ce corps soit sain ? Le désintoxiquer ; revenir à une alimentation rationnelle, à une hygiène stricte de tout l'organisme.

L'hygiène de l'organisme signifie que tous les organes doivent fonctionner nor-

malement et pour le but auquel ils sont destinés. La peau doit respirer convenablement avec un minimum d'entraves, recevoir librement l'action des rayons bienfaisants du soleil. Les poumons doivent recevoir un air correctement filtré dans les conduits respiratoires et en quantité suffisante pour donner au sang l'oxygène qui lui est nécessaire. Les organes digestifs doivent recevoir les seuls aliments qu'ils soient capables d'utiliser normalement, en proportion convenable, et surtout dans des conditions d'assimilation possible.

Je pourrais allonger cette liste longtemps encore en passant en revue tous les organes du corps humain.

Donc, tous les adeptes du naturisme, dûment éduqués par la lecture régulière de notre journal ou par les publications des docteurs Darville, se soumettent aux conseils éclairés qui leur sont donnés.

Mais il est un point auquel ils semblent n'accorder qu'une attention toute relative : c'est l'état de leur bouche.

Dents manquantes, caries pénétrantes, dents infectées, vieilles racines suppurantes, mauvais équilibre articulaire, appareils dentaires défectueux ne permettant qu'une mastication incomplète, voilà ce que l'on voit couramment.

Il semble qu'un beau jour, ayant supporté quelques-uns des maux qui minent no-

tre pauvre humanité, on se dise : « A partir d'aujourd'hui, je vais faire ce qu'il faut pour me bien porter. Je me plierai à une stricte discipline alimentaire, je ferai de la culture physique, je mangerai et dormirai normalement, mais ma bouche, première partie du tube digestif, je la laisserai en mauvais état. »

Quelle erreur !

Deux choses importent : primo : supprimer les causes d'infection ; secundo : rétablir l'articulation normale qui permettra une alimentation rationnelle.

Il y a certainement, parmi nos lecteurs, des automobilistes. Que diraient-ils d'un chauffeur qui, s'apercevant que sa voiture donne des signes de défaillance, ferait réviser son moteur à grands frais, en disant : « Je vous défends de nettoyer mon carburateur ; je veux qu'il continue à alimenter mon moteur avec de l'essence sale, pas filtrée » ? Autant ne rien faire, la voiture ne marchera pas mieux.

Il en est de même pour l'être humain. Si votre bouche est défectueuse, les aliments que vous enverrez dans votre estomac, mal préparés, seront défectueux eux aussi.

La semaine dernière, je vous ai expliqué quelques-uns des phénomènes chimiques de la digestion. Concevez-vous que ces phénomènes puissent s'accomplir normalement dans une bouche en mauvais état ?

Encore convient-il de ne pas méconnaître les accidents pulmonaires qui peuvent survenir par suite d'un air respiratoire filtré sur de vieilles racines et sur des gencives suppurantes.

D^r Charles GUÉBEL.

L'INFLUENCE DES ÉTOILES SUR NOTRE SANTÉ

(Suite de la page 3)

A la lumière de tous ces travaux, encore peu homogènes il est vrai, l'influence des astres sur notre vie et sur notre destinée nous apparaît cependant certaine, et il ne nous semble plus absurde de supposer qu'un être né sous le signe d'une planète ou d'une constellation subisse au cours de sa vie une action particulière qui oriente son devenir.

Sans aller jusqu'à dire qu'il faille ressusciter l'astrologie des anciens et construire en toute circonstance importante la « rose conjecturale » avant de prendre une décision, reconnaissons cependant que les vieilles traditions, rejetées pendant des siècles, trouvent peu à peu leur réhabilitation sur la base des données scientifiques modernes.

Comme la chimie est née de l'alchimie, la métapsychique de l'occultisme, l'astrobiologie va se dégager des errements de l'astrologie ancienne.

Cette science nouvelle aura pour objet l'étude des influences cosmiques sur l'organisme humain en particulier, et sur les êtres vivants en général, et, étant donné ses premiers résultats, nous pouvons affirmer, sans être astrologue, qu'elle contribuera à éclairer le problème encore bien obscur de la santé et de la maladie, et aussi, peut-être, celui de la vie et de la mort.

R. TOCQUET.



Un bon mouvement d'étirement pour dessouder les vertèbres. On tend tout le corps au maximum et on incline latéralement le tronc à droite, puis à gauche. Dans une seconde étape, on abaisse tronc et bras, sans plier les genoux ; les mains doivent arriver au sol. (Dessin de Mme David-Gell.)

L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE LA SOCIÉTÉ NATURISTE

(Suite de la page 5)

Le secrétaire général met aux voix la résolution suivante :

TROISIÈME RÉSOLUTION

L'Assemblée générale accepte le projet de budget pour 1933 qui lui a été soumis par le Conseil. Elle autorise celui-ci, en cas d'excédent ou d'insuffisance des recettes, à modifier tel chapitre qu'il avisera.

La présente résolution est adoptée à l'unanimité.

La discussion générale est ouverte.

M. Jourdeuil rappelle le douloureux incident dont a eu à souffrir, dans le courant de l'année passée, un membre de la Société Naturiste, propriétaire à Villennes, M. Frontigny ; celui-ci, honteusement abandonné des témoins qu'il avait cités, a été condamné pour avoir frappé un visiteur de Villennes, qui le menaçait. Il a eu, de ce fait, 1.500 francs de frais divers.

M. Jourdeuil demande à l'Assemblée de prouver sa sympathie solidariste à M. Frontigny et propose l'ouverture immédiate d'une souscription.

Cette souscription est votée par acclamations. Elle rapporte en quelques minutes, à M. Frontigny, une somme de 644 francs.

Plus rien n'étant à l'ordre du jour et personne ne demandant plus la parole, la séance est levée à 23 h. 30.

D^r André DURVILLE.

LA PAGE DU MALADE

POUR ASSOULPIR UNE COLONNE VERTÉBRALE RAIDE

DEMANDE. — Jules Garnel, huissier enraid par 40 ans de bureau. — J'apprécie vos idées modernes et courageuses et je voudrais bien essayer — quoi qu'il soit bien tard — de me les appliquer à moi-même. J'ai 65 ans et n'ai jamais fait de culture physique ; je suis raide, rhumatisant, goutteux ; j'ai fait de trop bons repas et j'ai abusé des voitures ; mon frère, huissier comme moi, qui a deux ans de plus que moi, est, en fait, beaucoup plus jeune, parce que, depuis vingt ans, il suit vos méthodes ; j'ai trouvé chez lui la première édition de votre Cure Naturiste ; elle ne date pas d'hier. Bref, quels mouvements dois-je faire pour essayer d'assouplir ma vieille et soudée colonne vertébrale ?

Réponse. — Regardez les dessins que nous publions dans ce numéro et, dans la mesure où ce vous sera possible, sans forcer, essayez de copier.

■ ■ ■

CONTRE LA CONGESTION PROSTATIQUE : DU MASSAGE LOCAL ET L'HYGIÈNE NATURISTE

DEMANDE. — L. C..., futur athlète naturiste, 32 ans, Reims. — Je me sens gêné depuis deux mois par une raideur assez douloureuse de la région des reins. Ayant été soigné il y a quelques années par une affection prostatique, je suis persuadé que cet ennui actuel est apparenté avec cette ancienne maladie. Je me soigne uniquement avec des bains de siège chauds et redoute, maintenant, l'eau froide.

Je voudrais prendre du poids (taille 1 m. 70, poids 55 kilos). Je me développe très doucement, et quoique musclé je reste maigre.

Mon alimentation est rigoureusement naturiste : repas fruitiers le matin, carnés mitigés à midi (50 à 80 grammes de viande), absolument végétariens le soir. Je pratique de nombreux sports et fais de la culture physique quotidienne. Je prends des bains d'air, d'eau et de soleil le plus possible.

Que dois-je faire de plus ?

Réponse. — Vous ne dites rien des causes de votre prostatite ; je suppose, par conséquent, qu'elle est une complication de blennorrhagie. Les naturistes ne doivent pas contracter de blennorrhagie, parce que leur sexualité est civilisée et qu'ils ne pratiquent pas le galvaudage sexuel. Mais sans doute avez-vous contracté l'affection avant d'être devenu naturiste. Alors, c'est une excuse.

Quand un naturiste a reçu un coup de pied de Vénus, il doit guérir mieux et plus vite qu'un autre, ses résistances générales étant meilleures. Disons, à ce propos, que nous n'avons encore jamais vu de complications graves (tabès ou paralysie générale) chez des naturistes ayant contracté la syphilis. Mais ceci est hors de la question que vous nous posez ; revenons donc à elle.

Contre les congestions prostatiques, il faut :

1° Faire de l'exercice ; c'est le moyen de décongestionner tout le bas-ventre ; continuez donc à faire du sport ; faites-le, d'ailleurs, avec modération, et pas en compétitions ;

2° Continuer le régime alimentaire sain. Diminuez donc un peu la quantité de viande à midi : contentez-vous d'un maximum de 60 grammes ;

3° Continuer les bains de siège. Mais n'oubliez pas que le bain de siège chaud congestionne ; il ne devient décongestionnant que si on le fait suivre, immédiatement, d'un bain de siège froid. D'ailleurs, chez vous, il me semble que le bain de siège froid suffirait et ferait mieux ; mais il le faut très court : 60 secondes ;

4° Faire faire du massage prostatique par quelqu'un qui sache le faire. Il est des gens qui font ce massage très mal ; bien entendu, il ne guérit rien, et alors on accuse le mas-

sage quand, en réalité, on devrait accuser le masseur ;

5° Une pratique modérée et régulière de la sexualité aide la décongestion prostatique.

■ ■ ■

HÉMORRAGIES NASALES QUOTIDIENNES CHEZ UN HOMME DE 45 ANS : FAITES PRENDRE VOTRE PRESSION ARTÉRIELLE

DEMANDE. — H. Fogeran (Lot-et-Garonne). — J'ai 45 ans. Des hémorragies nasales quotidiennes me donnent une faiblesse accentuée.

Je suis naturiste ; j'ai lu votre Cure Naturiste ; je vis au grand air et je fais du mouvement. J'ai un excellent appétit, mais je ne mange presque pas de viande, pas de vin et je ne fume pas...

Réponse. — Peut-être mangez-vous trop. Certains végétariens sont des suralimentés. Il en est qui se suralimentent parce qu'ils s'imaginent que les végétaux nourrissent peu. Vous pourriez bien être de ceux-là. Et si vous avez de l'insuffisance rénale, c'est une condition de plus pour faire des troubles pléthoriques. Vraisemblablement, vos hémorragies nasales sont un effort naturel que fait votre organisme pour lutter contre la pléthore. Si j'ai raison, vous pourriez bien avoir de l'hypertension artérielle. Faites prendre votre pression artérielle, non pas avec l'appareil de Vaquez, qui ne vaut pas grand-chose, mais avec le Pachon. Votre médecin saura ce que c'est. Au Pachon, vous devriez avoir 14 comme maximum et 8 comme minimum.

Si votre pression artérielle était normale, il faudrait penser à autre chose : trouble dans la nature du sang, lésion locale du nez, etc...

En cas où le diagnostic serait hésitant, venez.

■ ■ ■

CONTRE LA SÉBORRÉE GRASSE

DEMANDE. — Colette, rue Jean-Beausire, à Paris. — J'ai moins de séborrhée depuis que j'observe vos principes naturistes (cure alimentaire, en particulier). Mais je ne peux pas m'en défaire complètement. Le dermatologiste docteur Bur..., de Saint-Louis, m'a prescrit du soufre. Je nettoie mon visage gras avec un mélange d'éther et d'alcool, et je fais suivre d'un massage à la lotion soufrée. Est-ce bien ? Dois-je continuer ? Ou que dois-je faire ?

Réponse. — Il n'est pas du tout naturiste d'employer sur le visage ou ailleurs de l'éther et de l'alcool. Ces produits violents ne sont pas faites pour notre organisme ; ils ne peuvent que détruire, et détruire n'est jamais guérir. Le traitement local cutané de la séborrhée ne peut qu'être illusoire. Pour guérir une affection, quelle qu'elle soit, c'est la cause qu'il faut atteindre. Or, là, la cause est profonde ; c'est l'arthritisme nutritif. Vous avez déjà amélioré — c'est vous qui le constatez — votre peau malade, en modifiant votre alimentation dans le sens naturiste ; il faut, de toute nécessité, continuer le régime, et au besoin le rendre encore plus sérieux, et il faut augmenter l'exercice : ce que vous brûlerez de vos déchets ne s'éliminera pas, sous forme de graisse, par l'épiderme de votre visage. Corsez la culture physique matinale ; faites-la en nudité totale. Si vous avez assez de muscles, commencez à pratiquer progressivement un peu de sports (course à pied, par exemple). Si vous êtes mal musclé, muscliez-vous d'abord, et vous courrez ensuite.

Localement, contentez-vous de dégraisser la peau au savon. Lavez-la et battez-la à l'eau froide, très froide.

IL FAUT SOIGNER PAR LE NATURISME L'ENFANT TROP GRAS

DEMANDE. — E. Carpentier, à Roubaix, ancien lecteur de La Vie Sage, et lecteur de Naturisme depuis son premier numéro. — Un de mes neveux, garçon de 10 ans, mesure 1 m. 40 et pèse 55 kilos (je dis bien cinquante-cinq). Son appétit est insatiable ; il mange autant qu'un adulte et avale tout ce qu'on lui donne. Rien ne lui déplaît. Il a un gros ventre et, déjà, une obésité générale.

Le médecin de la famille déclare qu'étant donné l'âge de l'enfant, il ne faut rien faire pour le faire maigrir, qu'il ne faut lui refuser aucune nourriture, et qu'il ne faudra intervenir que vers 16 ans.

Personnellement, je considère l'état de mon neveu comme absolument anormal, et j'estime qu'il faut se dépêcher de réagir.

Que me conseillez-vous de dire aux père et mère ?

Réponse. — Un enfant de 10 ans qui pèse 55 kilos est un malade ; un enfant ventru est un malade ; et la faim insatiable est une maladie (boulimie). C'est un non-sens de dire qu'il faut attendre que l'enfant ait 16 ans pour lui donner des soins. On n'a pas le droit de laisser mourir un enfant quand il est possible — et peut-être facile — de le guérir.

Si le médecin estime qu'il faut attendre l'âge de 16 ans pour porter secours à l'enfant, c'est qu'il ne voit, comme moyen d'action, que des drogues amaigrissantes, lesquelles sont toujours dangereuses et sont particulièrement mal tolérées par les enfants. Mais, que diable, il n'est pas nécessaire d'employer des drogues dangereuses ! A 10 ans, un enfant a le droit de guérir, et il y a des moyens anodins pour faire la guérison.

Assurez-vous, d'abord, s'il y a ou n'y a pas du sucre dans les urines ; quelques enfants boulimiques sont des diabétiques. Amenez-nous le bambin, nous vérifierons l'état de son estomac ; vraisemblablement, il doit, déjà, avoir un organe très dilaté, en cuvette, un de ces estomacs qui appellent de grosses masses alimentaires. Il faut réduire cette poche ; chez l'enfant, le massage abdominal crée cette réduction très vite, et, parallèlement à la réduction du volume gastrique, on obtient la diminution de l'appétit. Le raisonnement méthodique, et, au besoin, l'ordre impératif doivent s'ajouter au traitement masso-thérapeutique : l'enfant doit, nécessairement, manger moins. La réduction alimentaire ne peut pas être dangereuse, et elle favorisera la perte du poids.

Au massage abdominal et au rationnement progressif on ajoutera le massage général ; il aidera à la fonte des masses graisseuses. L'hydrothérapie, tiède d'abord, tant que l'enfant a de mauvaises résistances, puis froide ensuite, et réalisée sous forme de lotions matin et soir, complétera. La cure atmosphérique d'air et de soleil (ou, à défaut, de rayons violets et ultra) apportera, elle aussi, un appoint de premier ordre. Enfin, cure progressive de mouvement, commençant par culture physique matinale en nudité totale, marche progressive, puis, quand l'organisme sera désengraissé et régénéré, sport doux. Ne pas oublier, au cours de l'entraînement, que le foie des enfants gras gêne leur diaphragme et trouble la respiration, que leur cœur est flasque, mou, gras, donc inapte à l'effort, et que les masses gélatineuses dont s'encombre tout l'organisme créent, non pas des réserves utiles, mais du déchet encombrant. Votre neveu doit guérir ; si les parents peuvent comprendre, ils feront de leur fils un adulte sain ; s'ils ne comprennent pas de suite, la vie de l'enfant est sévèrement compromise.

POURQUOI JE SUIS NATURISTE

Parce que...

...pris dans le formidable engrenage de notre prétendue civilisation, dont l'extraordinaire édifice de préjugés, de conventions et d'erreurs tend à l'annihilation physique et morale de l'individu, j'ai longtemps cherché si la vie valait d'être vécue, et si c'était vivre que d'accepter de faire partie intégrante d'un troupeau passif d'êtres déçus au point de croire normale leur déchéance.

Parce que, supportant le poids de mon éducation première, j'ai cherché, dans le cadre de cette civilisation, le bonheur auquel tout être vivant a droit, et je n'ai trouvé que déceptions et écœurements.

Parce que je ne veux pas croire que la haine et la cupidité seront les éternels mobiles de l'activité des hommes et des peuples.

Parce que, étudiant les doctrines diverses qui, dans le monde en délire, s'échafaudent aujourd'hui pour s'écrouler demain, je n'ai trouvé que le naturisme capable de grouper l'animal humain devant la nature. Cette nature qu'il a oubliée, bafouée, reniée, et qui maintenant se venge.

Parce que je ne rabaisse pas le naturisme à une simple méthode de culture physique, ni à un régime alimentaire, ni à une pratique plus ou moins totale de la nudité, mais que je considère ces principes, non comme des buts en eux-mêmes, mais comme des moyens de réaliser la régénération de la race humaine.

Parce que le naturisme est la planche de salut unique d'un monde qui pousse la folie jusqu'à se détruire lui-même.

Parce que j'ai foi dans l'avenir du naturisme...

Du monde entier, des voix s'élèvent, des groupements surgissent, qui veulent vivre, qui réclament le droit au soleil, à l'air, à la propreté physique et morale. Quelles que soient les étiquettes, elles sont les manifestations de l'idéal nouveau de ceux qui ne veulent pas mourir, écrasés par la machine, par la ruée vers l'or et les jouissances fausses.



M. Maurice Schlax

Chaque jour de nouveaux adeptes viennent grossir nos rangs. Nous sommes l'avenir, la nouvelle sève qui monte et qui triomphera.

Croulent les civilisations, buildings monstrueux de l'orgueil humain ! S'effondrent les systèmes hypothétiques ! S'effacent les dogmes ! La nature toujours restera, survivra.

Etre naturiste, c'est survivre avec elle.

Après les cataclysmes où s'anéantiront les enfantements antinaturels des bipèdes habillés, le naturiste, qui aura le courage de ne pas suivre ses congénères à l'étouffement, à l'alcool, à l'abrutissement et à l'abattoir, restera, libre et fort...

Maurice SCHLAX,
fondateur de la Société Naturiste
de Casablanca.

REVUE DES REVUES

CAMPING, revue mensuelle illustrée, organe des Campeurs de France, 15, boulevard de la Madeleine, Paris (1^{re}). — *Janvier* : Le camp de Chamónix ; Trois dans une Ford ; Un camp en Haute-Maurienne ; Camping ou bivouac, etc., etc...

LA REVUE DES FRUITS, revue mensuelle, grand organe international du commerce des fruits et primeurs, 147, boulevard Saint-Germain, Paris (6^e). — *Janvier* : Notre plat de lentilles ; Les conditions économiques aux Etats-Unis ; Utilisation moderne du jus de fruits, etc., etc...

SUNLIGHT, revue trimestrielle, organe officiel de la Sunlight League, 29, Gordon Square, London, W. C. 1. (Angleterre). — *Janvier* : La vitamine D et la carence de soleil ; La lumière artificielle et ses usages ; Où trouver le soleil dans les Iles Britanniques, etc., etc...

L'IDEA NATURISTA, revue mensuelle, organe officiel de l'Union Naturiste Italienne, Via Procopia, 2, Milan (Italie). — *Février* : Sauver la race ; La course à pied et ses bienfaits ; Une école naturiste ; Le naturisme dans l'armée, etc., etc...

HESPERIS, revue de culture humaine, d'hygiène et d'alimentation, Salmeron, 224, pral. Barcelone (Espagne). — *Novembre-décembre* : La mission future du médecin et de la médecine ; Une formule scientifique pour combattre l'alcoolisme ; Quelques opinions sur l'alcool, etc., etc...

INICIALES, revue mensuelle, Premia, 44, Barcelone (Espagne). — *Janvier* : Autour d'une polémique ; Le point de vue espagnol ; L'individualiste, etc., etc...

VEGETARISMUL, revue bi-mensuelle de vulgarisation du végétarisme et du frugivorisme, Str. Cutitul-de-Argint, 6 A, Bucarest (Roumanie). — *25 janvier* : Individualisme et frugivorisme. — Le végétarisme au point de vue chimico-biologique ; Bernard Shaw et le végétarisme, etc., etc...

ALBOREA, revue éclectique de théosophie, Arcos 1199 esq. Aguilar, Buenos-Aires (République Argentine). — *Octobre, novembre et décembre* : Le naturisme ; Notes et commentaires ; L'astrologie, etc., etc...

HIGIENE Y SALUD, revue mensuelle, A. Valeta, Calle Colombia 1294, Montevideo (Uruguay). — *Novembre-décembre* : La technique des bains de soleil ; La sobriété populaire ; L'eau ; L'orange et la pathologie ; La viande, etc., etc...

PRO VIDA, revue mensuelle, A.-L. Lopez, Zenes 57, La Havane (Cuba). — *Septembre-octobre* : Notes scientifiques ; Les bains de soleil ; La propagande nudiste ; La neurasthénie ; La lumière et la santé, etc., etc...

DAS FREIBAD, revue mensuelle de libre-culture, Haberlandstrasse, 7, Berlin W 30 (Allemagne). — *Février* : La libre-culture sur la Riviera ; Les événements artistiques ; La cuisine et la pharmacie, etc., etc...

GRAND CONCOURS DU « PLUS BEL ENFANT NATURISTE »

Parents naturistes, vous n'avez plus que

NEUF JOURS

pour nous envoyer la photographie
de votre bambin

N'ATTENDEZ PAS QU'IL SOIT TROP TARD !...

Et n'oubliez pas que le Concours du « Plus bel enfant naturiste » est doté de plus de 10.000 francs de prix, dont 2.770 francs destinés aux enfants gagnants (1^{er} prix : 500 francs en espèces).

Le règlement détaillé du Concours et la liste des prix ont été publiés dans « Naturisme » des 2, 16, 23 février et 2 mars 1933.

LES CONSEILS DE L' « ONCLE JEAN »

V. — UN INCENDIE QU'IL NE FAUT PAS ÉTEINDRE

L'Oncle Jean vous a dit quels étaient les outils avec lesquels, sans le savoir, vous transformiez et assomiliez votre nourriture.

Vous savez maintenant le rôle des diastases qui dégradent et liquéfient les aliments pour leur permettre de passer dans le sang. Vous savez aussi que d'autres diastases vont utiliser ces matériaux, constituer de nouvelles cellules vivantes qui vous apporteront croissance, force, santé. Vous avez vu les vitamines remplir le rôle de chef d'orchestre pour coordonner les efforts de tous ces éléments.

Le lait maternel est presque indispensable à l'enfant, car il contient certaines diastases qui n'existent pas dans le lait de vache ; ce qui explique que l'enfant nourri au sein puisse recevoir plus tôt des bouillies de farine que celui nourri au biberon.

Le lait contient des matières azotées indispensables à la formation des nouvelles cellules, du beurre et des sucres vivants qui sont brûlés.

Oui, les sucres sont brûlés dans notre corps, et c'est même grâce à cette combustion que nous vivons. C'est elle qui fournit aux diastases l'énergie dont elles ont besoin.

Sans combustion, pas de vie. Le froid, c'est la mort.

Fort heureusement, nous ne brûlons qu'à tout petit feu et nos voisins ne perçoivent aucune flamme. Cependant, une preuve tangible de cette combustion est le fait que la température de notre corps se maintient à 37°, alors même que dehors il gèle.

En hiver, il fait froid ; il faut donc brûler davantage de sucre pour maintenir cette température de 37°. Notre matière vivante a besoin d'une plus grande quantité de combustible, nous avons plus d'appétit.

L'enfant grandit ; à sept mois, le lait ne fournit plus assez de chaleur, de calories, comme disent les savants. Il faut fournir un complément de combustible. L'aliment de choix, le grand producteur de sucre, c'est l'amidon. On le donne sous forme de fari-

CONFÉRENCES ET RÉUNIONS

JEUDI 9 MARS. — A 20 h. 30, à la Mairie du 6^e arrondissement, place Saint-Sulpice, Paris (Salle des Trophées) : *Pathologie infantile*, par Mme le docteur H. Sosnowska ; *L'attitude du végétarien devant les épreuves morales*, par le docteur Charles-Edouard Lévy.

DIMANCHE 12 MARS. — A 16 heures, à la Société contre l'abus du tabac, 12, rue Jacob, Paris (Métro : Saint-Germain-des-Près) : *Le tabac et la liberté*, par le docteur Legrain ; *La femme et le tabac*, par M. Georgia Knap.

AU CLUB DU FAUBOURG

Jeudi 9 mars, Salle des Sociétés Savantes, à 20 heures 30, les orateurs aveugles Marcel Bloch, avocat à la Cour, président des Aveugles Civils ; Georges Scapini, président des Aveugles de Guerre, dans l'émouvant débat sur *Évasion*. Et débat d'actualité sur *Les Allemands veulent-ils la Guerre ou la Paix ? Mise en accusation d'Hitler*. — Samedi 11 mars, au Crystal-Palace, 9, rue de la Fidélité, à 14 heures, le préfet de police Morain fera des déclarations sensationnelles sur *Les Crimes passionnels et le Revolver*. Présentation de *La Bête Rouge*, avec le célèbre écrivain Henri Duvernois. Sous la présidence de la jolie Carmen Boni et Auguste Genina, *Ne sois pas jalouse ! Procès de Scarface et de Al Capone, gangster*. — Le 110^e banquet du Faubourg sera présidé, mercredi soir 22 mars, par l'illustre écrivain Victor Margueritte sur *A bas la Guerre !* avec de nombreux orateurs. Couvert : 40 fr. (service compris). Adhésions d'urgence au Faubourg, 155, boulevard Péreire, Wagram 71-44.

nes diverses et surtout de farines de céréales : Blé, Avoine, Seigle, Orge, Riz. L'estomac, grâce à ses diastases, transforme l'amidon en sucre qui est brûlé par l'organisme.

Mères, entretenez la combustion, donc la vie de votre enfant, en lui donnant des farines de céréales.

(A suivre.)

L'ONCLE JEAN.

Jean FAUREZ.

LE CINÉMA

La Tête d'un Homme

Après *Le Chien Jaune*, après *La Nuit du Carrefour*, *La Tête d'un Homme* apporte la confirmation de ce que nous pensions des romans de Georges Siméon en tant que scénarios. L'atmosphère qui semble baigner les personnages est insuffisante pour faire un film, la trame est toujours trop légère et la répétition du même schéma est un peu fastidieuse.

Un crime mystérieux est commis ; les soupçons s'égarent sur un ou des innocents, et le commissaire Maigret, nouvel Œdipe, dénoue l'énigme, relâche les innocents, fait coffrer les coupables. Mais heureusement Julien Duvivier, qui est maintenant un de nos meilleurs metteurs en scène, a magnifiquement illustré ce thème un peu simplet, et qui n'intrigue le spectateur qu'un peu au delà de la seconde bobine, ce qui est fort maigre pour un film policier. Nous ne saurions accuser Julien Duvivier d'avoir choisi un scénario pour lequel il ne semble point fait ; cependant, si la réalisation est excellente, certains passages auraient pu être infiniment plus évocateurs ; témoin le café de Montparnasse. Les dernières bobines sont moins bien venues, mais il faut avouer que la nécessité d'expliquer, de préciser le « cas » de Radek, l'assassin tchèque, a obligé le metteur en scène à nous ne dirons pas des longueurs, mais des lenteurs. Heureusement, tout ceci est fort bien fait.

L'interprétation est excellente : Gaston Jacquet, Gina Manès, Harry Baur sont bien à leurs places. Nous retrouvons Inkijoff, l'interprète inoubliable de *Tempête sur l'Asie* ; il joue parfaitement le rôle tortueux de Radek. Son doublage vocal, bien exécuté, est à peu près imperceptible.

Mais le cinéma a découvert un acteur de grande classe, qui joue le rôle de Heurtin, innocent maladroit à la fruste silhouette. Quelques gros plans difficiles à jouer permettent d'évaluer les possibilités de M. Rignault.

PETITES ANNONCES

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

La ligne d'environ 50 lettres, signes ou espaces : 5 fr.

Pour les annonces domiciliées au bureau de la revue, une somme de 2 francs sera perçue, en plus du prix de l'insertion, pour frais de bureau.

Les réponses aux annonces domiciliées au bureau de la revue doivent être insérées dans une enveloppe TIMBRÉE portant le numéro de l'annonce (ce numéro doit être inscrit AU CRAYON, afin de pouvoir l'effacer). Cette enveloppe doit être adressée, sous une seconde enveloppe, à la direction de *Naturisme*. Les réponses ne remplissant pas ces conditions ne seront pas transmises.

Toute « Petite Annonce » doit parvenir à l'imprimerie de « *Naturisme* », accompagnée de son montant, au plus tard le jeudi précédant l'insertion, à 10 heures.

ETABLISSEMENTS NATURISTES ■ ■ ■ ■ ■

Restaurant Végétarien, 41, rue de Saintonge. Métro : Filles-du-Calvaire. Grand Choix de crudités. Cuisine abondante et soignée. Repas à partir de 5 fr. Le service à lieu de 11 h. 30 à 13 h. 30 et de 18 h. 30 à 20 h. 15.

PENSIONS NATURISTES ■ ■ ■ ■ ■

COTE D'AZUR, Mlle de Rougemont, Colfe Juan. Repos, régimes naturistes, cures solaires, depuis 25 fr. par jour.

FAMILLE, naturiste reçoit hôte payant. Chambre dernier confort, plein centre, proximité mer, distractions, soleil, culture physique, soins, régime savoureux. Inam, 2 ter, rue Spitalieri, Nice (Alpes-Maritimes).

ARTHRITIKES ET INTOXIKES. La Maison du Soleil, Octon (Hérault), ouvre le 8 avril. Mettez à profit vos vacances de Pâques pour faire une cure méthode Durville. Petit lait, air pur, eau, soleil, culture phys., tout est réuni pr résultat rapide. Séjours de 12 à 21 j. acceptés jusqu'au 1^{er} juil. S'ad. : Dr Vigné d'Octon, Octon (Hérault).

DEMANDES D'EMPLOIS ■ ■ ■ ■ ■

JEUNE FEMME, nat., cherche emploi dans famille pour faire ménage, cuisine, couture. Toute la journée, non logée. Ecrire : *Naturisme*, n° 902.

OFFRES D'EMPLOIS ■ ■ ■ ■ ■

DEMANDE bonne naturiste à « Pomone », Restaurant Végétarien, 10, rue Pasquier, Paris (8^e).

MONSIEUR seul, artiste, demande cuisinière naturiste, 30 à 40 ans. Rens. : 5, r. des Sablons, Paris (16^e). 8^e ét.

ON DEMANDE BONS TRADUCTEURS pour articles puisés dans revues anglaises, allemandes, italiennes, espagnoles et portugaises. Adresser offres et conditions à *Naturisme*, 24, r. d'Alleray, Paris (15^e).

ALIMENTATION NATURISTE ■ ■ ■ ■ ■

MIEL des Alpes « Empereur », butiné excl. sur labiées, épuré parf., ruchers modern. Post. dom. 3,5, 10 kg. : 36, 58, 108 fr. Ech. 2 fr. St-Saturnin-les-Apt (Vaucluse).

LES BONS MIELS DE FRANCE DES « APICULTEURS REUNIS »

Vértable Miel du Loiret, pur et non cuit. 10 fr. le kilo franco. Livraison à partir de 1 kilo. Marcel Girard, 53, rue Dareau, Paris (14^e). Chèques Postaux : 1641-19.

Je livre Paris et Banlieue amandes décortiquées 1^{re} qualité et raisins secs en grappes. Renseignements et commandes : Heibig, 9, rue du Texel, Paris (XIV^e).

« SELECTA », LE MIEL PARFAIT. Postaux 3, 5, 10 kilos. Tarif franco. Echantillon 1 franc. A. Lalanne, Lamontie-Saint-Martin (Dordogne).

Le pur jus de raisin frais « Bernard » procure la santé.

30 bouteilles-cure franco contre mandat de 100 fr. à Salé, 3, rue Taillefer, Bernay (Eure).

Maisettes délicieuse confiserie de maïs (Popcorn) saine et nourrissante. En vente à l'Institut Naturiste, 15 bis, r. Cimarosa, Paris.

Les Oliveraies du Val-d'Or, Salon-de-Provence

ne vendent que de l'HUILE D'OLIVE jus naturel du fruit, source de vitamines. Huile d'olive nature, le postal de 5 litres : 52 fr. Le postal de 10 litres : 94 fr. Amandes de Provence : 55 fr. les 5 kg. Olives (noires ou vertes) : 65 fr. les 5 kg. Paiement chèque ou mandat. Chèques postaux : Marseille 40-14.

LOCATIONS ■ ■ ■ ■ ■

AIX-LES-BAINS. On loue pour saison ou année, pl. Etablissement Thermal, local, comme précédemment, à docteur, dentiste, masseur, etc. Ecr. : n° 68, Publicité Jules-Dupont, avenue Scudéri, Nice.

VENTES ■ ■ ■ ■ ■

A VENDRE, cause création de laboratoire, belle cuisinière neuve, prix très intéressant. Visible : 15 bis, r. Cimarosa, Paris (16^e).

Voudrais faire prof. cam. nat. belle propr. 53 ha., 1.500 m. alt., 20 km. ville therm. Hte-Provence, gde hab. b. état, arbres fruit., vaste pré et terre : 90.000 fr. Natur., n° 903.

SERAIS ACHETEUR TERRAIN ET TENTE proximité grand stade, à l'île des Naturistes de Villennes, si conditions et prix intéressants. Faire offres à Natur., n° 899.

GROUPEMENTS NATURISTES ■ ■ ■ ■ ■

JEUNE FEMME dés. conn. naturistes des 2 sexes, tr. b. éduc., pr prat. tennis Paris ou Banl. proch. Nat., n° 904.

REIMS. Naturistes de Reims et région désirent se connaître pour former groupement amical. Ecrire : Germain, 2, rue du Pont-Neuf, à Reims (Marne).

DIVERS ■ ■ ■ ■ ■

JE CHERCHE, pr restaur. végét., 25.000 fr. remb. 35.000 pour un an et garantis. Duballe, 15, rue du Temple.

SUPPRIMEZ les papiers peints dans votre intérieur, asiles de la poussière et des microbes. La gaité régnera chez vous si vous vous adressez à M. Hansely, peintre-décorateur, 90 bis, bd Rochechouart, Paris (18^e).

MONSIEUR ayant propriété rég. S.-E., naturiste isolé, cherche collaboratrice capable gérer pension bourgeoise. Ecrire : *Naturisme*, n° 905.

NATURISTES, FAITES SOIGNER VOS DENTS chez MM. Valentiny et Broutin, chir. dent. D.F.M.P., 210, bd Raspail, Paris (de 14 h. à 19 h.). Appareils modernes, bridges, etc. Remise 20 % aux Naturistes.

Mme TALENCE, voy., chirom., tarots, prat. scientif. tte loy. guid. en affect., santé, ts l.j., sf dim., de 2 à 6, p. corr., s. r.-v. Odéon 83-44. 17, pl. Dauphine, Paris. Pt-Neuf.

A LA FABRIQUE

11, rue de la Cerisaie, Paris (Bastille)

NOS NOUVEAUTES D'ETE SONT RENTREES

Des achats particulière-
ment bien réussis nous
permettent de donner,
sans augmentation de prix,
des tissus meilleurs.

COMPLETS et PARDESSUS

depuis

275 FR.

Spécialité : pantalons natu-
ristes sans ceinture ni
bretelles.

Chez le naturiste DEPREZ,
« A la Fabrique »

11, rue de la Cerisaie, 11
Paris (Bastille).



Téléphone :
Archives 16-66

A HÉLIOPOLIS

OCCASION RARE

Pour cause d'installation prochaine de l'épi-
cerie au Restaurant de la Pomme d'Adam,
le bel immeuble anciennement affecté à
l'épicerie est à vendre à usage de villa. Vue
superbe sur la pleine mer. Beau terrain de
830 mètres carrés. Quatre pièces.
Le tout : 39.500 francs.

S'adresser au docteur André Durville : en
mars, du 4 au 10, Fort Napoléon, Ile du
Levant (Var) ; du 12 au 31, à l'imprime-
rie de « Naturisme », 24, rue d'Alleray,
Paris (15^e), de 10 heures à midi.

QUELLE QUE SOIT VOTRE MALADIE
LA MEDECINE NATURISTE
PEUT QUELQUE CHOSE POUR VOUS

PRENEZ RENDEZ-VOUS A L'

INSTITUT NATURISTE
DES DOCTEURS GASTON ET ANDRÉ DURVILLE

15 bis, rue Cimarosa, PARIS (16^e)
(Métro : Boissière — Tél. : Passy 77-95)

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

Tous les jours non fériés
Consultations de 14 à 17 heures
Traitement de 10 à 12 heures
et de 14 à 19 heures

SERVICE ULTRA-MODERNE
DE RADIOGRAPHIE
ET DE RADIOSCOPIE
De 10 à 12 heures
et de 14 à 19 heures

AU PALAIS DES ARTS, 325, rue Saint-Martin,
Paris (du 10 au 16 mars). — Rez-de-chaussée : Le Gen-
darmerie est sans pitié ; La Pouponnière ; deux inter-
médiaires. — Premier étage : Attendez-moi, chauffeur ;
A Moi le Jour, à Toi la Nuit ; deux intermédiaires.

Naturistes, adoptez un pupille à l'école naturiste de l'île du Levant

Ainsi que nous l'avons annoncé, les docteurs Gas-
ton et André Durville ont créé personnellement, à
l'île du Levant, la première école naturiste.

Cette école, provisoirement installée dans la librairie-bazar, va recevoir son affectation définitive dans un
immeuble qu'elle partagera avec le bureau de poste.

On conçoit que cette nouvelle et intéressante réali-
sation, faite sans l'aide des pouvoirs publics, a exigé
d'assez gros frais, notamment en ce qui concerne le
matériel, et va en exiger de très gros pour la construc-
tion de l'immeuble. D'autre part, bien que l'institu-
trice chargée des cours ait résolu, en bonne naturiste
qu'elle est, de remplir ses fonctions sans aucune rému-
nération, en étant simplement nourrie et logée, ces di-
verses dépenses ont nécessité une participation aux
frais, de la part des parents, de 50 francs par mois et
par enfant.

Or, certains parents (ouvriers, etc.), sont dans l'im-
possibilité matérielle absolue d'acquitter cette somme,
surtout, comme c'est souvent le cas, lorsqu'ils ont plu-
sieurs enfants.

Aussi demandons-nous aux naturistes aisés de par-
ticiper à cette œuvre, de l'une des manières suivantes :

1^o Soit en subventionnant l'école, par un versement
unique ;

2^o Soit en prenant à leur charge, pour un ou plu-
sieurs mois, l'instruction d'un enfant (50 francs par
mois). Il s'agit, en tout, de sept ou huit enfants.

Pour tous renseignements, s'adresser au docteur
André Durville, 24, rue d'Alleray, à Paris (15^e), jus-
qu'au 31 janvier, ou à l'île du Levant, du 2 au 12
février.

Premiers résultats de la souscription

Nous avons eu la joie de voir notre appel entendu.
Voici les noms des premiers naturistes qui ont tenu à
nous donner leur participation à l'enseignement des
enfants pauvres d'Héliopolis.

La Crucifiée de Genève	146 fr. 70
M. et Mme X... ..	100 fr.
Mme Pelet	250 fr.
Commandant Cotinaud	11 fr. 50
M. Granger	50 fr.
M. Lermier	20 fr.
Mme Voilemur	200 fr.

A tous, pour notre belle œuvre, merci.

Naturistes qui voulez faire de l'utile pro-
pagande en offrant à vos amis un souvenir
de Physiopolis ou d'Héliopolis

ACHETEZ LES BEAUX

TIMBRES NATURISTES

Tirage en héliogravure, vert-olive ou bistre
Dimensions de chaque timbre : 5 cm. x 3 cm.

La feuille de TRENTE timbres (quinze timbres
de l'île des Naturistes de Villennes et
quinze timbres de l'île du Levant).... 3 fr.
(Franco : 3 fr. 50, Etranger 4 fr. 50.)

Les dix feuilles (TROIS CENTS timbres), fco 30 fr.

NATURISTES !

QUE CHERCHEZ-VOUS ?
DES PRODUITS FRAIS
ET SAINS !

LA GRANDE FERME MODELE
DU CHATEAU, à Aulnay-sous-
Bois (40 vaches, 1.500 poules),
met à votre disposition par services
réguliers automobiles : ses œufs du
jour, son yaourt très fin, concentré,
fabriqué selon la méthode naturiste,
son beurre centrifugé pasteurisé,
provenant des pâturages les plus
réputés de Normandie.

Adresser toutes commandes, pour Paris et
Banlieue seulement, et demandes de rensei-
gnements, à M. Heibig, 9, rue du Texel, Paris
(14^e). Dépôt à l'Institut Naturiste, 15 bis, rue
Cimarosa, Paris (16^e).

Bulletin d'abonnement à

NATURISME

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

Abonnez-moi pour un an, six mois, trois mois (1)

à partir du premier numéro du mois de

Nom :

Adresse :

— Je vous adresse le montant ci-joint ou par
chèque postal.

— Je vous prie de faire encaisser chez moi le
montant de l'abonnement (1).

	France	Etranger
ABONNEMENT { Trois mois ...	15 fr.	20 fr.
{ Six mois	28 fr.	36 fr.
{ Un an	50 fr.	65 fr.

(Pour les recouvrements à domicile, une somme
de 3 francs sera perçue en plus pour les frais.)

LES ABONNEMENTS PARTENT OBLIGATOIREMENT
DU PREMIER NUMÉRO D'UN MOIS, AU CHOIX

(1) Rayer les mentions inutiles.

Madolin

172, RUE MARCADET, PARIS (18^e)
MARCADET 70-84 & 70-85
& 3, RUE DES PETITES-ECURIES

LA MAISON DE L'ALIMENTATION NATURISTE

LE CONFIT D'AMANDES NATURISTE

EST, PENDANT L'HIVER,
UN ALIMENT DE CHOIX

COMPOSÉ D'AMANDES
ET DE FRUITS SECS,
IL EST PRÉPARÉ A
FROID ET SANS SUCRE

LA « VITAMINATION » LUI
AJOUTE LA TOTALITÉ
DES VITAMINES DE

NUTRITION
QUI PERMETTENT
L'UTILISATION
COMPLÈTE DES
NOMBREUX
PRINCIPES
ÉNERGÉTIQUES

DONT IL EST COMPOSÉ
TRÈS NOURRISSANT
SOUS UN PETIT
VOLUME, IL PEUT
ÉVENTUELLEMENT
REMPLACER UN REPAS

GRAND POURVOYEUR
DE FORCE ET
D'ÉNERGIE

PRET HYPOTHECAIRE

Commerçant de l'ILE DU LEVANT désire
emprunter 50.000 francs sur hypothèque. En
garantie : bel immeuble commercial neuf et
terrain important.

Valeur : 120.000 francs.

S'adresser au docteur André Durville.

LISTE PAR ARRONDISSEMENTS DES MAISONS OU SE TROUVE ACTUELLEMENT EN VENTE LE PAIN O.J. DES D^{rs} G. & A. DURVILLE

1^{er} ARRONDISSEMENT

2^e ARRONDISSEMENT

3^e ARRONDISSEMENT

5^e ARRONDISSEMENT

6^e ARRONDISSEMENT

7^e ARRONDISSEMENT

8^e ARRONDISSEMENT

9^e ARRONDISSEMENT

10^e ARRONDISSEMENT

11^e ARRONDISSEMENT

12^e ARRONDISSEMENT

14^e ARRONDISSEMENT

15^e ARRONDISSEMENT

16^e ARRONDISSEMENT

17^e ARRONDISSEMENT

18^e ARRONDISSEMENT

19^e ARRONDISSEMENT

NEUILLY

LA GARENNE-COLOMBES

SAINT-OUEN

BOULOGNE-SUR-SEINE

SURESNES

GRANDS MAGASINS DE LA SAMARITAINE

SCAPINI, 45, RUE DE RIVOLI

FELIX POTIN, 37, RUE DU MARCHÉ-SAINT-HONORE

FELIX POTIN, 103, BOULEVARD DE SEBASTOPOL

SCAPINI, 160 BIS, RUE DU TEMPLE

VAUTRIN, 4, RUE CANDOLLE

BRUN, 23, AVENUE DES GOBELINS

FELIX POTIN, 140, RUE DE RENNES

SCAPINI, 41, RUE DE RENNES

FELIX POTIN, 43, RUE CLER

FELIX POTIN, 47, BOULEVARD MALESHERBES

FELIX POTIN, 11, RUE DE PETROGRAD

SCAPINI, 35, RUE MARBEUF

LUCE, PLACE CLICHY

SCAPINI, 16, RUE HALÉVY

SCAPINI, 78, RUE LAFAYETTE

SCAPINI, 55, RUE NOTRE-DAME-DE-LORETTE

SCAPINI, 32, BOULEVARD DE STRASBOURG

FELIX POTIN, 50, AVENUE DE LA RÉPUBLIQUE

FELIX POTIN, 51, AVENUE DAUMESNIL

FELIX POTIN, 8, AVENUE D'ORLÉANS

FELIX POTIN, 11, RUE LECOURBE

FELIX POTIN, 1, RUE FELIX-FAURE

INSTITUT NATURISTE, 15 BIS, RUE CIMAROSA

FELIX POTIN, 78, RUE DE PASSY

FELIX POTIN, 21, AVENUE VICTOR-HUGO

FELIX POTIN, 22, RUE PERGOLESE

SCAPINI, 6, AVENUE DES TERNES

SCAPINI, 101, RUE DE COURCELLES

FELIX POTIN, 74, RUE ORDENER

FELIX POTIN, 104, RUE DE FLANDRE

SCAPINI, 93, AVENUE DU ROULE

FELIX POTIN, 5, ROND-POINT DU CENTRE

FELIX POTIN, 87, AVENUE DES BATIGNOLLES

FELIX POTIN, 3 BIS, BOULEVARD JEAN-JAURÈS

FELIX POTIN, 1, RUE DU MONT-VALÉRIEN

(PONT-NEUF)

(CHATELET)

(OPÉRA)

(REAUMUR-SEBASTOPOL)

(TEMPLE)

(CENSER-DAUBENTON)

(GOBELINS)

(MONT-PARNASSE)

(ST-GERMAIN-DES-PRÉS)

(ÉCOLE MILITAIRE)

(SAINT-AUGUSTIN)

(EUROPE)

(CHAMPS-ÉLYSÉES)

(PLACE CLICHY)

(OPÉRA)

(CADET)

(SAINT-GEORGES)

(CHATEAU-D'EAU)

(PARMENTIER)

(LYON)

(DENFERT-ROCHEREAU)

(SEVRES-LECOURBE)

(CONVENTION)

(BOISSIÈRE)

(MUETTE)

(VICTOR-HUGO)

(OBLIGADO)

(TERNES)

(COURCELLES)

(JULES-JOFFRIN)

(RIQUET)

POUR LES RÉGIONS DE METZ - NANCY - TOUL - THIONVILLE
RÉCLAMEZ-LE DANS TOUTES LES SUCCURSALES
" LES ECO "

Etablissements BASOR, 6, rue de Choiseul, Châlons-sur-Marne.

NATURISTES, FAITES VOTRE SITUATION A HÉLIOPOLIS

Quelques situations très intéressantes sont disponibles à Héliopolis. Parmi elles, signalons :

HOTEL

Capital nécessaire : 275.000 à 1.000.000 de fr.

PENSION DE FAMILLE

Capital nécessaire : 100.000 à 150.000 francs

FERME NATURISTE

Capital nécessaire : 50.000 à 100.000 francs

S'adresser au docteur André Durville : A l'île du Levant du 2 au 13 de chaque mois ; à Paris, 24, rue d'Alleray (15^e), du 16 au 30 de chaque mois.

Gratuitement
Essayez
Ce Stylo
KAOLO

Un stylo extraordinaire... Sa plume en Kaolithe est plus douce qu'une plume en or. C'est le seul stylo au monde qui PERMET 3 et 4 COPIES avec CARBONE. Donc, en écrivant avec Kaolo, vous obtenez automatiquement des doubles de tous vos lettres et documents importants. Élegant et luxueux, Kaolo est adopté par tous les hommes d'affaires, représentants, comptables, employés, etc.

30/ Pour faire connaître cette belle invention, Kaolo est envoyé **GRATUITEMENT** 8 jours à l'essai. N'envoyez pas l'argent, mais découpez et envoyez-nous le bon ci-dessous.

Paiement après satisfaction
Sinon, retournez-le à nos frais

BON à nous faire parvenir pour recevoir gratuitement à l'essai un stylo KAOLO à plume rentrante ou remplissage automat. (rayer la mention inutile).

KAOLO, 43, rue de Tournai, LILLE (Nord)

DETAILLANTS DEMANDES

**LE PAIN O.J. DES DOCTEURS
G. & A. DURVILLE**

répond au désir du Corps Médical et aux besoins du Public

Il provient d'une farine naturelle et complète de pur froment TRAITÉ A LA MEULE, procédé qui lui conserve tous les principes actifs et vivants du Blé :

Vitamines -- Sels minéraux -- Substances azotées, nutritives et rafraichissantes

Panifié comme autrefois sur LEVAIN NATUREL il est d'une digestion facile

Il convient à tous les estomacs

Il fortifie sans pousser à l'EMBOINPOINT, il évite la CONSTIPATION

Pour apprécier le PAIN O.J., le consommer de préférence rassis, le couper en tranches minces. IL NE S'ÉMIETTE PAS

Notre brochure sur l'ERREUR DU PAIN BLANC vous sera adressée franco sur demande

Etablissements BASOR, 6, rue de Choiseul à Châlons-sur-Marne

NATURISME • VOUS INTERESSE ?...

ABONNEZ-VOUS

Un an : 50 fr. Six mois : 28 fr.

Le sabot en bois est mort

38 FR

IMPERCOM

Essayez-le gratuitement

En caoutchouc, moulé d'une seule pièce IMPERMÉABLE, INUSABLE pour HOMMES, FEMMES et ENFANTS se fait dans les pointures du 35 au 47

Dans le but de faire connaître cette invention sensationnelle nous expédions une paire franco à l'essai, sans aucun frais ni engagement pour vous. N'envoyez pas d'argent, mais découpez et envoyez-nous le bon ci-dessous.

Paiement après satisfaction
sinon, veuillez la retourner à nos frais.

BON à découper et à nous faire parvenir pour recevoir gratuitement à l'essai une paire « IMPERCOM »

309 Indiquer pointure ou longueur du pied

concessionnaire **LILLE - NÉGOCE**
43, rue de Tournai, LILLE (Nord)

DETAILLANTS DEMANDES

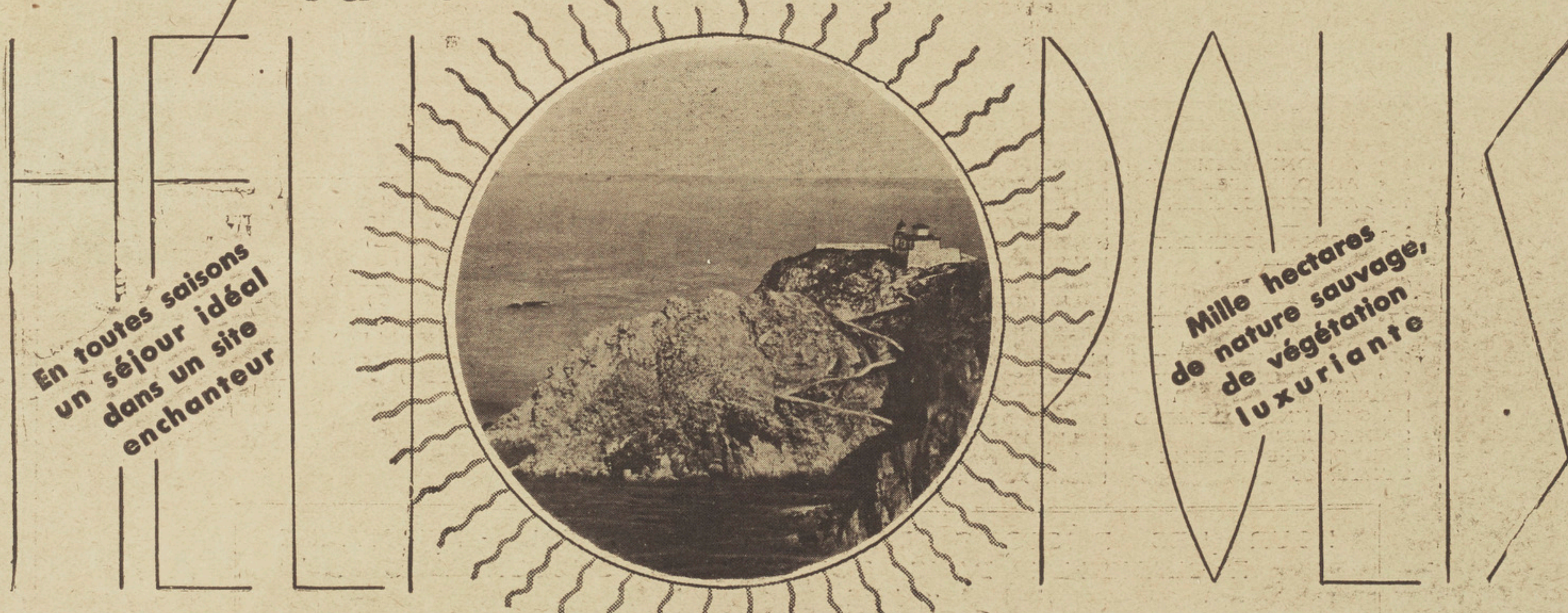
LA CRISE MONDIALE ET L'INSTABILITÉ DES CAPITAUX L'EXIGENT :

FAITES UN PLACEMENT-OR

EN ACHETANT VOTRE TERRAIN
EN CONSTRUISANT VOTRE MAISON

DANS L'ENTREPRISE DE GRANDE ENVERGURE DES D^{RS} G. & A. DURVILLE

la cité de vacances

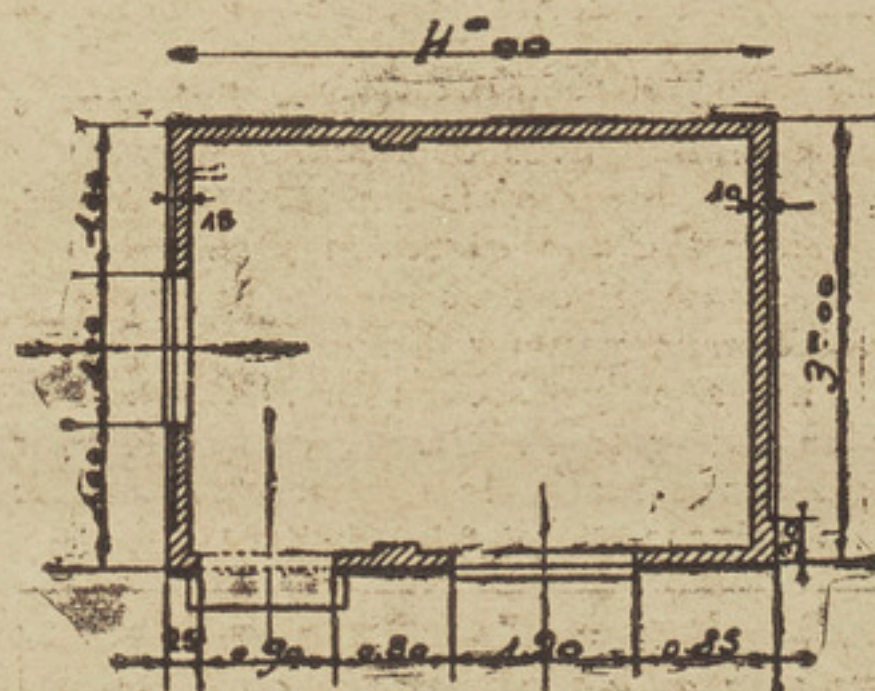
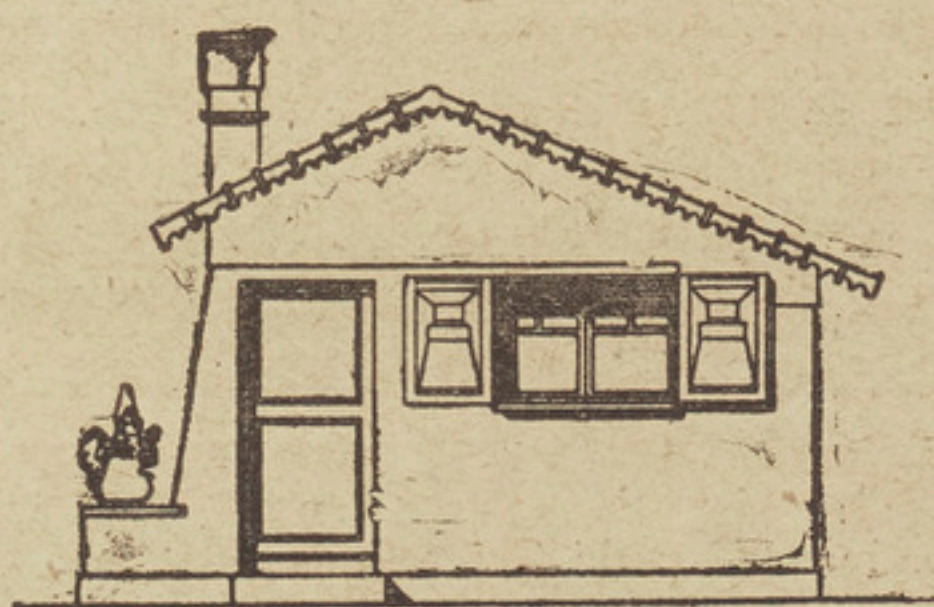


l'île du Levant par le Lavandou (Var)

LA PREMIERE AGGLOMERATION NATURISTE DU MONDE ENTIER

A HÉLIOPOLIS, L'ILE EMBAUMÉE, OU SOURIT UN ÉTERNEL PRINTEMPS, VOUS RÉALISEREZ VOTRE IDÉAL DE VIE SAIN ET VOUS DÉCUPLEREZ VOTRE CAPITAL DE SANTÉ

Fruit d'un effort persévérant de vingt-quatre mois, la première agglomération naturiste du monde est sortie de terre à l'île du Levant. Au coquet village de l'Aiguade, une cinquantaine d'adeptes, parmi les trois cents propriétaires du lotissement, ont déjà fait construire leurs maisons. Un quartier commerçant s'est créé, comportant déjà une boulangerie, un restaurant, une cantine, une épicerie; un hôtel, une librairie-bazar, un cordonnier, un coiffeur s'installent et ouvriront leur commerce dès la prochaine saison. Une école naturiste est ouverte. Un bureau de poste est en cours d'installation. Des kilomètres de routes ont été percés dans le maquis. Des puits ont été forés. On électrifie déjà la partie haute du village. Bientôt, de grands travaux d'adduction d'eau seront entrepris.



Pour tout ce qui concerne l'île du Levant, s'adresser au docteur André Durville : en mars, du 4 au 10, Fort Napoléon, île du Levant (Var) ; du 12 au 31, à l'Imprimerie de « Naturisme », 24, rue d'Alleray, Paris (15^e), de 10 heures à midi.

Venez vous installer définitivement ou simplement passer vos vacances à l'île du Soleil.

Hâtez-vous d'acquérir une des dernières parcelles de terrain disponibles à proximité du centre commerçant.

Faites construire votre maison pour passer vos vacances dans le tableau grandiose des îles d'Or.

Les bourses les plus modestes peuvent bénéficier de l'œuvre d'HÉLIOPOLIS. Pour 11.000 fr., vous pouvez devenir propriétaire d'un terrain de 500 m² et du bungalow dont croquis ci-contre (véritable petite maison en maçonnerie de 3 mètres sur 4 mètres, garantie 10 ans).

Villas, bungalows, tentes à louer.

Une notice détaillée sur HÉLIOPOLIS, les plans du lotissement et tous renseignements utiles sont adressés gratuitement sur demande