

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. 1933-03-23.

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 : « LA BEAUTÉ DE L'OBÈSE »
 « LE SOLEIL DE MARS EST-IL DANGEREUX ? »
 « LE SCANDALE DES ÉTALAGES DE DENRÉES ALIMENTAIRES »

NATURISME

**LE GRAND
 HEBDOMADAIRE
 DE CULTURE
 HUMAINE**



**UNE COUTURIÈRE
 NATURISTE ?...**

POURQUOI PAS ? ON SAIT QUE LE SLIP EST LA TENUE DE STADE DES NATURISTES ; OR, LA CONFECTION D'UN SLIP EXIGE DES ESSAYAGES... EN TOUT CAS, LES DEUX JEUNES FEMMES QUE VOICI, EN AÉRANT ET EN ENSOLEILLANT RATIONNELLEMENT LEUR ÉPIDERME, ONT CONQUIS UNE BELLE SANTÉ ; ELLES FORMENT UN SAISSANT CONTRASTE AVEC LES FEMMES OUSBECKS, DONT NOUS REPRODUISONS LA PHOTOGRAPHIE EN PAGE 4, ET QUI, COMPLÈTEMENT VOILÉES DES PIEDS À LA TÊTE, S'AUTO-INTOXIQUENT LENTEMENT DANS LES EXHALAISONS CUTANÉES OU LEUR ORGANISME MIJOTE.

Gliché procédé Akoba.

DIXIÈME ANNÉE - N° 248



1 FR. 25

JEUDI 23 MARS 1933

Au crible, les idées !...

LA BEAUTÉ DE L'OBÈSE



Le progrès des idées que nous enseignons marche à pas de géant : la culture naturiste s'impose partout. Partout on comprend, maintenant, que nos adeptes ne sont ni des exaltés, ni des maniaques, ni des extrémistes, qu'ils sont, au contraire, des pondérés et des sages ; on sait que ce sont des gens sobres, mûs par le grand désir de voir l'humanité plus belle, plus jeune, plus travailleuse, plus optimiste, plus pacifique. On ne rit plus des naturistes quand on les voit se promener sans chapeau dans la rue, on envie leur face de bronze, qui exprime la santé, l'harmonie, la sérénité.

L'athlète naturiste, aux rudes contours, au ventre plat, devient le modèle humain aimé du sculpteur et du peintre. Les jeunes filles d'aujourd'hui ne veulent plus pour mari d'un gringalet : il leur faut le gars de Villennes, aux épaules larges, qui plonge dans la Seine en décembre, et qui est athlète aussi de l'esprit. Les femmes entendent que leurs maris, qui bedonnent, fassent masser leur ventre, s'astreignent à la culture physique chaque matin, en nudité totale, et elles leur montrent elles-mêmes l'exemple. Les garçons, conquis au culte du corps, recherchent, maintenant, leurs femmes, non plus chez les poupées aux épaules prétuberculeuses, mais parmi les gaillardes au dos musclé qui luttent contre eux, le dimanche, à la course. Les mères elles-mêmes — ah ! quel signe des temps ! — amènent leurs bambins sur nos stades, et, les libérant méthodiquement des cache-nez, tricots et flanelles, elles les endurent aux intempéries et leur fabriquent des muscles d'acier.

Dans vingt ans, la France sera rajeunie, la tuberculose, le cancer et les maladies de langueur auront considérablement régressé, et la moyenne de la vie aura augmenté d'un tiers. Le naturisme aura fait cela.

Pourquoi faut-il, alors que l'idée fait partout son chemin, que certains s'ingénient à la combattre encore, même quand ils la savent bonne ?

Tantôt c'est un médecin qui, alors qu'il envoie sa femme et sa fille faire de la culture physique sur nos stades, alors qu'il a constaté l'embellissement rapide de ces deux êtres, déclare que « le naturisme des Durville a tout juste conquis le gouvernement, mais qu'il n'est pas encore descendu dans les masses ».

Tantôt c'est un sportif bien connu qui écrit que « la sobriété est une belle chose », mais que « les naturistes sont embêtants avec leur régime surtout végétal et fructarien, une bonne bouteille et un bon bifeck ayant leur charme... »

Et puis voici Maurice de Waleffe — qui est cependant un apôtre du nu (il l'a exprimé bien des fois) — qui nous vante la beauté de l'obèse dans un récent article de Paris-Soir...

« La presse belge, dit Waleffe, vient de découvrir, à Bruges-la-Morte, un bon vivant, brasseur de son métier, dans la fleur de l'âge (il a 40 ans), M. Joseph Floor, qui pèse 219 kilos. J'ai vu sa photographie (c'est Waleffe qui parle). Grand à proportion (à proportion ! alors, M. Joseph Floor doit avoir 3 mètres 50 de haut), vêtu avec élégance (les tailleurs sont, je l'ai dit bien souvent, un danger public du fait qu'ils maquillent nos laideurs) ; il n'a rien d'un grotesque (ah ! moi, je voudrais le voir déshabillé, le monsieur de 219 kilos, grand à proportion ; je suis tenté de croire qu'il ne ressemble que fort peu au discobole).

« Bel homme, au contraire, avec un air de majesté », poursuit Waleffe ; « il rappelle notre regretté confrère Jean de Bonnefon, à qui il n'a manqué qu'une soutane pour être le cardinal des lettres françaises. »

Il est curieux que, pour excuser la laideur, on s'ingénie toujours à trouver qu'elle crée l'intelligence.

Non, messieurs, on peut, sans être ventru, devenir cardinal des lettres françaises.

La soutane masque un peu le gros ventre, mais elle n'empêche pas le foie d'être pléthorique, le cœur et l'aorte d'être hypertendus, les reins d'être graveleux ; et, un jour, une artère se rompt dans la tête ; sans le gros ventre, le cardinal serait devenu pape, et ceci est dommage pour les lettres françaises.

« Les hommes, reprend Waleffe, croient que la femme ne peut aimer qu'un homme maigre. Mais c'est une idée purement occidentale : aux Indes, l'homme divinisé est le Bouddha, qui est passablement ventru. En Chine, la maigreur est laissée aux pauvres ; un mandarin est toujours gras. Et, dans tout l'Islam, depuis la Perse jusqu'au Maroc, une honnête obésité est signe d'opulence, la minceur est bonne pour les gueux. »

Disons d'abord à M. de Waleffe que je ne vois pas très bien en quoi l'obésité peut être honnête. Cela voudrait-il dire que la forme athlétique ne l'est pas ? O Phidias, ô Praxitèle, qui avez montré combien est morale la beauté éternelle, vos mânes doivent frémir !

Et je me demande pourquoi on veut toujours assimiler aux maigres les gens qui ne sont pas gras. Il est vilain d'être maigre, et c'est antinaturiste ; ce qui est beau, c'est le muscle. Ce que les femmes d'aujourd'hui exigent de leur homme, c'est, non pas la maigreur, mais la beauté athlétique.

Si l'Inde a divinisé le Bouddha, et, aussi, si ses fakirs sont faméliques, c'est parce qu'elle n'a réalisé que la culture unilatérale de l'être, laquelle exalte et déséquilibre.

La culture naturiste d'aujourd'hui veut l'être sain et beau dans la totalité de ses rouages, et il n'en sera que plus fort de l'esprit.

Les mandarins ne seront pas toujours gras, pas plus que ne le seront toujours les cardinaux, car l'idée naturiste est maintenant acceptée des religieux de toutes les sectes. Et l'Islam, lui aussi, perd son goût légendaire pour la graisse gélatineuse : les femmes des harems, elles-mêmes, commencent à faire de la culture physique.

Monsieur Maurice de Waleffe, je vous invite à Villennes pour un de ces prochains dimanches ensoleillés. Je parie avec vous que lorsque vous aurez vu mille de nos athlètes, hommes et femmes de tous âges, évoluer en slip sur nos grandes pelouses, vous serez beaucoup moins épris des beautés pesant 219 kilos.

D^r Gaston DURVILLE.

La vertu des bains de mer

Le Moniteur, gazette officielle de l'Etat belge, a publié, le 10 février 1933, un arrêté royal réglementant le port du costume de bain sur les plages de ce pays.

D'après cet arrêté, les baigneurs seront tenus de se rendre directement de leur cabine à l'eau et vice versa, ce qui équivaut à l'interdiction absolue de pratiquer les bains de soleil. S'ils ne font pas usage d'une cabine, ils doivent obligatoirement porter un peignoir de bain au-dessus de leur maillot. Il est défendu de se déshabiller ou de s'habiller sur la plage ou dans les dunes.

Ce règlement sera applicable, non seulement à l'emplacement des bains, mais aussi à tout l'« est-tran », ainsi qu'aux dunes livrées à la circulation. Les infractions seront réprimées, non seulement par la police locale, mais aussi par la gendarmerie et tous autres agents de l'Etat chargés de la police.

A la suite de cette décision, une vive polémique s'est engagée chez nos amis belges. M. Willy Koninckx, notamment, dans Le Matin d'Anvers du 2 mars, commente l'arrêté avec beaucoup d'ironie. Il nous a paru intéressant de reproduire ci-dessous son article, qui présente un indéniable intérêt documentaire.

■ ■

Il est peut-être permis de revenir un instant au chapelet d'articles publié, l'autre jour, par le plus officiel de nos journaux et relatif, comme on dit en langage administratif, à la décence qu'il s'érige dorénavant d'observer en se rendant aux « bains de mer ».

La publicité abondante donnée à ces cogitations ministérielles, policières et tout à fait honorables nous dispense, fort heureusement, d'insister. Tout le monde sait à présent, ou est sensé savoir, ce qu'il faut faire en descendant sur l'une de nos plages : premièrement, ne pas se déshabiller ; deuxièmement, ne pas approcher de l'eau ; troisièmement, essayer de se borner à prendre l'atmosphère marine dans les salles enfumées où la logique ministérielle autorise et encourage les jeux de hasard formellement interdits dans les autres endroits de la libre Belgique.

Subsidiairement, les derniers originaux que l'on appellera « baigneurs » auront la permission d'arpenter digues et routes royales, à condition d'être couverts, de la cheville au menton, de tissu imperméable et impénétrable qu'ils ne pourront échanger discrètement que dans les salles de danse, les cafés de nuit, les concerts de gala et les centres de jeu précités, sous réserve d'approbation minutieuse des gendarmes, policiers et gardes champêtres préposés, en raison de leur très vertueuse réputation, au maintien des lois familiales, matrimoniales et filiales constituant aujourd'hui le code des bonnes mœurs nationales.

C'est parfait. Il nous semble même qu'on aurait dû pousser le souci vertueux plus loin. Par un oubli regrettable, on a négligé de prévoir et de déterminer que les concours de natation doivent être strictement prohibés, le long de la côte, pendant les mois considérés habituellement comme « de saison ». Il serait, en effet, illogique d'interdire tout étalage de chair de la part des « villégiateurs » et de permettre, en même temps, à des personnes évidemment dévoyées d'organiser, sous prétexte d'encourager le sport, des compétitions entre individus de même sexe ou de sexes opposés, forcément mal vêtus. Mais il aura suffi, probablement, d'attirer respectueusement l'attention des autorités compétentes sur l'explicable lacune qui s'est glissée, contrairement à leur évidente intention, dans l'admirable règlement publié récemment par le « Moniteur belge » pour obtenir la pu-

blication d'un indispensable et urgent amendement mettant définitivement un terme aux tristes débordements dont les villes et communes du littoral de notre honnête patrie ont été trop souvent, ces dernières années, le lamentable théâtre.

Bien entendu — nous tenons à l'ajouter pour être complet — les dispositions précédentes ne doivent pas pouvoir s'appliquer aux personnes malades qui, déjouant la surveillance des gardiens de l'ordre, se jetteront nues ou habillées dans l'eau, avec l'intention prouvée de procéder à un suicide. Elles doivent aussi se limiter au territoire solide de la nation. En ce qui concerne le territoire liquide, large de quelques kilomètres comme on sait, on risque d'entrer en contradiction avec le droit international. Il importe d'éviter cet inconvénient de nature à nous attirer certaines protestations à Genève. D'ailleurs, ce ne sera pas notre faute si un naufrage a lieu en vue des côtes nationales et si les naufragés, perdant toute contenance, négligent de se vêtir, suivant les dispositions réglementaires, avant de se précipiter à l'eau : nus ou pas nus, il faudra, coûte que coûte, les sauver et les amener sur la plage, quitte à les recouvrir aussitôt de toile caoutchoutée pour soustraire leur blessante anatomie au regard légalement pur des spectateurs et spectatrices accourus par curiosité malsaine ou pour prêter secours.

Enfin, il doit être écrit — ces choses-là ont besoin d'un caractère permanent et incontestable — que les atteintes aux bonnes mœurs, provoquées par le vent qui souffle, parfois, très fort dans les régions avoisinant la mer, sont passibles d'excuse. Dans l'intérêt même de la loi, il est bon, en effet, de ne pas rendre les hommes responsables de pitoyables indiscretions divines. Si les dieux, dans leur haute sagesse, s'avisent de faire souffler les vents et si ces vents, mal dirigés, font se soulever des camisoles, des jupes ou des chapeaux, le juge doit pouvoir, par bonté de cœur ou intelligence pénétrante, reconnaître que les personnes, objets des brutalités de la nature, n'ont pas péché à dessein. Il doit être engagé, néanmoins, par circulaire particulière et confidentielle, à conseiller aux délinquants par surprise de prendre, à l'avenir, toutes précautions utiles : porter perruque collée au crâne, fixer les camisoles au moyen d'élastiques toujours frais, doubler les jupes et, en cas de forte chaleur justifiant la diminution du nombre de jupes, porter de larges pantalons de flanelle rouge. Ce détail est important et on en conviendra sans peine en haut lieu : un pantalon en flanelle rouge est une chose mortifiante et, dès lors, il est appelé, dans les circonstances que nous examinons, à remplir un rôle utile à l'égard des agents provocateurs.

Ah ! le bon temps va revenir ! Finis les odieux excès de l'après-guerre ! Finis les écarts froissants imposés à la mode à nos mères et nos compagnes, voici quelques années : au moins, on ne confondra plus les femmes vieilles et les femmes jeunes. Finies toutes les graves et répugnantes erreurs proposées à notre innocente confiance au nom de l'hygiène ! Finis le scandaleux nudisme, la scandaleuse gymnastique, les scandaleux « bains de soleil » — toutes inventions épouvantables du Malin, que les hommes affaiblis par la guerre n'ont pas eu toujours le courage de repousser avec indi-

gnation ! Désormais, le corps reprend ses droits et ses devoirs : il sera caché comme il convient et on ne s'avisera plus de sitôt d'exhiber autre chose que son visage et ses mains, pourvu que les autorités, en bonne voie de contrition, ne relâchent plus les rênes de la décence.

Et quel émouvant spectacle ce sera ! Le littoral, qui commençait de ressembler à un enfer sans feu — un enfer grouillant de vilaines larves humaines, presque nues — redeviendra le lieu charmant où l'on ira, en costume de dimanche, interroger des pêcheurs peu éloquents et savourer des crevettes encore chaudes. Il redeviendra le rendez-vous des familles — des « vraies » familles. Il redeviendra l'endroit exquis où les marées, doucement chantantes, déposent de gracieux coquillages, de romantiques bouteilles cachetées, des légumes grasses, parfois d'intrigants débris de bateaux et, très rarement, des macchabées. Mais nous risquons, en poursuivant nos considérations sur ce ton, de verser dans la littérature qui n'a rien à voir dans les affaires de moralité publique. Il arrive déjà trop fréquemment que les artistes, sous prétexte de tolérance, tombent dans le vice qu'ils côtoient. Pour des raisons que nous n'avons plus à formuler ici, on comprendra que nous ne désirions pas les suivre dans leur chute.

Applaudissons donc à l'excellente décision du ministre modèle qui a tenu, l'autre jour, à faire remonter nos plages dans l'estime des honnêtes gens. Il est vraisemblable que cette décision aura un effet peu agréable pour les hôteliers, les restaurateurs, les tenanciers de pensions, les loueurs de camisoles, les photographes ambulants, les directeurs de sociétés de remorquage de cabines à deux compartiments, les marchands de cartes postales, les organisateurs de trains de plaisir, les administrateurs de la Société nationale des chemins de fer, les contribuables des villes et communes touchées par le règlement, les propagandistes du Touring-Club et l'Office touristique belgo-luxembourgeois. Mais quoi ? Devons-nous nous arrêter à des considérations aussi tristement matérielles quand, pour l'honneur de la nation, pour l'honneur des générations futures, un ministre a le courage de barrer le chemin à la vertu qui f...ait le camp ? Poser la question, c'est la résoudre.

Willy KONINCKX.

(Le Matin, d'Anvers, 2 mars 1933.)

NATURISME

LE GRAND HEBDOMADAIRE DE CULTURE HUMAINE

Le plus fort tirage des revues naturistes mondiales

PARAIT LE JEUDI SUR SEIZE PAGES

Peut être mis entre toutes les mains

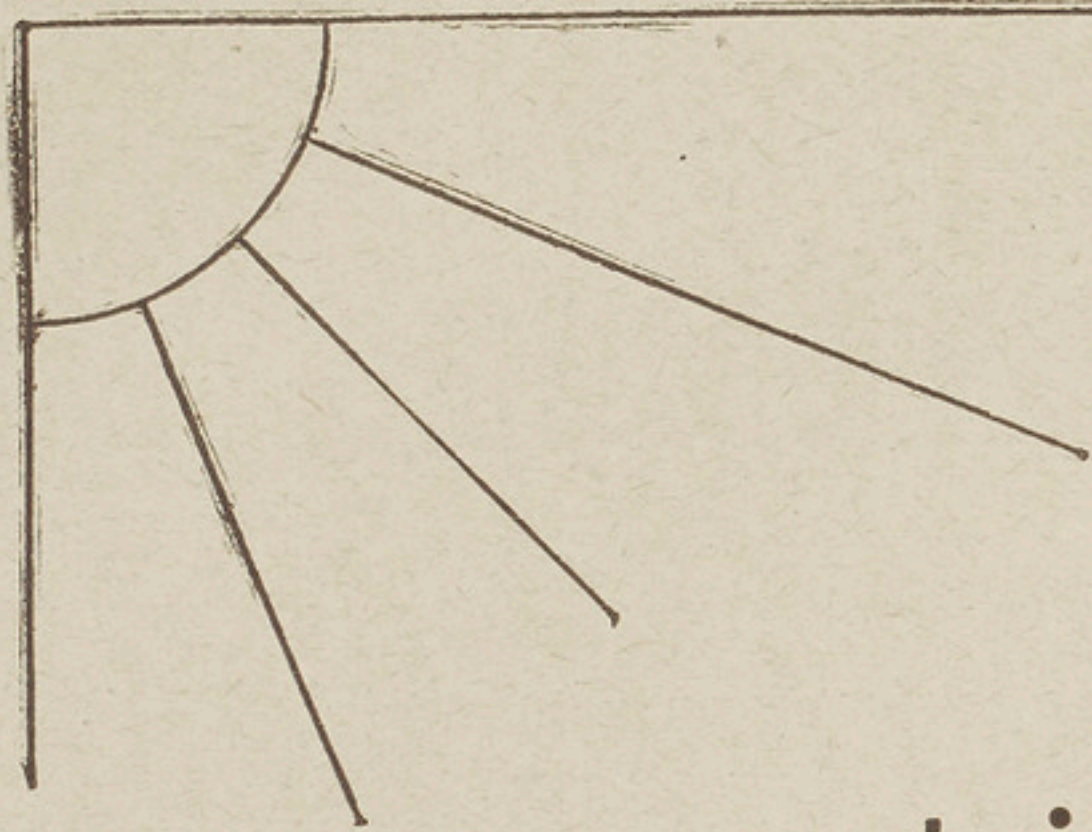
Directeur : Dr André DURVILLE Rédacteur en chef : Dr Gaston DURVILLE
Secrétaire général : Pierre AUDEBERT
DIRECTION-ADMINISTRATION :
15 bis, rue Cimarosa, PARIS (16^e)
Téléphone : Passy 77-95
IMPRIMERIE - ATELIERS :
24, rue d'Alleray, PARIS (15^e)
Téléphone : Vaugirard 06-83

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

MODES...



« Tout serait gagné si la blanche peau de l'être humain passait aux tons vivants et bruns. Les plantes à l'ombre sont étiolées et pâles. Nos vêtements, malheureusement, nous tiennent tels, en nous séparant du père de la vie, le Soleil. » (Michelet). C'est très joli, dira-t-on, mais on ne peut tout de même pas vivre toujours dévêtu ? Bien entendu. Cependant, il est indiscutable que nos vêtements étriqués, trop chauds, imperméables à l'air, empêchent les fonctions de la peau. Il faut donc les rendre plus simples et plus hygiéniques... Mais, dira-t-on encore, et l'élégance ? Ah ! bien oui, parlons-en ! Sont-ils si beaux que cela, ces messieurs en jaquette et chapeau haut de forme ? Et ces femmes, couvertes d'atours compliqués ? L'esprit du moderne civilisé est faussé à ce point qu'on en arrive à habiller même les animaux, à l'image de ce pauvre toutou que son « pardessus » semble bien gêner. Aussi les Européens auraient-ils mauvaise grâce à se moquer de ces habitantes du Caucase, les femmes Ousbecks (en haut, à gauche), dont le corps et la tête sont entièrement voilés. Plaignons-les, au contraire... Quant à cet Arabe (en haut, à droite), aura-t-il assez chaud, au moins ? Heureusement, le nombre des adeptes de la vie saine grandit de jour en jour ; on les voit partout, simplement vêtus, sans chapeau, silhouettes dégagées effaçant peu à peu les modes ridicules. Et, d'ici quelques années, l'étourdi qui oubliera de se dévêtir, chaque dimanche, sur un stade, sera traité comme il convient...



Le soleil de mars est-il dangereux ?

Le nombre des proverbes, des dictons et des racontars qui circulent sur le compte de la température est incalculable. Qu'il pleuve, qu'il vente, qu'il gèle, ou qu'un gai soleil réchauffe l'atmosphère, il y a toujours quelqu'un pour vous prouver que c'est bon, mauvais, désastreux ou inespéré, et pour vous prédire les pires choses, ou les meilleures.

Le mois de mars, qui amène généralement avec lui les traditionnelles giboulées, c'est-à-dire toutes les intempéries possibles et imaginables réunies dans le moindre laps de temps, est sans doute l'un des plus riches en la matière.

— C'est logique, eût dit M. de La Palice.

Or, cette année, le mois de mars est né sous le signe du beau temps. Un soleil printanier a brillé, la sève s'est répandue dans les branches, les bourgeons ont éclaté, les oiseaux ont chanté plus tôt que de coutume leur hymne à la nature.

Vous-mêmes, chers amis naturalistes, avez été comblés d'allégresse au spectacle toujours émouvant du renouveau. Et vous vous êtes félicités de voir même les antinaturalistes profiter — dans la faible mesure dont ils croient devoir se contenter, au cours de leurs lentes promenades sur l'asphalte, mais enfin profiter quand même — de ces rayons de soleil supplémentaires.

Bref, vous avez pensé que tout le monde devait s'accorder à trouver ça très bien.

Vous vous êtes affreusement trompés.

Les commères du quartier ont froncé le sourcil ; elles ont consulté furtivement le calendrier, ont jeté un regard soupçonneux sur le bleu insolite du ciel et l'altitude irrespectueuse atteinte par le thermomètre. Et elles se sont écriées :

— Attention ! Le soleil de mars est toujours dangereux !...

Nous nous sommes permis de demander doucement, à l'une de ces sommités des croyances populaires, quelles raisons lui permettaient de soutenir aussi catégoriquement une pareille affirmation. Elle nous a dédaigneusement toisés du regard, et nous a lancé négligemment :

— Vous ne savez donc pas que le mois de mars est celui où le Soleil s'approche le plus de la Terre ?

Nous aurions pu discuter. Nous avons préféré nous éclipser subrepticement. Non pas par relation de cause à effet, le litige concernant un astre passé maître en l'art de jouer à cache-cache avec la Lune, mais parce que nous avions compris la vanité d'une discussion, avec une telle personne, sur un sujet aussi brûlant. Jamais nous ne serions parvenus à lui faire comprendre que ce n'est pas précisément le Soleil qui s'approche de la Terre, mais bien la Terre qui s'approche du Soleil, ce qui prouve d'une façon péremptoire qu'elle n'a rien à craindre de lui. Oncques n'eussions-nous pu lui faire entendre que la même situation se retrouve au mois de septembre, et que personne, pourtant, n'a encore songé à déclarer le soleil automnal indésirable et maléfique. Et nous eussions perdu notre temps à vouloir lui démontrer l'insignifiance de ce mouvement de rapprochement, eu égard à l'énorme distance qui nous sépare de Phébus.

Nous avons donc planté là la docte personne. Et nous nous sommes tenu le raisonnement suivant :

Il n'y a aucune raison scientifique valable, *a priori*, pour nous faire admettre l'idée que le soleil, au mois de mars, soit naturellement plus dangereux qu'au mois de juillet.

Cependant, nombre de gens croient à ce danger. Pourquoi ? Parce que la « sagesse des nations », comme on dit, a remarqué qu'à cette époque de l'année les accidents dus au soleil sont sans doute plus nombreux. Et pourquoi ces accidents seraient-ils plus fréquents en mars ? Parce que, tout simplement, *nos contemporains croient indispensable de se calfeutrer sous plafond pendant tout l'hiver*.

Le calfeutrement est un fléau social, c'est certain, et l'organisme, sous son influence, s'affaiblit de façon lamentable ; mais il n'en est pas moins vrai que plus l'être humain est affaibli, plus il faudra prendre de précautions pour le remettre dans des conditions normales d'existence.

C'est le bon sens même d'admettre qu'interdire soudainement la viande à un



carnivore enragé ou supprimer brusquement les piqûres à un morfinomane constituant de grossières erreurs. L'état des toxicomanes privés sans transition de leur poison s'aggrave inévitablement.

Eh bien ! pour la même raison, l'air du printemps saoule le citadin qui s'est cloîtré pendant plusieurs mois, et le soleil de mars lui fait mal à la tête.

Ce ne sont ni l'air, ni le soleil qu'il convient d'incriminer, mais le calfeutrement.

On oublie généralement une chose, c'est qu'il ne faut jamais s'exposer brutalement, inconsidérément, aux rayons du soleil ; il faut s'y adapter progressivement, quelle que soit la saison.

Le « baigneur » qui chaque année va passer quelques jours, pendant les vacances, au bord de la mer, attrape des « coups de soleil » — d'un soleil qui n'est pas de mars, remarquons-le en passant. Il risque la congestion, surtout s'il est gros mangeur et amateur d'alcool ; en tout état de cause, il oblige son organisme à faire un effort de *réadaptation* trop brutal. Tandis que le naturaliste, patiemment et rationnellement entraîné à la vie saine, à l'exercice au plein vent, ne tire que des bienfaits des rayons solaires que son épiderme hâlé s'est habitué à recevoir.

Non, le soleil de mars n'est pas dangereux ; en tout cas, les naturalistes qui n'ont jamais cessé, même au plus fort de l'hiver, de s'aérer et de s'ensoleiller, n'ont pas à le redouter. Ce qui est dangereux, c'est — nous l'avons maintes fois répété dans ces colonnes — d'abord de se calfeutrer, et ensuite, s'étant calfeutré, de s'exposer longuement au soleil, sans préparation, alors qu'on a la peau livide et qu'on a toujours eu la tête couverte d'un chapeau.

Pierre AUDEBERT.

No 248 **NATURALISM** P. 6

Sommes-nous omnivores ?

DANS le numéro de « Naturisme » du 23 février, M. Méline me fait l'honneur de me donner une leçon de sciences naturelles. Je l'en remercie. Ai-je besoin d'ajouter que j'aurais pu la recevoir de mes élèves, à qui j'enseigne depuis bientôt quinze années ce que M. Méline désire m'apprendre à propos de la classification des singes.

Si, dans l'article incriminé, j'ai parlé de l'alimentation des singes en général et non des régimes dans les différents groupes de singes, c'est parce que je n'ai pas voulu alourdir inutilement mon exposé.

D'ailleurs, M. Méline, à qui j'accorde volontiers toutes les qualités de savoir et d'érudition, sait aussi bien que moi-même que les classifications ne sont le plus souvent que des cadres commodes. La nature n'a pas interposé entre les choses et entre les êtres les cloisons étanches que nous aimons élever. Ce compartimentage nous permet de mieux appréhender le monde, de le saisir plus facilement ; voilà son rôle. Aussi ne faudrait-il pas trop s'hypnotiser sur le cadre, eût-il été construit par Flourens, Cuvier ou Linné, et négliger ce qu'il contient.

Mais revenons à nos singes.

Lorsque j'ai écrit : « Le singe est plutôt omnivore au sens classique du mot », j'ai certainement pensé aux singes inférieurs, mais j'ai songé également aux singes les plus élevés du groupe, je veux dire aux anthropoïdes, qui renferment les formes les plus proches de l'homme.

Or, parmi les anthropoïdes, les gibbons se nourrissent de fruits, de feuilles, d'œufs d'oiseaux, d'insectes (d'après Joubin, professeur au Muséum d'histoire naturelle).

Les orangs-outangs et les gorilles ont une alimentation peut-être plus végétarienne, mais se nourrissent également d'œufs.

Par contre, parmi les chimpanzés, le tségo, par exemple, absorbe, non seulement des œufs, mais aussi des petits oiseaux.

Un individu femelle du jardin zoologique de Londres mangeait volontiers de la viande à tous ses repas et dévorait les rats qui visitaient sa cage. Cet animal vécut, paraît-il, huit années, ce qui serait tout à fait exceptionnel en Europe.

Or, le chimpanzé est, parmi les anthropoïdes, le genre le plus proche de l'homme.

Bien sûr, cela ne signifie pas que nous descendons du chimpanzé !

Si Schwalbe, Osborn et Grégory font naître le rameau humain du rameau anthropoïde, Elliott le place avant l'anthropoïde sur la branche catarrhiniennne. D'autres auteurs le font surgir soit de la branche des platyrrhiniens, soit de la souche lémurienne.

Autant dire qu'on ne connaît pas encore l'origine de l'homme.

Vraisemblablement, singes et hommes descendent d'une forme commune, primitivement peu différenciée.

Le singe supérieur ne serait pas notre ancêtre, mais notre frère resté inférieur, ou plus exactement notre cousin.

Or, il est très probable que cet ancêtre commun encore inconnu devait être omnivore, car la paléontologie nous montre que les espèces qui sont actuellement soit nettement herbivores, soit nettement carnivores, ont toutes débuté indistinctement par des formes à régime indifférent.

Les conclusions que j'avais formulées dans mon premier article subsistent donc dans leur intégrité.

A propos de la question des infusoires, je n'ai pas très bien compris ce qu'a voulu dire M. Méline. Le docteur Durville me rendrait un réel service en faisant passer par son fameux « Crible » les idées exprimées à ce sujet par mon contradicteur.

Je pense avoir montré avec précision que les infusoires contenus dans la panse du bœuf servent de nourriture à l'animal, puisqu'ils se reproduisent rapidement et que leur volume total reste à peu près constant. Nous avons là un exemple de symbiose qui est loin d'être unique dans le règne animal. Ces infusoires servent peut-être aussi à digérer la cellulose, comme le font les trichonymphides des termites ; mais, ainsi que le dit Caullery dans son cours professé en Sorbonne en 1920, « on a exprimé, sans l'établir véritablement, l'opinion qu'ils aideraient à digérer la cellulose ». Ils finissent, ajoute-t-il, par être digérés dans l'intestin grêle.

Enfin, M. Méline termine son article par le refrain bien connu sur les athlètes végétariens et sur « la phénoménale résistance au froid et à la fatigue opposée par les soldats nippons au cours de la guerre russo-japonaise ».

Ignore-t-il donc que, pendant la guerre de Mandchourie, l'administration japonaise a dû augmenter la ration de poisson ou procurer de la viande aux troupes pour leur permettre de lutter jusqu'au bout au cours des grandes et longues batailles de Liao-Yang et de Moukden ; une augmentation de riz ne donnant pas du tout le même résultat (1).

Enfin, pour terminer, j'ajouterai que l'histoire de la langouste m'en a rappelé une autre : la mienne.

Après plusieurs années de végétarisme non strict (viande une fois par semaine), j'étais arrivé au résultat suivant : amaigrissement, asthénie physique et intellectuelle, albuminurie grave, menace de tuberculose.

Je consulte alors le docteur Durville, qui me guérit rapidement en m'ordonnant, pendant deux à trois mois, deux fois par jour... de la viande !

Cependant, que M. Méline ne voie pas en moi un partisan du carnivorisme. Je suis végétarien par goût et par principe, mais non pas végétarien strict. Je persiste à penser que suivre un régime végétarien strict hypoconcentré, c'est courir un gros risque.

En apportant à ce régime végétarien quelques produits animaux en petite quantité (œufs, fromages, un peu de viande), nous composerons, je crois, un régime idéal : c'est précisément celui que préconise le docteur G. Durville.

R. TOCQUET.

(1) N.D.L.R. — Il convient de remarquer qu'en temps de guerre on se préoccupe avant tout de fournir aux soldats des aliments à effet brutal, des aliments incendiaires, capables d'apporter à l'organisme le « coup de fouet » nécessaire pour « tenir » sur le champ de bataille ; on ne se soucie aucunement, par contre, des conséquences lointaines possibles de cette alimentation. Or, ces conséquences sont déplorables, et nous voyons chaque jour des anciens combattants, qui pendant quatre ans de guerre ont été soumis à un régime fortement carné, se plaindre de leur santé chancelante, et principalement d'un mauvais état hépatique.

BRUITS ET POTINS

SUR UNE TOUR DE 700 MÈTRES

Il est question de construire, pour l'Exposition qui doit avoir lieu à Paris, en 1937, une tour de 700 mètres de hauteur. L'ingénieur Freyssinet, qui a étudié le projet, prévoit, à la plateforme supérieure, des installations pour cures d'air, de soleil et d'altitude.

« Le public, ajoute-t-il, trouverait là un climat tout à fait particulier qu'il ne connaît pas, et l'ensoleillement serait comparable à celui que l'on va chercher sur la Côte d'Azur... »

Voilà une idée intéressante. Souhaitons qu'elle puisse être réalisée.

CE QU'ON LIT

Un grand journal parisien du soir racontait l'autre jour l'odyssée du professeur hongrois Arpad Kirner, qui, habillé, botté et casqué d'amiante, avait décidé d'aller voir ce qui se passe dans le cratère du volcan Stromboli.

« Lorsqu'on l'eut remonté, ajoutait notre confrère, le professeur s'évanouit et jura de ne jamais plus recommencer cette expérience. Et nous sommes persuadés qu'il tiendra parole. »

Nous n'en sommes pas si persuadés que ça. Car, n'est-ce pas, les serments que l'on fait quand on est évanoui...

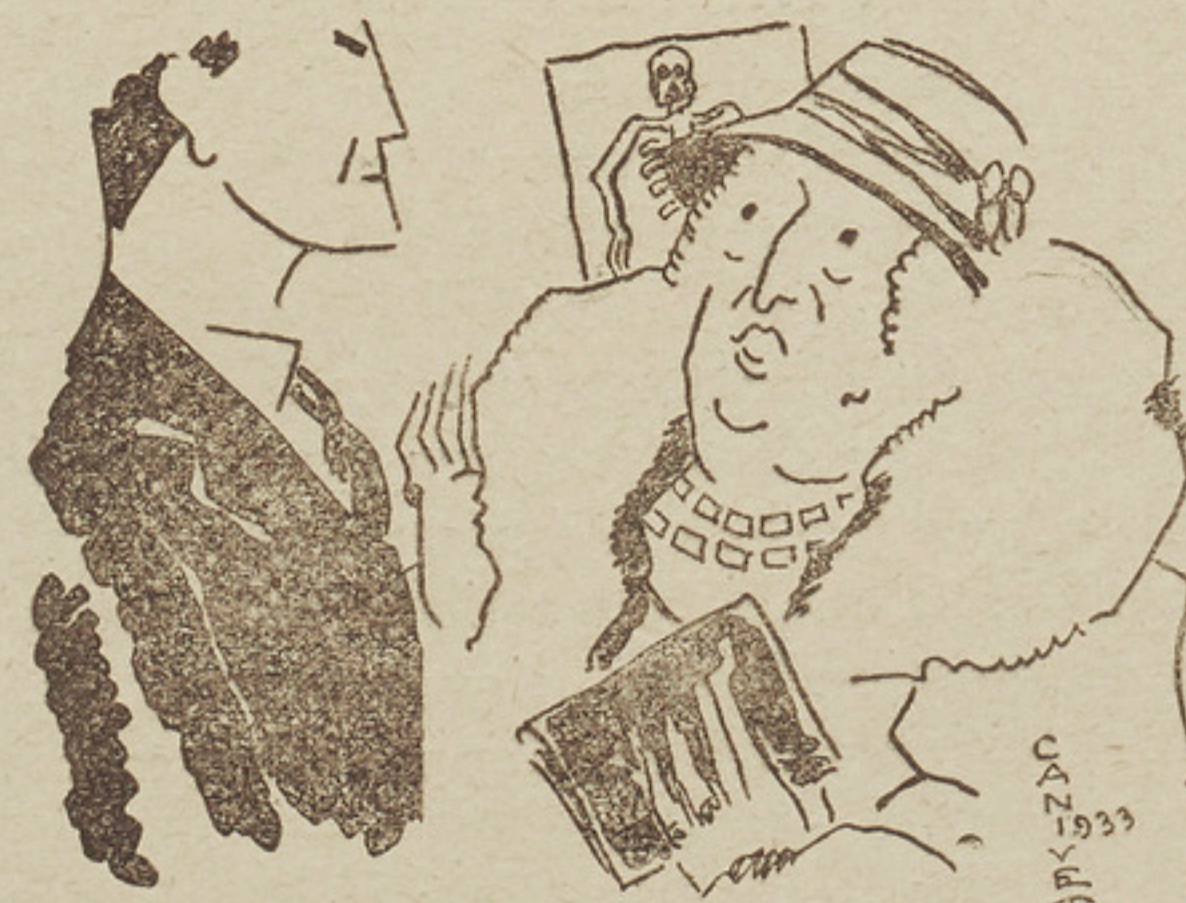
VILLENNES SE PRÉPARE

La fin d'hiver exceptionnelle que nous avons vécue récemment a ramené à Villennes la foule des beaux jours.

On a pu se rendre compte des travaux qui ont été exécutés à Physiopolis pendant la mauvaise saison. La construction du chemin en ciment qui conduit au grand stade a été notamment poursuivie, et le restaurant Faivre s'est agrémenté d'une pergola.

Petites choses, certes, mais qui contribuent à donner à l'Île des Naturistes une ambiance toujours plus agréable.

MEDECINE (Dessin de P. Canivet.)



— Docteur ! je suis obsédée par le doute religieux,
— Maladie de foi...



A gauche : Un étalage de boucherie ; la viande, dûment étiquetée, est exposée aux poussières, à l'extérieur de la boutique. — Au-dessous : Évidemment, on peut tourner la difficulté en ne mangeant pas de viande ; mais combien de gens croient utile d'en absorber de grosses quantités !



Les mottes de beurre sont protégées, mais les fromages sont jugés indignes d'une telle précaution.



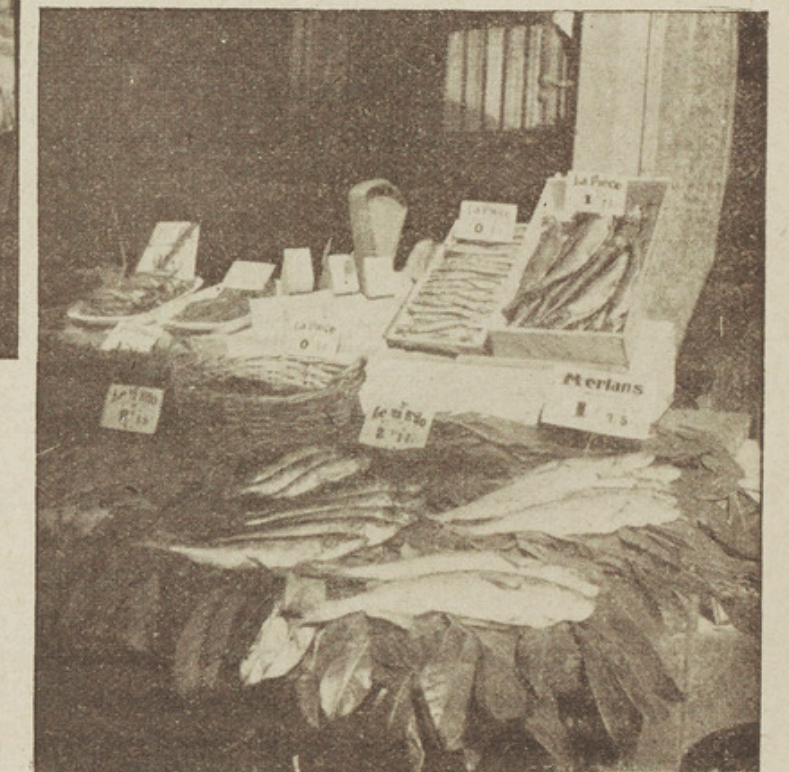
Devant une grande épicerie : les boîtes de gâteaux sont ouvertes à tous les miasmes de la rue.



Si cette dame réfléchissait un peu, elle ne s'attarderait pas à acheter un poulet...



Les poissons eux-mêmes... Ceux-ci sont en plein soleil ; leur putréfaction s'effectuera plus vite encore !



Les denrées alimentaires sont-elles efficacement protégées contre les miasmes de la rue ?

LE SCANDALE des étalages en plein air



M^e Théodore Valensi, député de la Haute-Saône.

DANS notre numéro du 13 août 1931, nous publions une circulaire, datée du mois de juillet, émanant de M. Camille Blaisot, ministre de la Santé publique à cette époque, et indiquant aux préfets les mesures à prendre en vue d'éviter les dangers que fait courir à la santé publique une protection insuffisante des marchandises destinées à la consommation.

Seize mois après, notre confrère *Le Matin* annonçait à ses lecteurs que le *Bulletin Municipal* publiait, la veille, une ordonnance prise le 30 novembre de l'année précédente par M. Jean Chiappe, préfet de police, en exécution de la fameuse circulaire de M. Camille Blaisot.

« Désormais, ajoutait notre confrère, les denrées dont la consommation n'est pas nécessairement précédée d'une cuisson devront être protégées d'une façon efficace contre toutes les causes permanentes de pollution et toutes les causes occasionnelles de souillure.

« Leur exposition à l'air libre est interdite. Les denrées destinées à la cuisson ne pourront être exposées que si elles sont placées en retrait de 50 centimètres au moins à l'intérieur des boutiques ou protégées efficacement. La viande, la charcuterie, les poissons, les crustacés, etc., ne devront jamais séjourner sur le sol des trottoirs ou des boutiques. Dans les marchés, couverts ou non, les étaux seront séparés du public par un treillage vertical d'une hauteur suffisante pour protéger efficacement les marchandises du contact des passants. Les étaux où l'on débite de la viande seront nettement séparés des autres éventaires voisins. Les voitures des marchands ambulants seront tenues en état de propreté. Sauf pendant la durée de l'immobilisation en vue de la vente, les denrées qu'elles contiennent seront recouvertes à l'aide d'une toile cirée ou de toute autre couverture facilement lavable. Les fruits qu'il est impossible de laver d'une façon satisfaisante avant leur consommation (dattes, figues sèches, etc.) devront toujours être enveloppés d'un emballage protecteur.

« Pendant les heures de vente et sur les emplacements réservés pour celle-ci, un treil-

lage vertical protégera du contact des passants les marchandises susceptibles d'être consommées crues.

« Le lait et la crème devront être conservés dans des récipients fermés et parfaitement propres.

« Les mottes de beurre seront entourées d'une gaze propre ou d'un treillage très fin.

« Les fromages frais, fermentés ou cuits, exception faite de ceux qui sont conservés en boîtes closes, seront protégés contre les poussières et souillures extérieures par des dispositifs efficaces tels que cloches en verre, tamis à treillis métallique fin, etc...

« Les étagères servant à l'exposition du pain dans les boutiques seront placées au moins à 60 centimètres du sol. Tout pain, entier ou en morceaux, ne devra être livré à l'acheteur qu'après avoir été complètement enveloppé d'un papier neuf et non imprimé.

« L'ordonnance indique également toutes les mesures d'hygiène et de propreté que les vendeurs devront prendre tant à l'égard des locaux où ils procèdent à la vente qu'à l'égard du personnel qu'ils emploient.

« En ce qui concerne le transport des viandes, abats, et, en général, des produits carnés comestibles à destination des abattoirs ou des Halles centrales, ou en provenance de ces établissements, il ne devra être effectué que dans des voitures exclusivement affectées à cet usage. Ces voitures seront toujours tenues en parfait état de propreté ; elles seront faciles à nettoyer et disposées de façon à soustraire tout le chargement à la vue du public et aux souillures provenant de la route.

« Les ouvriers préposés à la manipulation des viandes devront avoir la tête, le cou et les épaules recouverts de linge propre.

estimons que, si une simple ordonnance de police ne « peut mais », une loi pourra peut-être davantage !

C'est pourquoi nous avons demandé à un membre du Parlement de nous accorder une interview sur ce problème.

« Dans les cafés, débits de boissons, bars, salons de thé et tous établissements similaires, il est interdit d'exposer des gâteaux, pâtisseries, confiseries, pains, fruits frais, secs ou confits, sans les protéger contre les poussières et souillures, notamment lorsqu'ils sont mis sur les tables ou les comptoirs, à la disposition des clients avant que ceux-ci les aient demandés.

« Un résumé de cette ordonnance sera affiché à la porte des mairies et des écoles, ainsi que dans le voisinage des marchés. »

Au cours d'une rapide enquête faite en compagnie du photographe de *Naturisme*, nous avons voulu nous rendre compte dans quelle mesure avait été appliquée cette utile ordonnance.

Désastre !... Impossibilité complète de trouver, dans Paris, un commencement d'application, d'exécution dirons-nous même. Le motif ? Admirable !... Figurez-vous que les commerçants ayant protesté — arguant qu'une telle mesure entraînerait, pour eux, des frais importants (*sic*) et des complications — l'ordonnance est devenue lettre morte !

N'est-ce pas joli ?

Pensant, avec juste raison semble-t-il, que la protection des denrées alimentaires est d'une nécessité absolue de nos jours, nous

M^e Théodore Valensi, député de la Haute-Saône et avocat à la Cour, a bien voulu satisfaire notre indiscretion.

Valensi, fin poète, est en même temps un parlementaire de grande valeur, grâce aussi, disons-le, à une longue préparation à la fonction politique, que l'on peut suivre au ministère du Travail, où il fut le collaborateur de Paul-Boncour et de Louis Lafferre. Il fut également, de 1922 à 1924, secrétaire général du parti radical. Député en 1928, il fut réélu, en 1932, à Gray, dans la Franche-Comté.

Qu'ajouter, si ce n'est le mot de Valentin Bresle : « A la Chambre ? Son activité est ce qu'elle est partout, c'est-à-dire aussi utile qu'intense. »

Nous faisons part au député de la Haute-Saône des résultats de notre enquête, et nous lui demandons ses impressions :

— On ne peut se défendre, nous dit-il, d'une profonde surprise à la lecture de l'arrêté préfectoral tendant à assurer la protection des denrées alimentaires !...

« Comment, semblable mesure n'existait-elle donc pas ! Il est peu de pays où l'on ne se préoccupe de préserver les matières alimentaires de toutes impuretés.

« Il me souvient que, dans mon jeune temps, à Tunis, tous gâteaux, toutes pâtes, tous poissons étaient recouverts de cette petite toile légère que l'on nomme moustiquaire, et dont on se sert, dans les pays chauds, la nuit, pour se préserver des piqûres du moustique.

« En vain nous répondra-t-on que, dans les pays chauds, les dangers de contamina-

tion étant plus grands, les précautions doivent, là, être plus minutieuses !

« Nous répondrons : n'avons-nous pas les mouches, en France, qui déposent leurs excréments partout où elles passent ; n'avons-nous par les autos, qui projettent la boue impure sur les étalages ; n'avons-nous pas aussi le danger qui résulte du filet de salive que laisse échapper le client éventuel, penché sur l'objet

LE REMPLACEMENT DES DENTS MANQUANTES

UN lecteur de « Naturisme » m'écrivit récemment pour me poser la question suivante :

« A la suite de soins malencontreux, j'ai été obligé de me faire extraire deux dents : une prémolaire du haut et sa voisine. Cela a créé un trou assez volumineux, et il m'est presque impossible de mâcher de ce côté-là.

« J'ai le désir de me faire remplacer ces deux dents.

« Je ne voudrais pas être gêné par un appareil mobile, et cela m'ennuie que l'on recouvre d'or les deux dents saines voisines de celles qui ont été enlevées. A partir de ce moment, elles ne seront plus baignées de salive, et cela fera peut-être tort à leur conservation. Que faire ? »

Dans ma réponse, je ne tiendrai compte que du point de vue scientifique et ne m'occuperai pas de la différence de prix entre un appareil mobile et un appareil fixe dit « bridge ».

Tout d'abord, il est évident que mon correspondant doit faire remplacer ses dents manquantes. Et cela pour plusieurs raisons. D'abord, il y a intérêt à pouvoir mâcher également des deux côtés. L'expérience nous montre journellement que lorsque, pour une raison quelconque (manque de dent ou douleur), un individu mange toujours du même côté, les dents de l'autre côté sont très rapidement enduites de tartre. Il existe un nettoyage mécanique des dents par la mastication. Si donc on ne mange que d'un seul côté, les dents restantes de l'autre côté vont rapidement s'entartre. Or, dans des articles précédents, je vous ai montré tout le tort que le tartre pouvait causer.

Ensuite, il y a un énorme intérêt à ne pas rompre l'équilibre articulaire. Je vous ai déjà expliqué comment les dents s'engrènent entre elles. L'engrènement normal de toutes les dents du haut avec toutes celles du bas, quand elles ont des rapports anatomiques normaux, constitue l'équilibre articulaire normal.

Si donc nous laissons un vide de deux dents, que va-t-il se produire ? Dans le cas présent, les deux grosses molaires qui sont encore là vont fatalement se desserrer. Les aliments vont pouvoir s'introduire entre ces dents, y rester, y fermenter, et attaquer ensuite l'émail de ces deux dents, d'où futures caries. D'autre part, la gencive se tuméfiera rapidement ; irritation, congestion de la région. Sous l'influence de cette irritation, l'os sous-jacent se retirera, et la dent se déchaussera, d'où nouvelles perspectives de carie.

La prémolaire restante s'écartera à son tour de la canine. Quant aux dents opposées, celles du bas, n'ayant plus d'antagonistes, elles vont s'allonger, sortir de leurs alvéoles. Tout organe n'ayant plus de fonction tend à être éliminé. Ces dents, qui n'ont plus de fonctions masticatrices sont donc vouées à une perte certaine. Le plus regrettable, c'est que le tableau sinistre que je vous fais de tous ces accidents ne se réalise pas en six semaines. Sans cela, on remédierait tout de suite à l'état de choses. Ce n'est que très lentement, en huit ou dix ans, selon l'âge du sujet, que ces différentes modifications se produisent. En général,

quand on s'en rend compte, il est trop tard pour intervenir.

J'espère donc vous avoir démontré l'extrême utilité du remplacement des deux dents de mon correspondant.

Je vais maintenant répondre à ses deux objections concernant la nature de l'appareil à faire exécuter.

Primo : appareil mobile. Cela semble être la solution la plus simple ; c'est aussi la plus banale. Elle évite, semble-t-il, de toucher aux dents voisines. Mais ce dernier point est-il vraiment exact ? On ne meulera pas ces dents voisines, mais on placera sur elles des crochets plus ou moins redoutables, selon qu'ils auront été construits par des mécaniciens plus ou moins adroits. Et puis, il ne faut pas toujours faire retomber les fautes possibles sur le dentiste ou son mécanicien. Le patient intervient pour beaucoup dans la suite. Combien nettoient mal, ou même pas du tout, leur appareil ! Les aliments peuvent séjourner entre les crochets et les dents, créant ainsi des irritations fatales aux ligaments qui maintiennent dans leurs alvéoles les dents-supports. Chaque fois que vous enlevez ou remettez l'appareil, si les crochets ne sont pas très habilement construits, ils vont user mécaniquement le collet des dents. Celles-ci, à la longue, deviendront sensibles, voire même douloureuses. Puis le processus inflammatoire continuant, elles s'élimineront à leur tour. Dans nos clientèles, nous voyons souvent des patients porteurs d'appareils de huit ou dix dents nous dire :

— Si vous saviez, docteur ! J'ai commencé avec un appareil d'une ou deux dents, puis, tous les deux ou trois ans, j'en ai perdu de nouvelles. Et voilà où j'en suis aujourd'hui...

Donc, résumons-nous : ne pas faire remplacer les dents manquantes équivaut à la perte certaine des dents voisines et opposées. Les faire remplacer par de petits appareils mobiles équivaut à la perte possible des mêmes dents, suivant que l'appareil aura été exécuté parfaitement ou imparfaitement.

Reste le « bridge ». Celui-ci a ses avantages et ses inconvénients. Ces inconvénients tiennent surtout à ce que les lois qui régissent sa construction sont souvent méconnues. « Bridge », en anglais, signifie « pont ».

Dans la bouche, un bridge est un pont que l'on lance d'une dent à une autre par-dessus le vide de dents manquantes.

Eh bien, de même qu'une planche sur un ruisseau ne constitue pas, au point de vue technique, un pont, de même deux couronnes soutenant de fausses dents peuvent ne pas constituer un bridge.

Si les dents qui restent sont saines, il n'est pas nécessaire de les meuler pour les couronner. Je dirai même que c'est là une opération nuisible si elle n'est pas justifiée par un cas particulier.

Nous pouvons faire, sur chacune de nos dents-piliers, des aurifications qui ne nous obligent pas à tuer la pulpe. Ces deux aurifications serviront de piles à notre futur pont, qui viendra s'arc-bouter solidement à ses deux extrémités. Les collets des dents-piliers resteront visibles ; on pourra, le cas échéant, les traiter, si, dans l'avenir, des

caries s'y produisaient. Ces collets pourront continuer à recevoir le secours bi-journalier de la brosse à dents.

Ces dents continueront donc à jouer leur rôle normal.

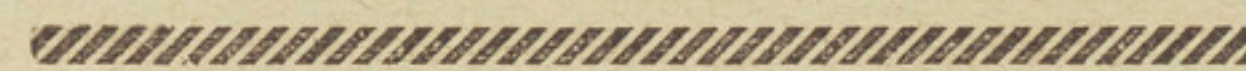
— Mais, pourrez-vous m'objecter, elles accomplissent un travail supplémentaire !

C'est là que la technique intervient. Si l'équilibre des forces n'est pas respecté, le bridge s'écroulera en entraînant les piliers, tout comme un pont mal construit s'écroulerait en entraînant ses piles.

Il faut, d'autre part, que les dents-piliers soient des dents ayant une certaine valeur de support : on ne construit pas les piles d'un pont sur des tas de sable.

Vous voyez donc, en conclusion, que mon correspondant a tout intérêt à faire remplacer ses dents manquantes par un bridge bien fait.

D^r Charles GUÉBEL.



Paris-Villennes et retour

LE NOUVEL HORAIRE DES TRAINS

Voici le nouvel horaire des trains pour le parcours Paris-Villennes et retour. On remarquera que la durée du trajet a été généralement réduite de quatre à six minutes par rapport aux horaires précédemment en vigueur. Félicitons-nous de cette nouvelle amélioration.

Départ St-Lazare	Arrivée Villennes	Départ Villennes	Arrivée St-Lazare
4 10	5 15	4 15	5 7
S 5 43	6 47	S 5 24	6 8
D 6 15	6 48	S 6 16	6 48
6 54	7 44	D 6 16	7 1
S 9 15	9 48	S 7 4	7 35
D 9 30	10 3	D 7 6	7 47
D 10 20	10 53	S 7 52	8 25
D 10 50	11 26	D 7 58	8 39
11 5	11 49	8 45	9 26
12 5	12 46	D 9 11	9 52
Sam 12 30	13 6	S 9 11	9 45
13 56	14 40	10 48	11 39
D 14 15	14 56	s.SD 13 4	13 40
D 16 45	17 29	SD 13 11	13 54
S 17 3	17 36	14 58	15 39
D 17 37	18 21	16 52	17 36
S 18 1	18 32	D 18 40	19 25
S 18 31	19 2	S 18 53	19 37
D 18 31	19 12	D 18 53	19 31
S 19 9	19 40	20 19	21
20 4	20 37	D 20 39	21 20
23	23 44	S 21 52	22 26
0 37	1 21	D 21 58	22 32

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

LEGION D'HONNEUR

C'est avec le plus grand plaisir que nous relevons dans la dernière promotion de la Légion d'honneur, au titre du ministère des Affaires étrangères, le nom de notre ami et brillant confrère Albert Malet, rédacteur en chef du *Petit Journal*.

La rosette d'officier, que vient de recevoir notre jeune confrère, réjouira ses amis et tous ceux qui sauront que Malet est un journaliste de race, au talent certain, d'une camaraderie rare, où la simplicité reste prépondérante.

LA PAGE DU MALADE

MADAME, FAITES-VOUS DES BICEPS. UNE FEMME PEUT TOUJOURS DEVENIR BELLE MUSCULAIREMENT

DEMANDE. — Mme Lemoine, néophyte naturiste, à Paris. — J'ai 47 ans, je n'ai jamais vécu de façon malsaine, je n'ai pas fait d'excès de nourriture, je mange peu de viande, et, en général, mon alimentation est sensiblement celle que vous conseillez. Je me couche tôt, je m'aère le plus possible, mais je n'ai jamais fait aucune culture du muscle ; aussi mes épaules sont-elles étriées ; mon dos est rond, mes bras sont grêles. Deux de mes trois fils, qui étaient très délicats, sont, en deux ans, devenus très beaux ; ils ont élargi leur thorax à Villennes, en suivant vos leçons de culture physique du dimanche ; l'un d'eux, qui avait été refusé au service militaire, vient d'être accepté ; l'autre, ingénieur, va pourvoir partir aux Indes, maintenant que sa vigueur le lui permet. Je n'ai pas encore osé, moi, me risquer à faire chaque matin avec eux la culture physique en nudité totale. Ils m'y incitent cependant, mais j'ai peur. Peur de quoi ? De les voir nus et d'être vue nue. Étroitesse d'une éducation dont je n'ai pu encore me libérer. Mes fils sont moins étriés d'idée que moi ; on voit que vous les avez bien dressés, et je vous remercie tant ! tant ! de ce que vous avez fait pour eux.

Bref, puisque je ne puis profiter de la séance de gymnastique que font ensemble mes fils chaque matin, il faut que vous me disiez ce que je dois faire toute seule, dans ma salle de bain. Quels mouvements dois-je faire qui soient simples, car je suis maladroite ?

Réponse. — Je suis heureux d'apprendre, madame, que la pratique de nos idées a fait de vos fils des gars solides, et je m'étonne qu'à leur contact vous n'ayez pas

perdu vos préjugés éducatifs. Il n'est pas douteux que, si vous aviez suivi leur conseil et aviez consenti à faire, avec eux, la culture physique du matin, vous auriez, depuis longtemps, embelli vos épaules, musclé vos bras et redressé votre dos.

Puisque nous sommes obligés de vous expliquer ce que vos fils vous auraient montré en cinq minutes, exécutons-nous ; mais, vous savez, il est plus difficile d'expliquer des mouvements que de les faire voir...

a) Pour redresser votre dos : reportez-vous au numéro de « Naturisme » du 9 mars ; vous y trouverez un excellent mouvement d'éirement vertébral. Ajoutez-y le mouvement de bras que nous appelons mouvement de moulin à vent : rotation des bras en sens inverse l'un de l'autre, dans un plan frontal ;

b) Pour vous faire des biceps : nous avons fait dessiner pour vous, par Mme David-Gell, une femme athlète. Toutes les femmes devraient être ainsi (voir l'image). Imiter la contraction alternée que notre modèle impose à chacun de ses bras. Répétez le mouvement jusqu'à fatigue à la région antérieure des bras.

■ ■ ■

POUR COMBATTRE LES EFFETS DU METIER DE BUREAU : L'EXERCICE. MAIS AVANT DE VOUS Y SOUMETTRE, IL SERAIT BON D'EXAMINER RADIOGRAPHIQUEMENT VOS ORGANES

DEMANDE. — M. M..., à Ormoy, Yonne. — J'ai 52 ans. Je suis homme de bureau, sédentaire par conséquent. Je ne suis ni alcoolique, ni fumeur ; je suis très sobre. Mon père est mort de congestion cérébrale à 67 ans ; ma mère est morte à 75 ans d'artério-sclérose et d'urémie. Moi, je souffre d'étouffements, d'oppressions, de bourdonnements d'oreilles, de refroidissement des extrémités, de palpitations et d'insomnie. Je suis lecteur de « Naturisme ». Que dois-je faire ?

Réponse. — Votre double hérédité arthritique est sans doute pour quelque chose dans les troubles dont vous vous plaignez ; si, d'ailleurs, vous vous étiez défendu en remuant davantage, vous auriez certainement grandement atténué l'hérédité, et votre sagesse alimentaire aurait fait le reste. La vie de bureau est désastreuse pour la santé. Néanmoins, quantité de bureaucrates sont bien portants : ce sont ceux qui sont naturistes.

Ils vous faut compenser les méfaits de la claustration en faisant :

I. Chaque matin 15 minutes de gymnastique en nudité totale dans votre salle de bain, votre chambre ou votre cabinet de toilette. La saison, qui va se faire plus douce, vous permettra d'avoir la fenêtre plus ou moins ouverte pendant cette opération hygiénique. Sans culture physique, un bureaucrate ne peut pas être vigoureux ; tout au plus peut-il, grâce au régime alimentaire sain, être un délicat. Pour quitter le stade de délicat et acquérir « la force », il faut être devenu culturiste.

Pour savoir quelle culture physique faire avec précision, je vous conseille de venir à l'Institut Naturiste pour faire faire un examen radiographique de vos organes. Que vaut votre cœur ? Votre aorte est-elle grosse ou petite ? Votre foie est-il pléthorique, comme c'est la règle chez beaucoup de sédentaires ? Votre estomac est-il abaissé ? Et votre intestin ?

Quand nous saurons avec rigueur ce que valent vos organes, nous vous dirons avec exactitude quels mouvements faire ;

II. Chaque jour, une bonne heure de marche d'un pas rapide, et en une seule fois.

■ ■ ■

L'EXAMEN MÉDICAL PRÉSPORTIF. NÉCESSITÉ FORMELLE À NOTRE ÉPOQUE

DEMANDE. — Le Duff, André, étudiant, dans la Loire. — J'ai 18 ans ; je suis étudiant. Depuis un an, je souffre de maux de tête. Ces maux de tête ont été précédés d'une asthénie pénible. Pour guérir celle-ci, j'ai absorbé des drogues dites fortifiantes ; elles m'ont détraqué l'estomac. J'ai cru que plusieurs mois de vacances calmeraient mes maux que j'attribuais au surmenage ; il n'en a rien été ; au contraire, ils sont devenus intolérables. J'ai de la pharyngite granuleuse ; elle provient, je suppose, d'une inflammation de mon tube digestif. Ma langue est toujours sale.

Je sens, d'instinct, qu'une culture physique bien comprise, médicalement prescrite, devrait me ramener vers l'état de santé. Je serais heureux de l'apprendre de vous, et ne faudrait-il pas, pour m'orienter vers une vie plus saine, que je lise votre livre La Cure Naturiste ? Mais on me dit que l'ouvrage est épuisé.

Réponse. — Non, « La Cure Naturiste » n'est pas épuisée : sa quatrième édition (deux volumes) est en vente à « Naturisme ». Vous y trouverez l'exposé détaillé des quatre cures : alimentaire, musculaire, cutanée et morale, grâce auxquelles tout être sérieux doit recouvrer la santé.

La remise en état de vos organes digestifs m'apparaît comme étant la première œuvre à réaliser ; si votre langue est sale, c'est parce que votre intestin et votre estomac sont en mauvais état. Les animaux, qui vivent en liberté et s'alimentent conformément à leurs destinées naturelles, ont toujours la langue propre. Même le chat et le chien domestiques, pourtant faussés par la cohabitation avec l'homme et les mauvais exemples que nous leur donnons, ont la langue propre. Faut-il que l'homme abuse de toutes les fautes alimentaires, pour avoir la langue sale comme il l'a !

Pour nettoyer une langue, il faut commencer par manger moins ; mais il faut savoir qu'en mangeant moins, on commence toujours par avoir la langue plus sale ; elle se nettoie seulement au bout d'un certain temps. Tant que vous aurez de la pharyngite (pharyngite arthritique de jeunesse), votre langue sera sale : congestion du pharynx et langue crasseuse sont deux des manifestations de l'intoxication digestive. Il me semble que le régime dit pour troubles nutritifs moyens de ma « Cure Naturiste » serait celui qui vous conviendrait.

Supprimez tout fortifiant, toute drogue dans le cas où vous en prendriez encore.

Et mettez-vous, de suite, à la culture physique. Par elle vous allez préparer vos muscles et vous ouvrir la voie de l'athlétisme et du sport.

Pour procéder correctement, il conviendrait de connaître exactement votre état anatomique avant de vous prescrire la cure de musculation. Je m'excuse de vous conseiller de venir nous voir et de subir chez nous l'examen médical présportif (avec examen soigné aux rayons X) ; seul l'examen médical présportif évite les errements et les accidents auxquels conduit trop souvent la méthode sportive intempestivement appliquée dans la plupart des sociétés d'athlétisme.

(Voir la suite en page 12)



La femme, creuset où se fabrique l'humanité, a, plus peut-être encore que l'homme, le devoir d'être belle, belle au sens naturiste, c'est-à-dire vigoureuse et musclée. Si l'homme normal, c'est l'athlète, la femme normale, c'est l'athlète. Voici la forme vers laquelle doit tendre toute femme naturiste : la culture physique méthodique crée cette forme. Notre sujet s'occupe à développer ses biceps. (Dessin de Mme David-Gell, dans l'ouvrage des docteurs Duroille, en préparation : Fais ton corps.)

LA PAGE DU MALADE

(Suite de la page 11)

CONTRE L'INTOXICATION GÉNÉRALE : L'EXERCICE

DEMANDE. — H. Maille, rue Boisdernier, à Tours. — J'ai 42 ans, j'ai eu presque toujours un travail sédentaire ; en remontant dans le passé, je me souviens que toujours j'ai eu à souffrir de douleurs au côté droit et aussi à gauche vers l'estomac ; celui-ci ne fonctionnait bien que par intermittences. Très jeune, j'avais une douleur dans l'épaule droite, très persistante ; je n'ai jamais été soigné pour cela. Certains mets me sont contraires.

Douleurs au côté droit, sous les côtes ; douleurs dans divers points du bassin ; je reste parfois longtemps sans les ressentir. Lourdeur d'esprit, et serrement derrière la tête, sur la nuque et le crâne. Gonflement permanent autour des yeux. J'ai fait faire maintes fois l'analyse des urines, toujours normales ; ce gonflement est plus ou moins prononcé, je ne sais pas pourquoi ; c'est comme un bourrelet tout autour des yeux. D'où cela provient-il ?

Les malaises s'accroissent toujours lorsque je mange un peu trop. Ces malaises se terminent en général par une forte migraine (coups dans la tête et serremments et fourmillements au crâne).

Je fais alors attention de ne pas trop manger, et cela va jusqu'au prochain malaise qui vient sans que je sache pourquoi.

Je suis calme et dors bien, mais mes nuits sont agitées en même temps qu'apparaissent mes malaises. Je mange deux fois par jour des mets simples, une fois de la viande et des légumes, fruits crus, pain ordinaire, pas ou peu de vin. Je ne fume pas ; je ne me fatigue pas et j'éprouve au contraire du bien-être aux exercices physiques. J'ai par intervalles des troubles au cœur ; celui-ci, au moindre effort, se met à battre très fort et les battements trop rapides persistent pendant des heures, d'où impossibilité de faire des exercices physiques.

J'ai, en outre, des troubles du côté de la vessie ; je termine mal l'action d'uriner. Cela a-t-il une relation avec les autres troubles ?

J'ai eu, il y a deux ans, faute de m'être observé au régime, un accès de sucre léger et un peu d'albumine. Tout est désormais rentré dans l'ordre. Mes malaises me conduiraient-ils vers un diabète ou une albuminurie plus ou moins urémique ? Je vous remercie de...

Réponse. — Vos misères sont typiquement dues à un grand facteur : la sédentarité.

Que faut-il, en effet, pour se bien porter ? Avant tout manger correctement ; ensuite remuer (à cela ajoutons : s'aérer, s'ensoleiller, se laver et penser droit). Or, vous semblez vous alimenter sainement ; par conséquent, ce qui vous manque, c'est l'exercice. Vous dites vous-même avoir eu presque toujours un travail sédentaire. Et vous ne dites pas combien de culture physique vous faites. Mais je devine que vous n'en faites pas assez. Si vous faisiez une dose convenable de mouvements quotidiens (une heure de marche, par exemple, et quinze minutes de gymnastique le matin), vous n'auriez plus à constater que votre fatigue disparaît quand vous faites des exercices, car vous n'auriez pas de fatigue.

Troubles du cœur : sédentarité. Douleurs à droite : congestion au foie par sédentarité, ou névralgie intercostale rhumatismale, encore par sédentarité. Douleurs d'épaule, du bassin, sédentarité. Les lourdeurs de l'esprit, les serremments à la tête n'existent pas chez les sportifs. Gonflement des paupières : intoxication où la sédentarité intervient toujours d'une large manière.

Remuez, cher monsieur.

■ ■ ■

POUR L'ENFANT DE TROIS ANS : NOTRE RÉGIME POUR TROUBLES MOYENS, MOINS LA VIANDE

DEMANDE. — Le même. — J'ai un fils de trois ans ; il est en bonne santé apparente, mais le fond de sa langue est toujours sale. Voudriez-vous avoir l'amabilité de me prescrire un régime pour lui.

Réponse. — Le même régime que pour vous : régime pour troubles nutritifs moyens, mais sans viande, et en ne donnant que peu de chaque plat.

LE CINÉMA

I.F.I ne répond plus

Les films d'aviation sont presque toujours un peu ennuyeux ; nous espérons que la réalisation de la firme U.F.A. nous ferait oublier les sempiternelles histoires de pilotes rivaux, amoureux de la même enfant ; mais il faut croire que cette situation est indispensable à la joie du spectateur, car l'action dramatique de *I.F.I ne répond plus* gravite autour de cette éternelle anecdote.

Cependant, il serait injuste de passer sous silence la fameuse île flottante, île artificielle placée entre les deux continents pour permettre aux oiseaux de métal de se reposer entre deux bonds. Malheureusement, la transformation de l'îlot de la Baltique utilisé pour le montage du décor manque de grandeur et ne donne, à aucun moment, une impression suffisante de vérité.

La fraction la plus intéressante du scénario est la première partie. Un aviateur, Ellissen, simule un vol de documents dans les bureaux d'une importante entreprise. Mais il ne s'agit que d'attirer l'attention sur les plans d'une île flottante conçue par son ami Drost. L'opération réussit, Drost commandera l'île après sa construction. Le voilà installé à son poste ; mais son second, Dumsky, a été acheté pour saboter son œuvre. Bataille au revolver ; la sœur des armateurs, Nora, entend par T.S.F. les échos du combat. Elle aime Drost : Ellissen la conduira dans l'île. Quand ils arrivent, le grand aviateur et sa compagne trouvent l'équipage à demi asphyxié par le gaz ; Drost agonise. Le traître a parachuté son œuvre en détruisant les vannes afin de faire couler I.F.I ; l'équipage, soudain ragaillardi, se précipite sur les canots. Quoique endommagé, l'appareil d'Ellissen pourrait lui permettre d'aller chercher du secours ; mais Nora est amoureuse de l'ingénieur qui se rétablit à vue d'œil, et le héros jalouse son ami. Enfin, il s'envole gentiment et alerte un navire.

Des chansons, un chœur de matelots donnent à cette « tragédie moderne » un petit air d'opérette tout à fait charmant. Charles Boyer joue bien le rôle de l'aviateur Ellissen ; Jean Murat, Pierre Brasseur, Marcel Vallée sont bons.

Jean FAUREZ.

PALAI DES ARTS, 325, rue Saint-Martin (du 24 au 30 mars). — Rez-de-chaussée : *En plein dans le mille* ; *Allo, Berlin... ici Paris* ; deux intermèdes. — Premier étage : *A Deauville* ; *Blonde Vénus* ; deux intermèdes.

REVUE

DES LIVRES

PUPILLE 713

par Roger Masfaraud (1)

M. Roger Masfaraud, dans son roman *Pupille 713*, nous transporte en pleine campagne limousine.

La vie des paysans, les durs travaux de la ferme et des champs, diverses scènes de la campagne, mariage, fêtes, tout y est peint avec beaucoup de soin. *Pupille 713* est l'histoire d'un « pitalier » enfant abandonné à l'Assistance publique et élevé par une brave famille de paysans.

Il y est traité comme leurs autres enfants. Il se trouve heureux. Mais il est des êtres qui sont vraiment marqués par le destin, et pour qui le bonheur ne peut être de longue durée. La suite de ce beau roman perdrait beaucoup à être racontée brièvement. Il faut le lire, et bien rares seront ceux qui n'auront pas pitié du pauvre petit gars et de celle qu'il aimait. C'est par un double drame que se termine *Pupille 713*.

FIGURES DE CIRE

par André de Lorde (2)

Ce n'est pas sans raison que l'on considère André de Lorde comme le maître de la peur et le prince de la terreur au théâtre. C'est certainement l'écrivain de notre époque qui a su le mieux faire frémir ses lecteurs, et dont la conscience est chargée du plus grand nombre de cauchemars.

Son livre *Figures de Cire* est un recueil d'une trentaine de contes, tous plus rouges et plus terribles les uns que les autres. La plupart ont été mis en pièces (comme ses personnages). Ces pièces furent jouées au Grand-Guignol ou sur d'autres scènes.

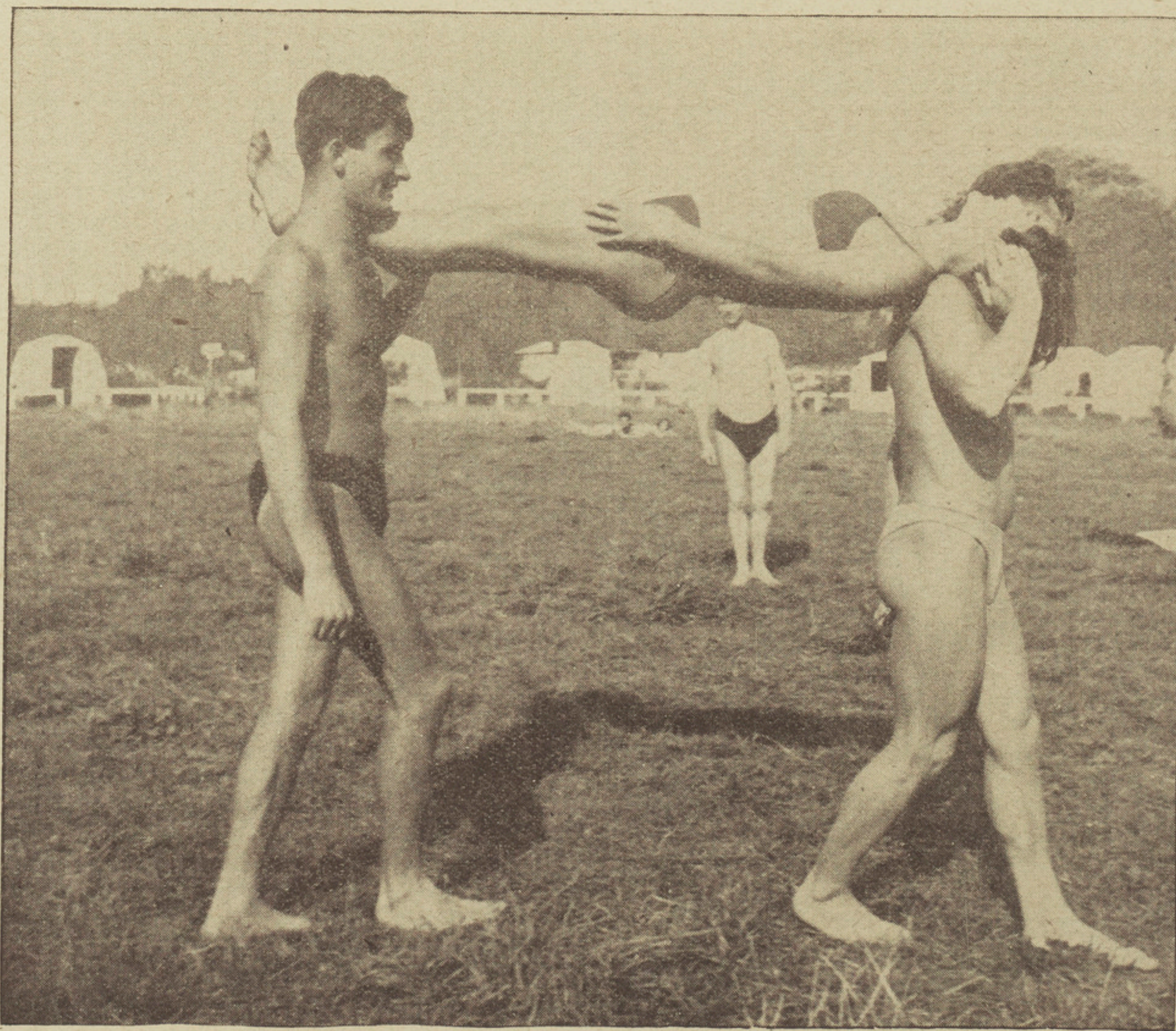
Voici quelques titres de ces petites histoires à faire frémir : *Le Bal Rouge* ; *La Dernière Torture* ; *L'Arbre Vivant* ; *La Mafia* ; *Au Petit Jour* ; *Le Grand Mystère* ; *Morphinomane*, etc...

André de Lorde, avec sa verve tragique, son imagination extraordinaire, sert là un régal aux amateurs d'émotions violentes ; mais voilà un livre qu'il n'est pas très prudent, pour les gens nerveux ou sensibles, de lire le soir avant de s'endormir.

A. HEYD.

(1) Roger Masfaraud : *Pupille 713*. — Eugène Figuière, éditeur.

(2) André de Lorde : *Figures de Cire*. — Eugène Figuière, éditeur.



Cette jeune femme, que transportent deux athlètes de Villennes, est-elle blessée ? Non, mais elle réalise un exercice particulièrement difficile, qui consiste à se maintenir horizontalement en prenant appui seulement sur la tête et sur les pieds. Elle prouve ainsi la vigueur de sa musculature.

LES CONSEILS DE L' « ONCLE JEAN »

VII. LES MALADIES DES JEUNES ENFANTS

Ces maladies revêtent les formes les plus variables : les unes sont d'origine bactérienne, héréditaires ou accidentelles, les autres prennent naissance par suite du mauvais fonctionnement de tel ou tel organe ; il existe des cas, enfin, où tout l'organisme est atteint : il y a alors crise de croissance ou croissance anormale.

A la base de toutes ces maladies, même celles d'origine bactérienne, il y a un état de fatigue, une déficience de l'organisme, une assimilation défectueuse des aliments : l'enfant est alors prédisposé aux atteintes du mal, tant il est vrai, comme l'a dit Claude Bernard, que le microbe n'est rien, mais que le terrain est tout !

Si l'état de santé est bon, la résistance est grandement augmentée, c'est pourquoi l'on peut dire que les maladies de base, celles qui amorcent les maladies plus graves, sont les troubles d'origine alimentaire. Ces troubles, qui affectent des formes variées, sont presque toujours causés par une nourriture trop uniforme, ou mal étudiée.

Il faut, en premier lieu, que l'enfant trouve dans les aliments les vitamines indispensables à sa croissance ; si elles font défaut, l'ossification est incomplète, l'enfant ne peut marcher, les articulations sont douloureuses ; lorsque les dents sont sorties, les gencives sont gonflées et sanguinolentes, il y a des érosions, une anémie accentuée se déclare ; cet état est semblable à celui dont souffraient les marins de notre histoire, aussi l'a-t-on appelé « scorbut infantile ».

Il existe, bien entendu, toute une série d'états moins graves, ou préscorbutiques. Ce sont certains états anémiques, rachitisme, retard de croissance, anorexie ou manque d'appétit, etc., qui ont tous pour origine un manque de vitamines.

Dans tous ces cas, la guérison est rapide si l'on supprime les aliments mals, de conserve ou stérilisés, ainsi que les farines trop finement blutées. Ces aliments sont remplacés par du lait vivant non bouilli dont on connaît l'origine, par du jus de fruit. Les semoules de céréales maltées, qui contiennent une proportion judicieuse de son riche en vitamines, constituent dans ces différents cas un aliment de choix.

Nous trouvons ensuite toute la série des troubles intestinaux, à forme atténuée et à évolution chronique ; ce sont les cas dyspeptiques. Lorsque les muqueuses intestinales sont atteintes, ce sont les entérites.

La dyspepsie affaiblit beaucoup l'enfant ; il est pâle, chétif, le visage est souvent bouffi, il a des coliques, des diarrhées, les selles sont défectueuses, parfois nauséabondes, les gaz intestinaux sont abondants, l'enfant n'a plus d'appétit.

Ce groupe de maladies est fréquemment provoqué par une digestion défectueuse de l'aliment, avec stase trop prolongée. « Ce résidu alimentaire, composé de principes anormaux et souvent toxiques, va irriter la muqueuse de l'intestin », dit le docteur Terrien. C'est pourquoi il est parfois utile de donner à l'enfant un aliment ayant subi un commencement de digestion. C'est ce qui est réalisé par l'emploi des farines diastiques maltées.

Les entérites peuvent être aiguës ou chroniques. Sous la forme aiguë, la diète ou la demi-diète sont recommandées ; on a parfois recours à des antiseptiques intestinaux ou à des microbes antagonistes et inoffensifs, parfois aussi à des évacuants. Lorsque l'en-

térite se présente sous la forme chronique, il faut supprimer les graisses albuminoïdes. Les seuls aliments possibles sont les matières hydrocarbonées (farines de céréales). Par leur grande digestibilité, leur facilité d'assimilation, les farines et les semoules maltées constituent l'aliment type véritablement adapté au régime des enfants atteints d'entérite. La meilleure façon de les utiliser consiste à confectionner un bouillon de légumes, additionné d'un jarret de veau, à raison de 10 à 15 cuillerées de bouillon par cuillerée de farine ou de semoules.

Pour conserver la santé à votre enfant, donnez-lui des farines et des semoules de céréales maltées.

S'il est malade, pour le ramener à la santé, donnez-lui des farines et des semoules de céréales maltées.

(A suivre.)

L'ONCLE JEAN.

AU CLUB DU FAUBOURG

Jeudi 23 mars, Salle des Sociétés Savantes, à 20 h. 30, séance extraordinaire sur *Les fous ! Le scandale des internements arbitraires. Comment on nous a enfermés !* par les artistes Pierre Daltour, Georges Le Roy, sociétaire de la Comédie-Française ; l'abbé Bardin, la comtesse de Châteaubriand. Contradiction par le docteur Bérillon, médecin inspecteur des asiles d'aliénés. — Samedi 25 mars, au Crystal-Palace, 9, rue de la Fidélité, à 14 heures, sous la présidence d'Aurore Sand, l'arrière-petite-fille de George Sand, *Les lurons de Sabolas*, par le célèbre écrivain Henri Béraud, sur *Les compagnons du Tour de France*, avec le charpentier Tourangeau la Clef des Cœurs, le forgeron Périgord Cœur Loyal, etc...

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 ■ ■ ■ ■ ■

AU CENTRE DE PARIS
entre la Madeleine et Saint-Lazare
« POMONE », Restaurant Végétarien,
10, rue Pasquier (Métro : Madeleine ou Saint-Lazare).

« LE TIPI », Restaurant Végétarien,
189, r. St-Honoré (M^o Pyramides), EST OUVERT.

VENTES ■ ■ ■ ■ ■

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

PEINTURES NATURISTES à céder à bas prix, Au Hall du Tableau, 2 bis, rue Laferrière, Paris (9^e).

A vendre terrain à Villennes sur le Grand Stade, 250m2, px intéressé. Ecr. : E. Ferrando, 34, bd d'Achères, Colombes.

GROUPEMENTS NATURISTES ■ ■ ■ ■ ■

Mme SOLTANI, avenue des Moulins, à Blida (Alger), désire adresses de naturistes habitant Tunis.

BRUXELLES (Espinette). Le cercle naturiste « Plein Vent » informe les intéressés que les demandes d'admission pour la prochaine saison doivent être adressées : 121, av. de la Forêt-de-Soignes, Espinette-Centrale.

A GENEVE : Jeune Homme désire connaître camarades 2 sexes pour pratiquer naturisme. Ecr. : G. Hasenbühler, rue de Carouge, 29.

J.H., tr. b. famille, dés. conn. naturistes des 2 sexes pr excurs. et sports. Allier ou limit. Ecr. : Nat., n° 917.

PENSIONS NATURISTES ■ ■ ■ ■ ■

ENFANTS à la campagne. Cure d'air, hygiène. Mme Chenevière, Allée Bel-Horizon, l'Isle-Adam (S.-et-O.).

MAISON DU SOLEIL, Octon (Hérault) : arthrit., intoxic., surmenés, profitez vac. pr y faire cure natur. dirig. par Dr Vigné d'Octon. Petit lait, soleil, air pur, cult. phys. S'y adres.

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

OFFRES D'EMPLOIS ■ ■ ■ ■ ■

ON DEMANDE (pour monsieur 47 ans, jeune homme 21 ans, enfant 9 ans) une bonne naturiste, couchée, habituée au service. S'adresser à M. Achten, Chemin de la Coudre, Fontaine-le-Port (Seine-et-Marne).

INVALIDE guerre dem. j. fille 35-40 a., forte, pr aider ds culture et ménage. Bons gages. Sérieux. Nat., n° 918.

EMPLOIS DISPONIBLES

A L'ILE DU LEVANT

Quelques emplois sont disponibles à HELIOPOLIS. Ils seront réservés par priorité aux naturistes désireux de se fixer à l'île du Levant, donc propriétaires d'une parcelle de terrain, ou susceptibles de le devenir.

On demande, notamment :

- 2 chauffeurs ;
- 1 chef-cuisinier ;
- 1 aide-cuisinier ;
- 1 plongeur ;
- 1 manœuvre ;
- 1 maître d'hôtel ;
- 2 garçons ou filles de salle.

Pour ces 9 emplois, écrire d'urgence à M. Le Carpentier, île du Levant (Var).

On demande encore :

- 1 géomètre

susceptible de faire tous travaux de bornage (cet emploi sera strictement réservé à un naturiste s'installant à demeure à l'île du Levant).

Pour cet emploi, s'adresser au Docteur André Durville, 24, rue d'Alleray, Paris (15^e), de 10 heures à midi, avant le 9 avril.

ABONNEZ-VOUS A NATURISME

Trois mois : 15 francs. — Six mois : 28 francs
Un an : 50 francs.

DEMANDES D'EMPLOIS ■ ■ ■ ■ ■

JEUNE HOMME cherch. emploi chez natur., même travail terre, nourrit. végét., même colonies. Nat., n° 913.

JEUNE HOMME, nudo-végétarien par idéal, recherche place. Ecrire : Naturisme, n° 919.

MARIAGES ■ ■ ■ ■ ■

BRUNE, 39 a., par. moins, car. jeune, dés. compagnon b. éduq., pr sorties ou camping à frais partagés, en vue union si entente. Indiq. âge, profession. Natur., n° 915.

DIVERS ■ ■ ■ ■ ■

PARISIENNE, 22 ans, cherche amie pour aller le dimanche à Villennes. Jourdan, 196, av. Versailles, Paris.

RESTAURANT VEGETARIEN en pleine prospérité, en vue extension et formation société, cherche collaborateur disposant 65.000 fr. Ecr. : Naturisme, n° 916.

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

Demandez aux Stocks Américains, 54, rue Cambronne, Paris (15^e), 10 chapeaux imperméables et leur liste d'articles uniques contre 10 francs en timbres (franco).

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.

ALIMENTATION NATURISTE ■ ■ ■ ■ ■

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

Les Bons Miels de France « Apiculteurs Réunis », véritable Miel du Loiret, pur et non cuit. 10 fr. le kg. Livraison à partir de 1 kilo. Dépôt : Marcel Girard, 8, r. Saint-Gothard, Paris (8^e). Chèques Postaux : 1641-19.

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

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.

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°)
(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

**K A R L A
SUSCHITZKY**

STUDIO LAMBALLE
SOUS LE PATRONAGE DES D^{rs} G. ET A. DURVILLE
25, AVENUE DE LAMBALLE, PARIS (16°)
TÉLÉPHONE : JASMIN 36-90

LA GRACE. LA BEAUTÉ
LA SOUPLESSE

PAR

LA GYMNASTIQUE
RYTHMIQUE

COURS POUR ADULTES : DE 11 H. A MIDI,
DE 6 H. A 7 H., DE 7 H. A 8 H. ; COURS
SUPPLÉMENTAIRE : DE 8 H. A 9 H. ; COURS
POUR ENFANTS TOUS LES JEUDIS

Le sabot en bois est mort

38 FR

IMPERGOM

essayer, 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 la 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 « IMPERGOM »

Indiquer pointure ou longueur du pied

309

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

DETAILLANTS DEMANDES

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 : du
12 au 31 mars, à l'Imprimerie de « Natu-
risme », 24, rue d'Alleray, Paris (15°), de
10 heures à midi.

Naturistes,

ne laissez pas vos capitaux improductifs

**...VOUS FEREZ UN PLACEMENT
JUDICIEUX**

en achetant votre terrain à Héliopolis
ou à Physiopolis
en construisant votre bungalow ou
votre villa à l'Île du Levant
en installant un commerce au Vil-
lage naturiste des Arbousiers
en souscrivant à la nouvelle émis-
sion de la Société d'Entreprise
des Îles d'Or

**...et vous participerez au triomphe
de l'idée naturiste**

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.

**FARINES ET SEMOULES
ENTIÈRES**

FABRIQUÉES SPÉCIALEMENT
POUR LES PETITS

A
FAVEROLLES

DANS LE MOULIN
DE L'ONCLE JEAN

AVEC

BLÉ AVOINE SEIGLE ORGE RIZ

Évitez par sa composition les inconvénients des
céréales employées seules et maintenez l'appar-
eil digestif dans son état normal d'équilibre.

Les Etablissements BASOR, 6, rue de Choi-
seul, à Châlons-sur-Marne, l'expédient franco
au prix de 7 francs la boîte.

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

Bulletin d'abonnement à

NATURISME

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

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 automati-
quement des doubles de tous vos
lettres et documents importants.
Élégant et luxueux, Kaolo est adopté
par tous les hommes d'affaires, repré-
sentants, comptables, employés, etc.

30 F

Pour faire connaître cette belle
invention, Kaolo
est envoyé
GRATUITEMENT
8 jours à l'essai
N'envoyez pas
l'argent, mais
découpez et en-
voyez-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
retrayante ou remplissage automat.
(rayer la mention inutile).

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

DETAILLANTS DEMANDES

LA SANTÉ PAR LE SEL

Le pain et le sel, signes de l'hospitalité antique, ont toujours été les aliments essentiels de l'homme. Le sel de nos ancêtres était obtenu par évaporation de l'eau de mer ; il présentait l'inconvénient de « tourner en eau ». N'ayant pu jusqu'alors trouver un **sel naturel** non déliquescent, la civilisation résolut le problème en déséquilibrant cet aliment essentiel... qu'elle débarrassa simplement de son **magnésium**. Des travaux récents permettent aux Docteurs G. et A. Durville de vous offrir aujourd'hui un **sel marin vivant et total** qui contient la proportion naturelle de sulfate et de chlorure de magnésium de l'eau de mer, sans pour cela présenter à l'usage aucun des inconvénients de l'ancien sel marin.

LE SEL MARIN TOTAL DES DOCTEURS G. & A. DURVILLE

c'est l'eau de mer vivante avec sa proportion naturelle, supérieure à 13 %, de magnésium soluble (le sel raffiné en contient 0,4)

Les Etablissements BASOR prient ceux de leurs clients que la question du Sel Total intéresse de bien vouloir se reporter à l'article du Docteur Lamy, paru le 15 décembre 1932 dans « Naturisme ». Ils y verront que l'emploi régulier du Sel Marin Total donne **naturellement** à notre alimentation journalière sa dose indispensable de 1 gr. 20 de magnésium, et cela **sans pilules ni drogues**, contraires aux principes naturistes.

Fidèles amis du **PAIN COMPLET**, faites confiance à notre **SEL MARIN TOTAL**

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

LES ÉDITIONS DE « NATURISME »

La Cure Naturiste, 2 vol. à 30 francs chaque.

Quatrième édition. Soixantième mille.

Pour entretenir sa vigueur et se guérir sans médicaments. Le Tome 1 étudie la Cure alimentaire, la Cure d'air, la Cure de soleil. Le Tome 2 étudie la Cure d'eau, la Cure de mouvement, la Cure morale. Deux forts volumes de 360 pages chacun, sous belle couverture en couleurs.

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

Deuxième édition. Vingtème mille.

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

La Cure Mentale.

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

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

L'Art de vivre longtemps, 1 vol. à 12 fr.

Quatrième édition. Cinquantième mille.

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

L'Art de lire le caractère, le tempérament et les prédispositions malades par l'examen du visage, 1 vol. à 20 fr.

Deuxième édition. Vingtème mille.

Ce livre n'est ni de la magie, ni de l'astrologie ; il est de l'observation scientifique pure. Il existe un art de voir sur l'extérieur du corps, et en particulier sur la figure, ce qui se passe dans le cerveau : tout ce que nous avons été, tout ce que nous sommes, est marqué sur nous. Il n'y a qu'à le lire.

Pour devenir énergique, 1 vol. à 15 fr.

Troisième édition. Trentième mille.

L'éducation de l'émotivité. Cet ouvrage montre comment acquérir une volonté forte ; pas de discussions stériles, pas de vaine philosophie : des faits précis, des exercices utiles et qui ont fait leurs preuves.

La Gymnastique amusante pour l'enfant, 1 vol. à 6 francs.

Comment on amuse l'enfant, tout en lui faisant exécuter sa gymnastique matinale.

Avec ce livre, la gymnastique devient un jeu très apprécié du bambin le plus récalcitrant.

Port en sus : 10 0/0 (France) et 20 0/0 (Etranger)
En vente à « Naturisme » et dans toutes les librairies

OCCASIONS

La Cure Naturiste, tome II, brochée, 2^e édition.

Le volume, valeur 16 fr. 12 fr.

La Cure Naturiste, tome II, brochée, 3^e édition.

Le volume, valeur 25 fr. 18 fr. 75

La Cure Naturiste, tome II, cartonnée, 3^e édition.

Le volume, valeur 28 fr. 21 fr.

La Cuisine Saine, complète, 1^{re} édition.

L'ouvrage complet, valeur 24 fr. 18 fr.

La Cuisine Saine, tome II, 1^{re} édition.

Le volume, valeur 12 fr. 9 fr.

La Cuisine Saine, tome I, 2^e édition.

Le volume, valeur 15 fr. 11 fr. 25

L'Art de vivre longtemps, 3^e édition.

Le volume, valeur 12 fr. 9 fr.

L'Art de devenir énergique, 2^e édition.

Le volume, valeur 12 fr. 9 fr.

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

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

Cette école va recevoir son affectation définitive dans un immeuble qu'elle partagera avec le bureau de poste.

On conçoit que cette nouvelle et intéressante réalisation, 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 construction de l'immeuble. D'autre part, bien que l'institutrice chargée des cours ait résolu, en bonne naturiste qu'elle est, de remplir ses fonctions sans aucune rémunération, en étant simplement nourrie et logée, ces diverses 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'impossibilité matérielle absolue d'acquitter cette somme, surtout, comme c'est souvent le cas, lorsqu'ils ont plusieurs enfants.

Aussi demandons-nous aux naturistes aisés de participer 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 plusieurs 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.

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 Voillemer	200 fr.
M. S...	50 fr.
M. Granger (2 ^e versement)	50 fr.

A tous, pour notre belle œuvre, merci.

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 DÉCUPLEZ 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'Ayguade, 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, 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.

**Passez
vos vacances
de Pâques
à
L'ILE DU
LEVANT**

■ ■ ■

Pour tout ce qui concerne l'île du Levant, s'adresser au docteur André Durville : du 10 au 25 avril, à l'île du Levant, Fort Napoléon ; les autres jours 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'acquiescer 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.

■

Villas, bungalows, tentes à louer.

■

Pour renseignements complémentaires, consulter, dans le prochain numéro de Naturisme, la « page-réclame des commerçants d'Héliopolis ».

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